

***Acceptance and Commitment Therapy* untuk Meningkatkan Kemampuan Adaptasi Kelompok dengan Skizofrenia dalam Menghadapi Ketidakpastian Kepulangan di Pondok Sosial**

Acceptance and Commitment Therapy for Enhancing Adaptive Capacity in Group with Schizophrenia Facing Uncertainty Regarding Discharge from Social Shelters

Andrea Maria Agniwijaya^(1*) & Endang Retno Surjaningrum⁽²⁾
Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Indonesia

*Corresponding author: andrea.maria.agniwijaya-2022@psikologi.unair.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengevaluasi efektivitas *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) dalam meningkatkan fleksibilitas psikologis pada kelompok dewasa dengan Skizofrenia yang tinggal di Pondok Sosial. Fleksibilitas psikologis, yang merupakan kemampuan untuk menerima pengalaman internal yang sulit sambil tetap berfokus pada tindakan bermakna, merupakan prediktor penting kualitas hidup pada populasi ini. Penelitian menggunakan desain *one group pretest-posttest* pada empat partisipan. Tingkat *psychological inflexibility* diukur menggunakan skala *Acceptance and Action Questionnaire-II* (AAQ-II) sebelum dan sesudah intervensi. Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan penurunan signifikan skor AAQ-II ($p < 0,05$), mengindikasikan penurunan *psychological inflexibility*. Analisis *effect size* menghasilkan nilai $r\gamma\lambda = 0.97$, yang menunjukkan efek yang besar. Observasi dinamika kelompok menunjukkan peningkatan inisiatif, partisipasi aktif, pemahaman konsep ACT, dan komitmen terhadap aksi yang selaras dengan nilai pribadi, seperti membantu petugas dan mengembangkan keterampilan baru. Temuan ini mengindikasikan bahwa ACT kelompok efektif dalam meningkatkan fleksibilitas psikologis dan kemampuan adaptasi pada populasi rentan ini, serta berpotensi meningkatkan kualitas hidup mereka.

Kata Kunci: Acceptance and Commitment Therapy; Fleksibilitas Psikologis; Skizofrenia.

Abstract

This study aimed to evaluate the effectiveness of group Acceptance and Commitment Therapy (ACT) in enhancing psychological flexibility among adult individuals with Schizophrenia residing in a Social Shelter. Psychological flexibility, defined as the ability to accept difficult internal experiences while remaining focused on meaningful action, is a critical predictor of quality of life in this population. The research employed a one group pretest-posttest design with four participants. Levels of psychological inflexibility were measured using the Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II) before and after the intervention. Paired sample t-test results revealed a significant decrease in AAQ-II scores ($p < 0.05$), indicating a reduction in psychological inflexibility. Effect size analysis yielded a value of $r\gamma\lambda = 0.97$, demonstrating a large effect. Observations of group dynamics indicated increased initiative, active participation, understanding of ACT concepts, and commitment to actions aligned with personal values, such as assisting staff and developing new skills. These findings suggest that group ACT is effective in improving psychological flexibility and adaptive capacity in this vulnerable population, with the potential to enhance their overall quality of life.

Keywords: Acceptance and Commitment Therapy; Psychological Flexibility; Schizophrenia.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v6i1.656>

Rekomendasi mensitasi :

Agniwijaya, A. M. & Surjaningrum, E. R. (2025), *Acceptance and Commitment Therapy* untuk Meningkatkan Kemampuan Adaptasi Kelompok dengan Skizofrenia dalam Menghadapi Ketidakpastian Kepulangan di Pondok Sosial. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 6 (1): 368-374.

