

NIVEL INICIAL

FORMACIÓN INTEGRAL EN TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO (ACT)





Incurсионando en el universo de ACT

¿POR QUÉ FORMARSE EN ACT EN LA FUNDACIÓN CATC?

En nuestra etapa de formación en el modelo hemos podido notar distintas formas y estilos de entrenamiento. Algunas de ellas están más basadas en la transmisión teórica y práctica, mientras que otras centran el proceso en una propuesta meramente experiencial. Notamos que estas dos modalidades podrían pensarse como polos de un continuo. En el primero, el asistente queda entusiasmado con la articulación filosófica, teórica y práctica que propone el modelo. Sin embargo, a la hora de aplicar los conceptos aprendidos a las contingencias de la práctica clínica se encuentra con las dificultades propias que conlleva el seguimiento de reglas. En el segundo caso, la propuesta puramente experiencial, sin referencias al mapa del modelo, lleva frecuentemente a una pérdida de direccionalidad. Esto puede ser experimentado como una vivencia movilizante aunque carente de conciencia funcional para su aplicación en la práctica clínica.

Los años de trabajo con el modelo nos han permitido desarrollar una metodología que busca destacar el **aprendizaje experiencial** y, al mismo tiempo, abordar los aspectos teóricos esenciales para el aprendizaje integral del mismo. Creemos que el modelo se aprende haciendo. Un elemento clave, es que el terapeuta sea consciente en su propia experiencia de los procesos que busca entrenar en los consultantes.

CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA FORMACIÓN INTEGRAL EN ACT

-  **Tres niveles:** inicial, intermedio y avanzado.
-  **Grupos pequeños** (máximo 20 personas): Los grupos reducidos permiten estar al tanto de las competencias que se van adquiriendo en el proceso. Además, facilita que el entrenador proporcione feedback individualizado a cada terapeuta.
-  **Formación integral con seguimiento personalizado de cada participante:** El curso está pensado en niveles como una propuesta que acompañe paso a paso al colega en el proceso de aprendizaje. Esto permite ir adquiriendo competencias en forma progresiva (desde las más iniciales a las avanzadas).
-  **Supervisión continua entre los encuentros:** Dado que la formación tiene una impronta esencialmente clínica es indispensable la instancia de supervisión en el proceso de formación.

ENTRENADORES



Lic. Juan Pablo Coletti

Psicólogo, entrenador certificado en Psicoterapia Analítico Funcional, Director académico de la Fundación CATC



Dr. Germán Teti

Médico especialista en psiquiatría, Peer Reviewed ACT Trainer, Presidente de la Fundación CATC



METODOLOGÍA DE TRABAJO

Creemos que una formación integral debe priorizar la experiencia e incluir aspectos técnicos y bases teóricas. Para cumplir con esta meta, nuestra formación integra las siguientes metodologías:

- ✓ Real Play.
- ✓ Role Play.
- ✓ Feedback.
- ✓ Ejercicios experienciales.
- ✓ Guías didácticas.
- ✓ Supervisiones de caso.
- ✓ Trabajo con la persona del terapeuta.



NIVEL INICIAL

Duración total: 9 meses.

Participantes: máximo 20 personas.

Carga horaria total: 64 horas.

Método de evaluación: examen multiple choice. Conceptualización de caso. Diseño de intervención.

Criterio de admisión: psicólogos, psiquiatras y alumnos avanzados de la carrera de psicología y medicina sin conocimientos previos en el modelo, o aquellos que hayan tomado un workshop introductorio.

PROGRAMA NIVEL INICIAL

Clase 1

Aproximación a la terapia de aceptación y compromiso (ACT): bases teóricas, filosóficas y principios del tratamiento.

Objetivos específicos:

Que el alumno:

- ✓ Comprenda la perspectiva de ACT sobre el sufrimiento humano.
- ✓ Discrimine las variables culturales y los contextos verbales que contribuyen al intento de control de la experiencia interna.
- ✓ Identifique las consecuencias del intento de control de la experiencia interna y el seguimiento de reglas que vuelve al paciente insensible a las contingencias.
- ✓ Comprenda la propuesta y los objetivos del tratamiento.
- ✓ Logre interpretar la posición filosófica del contextualismo funcional.

Contenidos

El sufrimiento como experiencia ubicua de la existencia humana. Las condiciones culturales que promueven el control de la experiencia interna. Contextos verbales facilitadores del intento de control. El seguimiento de reglas y la insensibilidad a las contingencias. Los costos del control: alejamiento de valores. Propuesta del tratamiento: defusión, enmarcamiento jerárquico desde la perspectiva del yo y compromiso con valores personales. El contextualismo funcional. El criterio de verdad en el contextualismo funcional.

