

## Literatur zu ACT

Auf der Website [www.contextualpsychology.org](http://www.contextualpsychology.org) der Association for Contextual Behavioral Science (ACBS) finden Sie fast die gesamte wissenschaftliche Literatur zu ACT und zur Relational Frame Theorie (RFT). Wenn Sie mindestens 10 \$ investieren (ansonsten haben wir wertebasierte Mitgliedsbeiträge, d.h. Sie zahlen so viel, wie Ihnen die Mitgliedschaft wert ist), können Sie die gesamte Website mit vielen wissenschaftlichen Publikationen, Arbeitsmaterialien (auch auf Deutsch), Powerpoints von Vorträgen und Workshops früherer ACT-Konferenzen, Videos usw. (alles zum Herunterladen!) nutzen.

Die folgende Liste bietet eine Auswahl an Büchern. Es wird Ihnen auffallen, dass sich viele der Titel auf bestimmte Störungen beziehen. Das mag Sie verwundern, wenn Sie sich daran erinnern, dass ACT ein transdiagnostischer Therapieansatz ist und es sich bei Verhaltensanalyse und RFT um eine allgemeine Theorie menschlichen Verhaltens (einschließlich unserer Fähigkeiten zu sprechen, zu denken und zu fühlen) handelt. Es wäre daher irreführend von Störungsspezifität zu reden. Jedoch ist zu bedenken, dass wir unser therapeutisches Handeln ja auch jedem Patienten individuell anpassen. Wir tun das sogar, wenn wir ein detailliertes Manual benutzen. Allein schon die Vorstellung erscheint aber absurd, auf dem Buchmarkt ein für jeden Patienten zugeschnittenes Manual zu finden. Doch lassen sich immer wieder Gemeinsamkeiten und Unterschiede bei Patienten finden, die es ermöglichen, sie in Gruppen mit ähnlichen Verhaltensweisen zusammenzufassen. Wir sprechen dann von Syndromen, Störungen oder Diagnosen. Um es uns Therapeutinnen und Therapeuten zu erleichtern, ACT als störungsübergeordneten, transdiagnostischen Behandlungsansatz bei vielen verschiedenen Patienten einzusetzen, werden diese Bücher geschrieben, die eine Diagnose oder bestimmte hervorstechende Verhaltensmuster im Titel tragen.

Ciarrochi, J. & Bailey, A. (2010) *Akzeptanz- und Commitmenttherapie in der KVT*. Weinheim: Beltz-Verlag (eine offenbar dem sehr pragmatischen Naturell der beiden Autoren aus Australien, Joseph und Anne, entsprungene und gelungene Kombination der für uns gewohnten kognitiven Verhaltenstherapie mit ACT)

Coyne, L.W. & Murrell, A.R. (2009) *The joy of parenting: An acceptance and commitment therapy guide to effective parenting in the early years*. Oakland, CA: New Harbinger (ACT für Eltern, solche die es werden wollen und für Leute, die Eltern beraten; einfühlsam geschrieben und mit vielen praktischen Übungen)

Eifert, G.H. (2011) *Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)*. Stuttgart: Hogrefe (das übersichtliche Buch von Georg ist in der beliebten Reihe „Fortschritte der Psychotherapie“ erschienen; wenn ich mich nicht irre, ist es das erste Buch in dieser Reihe, das nicht störungsspezifisch ausgerichtet ist!)

Eifert, G.H. & Heffner, M. (2004) *The anorexia workbook*. Oakland, CA: New Harbinger (ein Buch für Patientinnen mit vielen passenden Metaphern und praktischen Übungen; wie viele der für Betroffene geschriebenen Bücher ist es auch für Fachleute gut als Orientierung und Leitfaden zu verwenden insbesondere in Kombination mit dem Buch von Sandoz, Wilson & DuFrene, das unten aufgeführt ist)

