

CURS DE TERÀPIA D'ACCEPTACIÓ I COMPROMÍS

Curs de **10 hores** presencials impartit a **Barcelona**.

Teràpia d'Acceptació i Compromís

Aquest curs d'introducció a la Teràpia d'Acceptació i Compromís (ACT) presenta els fonaments bàsics d'aquesta orientació terapèutica i un protocol d'intervenció basada en aquest model.

La teràpia d'acceptació i compromís és una teràpia que neix a partir de la fusió entre la Teoria dels Marcs Relacionals i el Mindfulness i es posiciona dins l'enfoc Cognitiu-Conductual de tercera generació. Utilitza el Mindfulness i les intervencions basades en l'Acceptació per a permetre al pacient la participació activa en la seva vida amb una gran flexibilitat psicològica, claredat de valors i acció efectiva.

Objectius del curs

1. Entendre, practicar i experimentar què és ACT, com funciona i com aplicar-lo als problemes dels nostres pacients
2. Tenir un model d'intervenció a partir de l'elaboració d'una anàlisi funcional per tal d'identificar el problema del pacient, entendre'l i saber com treballar-lo
3. Millorar la comprensió del funcionament de l'ésser humà
4. Aprendre a identificar i gestionar els estats emocionals del pacient
5. Desenvolupar consciència de l'ús del llenguatge per a intervenir de manera més persuasiva i eficaç

Dirigit a:

Psicòlegs, metges, terapeutes, coaches i a totes aquelles persones que desitgen introduir-se en l'aprenentatge de la Teràpia d'Acceptació i Compromís.

Metodologia

Aquest és un curs introductor que està orientat a establir un marc de referència i adquirir les habilitats fonamentals per a poder realitzar intervencions basades en el model d'ACT amb solvència.

Es tracta d'un curs molt pràctic, orientat a entendre i experimentar el model d'ACT aplicant l'anàlisi funcional a casos reals per tal de generar noves estratègies d'intervenció.

Continguts del curs:

1. Què és ACT
2. Teoria dels Marcs Relacionals
3. Què és el Mindfulness
4. Teràpies d'Acceptació versus teràpies de control
5. Què és l'anàlisi funcional
6. L'ús de la metàfora en ACT
7. Habilitats de comunicació del terapeuta ACT
8. Gestió de les emocions a teràpia
9. Role play d'un cas real, elaboració de l'anàlisi funcional i intervenció basada en ACT

Formadora

Cristina Mitjavila i Garcés. Llicenciada en Psicologia per la Universitat de Girona. Màster en Psicologia Clínica i de la Salut a ISEP. Col·laboradora al centre de Psicologia Avanzada.

Logística

El curs s'impartirà durant els dies 4 i 5 d'abril. El dia 4 començarem a les 16:00 i acabarem a les 20:30, amb un descans de mitja hora entremig. L'horari del dia 5 serà de les 10:30 fins a les 13:30 i de les 15:30 a les 18:30, amb una pausa de 15 minuts a mitja tarda.

La formació tindrà lloc al Centre de Psicologia Avanzada; Av. Portal de l'Àngel num 40, 3r 8ª (al costat de Plaça Catalunya).

Preus i forma de pagament

Informació i inscripcions a info@psicologiamitjavila.com o 626 410 667