Bibliografía principal

Hayes S, Strosahl K, Wilson K. Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (Mindfulness). Brouwer DD, editor. Bilbao, España. 2014. Cap. 1 "El dilema del sufrimiento humano" y Cap. 2 "Los fundamentos de ACT: adoptando un enfoque contextual funcional".

Bibliografía complementaria

Luciano MC, Wilson KG. Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Un tratamiento conductual orientado a los valores. 2012R ed. Pirámide, editor. Madrid 2002. Cap. 1 "El sufrimiento humano".

Coletti, J. P.; Teti, G. Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT): conductismo, mindfulness y valores. VERTEX Rev. Arg. de Psiquiat. 2015, Vol. XXVI: 37-42



Biglan A, Hayes S. Should the behavioral sciences become more pragmatic? The case for functional contextualism in research on human behavior. *Applied & Preventive Psychology*. 1996;5(1):47-57.

Hayes SC, Hayes LJ, Reese HW. Finding the philosophical core: A review of Stephen C. Pepper's World Hypotheses: A Study in Evidence. *J Exp Anal Behav*. 1988 Jul;50(1):97-111.

Clase 2

Las bases experimentales de ACT: la teoría de los marcos relacionales (TMR). Aplicación de la TMR en la práctica clínica.

Objetivos específicos:

Que el alumno:

- ✓ Comprenda las bases del conductismo radical como una filosofía y los principios del análisis y modificación de la conducta como posibilidad de intervención clínica.
- ✓ Entienda las bases teóricas de la Teoría de los marcos relacionales (TMR) como perspectiva conductual-contextual del lenguaje y la cognición humana.
- ✓ Piense situaciones clínicas desde los principios del aprendizaje.
- ✓ Logre utilizar los aportes de TMR como recurso de intervención en la práctica clínica.

Contenidos

Los principios del condicionamiento clásico y operante. La triple contingencia. Diferentes contingencias de reforzamiento. La teoría de los marcos relacionales. La operante relacional como elemento distintivo del comportamiento humano. Los fenómenos clínicos desde la perspectiva de TMR. Diferentes posibilidades de potenciar las intervenciones clínicas basadas en TMR.

Bibliografía principal

Törneke, N. *Aprendiendo TMR. Una introducción a la Teoría de los marcos relacionales y sus aplicaciones clínicas*". Cap. 1 "Conductismo radical y principios fundamentales del análisis de la conducta". Cap. 4 "La respuesta relacional derivada como elemento fundamental en el lenguaje humano".

Villatte, M., Villatte, J., Hayes, S. *Mastering the clinical conversation. Language as intervention*. Guilford Press. New York 2016. Cap. 2 "Language and psychopathology"



Bibliografía complementaria

Luciano MC, Wilson KG. Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Un tratamiento conductual orientado a los valores. 2012R ed. Pirámide, editor. Madrid 2002. Cap. 2 "Lenguaje y comportamiento gobernado por reglas"

Villatte, M., Villatte, J., Hayes, S. Mastering the clinical conversation. Language as intervention. Guilford Press. New York 2016. Cap. 4 "Psychological assessment"

Clase 3

Análisis funcional de la conducta en ACT.

Objetivos específicos:

Que el alumno:

- ✓ Comprenda las bases teóricas del análisis funcional de la conducta (AFC)
- ✓ Pueda realizar análisis funcionales históricos, de la conducta clínica y de la vida cotidiana del paciente.
- ✓ Pueda utilizar la información proveniente del AFC para la construcción de intervenciones clínicas.

Contenidos

El análisis funcional de la conducta (AFC) como núcleo fundamental del análisis de la conducta. Diferentes tipos de análisis funcional. Exploración de los antecedentes y consecuentes de la conducta. Uso clínico de la información emergente del AFC. AFC de la conducta clínica, de la vida cotidiana e histórico.

Bibliografía principal

Hayes S, Strosahl K, Wilson K. Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (Mindfulness). Brouwer DD, editor. Bilbao, España. 2014. Cap. 4 "Formulación de hipótesis: Escuchar con oídos ACT, ver con ojos ACT".

Törneke, N., Ramnerö, J. The ABCs of human behavior. New Harbinger publications. Oakland 2008. Cap. 3 "Knowing your ABCs".

Bibliografía complementaria

Luciano MC, Wilson KG. Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Un tratamiento conductual orientado a los valores. 2012R ed. Pirámide, editor. Madrid 2002. Cap. 6 "Desesperanza creativa".



