

AÑO 2: INTRODUCCIÓN A LOS MODELOS COMPORTAMENTALES CONTEXTUALES O TERAPIAS DE TERCERA GENERACIÓN

Entrenamiento en competencias básicas para un terapeuta comportamental contextual 2018

En los últimos años, han surgido desde el seno de la terapia del comportamiento una serie de psicoterapias caracterizadas por su visión pragmática y estratégica, su creatividad en el uso de las técnicas desarrolladas, y su énfasis en los cambios observables, en plazos relativamente breves (en comparación con otros abordajes y de acuerdo a la problemática específica de cada paciente), centrados no solamente en la remisión de síntomas sino también en el aumento de la calidad de vida de los pacientes. Estas terapias, en ocasiones denominadas como “Terapias de Tercera Generación” o “Tercera Ola de terapias del Comportamiento”, proponen un enfoque donde los problemas psicológicos son observados como estrategias que no están funcionando frente a los problemas de la vida. Estos nuevos desarrollos surgidos desde el Contextualismo Funcional desafían las concepciones tradicionales sobre Salud Mental proponiendo una visión donde se incluye el contexto como matriz de significado, que otorga un sentido diferente a las acciones de las personas.

Desde estos enfoques psicoterapéuticos se asume la importancia de contextualizar la problemática del paciente dentro de una biografía y un contexto actual como así también de utilizar principios de aprendizaje y una visión funcional en el abordaje de los problemas del paciente, partiendo del supuesto humanista donde los problemas son vistos como fallas educativas, y no como una disfunción o falla en la persona. Derivado de estos supuestos, el rol del terapeuta deja de ser el de un experto observador que se involucra “desde afuera” en la problemática del paciente para comenzar a ser un igual que forma parte del contexto del paciente, donde la relación entre ambos “es el contexto terapéutico”. De esta manera, el trabajo terapéutico involucra el aprendizaje de competencias específicas que van mucho más allá de la mera transmisión teórica de conceptos ya que se parte del supuesto de que la subjetividad del terapeuta es la herramienta más importante del trabajo.

Este **segundo año** está orientado a la formación introductoria en abordajes Comportamentales Contextuales, haciendo un especial énfasis en la formación crítica de estos modelos, para lo cual se intentará generar un espacio de entrenamiento focalizado en las bases de estos modelos, revisando los aportes del conductismo radical, la filosofía del contextualismo funcional como una raíz para comprender estos modelos.

Objetivos

- Que el alumno logre formación conceptual relacionada a los aspectos teóricos, metodológicos y epistemológicos de los modelos comportamentales contextuales.
- Que el alumno logre adquirir una visión crítica acerca de los aportes y limitaciones de los enfoques comportamentales contextuales y que adquiera conocimientos básicos sobre estrategias de intervención surgidas desde cada modelo revisado
- Que los alumnos adquieran una formación integral en competencias teóricas, competencias clínicas y competencias vivenciales basadas en un enfoque comportamental contextual

Enfoque Metodológico

De la Formación Teórica

Se trabajará con diferentes manuales de apoyo durante el curso, y se revisarán diferentes textos fundamentales dentro de cada modelo de trabajo. También se utilizará material específico desarrollado por el docente a cargo como apoyo a las temáticas que se estén trabajando. Se prevé la lectura de papers en inglés por lo cual se recomienda tener un conocimiento básico de lecto-comprensión (no es condición excluyente).

De la Formación Práctica

Los alumnos participarán en diferentes actividades que incluyen prácticas en Rol Play, Real Play, videos de sesiones, grupos de supervisión y apoyo online.

