

# Inhalt

Vorwort des Reiheneditors	7
Danksagung	10
Einleitung	13
1   Die sechs zentralen ACT-Prozesse und ihr gemeinsames Ziel	25
2   Entwicklung von Bereitschaft bzw. Akzeptieren	48
3   Untergraben der kognitiven Fusion	103
4   Kontakt zum gegenwärtigen Augenblick herstellen	157
5   Unterscheidung zwischen Selbst als Konzept und Selbst als Kontext	185
6   Als wertvoll eingeschätzte Orientierungen definieren	213
7   Muster engagierten Handelns entwickeln	255
8   Entwickeln von Fallkonzepten mit Hilfe der ACT	295
9   Die therapeutische Haltung in der ACT – ACT nutzen, um therapeutisch mit ACT zu arbeiten	351
10   Zusammenfassung aller in diesem Buch beschriebenen Aspekte	387
ANHANG A: Über die Nutzung dieses Arbeitsbuchs in Gruppen und Kursen	443
ANHANG B: Ressourcen und Literaturangaben für die weitere Auseinandersetzung mit der ACT	453
ANHANG C: Formblatt für die Einschätzung zentraler ACT-Kernkompetenzen	455
Glossar wichtiger ACT-Begriffe	463
Literatur	468
Stichwort- und Autorenverzeichnis	473
Über die Autoren	478