- Eifert, G.H. & J.P. Forsyth (2009) *Akzeptanz- und Commitment-Therapie für Angststörungen: Ein praktischer Leitfaden zur Anwendung von Achtsamkeit, Akzeptanz und wertgeleiteten Verhaltensänderungsstrategien*. Tübingen: dgvt-Verlag (quasi als Manual einsetzbar)
- Follette, V.M. & Pistorello, J. (2007) *Finding life beyond trauma*. Oakland, CA: New Harbinger (ein Buch für Betroffene; als Einführung und vielleicht sogar Manual jedoch auch für Fachleute sehr zu empfehlen, insbesondere im Paket mit dem unten angegebenen Buch von Robyn Walser und Darrah Westrup)
- Gregg, J.A., Hayes, S.C., Callaghan, G.M. (2007) *The diabetes lifestyle book: Facing your fears and making changes for a long and healthy life*. Oakland, CA: New Harbinger (das kleine Buch ging wie Jennifers Publikation im Journal of Consulting and Clinical Psychology – „Improving Diabetes Self-Management Through Acceptance, Mindfulness, and Values: A Randomized Controlled Trial“, 2007, 75, 336-343 – aus ihrer Dissertation hervor; Sie können es hervorragend als Beispiel nutzen, wie ACT bei körperlichen Erkrankungen eingesetzt werden kann)
- Harris, R. (2009) *Wer dem Glück hinterher rennt, läuft daran vorbei*. München: Kösel-Verlag (Russ ist Allgemeinarzt in Australien; er hat das geniale Talent, einfach und anschaulich zu schreiben; ich empfehle das Buch ca. 80 % meiner Patienten und habe schon 40jährige Junggesellen aus dem Sauerland, die noch bei Müttern leben und noch nie mehr als die Schlagzeilen der Bildzeitung gelesen haben, ans Lesen gekriegt; glauben Sie es mir!)
- Harris, R. (2009) *ACT with love*. Oakland, CA: New Harbinger (was soll ich sagen: wieder ein Russ Harris; einige Kapitelüberschriften gefällig?: „introduction: it’s a messy business“, „mission impossible?“, „should I stay or should I go?“, „everyone’s a control freak!“, „sticky situations“, „let your self go“, „the adventure continues“ und „appendix: when it’s over, it’s over“)
- Hayes, S.C. (Hrsg.) (1989) *Rule-governed behavior*. New York: Plenum Press (ein Sammelband mit überwiegend theoretischen Beiträgen, der den Weg zur Relational Frame Theorie vorzeichnet)
- Hayes, S. C., Barnes-Holmes, D., & Roche, B., (Hrsg.) (2001). *Relational frame theory: a post-Skinnerian account of human language and cognition*. New York: Kluwer Academic / Plenum (der Klassiker zur Relational Frame Theorie; nicht ganz einfach zu lesen; Niklas Törneke, dessen Bücher Sie weiter unten finden, ist als Vorbereitungslektüre dringend zu empfehlen)
- Hayes, S.C. & Smith, S. (2007) *In Abstand von der inneren Wortmaschine*. Tübingen: dgvt-Verlag (mir gefällt der Originaltitel besser: „Out of your mind and into your life“; ein Selbsthilfe-Arbeitsbuch)
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2004) *Akzeptanz- und Commitment-Therapie*. München: CIP-Medien (die deutsche Übersetzung des ACT-Buches von 1999, das auf

Englisch mittlerweile in der 2. Auflage vorliegt; immer noch erhältlich, können Sie jetzt auch bei Amazon reinsehen)

- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012) *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change, 2. Auflage*. New York: Guilford Press** (der zentrale Bezugspunkt für alle an ACT interessierten! In zweiter Auflage gegenüber der ersten wesentlich verändert und verbessert, wie ich meine, nimmt es bereits die neueste, spannende Entwicklung von ACT auf: Bemühungen um die Verknüpfung mit der Evolutionstheorie – allerdings jenseits banaler evolutionspsychologischer „just so stories“)
- Hayes, S. C. & Strosahl, K. D. (Hrsg.) (2004) *A practical guide to acceptance and commitment therapy*. New York: Springer (ein Sammelband mit störungs- und setting-bezogenen Beiträgen)
- Heidenreich, T. & Michalak, J. (Hrsg.) (2009) *Achtsamkeit und Akzeptanz in der Psychotherapie*. 2.Aufl. Tübingen: dgvt (ein Sammelband, der ein breites Spektrum therapeutischer Ansätze um die Themen Achtsamkeit und Akzeptanz versammelt hat; den Herausgebern ist es in bewundernswerter Weise gelungen, gegenüber dieser Vielfalt eine weise, gelassene, achtsame und wertschätzende Haltung einzunehmen)
- Kohlenberg, R.J. & Tsai, M. (1991) *Functional analytic psychotherapy: Creating intense and curative therapeutic relationships*. New York: Plenum Press (Bob Kohlenberg und seine Frau Mavis Tsai stellen die therapeutische Beziehung in den Mittelpunkt ihres sehr stark an Skinner orientierten Therapieansatzes; indem sie Therapie als dynamischen Tanz der Kontingenzbeziehungen zwischen Patient und Therapeut beschreiben, erwecken sie Skinners Konzepte zum Leben; die funktional-analytische Psychotherapie, kurz FAP, hat einen unschätzbaren Beitrag zur Entwicklung von ACT geliefert; weiter unten finden Sie ein weiteres Buch aus diesem Stall)
- Luoma, J.B., Hayes, S.C. & Walser, R.D. (2009) *ACT-Training*. Paderborn: Junfermann (super zum Üben; setzt meiner Meinung nach aber ein gewisses Verständnis von ACT voraus; die amerikanische Ausgabe „Learning ACT“ enthält noch eine DVD mit Videobeispielen)
- McCurry, S.M. (2006) *When a family member has dementia. Steps to becoming a resilient caregiver*. Westport, CT: Praeger (auch ein wichtiges Thema; hilfreich für alle die betroffen sind oder betroffene Angehörige auf ihrem schwierigen Weg begleiten; wie sagen die Amerikaner: engaging)
- Ramnerö, J. & Törneke, N. (2008) *The ABCs of human behavior*. Oakland, CA: New Harbinger (eine leichtgängige Einführung in die Grundlagen der modernen Verhaltensanalyse, die insbesondere die funktionale Betrachtungsweise betont)
- Robinson, P.J., Gould, D.A. & Strosahl, K. D. (2010) *Real behavior change in primary care: Improving patient outcomes and increasing job satisfaction*. Oakland, CA: New Harbinger (alle drei Autoren Arbeiten in der medizinischen Allgemeinversorgung und

haben viele Institutionen in den USA in dieser Hinsicht beraten; Debra Gould ist Ärztin)

