

CURSO DE TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO

Curso de **10 horas** presenciales impartido en **Barcelona**.

Terapia de Aceptación y Compromiso

Este curso de introducción a la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) presenta los pilares básicos de esta orientación terapéutica y un protocolo de intervención basado en este modelo.

La terapia de Aceptación y Compromiso es una terapia que nace a partir de la fusión entre la Teoría de los Marcos Relacionales y el Mindfulness y se posiciona dentro del enfoque Cognitivo-Conductual de tercera generación. Utiliza el Mindfulness y las intervenciones basadas en la Aceptación para permitirle al paciente la participación activa en su vida con una gran flexibilidad psicológica, claridad de valores y acción efectiva.

Objetivos del curso

1. Entender, practicar y experimentar qué es ACT, como funciona y como aplicarlo a los problemas de nuestros pacientes
2. Tener un modelo de intervención a partir de la elaboración de un análisis funcional para identificar el problema del paciente, comprenderlo y saber como trabajarlo
3. Mejorar la comprensión del funcionamiento del ser humano
4. Aprender a identificar y gestionar los estados emocionales del paciente
5. Desarrollar conciencia del uso del lenguaje para intervenir de manera más persuasiva y eficaz

Dirigido a:

Psicólogos, médicos, terapeutas, coaches y a todas aquellas personas que deseen introducirse al aprendizaje de la Terapia de Aceptación y Compromiso.

Metodología

Éste es un curso introductorio que está orientado a establecer un marco de referencia y adquirir las habilidades fundamentales para poder realizar intervenciones basadas en el modelo de ACT con solvencia.

Se trata de un curso muy práctico, orientado a entender y experimentar el modelo de ACT aplicando el análisis funcional a casos reales para generar nuevas estrategias de intervención.

Contenidos del curso:

1. Qué es ACT
2. Teoría de los Marcos Relacionales
3. Qué es el Mindfulness
4. Terapias de Aceptación versus terapias de control
5. Qué es el análisis funcional
6. El uso de la metáfora en ACT
7. Habilidades de comunicación del terapeuta ACT
8. Gestión de las emociones en terapia
9. Role play de un caso real, elaboración del análisis funcional e intervención basada en ACT

Formadora

Cristina Mitjavila Garcés. Licenciada en Psicología por la Universidad de Girona. Máster en Psicología Clínica i de la Salud en ISEP. Colaboradora en el centro de Psicología Avanzada.

Logística

El curso se impartirá durante los días 4 y 5 de abril. El día 4 empezaremos a las 16:00 y acabaremos a las 20:30, con un descanso de media hora entre medio. El horario del día 5 será de las 10:30 hasta las 13:30 y de las 15:30 a las 18:30, con una pausa de 15 minutos a media tarde.

La formación tendrá lugar en el Centro de Psicología Avanzada; Av. Portal de l'Àngel num 40, 3r 8^a (al lado de Plaça Catalunya).

Precios y forma de pago

Información e inscripciones a info@psicologiamitjavila.com o 626 410 667