Páez-Blarrina M, Gutiérrez Martínez O. Múltiples aplicaciones de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Pirámide, editor. Madrid, España.2012. Cap. 1 “Aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en trastornos de ansiedad en la infancia. Un caso de fobia a la oscuridad”.

Clase 4

La propuesta de intervención en ACT: el modelo de la flexibilidad psicológica. Procesos centrales 1: valores.

Objetivos específicos:

Que el alumno:

- ✓ Comprenda el concepto de flexibilidad psicológica en la dimensión teórica y práctica.
- ✓ Comprenda los objetivos del proceso y las variantes de intervención.
- ✓ Adquiera habilidades clínicas que le permitan intervenir de modo flexible sobre los procesos que se presentan en el curso de la sesión.
- ✓ Pueda reconocer los procesos que operan sobre sí mismo como obstáculo y responder en función de su elección basada en valores.

Contenidos

El concepto de flexibilidad psicológica. La propuesta del hexaflex. Los seis procesos vinculados con la inflexibilidad psicológica y los seis procesos que promueven la flexibilidad psicológica.

Discriminando los procesos durante el intercambio con el paciente. Claves para notar la presencia de la fusión y la evitación en sesión. Primeros movimientos en la presentación del tratamiento.

Bibliografía principal

Hayes S, Strosahl K, Wilson K. Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (Mindfulness). Brouwer DD, editor. Bilbao, España. 2014. Cap. 3 “La flexibilidad psicológica como modelo unificado del funcionamiento humano”.

Bibliografía complementaria

Hayes S, Strosahl K, Wilson K. Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (Mindfulness). Brouwer DD, editor. Bilbao, España. 2014. Cap. 5 “La relación terapéutica en ACT”.

Luciano MC, Wilson KG. Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Un tratamiento



conductual orientado a los valores. 2012R ed. Pirámide, editor. Madrid 2002. Cap. 5 "Estableciendo el contexto para la terapia".

Clase 5

Procesos centrales 2: defusión y toma de perspectiva.

Objetivos específicos:

Que el alumno:

- ✓ Comprenda los fundamentos teóricos de las intervenciones orientadas a promover aceptación, clarificación de valores, toma de perspectiva y defusión.
- ✓ Identifique como operan los procesos mencionados en su propia persona.
- ✓ Conozca distintas intervenciones orientadas a promover los procesos mencionados (metáforas, ejercicios físicos y de imaginación)
- ✓ Adquiera habilidades para identificar cuándo utilizar una intervención basada en los procesos mencionados.

Contenidos

Distintas intervenciones orientadas a promover aceptación, defusión, clarificación de valores y toma de perspectiva.

Bibliografía principal

Hayes S, Strosahl K, Wilson K. Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (Mindfulness). Brouwer DD, editor. Bilbao, España. 2014. Cap. 8 "Dimensiones del yo", Cap. 9 "Defusión", Cap. 10 "Aceptación", Cap. 11 "Conexión con valores"

Bibliografía complementaria

Stoddard, J., Niloofar, A. The big book of ACT metaphors. A practitioner's guide to experiential exercises and metaphors in acceptance and commitment therapy. New Harbinger publications. Oakland. 2014.



Clase 6

El trabajo con la conducta clínicamente relevante.

Objetivos específicos:

Que el alumno:

- ✓ Comprenda el concepto de conducta clínicamente relevante y las ventajas de su consideración clínica.
- ✓ Adquiera habilidades para establecer paralelos funcionales e intervenir durante el intercambio clínico.
- ✓ Adquiera habilidades para enriquecer las intervenciones de ACT mediante los aportes de la Psicoterapia Analítico Funcional (FAP).

Contenidos

El concepto de clase funcional de respuesta. Aportes de la Psicoterapia Analítico Funcional (FAP). La conducta clínicamente relevante (CCRs). Distintos tipos de CCRs. Beneficios del trabajo con las CCRs. Las CCRs en el terapeuta. Intervenciones orientadas al trabajo con las CCRs (bloquear, reforzar y extinguir).

Bibliografía principal

Valero Aguayo, L., Ferro García, R. Psicoterapia Analítico Funcional. El análisis funcional de la conducta clínica. Editorial Síntesis. Madrid. 2016. Cap. 2 Fundamentos en FAP. 2.1.1 Conductas clínicamente relevantes (CCR).

Robert J. Kohlenberg, Madelon Y. Bolling, Jonathan W. Kanter & Chauncey R. Parker. Clinical behavior analysis: where it went wrong, how it was made good again, and why its future is so bright. The behavior analyst today. Vol. 3, issue 3, 2002.

