



차례

- 역자 서문 / 3
- 저자 서문 / 5
- 교육 영상 안내 / 9
- 임상 도구 안내 / 11

1부 ACT란 무엇인가

1장 정신과 진료에서 ACT의 이점 21

- ACT 간단 소개 / 23
- ACT의 근거에 대한 간략한 고찰 / 24
- 정신과 진료에서 ACT의 이점: 사례 / 25
- 요약 / 48

2장 ACT의 이해 51

- ACT의 기초행동과학적 기원 / 53
- 관계구성틀이론 / 54



- 행동 통제 시스템으로서 언어의 진화 / 55
- 관계 시스템으로서의 언어 / 56
- 규칙지배행동 / 58
- 언어의 어두운 면 / 60
- 언어와 마음의 경험 / 63
- 인간적 문제해결의 문제 / 64
- 자기성찰적 인식의 중요한 역할 / 68
- ACT 임상 프레임워크 / 70
- 규칙 따르기와 맥락둔감성 / 72
- 감정 및 행동 회피 / 73
- ACT 치료 프레임워크 / 76
- ACT의 세 가지 치료기전 / 78
- 참여 / 83
- 요약 / 86

2부 ACT 실행하기

3장 실전 기능정신의학 93

- 기능정신의학: 증상의 의미 / 96
- 기능정신의학의 핵심 원리 / 98



‘나아진’ 모습이란 어떤 것인가 / 101
기능정신의학 진료를 위한 도구 모음 / 103
맥락적 면담 사랑, 일, 놀이, 건강 / 105
기능분석 시행하기: ‘세 개의 T’ / 108
효용성 평가: 환자의 가치와 회피 전략 끌어내기 / 115
사분면 기법을 활용한 사례공식화와 치료계획 수립 / 120
사분면 사례분석을 통한 치료계획 수립 / 123
기능정신의학에서 활용하는 자기보고 및 임상가 척도 / 124
자기보고 질문지를 기능정신의학 개념과 통합하는 방법 / 128
요약 / 130

4장 CARE를 활용한 치료 기법 배우기 135

CARE 배우기: ACT에 대한 기본 접근법 / 136
C: 맥락감수성과 효용성 평가 / 138
A: 회피 규칙과 기능 표현 / 139
R: 자기지시적 규칙 재공식화(재구조화) / 141
E: 새로운 행동 실험 / 144
CARE 접근법의 임상적 적용 / 147
ACT 매트릭스 배우기 / 162
요약 / 177



5장 ACT 댄스 181

- ACT에서 치료관계 / 183
- ACT 댄스 기술 / 187
- 맥락감수성과 효용성 촉진하기 / 188
- 참여 촉진하기 / 205
- ACT에서 은유의 활용 / 211
- ACT에서 경험적 연습의 활용 / 216
- 요약 / 222

6장 기능정신약물학의 예술과 과학 225

- 행동약물학의 핵심 원리 / 226
- 정신약물학과 행동약물학의 공통 원리 / 229
- 기능정신약물학의 기본 원리 / 233
- 요약 / 254

3부 ACT의 실제

7장 외래진료에서 ACT 시행하기 265

- 다양한 진료 맥락에서 ACT 적용하기: 핵심 원리 / 266



역기능을 유발하는 회피의 핵심 기능 / 267
 ACT 임상적 개입: 맥락감수성과 효용성 증진하기 / 270
 ACT 임상적 개입: 개방성 증진하기 / 286
 ACT 임상적 개입: 참여 촉진하기 / 296
 요약 / 306

8장 자문조정정신의학에서 ACT 시행하기 311

자문조정정신의학에서 ACT의 이점 / 313
 다양한 임상 문제에 ACT 적용하기 / 314
 의료팀이 시행하는 ACT 개입 / 336
 요약 / 341

9장 정신병동에서 ACT 시행하기 345

ACT가 임상적으로 효과적인 입원치료임을 지지하는 근거 / 346
 ACT 치료환경을 조성하는 데 따르는 어려움과 보상 / 348
 단기 입원 ACT 프로토콜 / 349
 ACT 입원 면담의 중요성 / 354
 진단의기능 관리하기 / 361
 기능정신약물학 접근법 접목하기 / 362
 병동 활동 맥락에서 ACT 시행하기 / 381
 요약 / 383



10장 전공의 훈련, 시설, 프로그램 세팅에서 ACT 가르치기 389

전공의 ACT 훈련의 세 갈래 길 / 390

간격 매우기: 병동 및 프로그램 근무자에 대한 ACT 훈련 / 402

요약 / 412

• 찾아보기 / 415