Estrategias Didácticas:

Se implementarán las siguientes estrategias didácticas:

- Grupos de supervisión
- Exposición de principios teóricos
- Guías de trabajo con ejercicios de aplicación a casos clínicos
- Participación en Role y Real Play
- Asistencia a sesiones en video

Sistema de Evaluación

Durante el año el alumno realiza diferentes actividades a partir de las cuales se realiza una evaluación de proceso. Al finalizar el año, el alumno debe realizar un examen múltiple opción integrador de 50 preguntas (Múltiple opción y a desarrollar de respuesta corta). En caso de no aprobar el examen el alumno contará con dos fechas para la recuperación del examen; una en diciembre, y una en febrero. En caso de no aprobar estas instancias el alumno podrá optar por un certificado de asistencia (NO DE APROBACIÓN) o recurrar el año.

Frecuencia de cursado e inversión

Modalidad Presencial:

Frecuencia: Semanal

Lunes de 17 a 20 hs

Inversión: 10 cuotas de 1300

Modalidad Semi-Presencial:

Frecuencia: Mensual (10 encuentros)

Segundo sábado del mes de 9 a 19 hs

Inversión: 10 cuotas de 1500

Inscripciones: A partir de la primer semana de Febrero, los días lunes y miércoles de 16 a 20 hs y jueves de 9 a 13 hs. Centro Integral de Psicoterapias Contextuales (CIPCO). Profesionales del Interior Escribir un mail a consultacipco@gmail.com

Programa

UNIDAD 1 – BASES CONCEPTUALES Y FILOSÓFICAS

1.1: Una visión contextual del comportamiento: Conductismo Radical

1.1.1 Bases filosóficas: Lo radical en el conductismo radical. Premisas. Principios filosóficos. Pragmatismo. Contextualismo y la visión no mentalista del comportamiento. El concepto de agencia y las críticas conductuales.

1. 2: Análisis y Modificación del comportamiento clínico

1.2.1 Definición y relaciones verbales básicas: Tipos de operantes verbales (mandos, tactos, ecoicas, textuales e intraverbales. Implicancias para el trabajo clínico: El tacto en los eventos privados. Conducta gobernada por reglas y por contingencias. La constitución del Self como conducta verbal.

1.2.2 Principios y procesos: Análisis y Modificación del comportamiento clínico. Función, contexto y clases funcionales. Discriminación de contextos. Sensibilidad a los contextos y coherencia funcional como objetivos terapéuticos

UNIDAD 2: CONTEXTO DE APARICIÓN DE LAS TERAPIAS DE TERCERA OLA

2. 1: Tres Generaciones de Terapia Cognitivo Comportamental

2.1.1 Las tres grandes "Olas" o "Generaciones" de Psicoterapia Cognitivo Comportamental. Los modelos conductuales y la psicoterapia. Principios de la modificación de la conducta. El mito de las revoluciones cognitivas. Las Terapias Procesuales. Limitaciones de las dos primeras Olas. La ética del "feelgoodism". El supuesto de la saludable normalidad.

2. 2: Terapias de Tercera Generación y Conductismo Radical

2.2.1 Repaso de los principios teóricos y aplicados de los modelos conductistas: El Análisis Experimental de la Conducta y la modificación de conducta. Principios Filosóficos del Conductismo Radical. Naturaleza contextual del lenguaje y el conocimiento. Topografía versus función. Conducta Gobernada por reglas y clases Funcionales. El concepto de Operante Generalizada.

2. 3: Bases Filosóficas de las Terapias de Tercera Generación

2.3.1 Hipótesis de Mundo y Psicoterapias: Mecanicismo, Formismo, Organicismo y Contextualismo. Contextualismo Descriptivo y Contextualismo Funcional. Bases conceptuales del Contextualismo Funcional. Metáforas y reglas de verdad: Implicancias clínicas del Contextualismo Funcional: Contexto y valores. Budismo y Psicoterapia. CBT basada en procesos

UNIDAD 3- BASES CONCEPTUALES Y PLANTEO ESTRATEGICO

3.1: Competencias terapéuticas del Terapeuta de Tercera Generación

3.1.1 Discriminación de funciones y conceptualización de casos. Habilidades de escucha y discriminación de funciones de respuesta. El lenguaje paradójico y la paradoja del lenguaje. El trabajo con la conducta clínica. Aceptación y Validación. La dialéctica Aceptación y Cambio. Habilidades de Conciencia Plena y Espiritualidad. Humor e irreverencia. Respeto Radical.