PENDAHULUAN

Skizofrenia merupakan gangguan mental berat yang ditandai oleh gejala psikosis seperti delusi, halusinasi, serta disorganisasi pikiran dan perilaku (Kring et al., 2014). Gangguan ini memiliki dampak yang signifikan terhadap fungsi sosial, emosional, dan pekerjaan individu yang mengalaminya (Bennett, 2009). Berdasarkan data dari Riskesdas 2018, prevalensi rumah tangga dengan anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa skizofrenia atau psikosis di Indonesia mencapai 6,7 per 1.000 penduduk. Meskipun 85% rumah tangga dengan anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa skizofrenia atau psikosis pernah berobat ke RS JiwaFasyankes/Nakes, hanya 48,9% yang rutin minum obat dalam 1 bulan terakhir dengan sebagian besar Klien tidak mendapatkan penanganan profesional yang memadai (Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Di Jawa Timur, prevalensi rumah tangga dengan anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa skizofrenia atau psikosis di Jawa Timur adalah 0,7 per 1.000 penduduk. Data menunjukkan bahwa kasus lebih banyak ditemukan di daerah perdesaan (0,9 per 1.000) dibandingkan perkotaan (0,6 per 1.000). Sebagian besar individu dengan gangguan ini adalah laki-laki (54,7%), dan prevalensi tertinggi terjadi pada kelompok usia 55 tahun ke atas (48,9%) (Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Meskipun pendekatan farmakologis tetap menjadi komponen utama dalam pengelolaan Skizofrenia, terapi ini seringkali tidak cukup untuk mengatasi gejala negatif seperti apati dan anhedonia,

yang berdampak signifikan pada fungsi sosial pasien (Jansen et al., 2020). Klien dengan gangguan Skizofrenia/ psikosis juga seringkali tidak patuh dalam minum obat dengan berbagai alasan, antara lain sering lupa (38,1%), tidak mampu membeli obat (13,5%), merasa sudah sembuh (9,5%), tidak suka efek samping dari obat (8,2%), dan malas berobat (6,6%) (Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Oleh karena itu, diperlukan intervensi psikososial yang mampu melengkapi pengobatan farmakologis dengan pendekatan yang berfokus pada penerimaan dan pemberdayaan individu (Gray et al., 2018).

Di Indonesia, terdapat berbagai sarana dan prasarana yang membantu dalam penanganan individu dengan Skizofrenia. Salah satunya adalah Pondok Sosial. Individu dengan Skizofrenia yang tinggal di Pondok Sosial menghadapi tantangan untuk menerima kondisinya yang tinggal di Pondok Sosial, berinteraksi dengan Klien lain, serta mengikuti rutinitas yang ditetapkan oleh petugas. Sebagian besar Klien mengalami kesulitan dalam menghadapi tantangan ini, terutama karena mereka merindukan keluarga dan seringkali memiliki keinginan yang kuat untuk segera pulang. Kenyataannya, mereka mungkin harus tinggal lebih lama di Pondok Sosial. Ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan kondisi tersebut sering kali menyebabkan Klien menarik diri dari aktivitas harian, yang berdampak pada keterlibatan dan produktivitas mereka. Menurut teori adaptasi Lazarus dan Folkman (1984), adaptasi adalah interaksi antara individu dan lingkungan, di mana individu perlu menilai tantangan

(misalnya, ketidakpastian dan kehilangan kontak dengan keluarga) serta memanfaatkan sumber daya yang ada untuk menyesuaikan diri. Pada konteks ini, kemampuan adaptasi tercermin dari kemampuan mereka menghadapi ketidakpastian, mengelola emosi seperti rasa rindu dan frustrasi, serta menerima kondisi kehidupan yang baru.

Untuk membantu proses adaptasi ini, dukungan sosial dari petugas dan sesama Klien di Pondok Sosial sangat diperlukan, sejalan dengan teori koping yang menekankan pentingnya dukungan sosial dalam proses adaptasi (Folkman & Moskowitz, 2004). Adaptasi yang efektif membutuhkan waktu, dan Klien yang telah tinggal lebih dari tiga bulan cenderung menunjukkan pola adaptasi yang lebih stabil. Pada fase ini, Klien diharapkan lebih mampu menilai dan mengelola stresor, baik melalui strategi koping maupun penerimaan terhadap kondisi mereka (Lazarus & Folkman, 1984). Fleksibilitas psikologis, yaitu kemampuan untuk menerima pengalaman emosional yang sulit sambil tetap fokus pada tindakan yang bermakna, juga memainkan peran penting dalam mendukung proses adaptasi yang sukses.

