



Programa

Introducción a la Terapia de Aceptación y Compromiso

Resumen

Curso: Introducción a la Terapia de Aceptación y Compromiso

Período: Asincrónico

Carga horaria total: 10h

Módulos: 4

Docentes a cargo: Sofía Alonso Domínguez y Betiana Romera Moreno.

Objetivos

Objetivo general

Este curso tiene por objetivo principal introducir a estudiantes, graduados y personas interesadas conocimientos sobre la terapia de Aceptación y Compromiso, un acercamiento a las herramientas y fundamentos teóricos provenientes de la investigación científica, focalizadas para la aplicación en el ámbito clínico. El curso requiere conocimiento básico de las terapias cognitivas conductuales y contextuales. Está focalizado principalmente al acercamiento teórico-práctico de dicho modelo psicoterapéutico.

Objetivos específicos

Al finalizar este curso, el estudiante será capaz de:

- a. Brindar conocimientos específicos de ACT como modelo psicoterapéutico.
- b. Comprender la clínica psicológica desde los principios de la Terapia de Aceptación y Compromiso.

- c. Conocer el marco científico y conceptual que sustenta a la Terapia de Aceptación y Compromiso como práctica basada en evidencia.
- d. Identificar y poner en práctica intervenciones clínicas de la Terapia de Aceptación y Compromiso.

Equipo docente

Ana Sofía Alonso

Lic. en Psicología (Universidad del Aconcagua - Mendoza)
 Especialista en Psicología Sistémica (Escuela Sistémica Argentina)
 Experta en Terapias Contextuales (Universidad de Almería)

Sofía se recibió como Licenciada en Psicología en la Universidad del Aconcagua de la Provincia de Mendoza. Se dedica a la enseñanza superior universitaria, participando como Jefa de Trabajos Prácticos en la cátedra de Técnicas de Diagnóstico Psicológico I en la Universidad donde se formó. Además, dicta cursos presenciales para estudiantes y graduados a fin de acercar las prácticas basadas en evidencia al ambiente universitario mendocino.

Se ha desempeñado principalmente en la práctica clínica privada, abordando problemas psicológicos relacionados con el espectro ansioso y depresivo. A lo largo de su formación ha explorado distintas perspectivas en psicología, con la mirada siempre puesta en su eficacia y respaldo científico. De esta manera obtuvo el título de Especialista en Psicología Sistémica, otorgado por la Escuela Sistémica Argentina y el de Experto Universitario en Terapias Contextuales, otorgado por la Universidad de Almería (UAL).

Actualmente continúa su formación cursando el Máster Universitario en Terapias Contextuales en la UAL y enfoca su práctica clínica en el abordaje de las dificultades de regulación emocional, atendiendo personas con Trastorno Límite de la Personalidad que presentan autolesiones y situaciones de riesgo.

Betiana Julieta Romera Moreno

Lic. en Psicología (Universidad del Aconcagua - Mendoza)
 Profesora en Psicología (Universidad del Aconcagua - Mendoza)
 Diplomada en Psicoterapia Breve Sistémica (Universidad del Aconcagua - Mendoza)
 Formada en Psicoterapias Conductual-Contextuales

Betiana se recibió como profesora y licenciada en psicología en la Universidad del Aconcagua de la Provincia de Mendoza. Como Docente se ha dedicado a la enseñanza superior terciaria,

dando la materia Aspectos Psicosociales y Culturales del Desarrollo así como también Problemáticas Socioculturales Actuales en el Instituto de Enfermería Reinalda Balancini.

Se ha desarrollado principalmente en el ámbito clínico privado, abordando patologías actuales tales como trastornos de ansiedad y depresión. Ha realizado una Diplomatura en Psicoterapia Breve Sistémica y múltiples formaciones en Análisis de la Conducta, Terapias de Tercera generación y Terapia de Aceptación y Compromiso. También ha realizado formaciones sobre el Protocolo en Activación Conductual para Depresión.

Programa analítico

EJE 1: BASES CIENTÍFICAS Y CONCEPTUALES DE ACT

Historia de la Terapia de Aceptación y Compromiso. Modelo psicoterapéutico contemporáneo: sus características principales. Investigaciones científicas y evidencia. Posicionamiento filosófico y epistemológico: Conductismo. Teoría del Marco Relacional: su influencia en la Terapia de Aceptación y Compromiso.

