

# La guida essenziale

## Teoria e pratica and Commitment



GIOVANNI FIORITI EDITORE

# INDICE

LIBRO ECM

- .....
- 1.** FONDAMENTI DELL'ACT
  - 2.** LE BASI SCIENTIFICHE DELL'ACT
  - 3.** LA CONCETTUALIZZAZIONE DEL CASO ACT
  - 4.** DISPERAZIONE CREATIVA
  - 5.** ACCETTAZIONE
  - 6.** DEFUSIONE
  - 7.** CONTATTO CON IL MOMENTO PRESENTE
  - 8.** SÉ-COME-CONTESTO
  - 9.** VALORI
  - 10.** AZIONE IMPEGNATA
  - 11.** IL TUO VIAGGIO COME TERAPEUTA ACT