Bibliografía complementaria

Tsai, M, Kohlenberg, R., Kanter, J., Kohlenberg, B., Follete, W., Callahan, G. A Guide to Functional Analytic Psychotherapy. Awareness, Courage, Love and Behaviorism. Springer. New York. 2009. Cap. 1 "What is Functional Analytic Psychotherapy?"

M. Muñoz Martínez, A., Coletti, J.P. La psicoterapia analítico funcional: aproximaciones y alcances de una terapia conductual basada en los cambios dentro del contexto terapéutico. Vertex, Vol. XXVI: 4348. 2015.



Clase 7

La conceptualización de caso en ACT

Objetivos específicos:

Que el alumno:

- ✓ Adquiera habilidades para la construcción de una conceptualización de casos basada en la perspectiva analítico funcional de ACT.
- ✓ Logre articular la información emergente del análisis funcional de la conducta y de los procesos del hexaflex en una conceptualización que brinde direccionalidad a las intervenciones.

Contenidos

La conceptualización es un procedimiento que permite organizar la información del caso en forma coherente facilitando la planificación y direccionalidad de las intervenciones durante el proceso. Dado el fundamento analítico funcional de ACT, la conceptualización del caso deberá integrar la información emergente del análisis funcional de múltiples ejemplares del comportamiento rígido. Al mismo tiempo se integrará la perspectiva del hexaflex que permite pensar distintas aristas del caso a la luz de los seis procesos de inflexibilidad y flexibilidad psicológica.

Bibliografía obligatoria

Hayes S, Strosahl K, Wilson K. Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (Mindfulness). Brouwer DD, editor. Bilbao, España. 2014. Cap. 4 "Formulación de hipótesis: Escuchar con oídos, ver con ojos ACT".

Bibliografía complementaria

Bach P, Moran, D. ACT in practice: case conceptualization in acceptance and commitment therapy.



Clase 8

El uso de metáforas en terapia de aceptación y compromiso

Objetivos específicos:

Que el alumno:

- ✓ Comprenda funcionalmente el concepto de momento presente y su utilidad en el contexto clínico.
- ✓ Desarrolle habilidades para contactar con el momento presente durante la interacción clínica.
- ✓ Adquiera habilidades para entrenar al paciente a contactar con el momento presente.
- ✓ Reconozca la utilidad y la función del trabajo con metáforas en el proceso de trabajo con ACT.
- ✓ Adquiera habilidades para construir y trabajar con metáforas en el contexto clínico.

Contenidos

El concepto del momento presente. Habilidades básicas para desarrollar la consciencia del momento presente. Diferentes intervenciones orientadas a generar contacto con el momento presente en sesión. El trabajo con metáforas como recurso clínico. Distintos tipos de metáforas en ACT. Metáforas corporales. Metáforas físicas. Metáforas relatadas. Identificación de componentes de la metáfora. Habilidades para la construcción y presentación de metáforas.

Bibliografía principal

Hayes S, Strosahl K, Wilson K. Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (Mindfulness). Brouwer DD, editor. Bilbao, España. 2014. Cap. 7 "Consciencia del momento presente".

Bibliografía complementaria

Stoddard, J., Niloufar, A. The big book of ACT metaphors. A practitioner's guide to experiential exercises and metaphors in acceptance and commitment therapy. New Harbinger publications. Oakland. 2014.

Villatte, M., Villatte, J., Hayes, S. Mastering the clinical conversation. Language as intervention. The Guilford press. New York. 2016. Cap. 8 "Building and delivering



experiential metaphors”.

Luciano MC, Wilson KG. Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Un tratamiento conductual orientado a los valores. 2012R ed. Pirámide, editor. Madrid 2002.

Clase 9

Distintos contextos de intervención con ACT. ACT como una terapia basada en procesos (PBT). Evaluación final.

Objetivos específicos

Que el alumno:

- ✓ Conozca distintos contextos de intervención con el modelo ACT.
- ✓ Dé cuenta de lo aprendido en una evaluación teórica y práctica.

Contenidos

Aplicación de ACT en distintos contextos. Psicosis. Ansiedad. Depresión. El modelo de Portland. Supervisión entre pares.

Bibliografía principal

Páez-Blarrina M, Gutiérrez Martínez O. Múltiples aplicaciones de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Pirámide, editor. Madrid, España. 2012. B. L. Thompson, J. B. Luoma, Ch. M. Terry, Jenna T. Lejeune, P.I M. Guinther, H. Robb. Creating a peer-led acceptance and commitment therapy consultation group: The Portland model

