

A ce jour, il existe une large bibliographie de manuels d'ACT. Elle est disponible principalement en anglais - mais également en espagnol, allemand, hollandais, japonais et coréen.

Les ouvrages en anglais que nous vous conseillons:

Ouvrages pour cliniciens :

- Hayes, S. C., Strosahl, K. & Wilson, K. G. (1999). [*Acceptance and Commitment Therapy: An experiential approach to behavior change*](#).
New York: Guilford Press.
Le livre original de Steven Hayes, Kirk Strosahl et Kelly Wilson qui a lancé l'ACT. Une nouvelle édition est en cours de préparation.

- Ciarrochi, J., & Bailey, A. (2008). [*A CBT-Practitioner's Guide to ACT: How to Bridge the Gap Between Cognitive Behavioral Therapy and Acceptance and Commitment Therapy*](#). Oakland, CA: New Harbinger Publications.
 - Un ouvrage destiné particulièrement aux praticiens de TCC (CBT) 'classique' afin de mieux les aider à adapter les outils de l'ACT à leur pratique et méthodes existantes.
- Dahl, J., Wilson, K. G., Luciano, C., & Hayes, S. C. (2005). [*Acceptance and Commitment Therapy for Chronic Pain*](#).
Reno, NV: Context Press.
 - Un excellent ouvrage pour la prise en charge de la douleur chronique, avec un cas clinique mémorable et un chapitre particulièrement fort sur l'importance des valeurs.

- Dahl, J. C., Plumb, J. C., Stewart, I., & Lundgren, T. (2009). [*The Art and Science of Valuing in Psychotherapy: Helping Clients Discover, Explore, and Commit to Valued Action Using Acceptance and Commitment Therapy*](#).
Oakland, CA; New Harbinger Publications, Inc.
 - Un ouvrage remarquable qui marie à merveille l'exposition théorique de la notion de valeurs en ACT, les recherches empiriques et les exemples cliniques. A recommander à tout clinicien(ne) souhaitant centrer sa pratique sur les valeurs de ses clients.
- Luoma, J., Hayes, S. C. & Walser, R. (2007). [*Learning ACT, an Acceptance and Commitment Therapy Skills-training manual for therapists*](#).
Oakland, CA: New Harbinger.
 - Un livre clair et didactique pour apprendre à utiliser les 6 processus de l'ACT dans sa pratique clinique.

- Eifert, G. & Forsyth, J. (2005). [Acceptance and Commitment Therapy for anxiety disorders](#) . Oakland: New Harbinger.
 - Un guide du clinicien qui vous guidera pas-à-pas dans la prise en charge ACT des troubles anxieux.

- Hayes, S. C. & Strosahl, K. D. (2005). [A Practical Guide to Acceptance and Commitment Therapy](#) . New York: Springer.
 - Un livre de chapitres pour appliquer l'ACT dans l'arc des prises en charge de la souffrance mentale.

- Gardner, F. L., & Moore, Z. E. (2007). [The psychology of enhancing human performance: The Mindfulness-Acceptance-Commitment approach](#) (MAC) . New York: Springer Publishing Company.
 - L'ACT appliqué à la performance sportive et professionnelle. Démontre que les approches 'psychologie positive' ne marchent pas en sport et propose une alternative claire et engageante utilisable sur toute population non clinique.

- Ramnerö, J & Törneke, N. (2008). [The ABCs of Human Behavior](#) . Oakland, CA: New Harbinger.
 - Un livre clair et didactique sur les principes du comportementalisme appliqués aux contextes de la psychothérapie, incluant une partie très claire et engageante sur la RFT (Théorie du Cadre Relationnel).

- Walser, R., & Westrup, D. (2007). [Acceptance & Commitment Therapy for the Treatment of Post-Traumatic Stress Disorder & Trauma-Related Problems: A Practitioner's Guide to Using Mindfulness & Acceptance Strategies](#) . Oakland, CA: New Harbinger.
 - Un guide complet du clinicien pour la prise en charge du Stress Post-Traumatique, par des spécialistes de la prise en charge des militaires américains.