Acceptance and Commitment Therapy (ACT) menawarkan pendekatan alternatif dengan menekankan penerimaan pengalaman internal yang sulit dan komitmen terhadap tindakan bermakna, meskipun menghadapi keterbatasan psikologis (Gray et al., 2018) Pendekatan ini bertujuan meningkatkan fleksibilitas psikologis, yaitu kemampuan individu untuk beradaptasi dengan tantangan kehidupan sambil tetap berpegang pada nilai-nilai pribadi (Hayes et al., 2012) Pada konteks Skizofrenia, ACT membantu Klien

untuk menerima gejala seperti halusinasi atau delusi tanpa terjebak dalam upaya mengontrolnya, sehingga mereka dapat lebih fokus pada aspek kehidupan yang bermakna (Johns et al., 2016; Wakefield et al., 2018). Fleksibilitas psikologis sebagai variabel utama dalam mengukur keberhasilan intervensi ACT. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa fleksibilitas psikologis berhubungan erat dengan peningkatan kualitas hidup pada individu dengan Skizofrenia (Yıldız, 2020). Tujuan dari penelitian ini antara lain untuk mengevaluasi penerapan ACT dalam meningkatkan fleksibilitas psikologis pada kelompok dewasa dengan Skizofrenia yang sudah remisi secara parsial dan tinggal di Pondok Sosial, serta menganalisa dampak ACT terhadap aspek emosional, sosial, dan kognitif Klien. Penelitian ini berkontribusi pada pengembangan pendekatan terapi yang lebih adaptif untuk Skizofrenia, terutama bagi populasi dengan keterbatasan akses layanan kesehatan mental. penelitian ini diharapkan dapat mengurangi stigma, meningkatkan keterlibatan sosial, dan memberikan solusi yang relevan secara lokal untuk pengelolaan Skizofrenia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *one group pretest-posttest design*. Desain ini dilakukan pada satu kelompok dengan melihat perubahan sebelum perlakuan yang didahului dengan pemberian *pretest* di awal penelitian dan diikuti dengan pemberian *posttest* di akhir penelitian (Neuman, 2014).

Pemilihan partisipan dalam penelitian ini ditentukan dengan teknik *purposive sampling* yaitu pemilihan

partisipan yang ditentukan dengan kebutuhan maupun tujuan dari penelitian (Neuman, 2014). Kriteria partisipan penelitian yaitu individu yang telah tinggal di Pondok Sosial selama lebih dari tiga bulan. Meskipun yang bersangkutan telah didiagnosis skizofrenia oleh psikiater, ia mampu melakukan aktivitas dasar sehari-hari secara mandiri. Kemampuan kognitifnya tergolong memadai, yang ditunjukkan dengan skor *Mini Mental State Examination* (MMSE) berada dalam rentang normal, yaitu antara 24-30. Selain itu, partisipan juga menunjukkan tingkat *psychological inflexibility* yang cukup tinggi, yang diindikasikan dengan skor *Acceptance and Actions Questionnaire-II* (AAQ-II) di atas 25. Partisipan juga menunjukkan komitmen yang baik untuk berpartisipasi dalam kegiatan kelompok hingga selesai.

Skala *Acceptance and Actions Questionnaire-II* (AAQ-II) yang digunakan berjumlah 7 item, menggunakan tujuh pilihan jawaban, mulai dari "Tidak Pernah Benar" (1 poin) hingga "Selalu Benar" (7 poin). Semakin rendah skor yang diperoleh, semakin menunjukkan bahwa partisipan memiliki tingkat fleksibilitas psikologis yang lebih baik. Skala ini dikembangkan dan dimodifikasi oleh Bondz et al. (2011) untuk mengukur penerimaan dan aksi. Penilaian skala ini menunjukkan konsistensi yang memuaskan dengan koefisien alpha rata-rata 0,84 (rentang 0,78-0,88), serta reliabilitas uji ulang yang baik, yaitu 0,81 untuk 3 bulan dan 0,79 untuk 12 bulan. Skala AAQ-II menunjukkan validitas yang baik sebagai alat ukur *psychological inflexibility*, ditunjukkan melalui korelasi dengan gangguan psikologis, kemampuan

prediktif, validitas konvergen dan diskriminan yang kuat, serta validitas inkremental. Jika individu mendapatkan skor di atas nilai 25, mengindikasikan tingkat *psychological inflexibility* yang tinggi dan kemungkinan adanya gangguan psikologis yang signifikan.

