



UNIVERSIDAD NACIONAL DE MAR DEL PLATA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

CURSO DE POSTGRADO
2022

Programa de Formación y Entrenamiento en
Psicoterapia.

NOMBRE DEL CURSO DE POSTGRADO:

“INTRODUCCION al Mindfulness - distintos
Modelos Contextuales Conductuales.”
“Entrenamiento en Habilidades Clínicas”.

DOCENTE RESPONSABLE:

Mg. Verónica Piorno

CURSO: Postgrado.

JUSTIFICACION Y FUNDAMENTACION DEL CURSO:

Actualmente asistimos a un creciente desarrollo y diseminación de los modelos Contextuales Conductuales o conocidos como de tercera generación. Enfoques novedosos surgidos durante los últimos 30 años en el ámbito de la Terapia de la Conducta.

Se aborda y entrena distintas intervenciones psicológicas, mediante la Terapia de Aceptación y compromiso ACT, Terapia Analítico Funcional FAP, Terapia Dialectico Comportamental DBT, Terapia de Activación Conductual para Depresión AC, y Mindfulness entre otras; las cuales se enmarcan en Modelos Contextuales Conductuales.

Dentro de los modelos Contextuales Conductuales, el Mindfulness ha adquirido una relevancia exponencial en la comunidad científica, dada los múltiples alcances y usos en la psicología.

Se define el Mindfulness como una habilidad humana, presente en todos los seres humanos, 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, o modificarlos.

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, tanto del consultante como el desarrollo de habilidades clínicas en el rol profesional.

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.

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 válida que nutre y amplifica, otras formas de aplicación psicológica, por otro, como las distintas praxiologías contextuales conductuales.

Durante este curso, se introducirá a los alumnos en los lineamientos teórico - conceptuales del *Mindfulness*. 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, el mindfulness y su relación con otros constructos psicológicos.

OBJETIVOS:

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

CONTENIDOS MINIMOS Y PROGRAMA ANALITICO

CLASE	CONTENIDO
1	Presentación del curso. Modelos Contextuales. Que es el MINDFULNESS? Implicancias teóricas prácticas y científicas dentro del ámbito de la psicología y la investigación. Antecedentes. MINDULNESS. Características, usos y aplicaciones. MINDFULNESS distintas intervenciones. Terapia cognitiva basada en mindfulness (MBCT) y Programa de reducción del estrés basado en mindfulness- (MBCR)
2	Ciencias contextuales conductuales. Distintas Intervenciones Terapia de Aceptación y Compromiso ACT – Terapia analítico funcional FAP – terapia dialectico comportamental DBT – activación conductual para depresión AC. Su relación con Mindfulness.
3	Sufrimiento. Conceptualización, características. Análisis funcional. Introducción a la terapia de aceptación y compromiso. Act. Hexaflex, Matrix
4	Entrenamiento en Habilidades clínicas, en la relación interpersonal en el contexto terapéutico.

PROPUESTA PEDAGOGICA:

Modalidad:

La modalidad de cursada será virtual a través de la Plataforma Psicocampus de la Facultad de Psicología, UNMDP. Se realizarán cuatro encuentros de 3 horas cada uno por video conferencia (Zoom).

La docente utilizara distintos recursos audiovisuales – videos – power point entre otros a los fines de facilitar el aprendizaje; fomentando el interés y curiosidad hacia las ciencias contextuales conductuales.

La bibliografía será aportada por la docente, como así también las líneas de discusión en cada uno de los encuentros. La dinámica de las clases será teórica y de discusión de los lineamientos presentados.

Está previsto el uso de diferentes recursos de la plataforma tales como cuestionarios de monitoreo, foros para el intercambio entre todos los participantes del curso, el chat para la comunicación directa con la docente y actividades grupales inter encuentros.

Carga horaria 12 horas teórico/prácticas.

Lunes 24 de octubre de 14.30 a 17.30

Lunes 31 de octubre de 14.30 a 17.30

Lunes 7 de noviembre de 14.30 a 17.30

Lunes 14 de noviembre de 14.30 a 17.30

Sistema de evaluación y puntuación

Asistencia al 75% de las clases.

Presentación de un trabajo integrador de los temas desarrollados, la extensión del mismo no debe ser más de 6 carillas. El mismo debe tener una introducción, desarrollo, conclusión y referencias respetando las normas APA. También se puede presentar la formulación de un caso clínico, donde se articularán los conceptos trabajados en el curso, la extensión del trabajo no debe ser de más de 6 carillas. El trabajo se aprobará con una nota no inferior a 6 (en una escala de 0 a 10) y se tendrá una opción de segunda presentación en caso de no aprobar la primera instancia.

Destinatarios:

Integrantes del Programa de Entrenamiento y Formación en Psicoterapia.
Tener título de grado en carreras del campo de la salud y educación.

PRESUPUESTO / ARANCEL DE LA ACTIVIDAD

Graduados universitarios: 5500

Docentes UNMDP: 5000

Integrantes del Programa de Entrenamiento y Formación en Psicoterapia.
GRATUITO.