- Wilson, K. G., & DuFrene, T. (2009). [Mindfulness for Two: An Acceptance and Commitment Therapy Approach to Mindfulness in Psychotherapy](#) . Oakland, CA: New Harbinger.
 - Ce livre de Kelly Wilson, un des formateurs ACT les plus appréciés lie profondément et avec humanité le comportementalisme et la pleine conscience. Une mine d'exercices directement utilisables en clinique. Magistral.

Ouvrages de bibliothérapie généraux:

- Hayes, S. C. & Smith, S. (2005). [Get out of your mind and into your life, the New Acceptance and Commitment Therapy](#) . Oakland, CA:

New Harbinger.

- Le livre de bibliothérapie ACT 'princeps'!

- Harris, R. (2008). [*The Happiness Trap: How to stop struggling and start living*](#) . Boston, MA: Trumpete.

- Excellent, clair et engageant, traduction française ne préparation pour 2010.

Ouvrages de bibliothérapie spécifiques:

- Dahl, J. C., & Lundgren, T. L. (2006). [*Living Beyond Your Pain: Using Acceptance and Commitment Therapy to Ease Chronic Pain*](#) .

Oakland, CA: New Harbinger.

- JoAnne Dahl et Tobias Lundgren sont des spécialistes de la prise en charge de la douleur chronique. Ce livre vous connectera avec vos valeurs, et vous permettra de reprendre le chemin des activités qui apporteront une nouvelle vitalité dans votre vie.

- Follette, C., & Pistorello, J. (2007). [*Finding Life Beyond Trauma: Using Acceptance and Commitment Therapy to Heal from Post-Traumatic Stress and Trauma-Related Problems*](#)

. Oakland, CA: New Harbinger.

- Ce livre présente avec bienveillance et compassion, une approche ACT pour traverser les traumatismes les plus marquants et pouvoir reprendre le chemin d'une vie qui vaut le coup d'être vécue.

- Forsyth, J. P., & Eifert, G. H. (2008). [*The Mindfulness & Acceptance Workbook for Anxiety: A guide to breaking free from anxiety, phobias, and worry using Acceptance and Commitment Therapy*](#) . Oakland, CA: New

Harbinger.

- Ne laissez plus l'anxiété diriger votre vie, et reprenez le contrôle de la direction où vous allez.

- Gregg, J., Callaghan, G., & Hayes, S. C. (2007). [*The diabetes lifestyle book: Facing your fears and making changes for a long and healthy life*](#)

. Oakland, CA: New Harbinger.

- Un livre qui présente une approche concrète et pratique de gestion du Diabète au moyen de l'ACT. Basé sur une étude contrôlée.

- Lejeune, C. (2007). [*The Worry Trap: How to Free Yourself from Worry & Anxiety using Acceptance and Commitment Therapy*](#) . Oakland, CA: New

Harbinger.

- Un petit guide très pratique et direct pour aider ceux d'entre nous qui se font en permanence du souci!

- McCurry, C. (2009) [*Parenting Your Anxious Child with Mindfulness and Acceptance A Powerful New Approach to Overcoming Fear, Panic, and Worry Using Acceptance and Commitment Therapy*](#)

Oakland, CA: New Harbinger.

- Pour les parents d'enfants anxieux, un livre qui présente de manière directe et engageante comment utiliser la puissance de l'acceptation et de la pleine conscience pour mieux aider à grandir et avancer.

- Robinson, P., & Strosahl, K. D. (2008). [*The Mindfulness and Acceptance Workbook for Depression: Using Acceptance and Commitment Therapy to move through depression and create a life worth living*](#) . Oakland, CA: New Harbinger.

- Un guide efficace pour faire face à la dépression et avancer.

- Walser, R., & Westrup, D. (2009). [*The Mindful Couple: How Acceptance and Mindfulness Can Lead You to the Love You Want*](#) . Oakland, CA: New Harbinger Publications.

- Un livre profond et écrit avec compassion et créativité. Pour mettre la puissance de l'acceptation au service de vos valeurs de couple.