3.2: Herramientas Clínicas y experienciales

3.2.1 Principios del análisis y modificación de la conducta y terapias de Tercera generación.

3.2.2 Exposición desde un modelo de Aceptación. La motivación y el control apetitivo en Terapias Contextuales.

3.2.3 Terapias Contextuales y Emociones. La evitación experiencial y el sufrimiento. La terapia como entrenamiento en sensibilidad contextual y coherencia pragmática.

3.2.4 Conceptualización de casos.

3.3: El Terapeuta como Herramienta de Trabajo

3.3.1 Las emociones del Terapeuta como herramientas de trabajo. La evitación experiencial en el terapeuta. Enredamiento Cognitivo y evitación experiencial. Contenido versus contexto. Mindfulness en el Terapeuta. Resonancia y movimientos de apertura: El uso del reforzamiento diferencial en sesión. Intimidad y vulnerabilidad.

Parte 2. Modelos teóricos

UNIDAD 4. MINDFULNESS Y PSICOTERAPIA

4.1: Mindfulness

La conciencia plena cómo y qué. Respiración y Mindfulness. Compasión y Autocompasión. Estar Presente. Mindfulness y emociones. Escaneo Corporal. Meditación compasiva. Meditación caminando. Meditación formal e informal. Otras prácticas basadas en Mindfulness. Diferentes definiciones de Mindfulness. Procesos implicados.

4.2: Modelos Terapéuticos con base en Mindfulness

MBSR y MBCT. Bases Conceptuales y terapéuticas. Modelo de Trabajo. Aplicaciones del Mindfulness a diferentes problemas psicológicos. Ansiedad y Estrés. TOC y Esquizofrenia. Trastornos de Personalidad y adicciones. Comer con conciencia Plena. Sexo y conciencia plena.

UNIDAD 5: TERAPIA DE ACTIVACIÓN CONDUCTUAL

5.1: Bases Para el Trabajo Clínico en BA

Historia de la BA. Conceptualización de la depresión desde un modelo conductual. Depresión, refuerzo positivo y castigo: la necesidad del Análisis Funcional. Formulación de casos. Características genéricas del tratamiento BA. Diferentes Modelos de BA: similitudes y diferencias

5.2: La heurística Terapéutica y la intervención en BA

Características del tratamiento. Estructura de una sesión. Uso de Autorregistros y monitoreo de actividades. Evaluación de Valores. Activación simple. Tareas para la casa. Activación Valorada. Diferentes herramientas clínicas y su integración basada en la Formulación de casos. La Relación Terapéutica en BA.

UNIDAD 6: FAP. TERAPIA ANALÍTICO FUNCIONAL

6.1: Bases Para el Trabajo Clínico en FAP

Contingencias y Generalización. Conducta verbal y clases funcionales. Conducta gobernada por Reglas y conducta gobernada por contingencias. Intervenciones centradas en el Aquí y Ahora versus intervenciones centradas en la semana. La revisión de FAP del A-B-C. Problemas basados en el *Self*

6.2: La heurística Terapéutica y la intervención en FAP

Especificación de conductas clínicamente relevantes (CCR). CCR1, CCR2 y CCR. Las cinco reglas básicas. Conductas Clínicamente relevantes del Terapeuta. Las emociones en FAP. Intimidad y Compasión. Supervisión

UNIDAD 7: ACT- TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO

7.1: Bases para el Trabajo Clínico

ACT como terapia basada en el lenguaje: Introducción a la Teoría de los Marcos relacionales (RFT). Los términos del nivel medio: el Hexaflex como modelo de flexibilidad Psicológica. Seis habilidades, tres pilares. Desesperanza Creativa. Aceptación o Willingness. Defusión. Trabajos centrados en el SELF. Estar presente y procesos de Mindfulness en ACT. Procesos de cambio: Valores y Acción Comprometida.