- Sandoz, E.K., Wilson, K.G. & DuFrene, T. (2010) *Acceptance and commitment for eating disorders*. Oakland, CA: New Harbinger (genial, wie hier Grundlagen und Anwendung zusammen gebracht werden; Emily Sandoz gehört zur jungen Generation der ACT-Forscher und steht mit dem einen Fuß fest in der RFT-Forschung, während sie mit dem anderen virtuos mit Patienten tanzt)
- Sonntag, R.F. (in Vorb.) *Akzeptanz und Commitment ...*. Springer-Verlag (haben Sie bitte noch etwas Geduld)
- Törneke, N. (2010) *Learning RFT: An Introduction to Relational Frame Theory and Its Clinical Applications*. Oakland, CA: New Harbinger (eine äußerst gelungene und ebenfalls leicht eingängige Einführung in die Relational Frame Theorie von einem psychiatrischen Kollegen aus Schweden)
- Tsai, M., Kohlenberg, R.J., Kanter, J.W., Kohlenberg, B., Follette, W.C. & Callaghan, G.M. (2009) *A guide to functional analytic psychotherapy: Awareness, courage, love, and behaviorism*. New York: Springer (der Untertitel zeigt, wohin die Verhaltensanalyse führen kann; enthält Kapitel über „Self and mindfulness“, „Intimacy“, „Supervision and therapist self-development“ und „Values in therapy and Green FAP“)
- Twohig, M.P. & Hayes, S. C. (2008) *ACT verbatim for depression and anxiety*. Oakland, CA: New Harbinger (sehr spannend! Es handelt sich um ein wörtlich aufgezeichnetes Therapieprotokoll über 10 Sitzungen mit Erläuterungen; ein Leckerbissen, wenn Sie es SEHR praktisch haben wollen)
- Walser, R.D. & Westrup, D. (2007) *Acceptance and commitment therapy for the treatment of posttraumatic stress disorder and trauma-related problems*. Oakland, CA: New Harbinger (einfach gut; eine gute Ergänzung zum Buch von Victoria Follette und Jacqui Pistorello)
- Walser, R.D. & Westrup, D. (2009) *The mindful couple: How acceptance and mindfulness can lead you to the love you want*. Oakland, CA: New Harbinger (ein kleines Büchlein, das es in sich hat; der Weg ist nicht immer leicht UND es lohnt sich! Es gibt auch eine deutsche Übersetzung: *Liebe ist Achtsamkeit: Mit ACT zu einer glücklichen Partnerschaft*. Walter-Verlag 2010)
- Wengenroth, M. (2008) *Das Leben annehmen: So hilft die Akzeptanz- und Commitmenttherapie*. Bern: Huber (das erste Buch zu ACT von einem deutschsprachigen Autor; Matthias schreibt allgemeinverständlich, gut lesbar und spricht Leserin und Leser direkt an; mit einigen witzigen Abbildungen)
- Wilson, K.G. & DuFrene, T. (2008) *Mindfulness for two*. Oakland, CA: New Harbinger (das ist kein Buch zur Paarberatung, vielmehr steht die therapeutische Beziehung im Mittelpunkt; enthält eine DVD mit Videobeispielen)

- Wilson, K.G. & DuFrene, T. (2010) *things might go terribly, horribly wrong*. Oakland, CA: New Harbinger (für jedermann geschrieben; menschlich und packend; wie Kelly erzählt hat, sollte der Titel eigentlich so lauten, wie es wirklich ist: *things will go terribly, horribly wrong*, das sei dem Verlag aber zu brenzlig gewesen)
- Wood, D.W. & Kanter, J.W. (2007) *Understanding behavior disorders: A contemporary behavioral perspective*. Reno, NV: Context Press (wer sich für die aktuellen Stand der modernen Verhaltensanalyse interessiert, sollte zu diesem Buch greifen, das allerdings etwas Engagement verlangt)
- Zettle, R.D. (2007) *ACT for depression*. Oakland, CA: New Harbinger (Bob gehört zu den ACT-Leuten der ersten Stunde und hat viel Erfahrung mit Patienten, die an ihren depressiven Verhaltensweisen leiden; leicht zu lesen, enthält dies Buch neben den Grundbegriffen ein praktisch angelegtes Behandlungsmanual, das vor allem dem Anfänger eine gute Orientierung bietet)