Cupo máximo y cupo mínimo

Cupo mínimo 10 personas. Cupo máximo 25 personas

BIBLIOGRAFIA

- Apfelbaum, S. & Gagliesi, P.** (2004) *El trastorno límite de la personalidad: consultantes, familiares y allegados*. Vertex Rev. Arg. de Psiquiatría. Vol. XV: 295-302
- Barraca Mairal, J.** (2010) *Aplicación de la Activación Conductual en un Paciente con Sintomatología Depresiva*. Clínica y Salud, vol. 21, núm. 2, pp. 183-197 Colegio Oficial de Psicólogos. Madrid, España
- 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
- 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.** (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
- 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*. (págs. 53-64) La Plata. Edulp.
- Boggiano, J.P. & Gagliesi, P.** (2018) *Terapia Dialéctica Conductual: Introducción al tratamiento de consultantes con desregulación emocional*. (págs.89-107) La Plata. Edulp.
- Canales, C. & Espitia, D.** (2015) *Impacto de un entrenamiento en aceptación- compromiso y mindfulness en el bienestar laboral en un contexto organizacional*. Universidad Santo Tomás. Bogotá
- Canet Juric, L., Richard's, M., Introzzi, I., Galli, J.I., & (2019, En prensa)**. *Pensar antes de actuar y actuar sin pensar: la autorregulación y sus fallos*. *Revista Argentina de Neuropsicología*, 35. ISSN: 1668-5415 [URL: <http://www.sonepsa.com.ar>]
- Díaz Gallego, Carolina** (2017) *Terapia de aceptación y compromiso aplicada al estrés laboral*. Universidad de Jaen.
- Gagliesi, P.** (2007) *Terapia Dialéctica Conductual en el tratamiento del Desorden Límite de la Personalidad*. Revista Persona, Vol. VII Suplemento I.
- Gagliesi, P. & Lencioni, G.** (2004) *Asistencia Telefónica: Una Aproximación desde La Terapia Dialéctica Comportamental en pacientes borderline*. Fundación Foro.
- Germer, C.; Siegel, R. & Fulton, P.** (2015) *Mindfulness y Psicoterapia*. Cap. 7. Bilbao. Editorial Desclee de Brouwer.
- Gunaratana, B.** (2012) *El libro del mindfulness*. Barcelona. Editorial Kairós
- Lineham, M.** (2003). *Manual de tratamiento de los trastornos de personalidad límite*. Cap. 1. Editorial Paidós. España.
- 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
- Kabat-Zinn, J.** (2008) *La práctica de la atención plena*. Barcelona. Editorial Kairos.
- Lineham, M.** (2003). *Manual de tratamiento de los trastornos de personalidad límite*. Cap. 2, 3 y 4. Editorial Paidós. España.
- Lisenberg, Marina** (2018) *Atención Plena para niños y adolescentes*. Cap. 4. Buenos Aires. Grijalbo.
- Luciano Soriano M.C.** (2012) *Terapia de aceptación y compromiso (act): libro de casos*. Promolibro.
- Moreno, G., Ramírez, J., Rengifo, A. y Cabrera, C.** (2017). *Relación entre orientación laboral y satisfacción con la vida*. Revista UNIMAR, 35(2), 113-131
- Mayor, J. y Labrador, J.** (1984) *Técnicas de Modificación de Conducta*. En *Manual de Modificación de Conducta*. Parte III. Madrid. Editorial Alhambra.
- Páez Blarrina, M. & Gutiérrez Martínez, O.** (2012) *Múltiples aplicaciones de la Terapia de aceptación y compromiso*. Ediciones Pirámide.
- Pérez Álvarez, M.** (2006) *La terapia de conducta de tercera generación*. EduPsykhé, Vol. 5, No. 2, 159-172
- Pérez Álvarez, M.** (2007) *La activación conductual y la desmedicalización de la depresión*. Papeles del Psicólogo. Vol. 28(2), pág. 97-110
- 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.
- Richard's, M., y Marino, J.** (2016). *Flexibilidad Cognitiva, una capacidad esencial: ¿Cambio Cognitivo, Propiedad Dinámica o "Pago de Costes por Alternancia"?*. En I.M. Introzzi y L. Canet Juric (Comps.). *¿Quién dirige la batuta?: Funciones Ejecutivas: herramientas para la regulación de la mente, la emoción y la acción* (pp. 85-102). Mar del Plata: Editorial de la Universidad Nacional de Mar del Plata- EUDEM. 1ª ed. - ISBN 978-987-1921-57-7.
- Siegel, D.** (2010) *Cerebro y mindfulness*. Madrid. Editorial Paidós.
- Thich Nhat Hanh** (2012) *La Paz está en tu interior*. Buenos Aires. Editorial Paidós.
- Zabala, Maria Lucia; Richard's, Maria Marta; López, Marcela.** Efectos de un programa de entrenamiento en mindfulness sobre procesos cognitivos sociales y no sociales en preescolares. Universidad Nacional de Mar del Plata. Facultad de Psicología. Secretaría de Investigación y Postgrado; Anuario de Proyectos e Informes de Becarios de Investigación; 13; 12-2016; 1532-1541 <http://www.mdp.edu.ar/psicologia/psico/investigacion/filesinves/anuario2016.pdf#> del trabajo final.