7.2: La heurística Terapéutica y la intervención en ACT

Conceptualización de casos en ACT. Aplicaciones de ACT a diferentes problemas Psicológicos. El modelo de la "Matrix". El dialogo terapéutico como "Aikido Verbal". El lenguaje como proceso versus el lenguaje como contenido. Trabajando en los tres pilares.

UNIDAD 8: TERAPIA DIALÉCTICO CONDUCTUAL

8.1: Bases Para el Trabajo Clínico en DBT

Bases Conceptuales. El Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) y la Terapia Dialéctica Conductual (DBT). Teoría Biosocial del Desorden Límite de la Personalidad. Vulnerabilidad Emocional y Ambiente Invalidante. Desregulación Emocional. Validación y Cambio.

8.2: La heurística Terapéutica y la intervención en DBT

Cinco Funciones, Siete Modalidades y Cuatro Etapas del Tratamiento. Estrategias en DBT. El entrenamiento de Habilidades. Trabajo con el Trauma en DBT. Estrategias de Aceptación y Estrategias de Cambio. Técnicas principales. El rol del Terapeuta DBT.

UNIDAD 9. TERAPIA INTEGRAL DE PAREJA

9.1: Bases Para el Trabajo Clínico en IBCT

Limitaciones de la Terapia de Pareja CBT tradicional. La aceptación como base de la pareja. Las incompatibilidades. Coerción, Culpabilización y Polarización. El estrés en la pareja. La "Formulación": Tema, proceso de polarización y trampa mutua

9.2: La heurística Terapéutica y la intervención en IBCT

Incrementando la Intimidad y la Aceptación. Aceptación de las emociones y desarrollo de la Tolerancia: Defusión mutua. Estrategias de Cambio Conductual. Resolución de conflictos y entrenamiento en Comunicación. Estructura típica de una sesión. Habilidades Clínicas en IBCT

MODULO APLICADO

Taller de Mindfulness para Terapeutas (semanal)

Coordinador: Lic. Guillermo Ponce

En el presente taller se trabajarán diferentes ejercicios de práctica formal e informal de Conciencia Plena con el objetivo de potenciar estas habilidades en los estudiantes. Se trabajará con un programa diseñado por nuestros profesionales cuya evidencia ha sido demostrada en estudios preliminares.

Bibliografía Básica:

- Archa, J.J, Craske, M. G. (2006). Mechanisms of mindfulness: Emotion regulation following a focused breathing induction. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 1849–1858
- Atkins, P. W. B. (in press 2013). Empathy, self-other differentiation and mindfulness. In K. Pavlovich & K. Krahnke (Eds.), *Organizing Through Empathy*. EEUU: Routledge.
- Bach, P., Moran, D. J. (2008) ACT in practice. Case conceptualization in acceptance and commitment therapy. An essential guide for clinicians. EEUU: New Harbinger Publications
- Barraca Mairal, J. (2009) Habilidades Clínicas en la Terapia Comportamental Tercera Generación. *Clínica y Salud*, 20 (2), 109-117
- Blackledge, J. T. y Hayes, S. C. (2001) Emotion Regulation in Acceptance and Commitment Therapy. *JCLP/In Session: Psychotherapy in Practice*. 57(2), 243–255.
- Dougher, M. J. (2000). *Clinical Behavior Analysis*. Reno, NV: Context Press
- England, E. L., Herbert, J. D., Forman, E. M. Rabin, S. J. Juarascio, A. Goldstein, S. P. (2012) Acceptance-based exposure therapy for public speaking anxiety, *Journal of Contextual Behavioral Science*, 1, 66–72
- Harris, R. (2013). *Getting Unstuck in ACT. A clinician's guide to overcoming common obstacles in Acceptance and Commitment Therapy*. EEUU: New Harbinger Publications.
- Hayes, Follette y Linehan (2004). *Mindfulness and acceptance. Expanding the cognitive behavioral tradition*. London: The Guilford Press.
- Hayes, S. C. & Wilson (2003). Mindfulness: Method and Process. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10 (2), pp. 161-165.
- Hayes, S. C. (1993). Analytic goals and the varieties of scientific contextualism. In S. C. Hayes, L. J. Hayes, H. W. Reese, & T. R. Sarbin (Eds.), *Varieties of scientific contextualism* (pp. 11-27). Reno, NV: Context Press.
- Hayes, S. C. (1994). Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies, *Behavior Therapy*, 35,639-665.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and Commitment Therapy: An Experiential Approach to Behavior Change*. New York: The Guilford Press
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., Bunting, K., Twohig, M., & Wilson, K. G. (2010). What is acceptance and commitment therapy? In S. C. Hayes, & K. D. Strosahl, (Orgs.), *A practical guide to acceptance and commitment therapy* (pp. 1-29). New York: Springer.

