

## Indice

<i>Prefazione</i> (di Steven C. Hayes)	9
<i>Premessa all'edizione italiana</i> (di Giovambattista Presti)	13
<i>Introduzione</i>	17
PRIMA PARTE	
Costruire il cuore attraverso i processi fondamentali dell'ACT	
CAPITOLO 1	
Sviluppare l'ACT in modo personale	31
CAPITOLO 2	
Vivere la vita dai piedi in su: aperti, consapevoli e impegnati	53
CAPITOLO 3	
Apertura e consapevolezza: conoscere il Sé in relazione all'altro	79
CAPITOLO 4	
Impegno: esistenza e senso del vivere	101
CAPITOLO 5	
Accrescere la propria fluenza in terapia: cosa si dice e come lo si dice	115
PARTE SECONDA	
Costruire il cuore attraverso il dispiegarsi dell'esperienza	
CAPITOLO 6	
Impegnarsi nel processo	147
CAPITOLO 7	
Processo sovraordinato, interpersonale e intrapersonale nella pratica terapeutica	171
CAPITOLO 8	
L'esperienza del terapeuta: uno sguardo ravvicinato al processo intrapersonale	187

CAPITOLO 9	
L'esperienza del clinico e del paziente: esplorare il processo interpersonale attraverso le difficoltà	211
CAPITOLO 10	
La postura del terapeuta ACT	239
EPILOGO	
Appropriarsi della propria vita: vivere con il cuore	261
<i>Bibliografia</i>	267