EJE 2: ASPECTOS GENERALES DE LA PRÁCTICA CLÍNICA EN ACT

Relación terapéutica como contexto. Principios guía en la práctica. Desesperanza Creativa. Modelo de Flexibilidad psicológica. Objetivos terapéuticos y consentimiento informado.

EJE 3: MODELO HEXAFLEX

Defusión. Aceptación. Mindfulness. Toma de perspectiva: yo-contexto. Valores. Acción Comprometida. Modelo Matrix para conceptualización de casos clínicos.

EJE 4: ACT EN LA PRÁCTICA

Diseño de tratamiento basado en ACT. Estructura de tratamiento. Intervenciones clínica basada en ACT. Estudio de casos clínicos.

Bibliografía

MÓDULO 1: BASES CIENTÍFICAS Y CONCEPTUALES DE ACT

Gómez-Martin, S., López-Ríos, F. & Mesa-Manjón, H. (2007) Teoría de los marcos relacionales: algunas implicaciones para la psicopatología y la psicoterapia. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7 (2), pp 491-507

Jurado-Andino, M. (2018) Una mirada introductoria a la Terapia de Aceptación y Compromiso. *Revista Griot*, 10 (1), pp 70-87.

Luciano, M.C. (2016) Evolución de la Terapia de Aceptación y Compromiso. *Revista de Análisis y*

Modificación de Conducta, 42 (165-166), pp 3-14.

Maero, F. (2022) Capítulo 5: Una mirada conductual sobre el lenguaje. En F. Maero Croquis. Una guía clínica de la Terapia de Aceptación y Compromiso (pp 79-116)

MÓDULO 2: ASPECTOS GENERALES DE LA PRÁCTICA CLÍNICA EN ACT

Maero, F. (2022) Capítulo 6: El modelo de flexibilidad psicológica. En F. Maero Croquis. Una guía clínica de Terapia de Aceptación y Compromiso (pp 117-168). Buenos Aires:Dunken

Maero, F. (2022) Capítulo 7: ACT en la práctica clínica. En F. Maero Croquis. Una guía clínica de Terapia de Aceptación y Compromiso (pp 171-177). Buenos Aires:Dunken

Maero, F. (2022) Capítulo 8: Principios guía de la práctica de ACT. En F. Maero Croquis. Una guía clínica de Terapia de Aceptación y Compromiso (pp 179-192). Buenos Aires:Dunken

Maero, F. (2022) Capítulo 9: La relación terapéutica como contexto. En F. Maero Croquis. Una guía clínica de Terapia de Aceptación y Compromiso (pp 179-192). Buenos Aires:Dunken

Maero, F. (2022) Capítulo 15: Acordar objetivos de Terapia y obtener un consentimiento informado. En F. Maero Croquis. Una guía clínica de Terapia de Aceptación y Compromiso (pp 179-192). Buenos Aires:Dunken

Wilson, K.G. & Luciano Soriano, M.C. (2002) Desesperanza creativa. En K.G. Wilson & M.C. Luciano Soriano *Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) Un tratamiento conductual orientado a los valores* (pp 141 - 160). Madrid:Pirámide

MÓDULO 3: MODELO HEXAFLEX

Harris, R. (2009) Capítulo 21: Haz lo que sea necesario. En R. Harris *ACT Hecho Simple* (pp 208-224) Barcelona:Obelisco

Hayes, S., Strosahl, K. & Wilson, K. (2014) Dimensiones del Yo. En S. Hayes, K. Strosahl & K. Wilson *Terapia de Aceptación y Compromiso: Proceso y práctica del cambio consciente (mindfulness)* (pp 329-363) Bilbao:Desclee de Brower

Blackledge, J.T. (2018) ¿Qué es la defusión cognitiva? En J.T. Blackledge *La defusión cognitiva en la práctica* (pp 17-32). Bilbao:Descleé de Brower

Blackledge, J.T. (2018) El papel de la defusión en la Terapia de Aceptación y Compromiso. En J.T. Blackledge *La defusión cognitiva en la práctica* (pp 33-54). Bilbao:Descleé de Brower

Páez-Blarrina, M., Gutiérrez-Martínez, O., Valdivia-Salas, S. & Luciano-Soriano, C. (2006) Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y la importancia de los valores personales en el contexto de la terapia psicológica. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 6 (1), pp 1-20

