

## ANEXO 1

Colegio de Psicólogos de la Provincia de Buenos Aires. Distrito X  
**Escuela de Especializaciones**  
**Trayectos Formativos**

**1. Denominación inequívoca del Trayecto Formativo.**

**“ACT (terapia de aceptación y compromiso) DBT (terapia dialectico comportamental) y Mindfulness “APORTES de los Modelos Contextuales Conductuales”**

**2. Nómina de los docentes responsables y de los docentes colaboradores de la actividad, con especificación de su Título de Grado** (se debe adjuntar el CV de cada uno/a, abreviado a lo específico de la temática propuesta)

**Mg Piorno Veronica**

**3. Tipificación de la Actividad**

Curso teórico:

Curso teórico – práctico: X

Curso teórico con prácticas

Carrera de Especialización

**4. Carga horaria reloj**

Horas teóricas

Horas practicas

**Horas teórico prácticas 12 HS**

Total 12 HS

**5. Fundamentos académicos del objeto de estudio de la formación**

Los Modelos Contextuales conductuales, o conocidos como de tercera generación, han logrado una notable difusión en los últimos años. Surgidas a partir de la necesidad de dar rtas mas concretas y efectivas a patologías graves y complejas. Las investigaciones recientes en cognición y lenguaje, han contribuido al avance de la comprensión de la conducta humana, brindando herramientas para dar respuesta al sufrimiento psicológico, abriendo caminos flexibles para el accionar de terapeutas (Hayes, Masuda y De Mey, 2003).

Mindfulness es una habilidad que se desarrolla prestando una atención concreta, sostenida, deliberada y sin juzgar, al momento presente.

La atención plena o *Mindfulness*, pretende que la persona se centre en el momento presente de un modo activo, procurando no interferir, ni valorar lo que siente o percibe

en cada momento. Como procedimiento terapéutico, busca, ante todo, que los aspectos emocionales, y cognitivos sean aceptados y vividos en su propia condición, sin ser evitados o intentar controlarlos.

En la práctica, el desarrollo de la capacidad de observar sin juzgar, ni criticar requiere el desarrollo de una actitud de compasión, amabilidad y cariño hacia la propia experiencia. En los últimos años, el *Mindfulness* ha sido reconocido cada vez más a nivel internacional como una herramienta positiva de apoyo a personas que se interesen en su práctica. El creciente interés y las investigaciones realizadas por universidades y otros organismos, han proporcionado pruebas científicas de la eficacia del *Mindfulness* para reducir el estrés, la ansiedad y la depresión, y para aumentar la resistencia emocional, la felicidad, el comportamiento prosocial y las habilidades cognitivas.

La expansión y desarrollo de tratamiento basados en la evidencia, genera gran impacto en el mundo actual. Dentro de este marco, se encuentra la terapia dialéctico conductamental (DBT) desarrollada por Marsha Linehan . La difusión e implementación de la DBT es considerado en la comunidad científica mundial como el tratamiento con mayor evidencia en población de riesgo (TLP).

La Terapia de aceptación y compromiso ACT esta considerada la terapia mas compleja, mejor empírica y teóricamente fundamentada. Se ha desarrollado como una de las terapias dentro de las ciencias contextuales conductuales con mayor diseminación y expansión teórico-practica.

Son estos aspectos de relevancia científica, que motivan su transmisión dentro de la comunidad científica local.

Dado el desarrollo exponencial en los últimos años, ha sido usado y aplicado en múltiples contextos en la psicología. Sus alcances se amplían al uso de diseños de intervenciones estandarizadas, por un lado, y a integrar una herramienta valida que nutre y amplifica, otras formas de aplicación psicológica, por otro lado.

Durante este curso, se introducirá a los alumnos en los lineamientos teórico - conceptuales del *Mindfulness*, Act y Dbt, como modelos contextuales conductuales. Se explicitará su ubicación y relación con otras intervenciones en las ciencias contextuales conductuales, así como sus usos, beneficios y aplicaciones diversas en el campo de la psicología contextual (terapias de tercera generación).

Se trabajará sobre los lineamientos actuales y futuros en el campo de la investigación psicológica, y el mindfulness y su relación con otros constructos e intervenciones psicológicas ( Act y Dbt).

## **6. Encuadre en el Reglamento de Especialidades**

### **Curso teórico – práctico**

## **7. Objetivos Generales:**

- Conceptualizar y describir Modelos Contextuales Conductuales. Formulación de caso.
- Introducir los lineamientos conceptuales y praxiológicos del mindfulness en los modelos

Contextuales Conductuales.

## 8. Objetivos Específicos

- Describir dificultades en la implementación de los modelos contextuales conductuales. Introducir en procesos psicológicos transdiagnósticos.
- Explicar los procesos implicados en la Terapia de Aceptación y compromiso.
- Introducir lineamientos de otros modelos contextuales conductuales, terapia dialéctica Comportamental (DBT) entre otras.
- Describir procesos interpersonales de la relación terapéutica.
- Introducir variables intrapersonales de la persona del terapeuta en modelos contextuales conductuales.
- Entrenar habilidades clínicas y explicar cómo la conceptualización del caso guía el proceso terapéutico.

