

# Taller introductorio a Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)

---

## Fundamentos

En los últimos años las terapias basadas en mindfulness y aceptación han generado un cambio en la forma de hacer psicoterapia basada en la evidencia. Terapia de aceptación y compromiso (ACT), es uno de los enfoques más sólidos en evidencia y crecimiento, y posee la capacidad de integrar un enfoque humanista, basado en la relación con emociones y pensamientos, con las técnicas más efectivas de la terapia cognitivo-conductual. Al estar apoyado en una teoría con soporte empírico acerca de la influencia del lenguaje y pensamiento en lo humano (Teoría de marco relacional o RFT), ACT posee la flexibilidad suficiente para abordar temas profundamente significativos para la humano, tales como la espiritualidad y los valores, sosteniendo a la vez un fuerte compromiso con la investigación en principios básicos de la conducta. Por este motivo, ACT es compatible con un amplio espectro de psicoterapias y sus principios permiten enriquecer la práctica clínica en todo tipo de abordajes y contextos.

## Contenidos

Bases para una ciencia contextual-conductual del comportamiento humano: fundamentos filosóficos, estrategia y comunidad científica.

Introducción al contextualismo funcional y la teoría de marco relacional (RFT) en sus implicaciones en la génesis del sufrimiento humano.

Influencias culturales y el predominio de lo verbal en la conducta.

Introducción al modelo terapéutico de ACT, el *Hexaflex*: aceptación, defusión, contacto con el presente, yo como contexto, valores y acción comprometida

Modelo psicopatológico en la conceptualización de caso.

Intervenciones clínicas de ACT.

## Objetivos:

Proporcionar una descripción general de las implicaciones de una psicoterapia basada en principios.

Presentar los fundamentos filosóficos, teóricos y prácticos de ACT a terapeutas que se inician en el modelo.

Transmitir las habilidades mínimas que permitan aplicar el modelo de flexibilidad psicológica a la práctica clínica.

## Nivel

Principiante

## Modalidad

Taller teórico-práctico en una jornada. La jornada incluye exposición teórica y ejercicios experienciales relacionados con el modelo.

## A quien va dirigido

Psicólogos, psiquiatras, estudiantes avanzados de carreras vinculadas con la salud mental.

Duración  
7 horas (incluyendo breaks)