- Hayes, S.C., Pistorello, J. & Levin, M. E. (2012) Acceptance and Commitment Therapy as a Unified Model of Behavior Change. *The Counseling Psychologist*, 40 (7) 976-1002.
- Hayes, S.C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follete, W. M. , Strosahl, K. D. (1996) Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64. 1152-1168
- Jacobson, N. & Christensen, A. (1996). *Integrative Couple Therapy. Promoting acceptance an change*. EEUU: W.W. Norton & Company
- Kabatt Zinn, J. (2005) *La práctica de la atención plena*. Barcelona: Ed. Kairos.
- Kanter, J. W., Busch, A. M., Rusch, L. C. (2011) *Activación conductual: refuerzos positivos ante la depresión*. Madrid: Alianza editorial.
- Kohlenberg, R. J. & Tsai, M. (2001). *Hablo luego existo. Una aproximación conductual para entender los problemas del Yo*. *Escritos de Psicología*, 5, 58-62.
- Kohlenberg, R. J., Tsai, M., Ferro García, R. Valero Aguayo, L., Fernández Parra, A. F. & Virués-Ortega, J. (2005). *Psicoterapia Analítico-Funcional y Terapia de Aceptación y Compromiso: teoría, aplicaciones y continuidad con el análisis del comportamiento*. *International Journal of Clinical and Health Psychology* , 5 (2), 349-371
- Kohlenberg, R., Tsai, M. (2007). *Functional Analytic Psychotherapy: Creating Intense and Curative Therapeutic Relationships*. EEUU: Springer
- Lejuez, C.W., Hopko, D. R., Acierno, R., Daughters, S. B., & Pagoto, S. L. (2010). *Ten Year Revision of the Brief Behavioral Activation Treatment for Depression (BATD): Revised Treatment Manual (BATD-R)*. In press. Traducción Ps. Fabian Maero, Lic. Maria Ines Mathot y Rebole y Carola Principi.
- Linehan, M. (2003) *Manual de tratamiento para Trastorno de la personalidad limite*. Barcelona: Paidós.
- Luciano Soriano, M.C., Gómez Becerra, I. & Valdivia Salas, S. (2002). Consideraciones acerca del desarrollo de la personalidad desde un marco funcional-contextual. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 2(2), 173–197.
- Luciano, C., Wilson, K. G. (2002) *Terapia de aceptación y compromiso. Un tratamiento conductual orientado a los valores*. Madrid: Ediciones pirámide.
- Luciano, M. C., Valdivia, S., Gutiérrez, O., & Páez-Blarrina, M. (2006). Avances desde la terapia de aceptación y compromiso (ACT). *EduPsykhé*, 173-201.
- Luoma, J., Hayes, S. C., Walsler, R. (2007). *Learning ACT: An Acceptance and Commitment Therapy Skills-Training Manual for Therapists*. EEUU: New Harbinger Publications.
- Mañas, I. (2000). Nuevas Terapias Psicoógicas: la tercera ola de terapias de conducta o terapias de Tercera Generación. *Gaceta de Psicología*. 40, 26-34
- Monográfico sobre Terapias de Tercera Generación (2006). *eduPsykhé*, Vol. 5, No. 2.