Pérez, M.A. & Botella, L. (2006) Conciencia Plena (mindfulness) y psicoterapia: concepto, evaluación y aplicaciones clínicas. *Revista de Psicoterapia: Mindfulness y Psicoterapia*, II (XVII), pp 77-120

Valdivia Salas, S. & Paez Blarrina, O. (2019) ¿Qué es aceptar? En S. Valdivia Salas & O. Páez

Blarrina *Aceptación: qué es y por qué se fomenta en terapia* (pp 106-127). Madrid:Pirámide
 Wilson, K.G. & Luciano Soriano, M.C. (2002) ACT como un tratamiento orientado hacia valores. En K.G. Wilson & M.C. Luciano Soriano *Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) Un tratamiento conductual orientado a los valores* (pp 161 - 216). Madrid:Pirámide

MÓDULO 4: ACT EN LA PRÁCTICA CLÍNICA

Maero, F. (2022) Capítulo 16: Estructura del tratamiento. En F. Maero *Croquis. Una guía clínica de Terapia de Aceptación y Compromiso* (pp 263-270) Buenos Aires:Dunken
 Maero, F. (2022) Capítulo 17: La clínica en ACT. En F. Maero *Croquis. Una guía clínica de Terapia de Aceptación y Compromiso* (pp 271-280) Buenos Aires:Dunken
 Páez Blarrina, M. (2012) La importancia de la clarificación de valores en problemas de control de impulsos: alcoholismo y juego compulsivo. En M. Páez Blarrina & O. Gutiérrez Martínez (coord) *Múltiples aplicaciones de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)* (pp 131-146) Madrid:Pirámide
 Páez Blarrina, M. (2012) ACT para el tratamiento de los trastornos del espectro ansioso. En M. Páez Blarrina & O. Gutiérrez Martínez (coord) *Múltiples aplicaciones de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)* (pp 73-88) Madrid:Pirámide

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Coletti, J.P. & Teti, G.L. (2015) Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT): conductismo, mindfulness y valores. *Vertex Revista Argentina de Psiquiatría*, XXVI, pp 37-42.
 Harris, R. (2009) *Hazlo Simple*. Barcelona:Obelisco
 Hayes, S., Strosahl, K. & Wilson, K. (2014) *Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (Mindfulness)* Bilbao:Desclee de Brower
 Moñivas, A., García-Diex, G. & García de Silva, R. (2012) Mindfulness (atención plena): concepto y teoría. *Portularia*, XII (nº extra), pp 83-89
 Russo, A. & Forsyth, J. (2014, 28 de agosto) Una introducción a la Terapia de Aceptación y Compromiso. Recuperado de:
<https://grupoact.com.ar/una-introduccion-a-terapia-de-aceptacion-y-compromiso-2/>

Metodología de enseñanza - aprendizaje

El curso consta de clases teórico-prácticas en las que se expondrán conceptos fundamentales de la ACT y la base científica de las técnicas presentadas. La información brindada se orienta a explicar las bases de la Terapia de Aceptación y Compromiso e introducir a los y las estudiantes en los principales conceptos y técnicas utilizadas en este modelo de terapia. Se hará hincapié en la comprensión de los fundamentos teóricos y filosóficos para introducir a los y las estudiantes a dicho modelo.

En relación a la dinámica de las clases, los contenidos serán impartidos utilizando apoyos audiovisuales como imágenes, videos, memes y diagramas. A su vez, se le dará un rol fundamental a la comprensión y aplicación de los conceptos en ejemplos cercanos para los y las estudiantes y/o relacionados con la práctica clínica. Al final de cada clase se propondrá una tarea práctica opcional para que los y las estudiantes integren y pongan en práctica algunos de los conocimientos adquiridos. Los estudiantes dispondrán de bibliografía ampliatoria para profundizar los conocimientos correspondientes a cada clase y de múltiples espacios de participación en formato de foro-debate asincrónico para expresar sus dudas, reflexiones y/o respuestas a las actividades planteadas a lo largo del curso.

Método de evaluación

El formato del examen integrador final será virtual e integrará los contenidos teóricos y prácticos aprendidos durante el curso. La modalidad será multiple choice, con 1 hora máxima para realizarlo.