Dalam penelitian ini, data dianalisis untuk menarik kesimpulan dan menguji hipotesis (Neuman, 2014). Uji *paired sample t-test* digunakan untuk mengetahui perbedaan antara dua data berpasangan, sementara *effect size* dihitung untuk menguji efektivitas intervensi *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) terhadap perubahan nilai *psychological inflexibility*.

Berikut adalah rumus eta square perhitungan *effect size* (Pallant, 2020):

$$r^2 = \frac{t^2}{t^2 + df}$$

Setelah diperoleh nilai r tersebut, dapat diketahui kategori efektivitas perlakuan yang telah diberikan. Penormaan efektivitas menurut Cohen (dalam Pallant, 2020) adalah kategori *small effect* (0.2-0.5), *medium effect* (0.5-0.8), dan *large effect* (>0.8).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut merupakan hasil evaluasi kuantitatif terkait rangkaian kegiatan intervensi kelompok berdasarkan hasil skoring Skala AAQ-II yang telah dilakukan:

Tabel 1. Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Partisipan	Pretest	Posttest
Klien 1 (S)	26	23
Klien 2 (M)	28	23
Klien 3 (D)	27	21
Klien 4 (R)	34	30

Tabel 2. Analisis Deskriptif Perbandingan Skor

	Pretest	Posttest
N	4	4
Mean	28.75	24.25
Minimum	26	21
Maximum	34	30

Tabel di atas merupakan data deskriptif dari Skala AAQ-II yang diisi oleh partisipan dalam kegiatan ini. Tabel menunjukkan bahwa *mean pretest* Skala AAQ-II sebesar 28.75, sedangkan *mean posttest* Skala AAQ-II sebesar 24.5. Data ini menunjukkan adanya penurunan dalam *psychological inflexibility* pada partisipan setelah diberikan intervensi.

Tabel 3. Analisis Deskriptif Perbandingan Skor

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Pretest	.828	4	.163
Posttest	.818	4	.139

Uji normalitas data dilakukan dengan teknik Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50, diketahui bahwa data *pretest* berdistribusi normal dengan nilai signifikansi 0.163 ($p > 0.05$), dan data *posttest* juga berdistribusi normal dengan nilai signifikansi 0.139 ($p > 0.05$). sehingga uji hipotesis pada Skala Kecemasan Masa Depan akan dilakukan dengan uji parametrik, yaitu dengan uji *paired sample t-test*.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pretest-Posttest	6.971	3	.006

Hasil Skala AAQ-II diolah dengan teknik statistik uji parametrik yaitu *paired sample t-test*. Hasil uji menunjukkan Sig.(2-tailed) sebesar .006 ($p < 0.05$) ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam penurunan *psychological inflexibility* pada partisipan.

Hasil uji *effect size* pada skor kecemasan masa depan menggunakan skala AAQ-II sebelum diberikan intervensi (*pretest*) dan setelah diberikan intervensi (*posttest*). Hasil analisis *effect size* memperoleh hasil: $r^2 = 0.97$ yang menjelaskan bahwa perbedaan jarak antara skor *pretest* dan *posttest* *psychological inflexibility* tergolong besar.

Hal ini dapat disimpulkan bahwa intervensi *Acceptance dan Commitment Therapy* memberikan efek yang besar dalam *psychological inflexibility* pada Klien dengan Skizofrenia yang tinggal di Pondok Sosial.