## 9. Modalidad de la actividad: Formato virtual -

## 10. Programa Analítico: (con bibliografía por Actividad Curricular)

DIA Y HORA	TEMA	BIBLIOGRAFIA
1)Viernes 5 de abril 13,30 a 16,30 hs (4 hs)	Introducción a los modelos Contextuales Conductuales. Antecedentes. Uso. Alcances en Investigación Científica Actual. Modelos transdiagnósticos. Direcciones futuras de la psicología como ciencia.	<b>Barraca Mairal, J.</b> (2009) <i>Habilidades clínicas en la terapia conductual de tercera generación</i> . Clínica y Salud. Vol. 20, Nº 2. Págs. 109-117 <b>Barraca Mairal, J.</b> (2005) <i>El desarrollo de los tratamientos eficaces y la competencia profesional en la práctica clínica</i> . Clínica y Salud. Vol. 16, Nº 1. Págs. 31-44 <b>Mañas, I.</b> (2007) <i>Nuevas terapias psicológicas: la tercera ola de terapias de conducta o terapias de tercera generación</i> . Gaceta de psicología, Nº 40, p-p 26-34
2)Viernes 12 de abril 13,30 a 16,30 hs (4 hs)	Alcances Y usos del MINDFULNESS en los modelos Contextuales Conductuales. Programas Protocolarizados. Relación con ACT (Terapia de aceptación y compromiso) Y DBT (Terapia Dialéctica Comportamental) Entrenamiento en habilidades clínicas y practica con casos propios.	<b>Piorno, Verónica</b> (2015) <i>Mindfulness y la escuela. Segundas Jornadas de Autorregulación para parar, pensar y actuar. Herramientas para la escuela primaria</i> . Facultad de Psicología. Mar del Plata. <b>Siegel. D.</b> (2010) <i>Cerebro y mindfulness</i> . Madrid. Editorial Paidós.
3)Viernes 19 de abril 13,30 a 16,30 hs (4 hs)	Terapia de aceptación y compromiso. Uso y alcances en la clínica y otros ámbitos de aplicación.	<b>Barraca Mairal, J.</b> (2007) <i>La terapia de aceptación y compromiso (ACT). Fundamentos, aplicación en el contexto clínico y áreas de desarrollo</i> . Miscelánea Comillas. Vol. 65 Nº127. Págs. 761-781 <b>Blanco Donoso, L.M., García Rubio y otros</b> (2017) <i>Intervención breve basada en ACT y mindfulness: estudio piloto con profesionales</i>

		de enfermería en UCI y urgencias. International Journal of Psychology and Psychological Therapy. Almería. España. <b>Páez Blarrina, M. &amp; Gutiérrez Martínez, O. (2012) Múltiples aplicaciones de la Terapia de aceptación y compromiso.</b> Ediciones Pirámide.
4) Viernes 26 de abril 13,30 a 16,30 hs (4 hs)	Terapia dialectico comportamental. Uso y alcances en la clínica y otros ámbitos de aplicación. Entrenamiento en habilidades clínicas y practica con casos propios. Medidas de autocuidado para el profesional de la salud mental. Cierre	<b>Boggiano, J.P. &amp; Gagliesi, P. (2018) Terapia Dialéctica Conductual: Introducción al tratamiento de consultantes con desregulación emocional.</b> (pags. 53-64) La Plata. Edulp. <b>Boggiano, J.P. &amp; Gagliesi, P. (2018) Terapia Dialéctica Conductual: Introducción al tratamiento de consultantes con desregulación emocional.</b> (pags.89-107) La Plata. Edulp.

## 11. Sistema de evaluación y puntuación

Presentación escrita de un análisis de un caso/situación problemática, enmarcada dentro de los modelos contextuales conductuales.

Puntuación: APROBADO/ DESAPROBADO.

## 12. Bibliografía General: (*citar de acuerdo a las normas vigentes*)

**Barraca Mairal, J. (2005) El desarrollo de los tratamientos eficaces y la competencia profesional en la práctica clínica.** Clínica y Salud. Vol. 16, Nº 1. Págs. 31-44

**Barraca Mairal, J. (2009) Habilidades clínicas en la terapia conductual de tercera generación.** Clínica y Salud. Vol. 20, Nº 2. Págs. 109-117

**Barraca Mairal, J. (2007) La terapia de aceptación y compromiso (ACT). Fundamentos, aplicación en el contexto clínico y áreas de desarrollo.** Miscelánea Comillas. Vol. 65 Nº127. Págs. 761-781

**Blanco Donoso, L.M., García Rubio y otros (2017) Intervención breve basada en ACT y mindfulness: estudio piloto con profesionales de enfermería en UCI y urgencias.** International Journal of Psychology and Psychological Therapy. Almería. España.

**Boggiano, J.P. & Gagliesi, P. (2018) Terapia Dialéctica Conductual: Introducción al tratamiento de consultantes con desregulación emocional.** (pags. 53-64) La Plata. Edulp. **Boggiano, J.P. & Gagliesi, P. (2018) Terapia Dialéctica Conductual: Introducción al tratamiento de consultantes con desregulación emocional.** (pags.89-107) La Plata. Edulp.

**Mañas, I. (2007) Nuevas terapias psicológicas: la tercera ola de terapias de conducta o terapias de tercera generación.** Gaceta de psicología, Nº 40, p-p 26-34

**Páez Blarrina, M. & Gutiérrez Martínez, O. (2012) Múltiples aplicaciones de la Terapia de aceptación y compromiso.** Ediciones Pirámide.

**Piorno, Verónica (2015) Mindfulness y la escuela. Segundas Jornadas de Autorregulación para parar, pensar y actuar. Herramientas para la escuela primaria.** Facultad de Psicología. Mar del Plata.

**Siegel, D. (2010) Cerebro y mindfulness.** Madrid. Editorial Paidós.

## 13. Cronograma y fechas tentativas de cursada