- Páez-Blarrina, M., Gutierrez Martinez, 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), 1-20.
- Pepper, S. C. (1970) *World Hypotheses*. University of California Press. London: England
- Pérez Álvarez, M. (2008). Desenredamiento auto-reflexivo y activación conductual: claves para la terapia. *Prolepsis*, 0, pp. 17-43
- Polk, K. (2014). The Psychological Flexibility Warm-Up. En Polk & Schoendorff (2014). *The ACT Matrix. A new Approach to Building Psychological Flexibility Across Settings & Populations*. California: New Harbinger
- Ramnerö, J. & Törneke, N. (2008). *The ABCs of human behavior : an introduction to behavioral psychology*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Reyes Ortega, M. A. & Kanter, J. W. (2018). *Psicoterapia Analítica Funcional. Una guía clínica para usar la interacción terapéutica como mecanismo de cambio*. Córdoba: Brujas
- Robins, C. J., & Chapman, A. L. (2004). Dialectical Behavior Therapy : Current Status, Recent Developments , and Future Directions. *Journal of Personality Disorders*, 18 (1), 73–89.
- Sandoz, Wilson & Dufrene, (2010). *Acceptance and Commitment Therapy for Eating Disorders. A Process-Focused Guide for Treating Anorexia and Bulimia*. California: New Harbinger
- Siegel, D. J. (2012). *Mindfulness y Psicoterapia. Técnicas prácticas de Atención Plena para Psicoterapeutas*. Buenos Aires: Paidós
- Skinner, B. F. (1957). *Verbal behavior*. EEUU: Prentice Hall.
- Skinner, B. F. (1974). *About behaviorism*. New York: Knopf.
- Skinner, B. F. (1977). Why I Am Not a Cognitive Psychologist. *Behaviorism*, 5 (2).
- Skinner, B. F. (1992). *Verbal Behavior*. EEUU: XanEdu Publishing
- Törneke, N. (2010). *Learning RFT: An introduction to relational frame theory and its clinical applications*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Tsai, M., Kohlenberg, R. J., Kanter, J. W. , Kohlenberg, B., Follette, W. C. & Callaghan G. M. (2009). *A Guide to Functional Analytic Psychotherapy. Awareness, Courage, Love, and Behaviorism*. New York: Springer
- Verheul, R., Van Den Bosch, L.M. C., Koeter, M. W. J., De Ridder, M. A. J., Stijnen, T. & Van Den Brink, W. (2003) Dialectical behaviour therapy for women with borderline personality disorder. 12-month, randomized clinical trial in The Netherlands. *The British Journal of Psychiatry*, 182, 135-140
- Virúes Ortega, Javier; Descalzo Quero, Alberto; Venceslá Martínez, José Fernando (2003). Aspectos funcionales de la psicoterapia analítico funcional. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, Diciembre-Sin mes, 49-69.



Willams, M., Teasdale, J., Segal, Z., Kabatt Zinn, J. (2007) The mindful way through depression. New York: The Guilford press.

Wilson, K.G. & Luciano, M. C. (2009) Terapia de aceptación y compromiso (ACT): Un tratamiento Comportamental orientado a los valores. Madrid: Pirámide

Woods, D. W. & Kanter, J. W. (2007) Understanding Behavior Disorders. Reno, NV: Context Press.

Contacto

Centro Integral de Psicoterapias Contextuales (CIPCO)
Urquiza 1160 - Bº Cofico - Córdoba (5001)
Teléfono: 54-351-4711435

E-mail:

cursoscipco@cipco.com.ar
consultacipco@gmail.com