Hasil analisis statistik menggunakan *paired sample t-test* menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan dalam penurunan kecemasan masa depan pada partisipan. Hal ini menunjukkan bahwa *Acceptance and Commitment Therapy* dapat menurunkan *psychological inflexibility* pada Klien Skizofrenia yang tinggal di Pondok Sosial. *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) sebagai terapi perilaku kognitif generasi ketiga (Hayes et al., dalam Tonarelli et al., 2016), menjanjikan harapan dalam penanganan gangguan psikotik, termasuk Skizofrenia (Yıldız, 2019).

Selama pelaksanaan serangkaian sesi *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT), dinamika kelompok yang terbentuk menunjukkan adanya perkembangan positif yang signifikan pada partisipan. Observasi menunjukkan bahwa setiap partisipan mengalami peningkatan dalam kemampuan untuk mengenali dan menerima pikiran serta perasaan mereka tanpa melakukan penghindaran (*experiential avoidance*). Hal ini mendukung pernyataan bahwa fleksibilitas psikologis menjadi fokus utama ACT, juga pengurangan *experiential avoidance*; ACT membantu individu menerima apa yang terjadi dengan dirinya daripada menghindarinya (Hayes et al., dalam Yildis, 2019).

Salah satu hasil yang paling signifikan adalah perubahan perilaku partisipan yang selaras dengan nilai-nilai pribadi mereka.

Partisipan menunjukkan peningkatan komitmen untuk melakukan aksi nyata yang bermakna dalam kehidupan sehari-hari di Pondok Sosial, seperti membantu petugas, berinteraksi dengan sesama Klien, dan mengembangkan keterampilan baru (misalnya, mencuci motor atau membatik). Perubahan ini mencerminkan peningkatan kemampuan partisipan untuk berfokus pada tindakan yang konsisten dengan nilai-nilai mereka, meskipun dihadapkan pada ketidakpastian dan tantangan. Kemampuan beradaptasi dengan tuntutan situasional dan komitmen pada nilai pribadi memungkinkan fleksibilitas psikologis pada individu menjadi meningkat (Kashdan & Rottenberg dalam Wakefield et al., 2018).

Relasi dengan gejala psikotik diubah melalui penerimaan dalam pendekatan ini (Wakefield et al., 2018). Partisipan mampu mengaplikasikan metafora yang diajarkan (misalnya, metafora mobil berjalan) untuk mengelola pikiran dan perasaan negatif mereka. Kemampuan ini menunjukkan adanya pergeseran dari upaya mengontrol pikiran menjadi upaya mengamati dan menerima pikiran tersebut sebagai bagian dari pengalaman internal. Individu terbantu menerima halusinasi sambil tetap berkomitmen pada tindakan bermakna. ACT terbukti efektif dalam mengurangi gejala positif Skizofrenia, meningkatkan fungsi sehari-hari, dan suasana hati (Craemer et al. dalam Wakefield et al., 2018). Pengurangan depresi, kecemasan, serta halusinasi pada Klien dengan gangguan psikotik juga terbukti efektif melalui tinjauan sistematis (Yıldız, 2019). Penurunan tekanan terkait halusinasi pun dialami (Shawyer et al. dalam Yıldız, 2019). Perhatian dialihkan dari halusinasi, lalu

siklus perilaku yang memperparah gejala diputus (Tonarelli et al., 2016). Penerimaan terhadap gejala dan regulasi emosi ditingkatkan (Spidel et al. dalam Yıldız, 2019), sehingga individu dapat melihat gejala sebagai bagian dari aktivitas mental (Wakefield, Roebuck, dan Boyden, 2018), serta meningkatkan fungsi emosional (White et al. dalam Yıldız, 2019).

Salah satu indikasi keberhasilan intervensi adalah meningkatnya inisiatif dan partisipasi aktif partisipan dalam diskusi kelompok. Partisipan tidak hanya lebih sering berbagi pengalaman dan perasaan pribadi, tetapi juga menunjukkan kemampuan untuk merespons dan memberikan dukungan kepada sesama anggota kelompok. Hal ini mengindikasikan adanya peningkatan sense of belonging dan kohesi kelompok, yang merupakan faktor penting dalam efektivitas intervensi kelompok. Hal ini mendukung pernyataan bahwa konteks kelompok memberikan manfaat signifikan bagi Klien dengan Skizofrenia dalam ACT, terutama mengatasi gejala psikologis dan meningkatkan kualitas hidup (Thomas et al., 2014). Isolasi dan stigma diri dapat berkurang berkat pelaksanaan ACT dalam format kelompok. Interaksi kelompok membantu Klien memperoleh dukungan emosional dan belajar merespons gejala psikotik secara adaptif. Hubungan dengan pikiran dan perasaan negatif diubah (Thomas et al., 2014; Gray et al., 2018). Keterampilan koping yang lebih efektif dikembangkan, tekanan terkait halusinasi berkurang, dan keterlibatan dalam aktivitas sehari-hari meningkat (Wakefield et al., 2018).

SIMPULAN

Berdasarkan intervensi yang sudah dilakukan kepada Klien dengan Skizofrenia yang tinggal di Pondok Sosial, maka dapat disimpulkan bahwa intervensi *acceptance and Commitment Therapy* (ACT) terbukti dapat menurunkan *psychological inflexibility* yang membantu dalam proses adaptasi Klien selama tinggal di Pondok Sosial.

Penelitian mendatang dapat mempertimbangkan intervensi yang melibatkan keluarga (misalnya, edukasi atau pertemuan terjadwal) guna mengatasi ketidakstabilan emosional Klien akibat rindu keluarga, serta meningkatkan hubungan emosional dan penerimaan diri. Pertimbangan terhadap observer yang lebih berkomitmen juga diperlukan untuk memaksimalkan hasil observasi sesi kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2022). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Bennet, P. (2006). *Abnormal and Clinical Psychology: An Introductory Textbook*. 2nd Edition.
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., & Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy*, 42(4), 676-688. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>
- Davison, G. C., Johnson, S., Neale, J. M. dan Kring, A. M. (2014). *Abnormal Psychology* 12th Edition. John Wiley & Sons, Inc.: Hoboken
- Gray, R., Hillel, S. A., Brown, E., & Al Ghareeb, A. (2018). Safety and efficacy of acceptance Therapy (ACT) in schizophrenia spectrum and other psychotic disorders: Protocol for a systematic review and meta-analysis. *Methods and Protocols*, 1(4), 38. <https://doi.org/10.3390/mps1040038>
- Johns, L. C., Craig, T., Butler, L., Jolley, S., Joseph, C., Oliver, J. E., Wykes, T., Morris, E. M., Khondoker, M., Byrne, M. (2016). The Feasibility and Acceptability of A Brief Acceptance and Commitment Therapy (ACT) Group Intervention For People with Psychosis: The ACT for Life Study. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 50 (2016): 257-263.
- O'Donoghue, E. K., Morris, E. M. J., Oliver, J. E., Johns, L. C., & Hayes, S. C. (2018). *ACT for Psychosis Recovery: A Practical Manual for Group-Based Interventions*. New Harbinger Publications.
- Tonarelli, S., Alvarado, L., Dwivedi, A., Cancellare, A., Pasilas, R. (2016). Acceptance and Commitment Therapy Compared to Treatments as Usual in Psychosis: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Psychiatry*, 2016, 19:3. <http://dx.doi.org/10.4172/2378-5756.1000366>
- Vaessen, T., Steinhart, H., Batink, T., Klippel, A., Van Nierop, M., Reininghaus, U., & Myin-Germeys, I. (2019). ACT in daily life in early psychosis: an ecological momentary intervention approach. *Psychosis: Psychological, Social and Integrative Approaches*, 11(2), 93-104. <https://doi.org/10.1080/17522439.2019.1578401>
- Wakefield, S., Roebuck, S., & Boyden, P. (2018). The evidence base of acceptance and commitment therapy (ACT) in psychosis: A systematic review. *Journal of contextual behavioral science*, 10, 1-13.
- Yildiz, E. (2019). The Effects of Acceptance and Commitment Therapy in Psychosis Treatment: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials. *Perspective Psychiatry Care*, 2020 Jan, 56(1):149-167. DOI: 10.1111/ppc.12396.