



UNIVERSIDAD NACIONAL DE MAR DEL PLATA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PLANIFICACIÓN DE TRABAJO DOCENTE 2023

"Programa de Formación Extracurricular para Estudiantes"
Aprobado por OCA No 452/2023

NOMBRE DEL CURSO:

**“Intervenciones basadas en Mindfulness y
Terapias Contextuales”**

DOCENTE RESPONSABLE: Ms. Verónica Piorno

Ms. Rosalinda Grandinetti

PLAN DE TRABAJO DOCENTE

1.- Propósitos de formación.

**Favorecer una visión totalizadora de la realidad que le permita reconocer a la misma, como una unidad pasible de ser abordada desde diferentes planos de análisis, así como apertura a nuevas prácticas socio-intelectuales que habilitan para interactuar en grupos interdisciplinarios, a partir del conocimiento exhaustivo del campo de su disciplina.*

** Estimular el dominio y producción de técnicas y procedimientos para el desarrollo de una práctica eficaz en situaciones reales o simuladas que garanticen un nivel de idoneidad, en cada uno de los aspectos que configuran su perfil científico, profesional y social.*

** Generar suficiente conciencia de la necesidad de adoptar roles protagónicos en el proceso de transformación que su sociedad requiere, como provisto de conocimiento de la gestación de su profesión a partir de necesidades sociales.*

** Proveer una capacitación que le permita desempeñarse en el campo de la Psicología.*

**Realizar acciones de orientación y asesoramiento psicológico tendiente a la promoción, prevención y restauración de la salud psíquica, de acuerdo con diferentes modelos teóricos.*

**Otorgar un cuerpo plural de saberes y tecnologías apuntadas tanto a una elección personal de referentes teóricos como a una instrumentalización idónea de los mismos en el campo del diagnóstico, la orientación, la prevención y el tratamiento psicológico.*

**En base a los códigos de ética profesionales vigentes, promover en los alumnos el compromiso de asumir niveles altos de idoneidad en su futuro desempeño profesional.*

2.- Fundamentación del objeto de estudio del curso:

El presente curso se ofrece en el marco del "Programa de Formación Extracurricular para Estudiantes" (Aprobado por OCA No 452/2023).

Este curso refuerza y profundiza los conocimientos alcanzados en los ámbitos de la psicología, integrando además los saberes adquiridos en otras asignaturas como Biología, Psicología del Desarrollo, Teorías del Aprendizaje, Psicología Cognitiva, Instrumentos de exploración psicológica, Sistemas psicológicos y Modelos en psicopatología.

Es de vital importancia para los y las futuro/as egresados/as adquirir las capacidades necesarias para lograr abordajes eficaces en las distintas etapas y situaciones por las que atraviesan las personas. Destacándose la necesidad de la capacitación teórica, técnica y praxiológica. Promoviendo, además, el interés de los y las estudiantes por favorecer desde su rol profesional, la prevención y promoción de la salud sin descuidar la salud del mismo terapeuta.

Acercando a las y los estudiantes, al conocimiento de nuevos modelos teóricos emergentes de la tradición conductual que integran componentes de nuevos desarrollos de investigación básica y técnica establecidos con soporte empírico, en los diferentes ámbitos de aplicación.

En este contexto nace la Psicología Contextual Conductual, la Ciencia Contextual, (CBS, Contextual Behavioral Science), basada en una filosofía: el Contextualismo funcional, el conocimiento derivado de la investigación en el laboratorio y, sus aplicaciones en los diferentes ámbitos de la vida de las personas.

El Contextualismo Funcional ve al hombre como un todo en constante interacción con un mundo que no le es ajeno, sino al contrario, construido por él, y en relación va generando una historia única que le define y configura.

Estos modelos, llamados Terapias de tercera Generación o Terapias Contextuales, brindan conceptos teóricos basados en investigación básica y aplicada sobre procesos psicológicos, conocimientos tecnológicos y praxiológicos de la Psicología como disciplina científica.

Es sobre este contexto funcional, donde esta propuesta docente, se enmarca y destaca sus aportes. La psicología contextual conductual se encuentra en permanente evolución y desarrollo en el campo de la investigación, aplicación y transferencia de conocimiento a estas áreas del quehacer profesional de nuestra disciplina.

Es a partir de estos lineamientos que esta propuesta concibe el aprendizaje como un proceso activo, constructivo, significativo y autorregulado. Por ende, uno de los principales objetivos pedagógicos consiste en lograr que el/la estudiante sea el protagonista consciente de su propio proceso formativo, el que se presenta en un contexto determinado que opera funcionalmente; condición necesaria para un aprendizaje de calidad implicado tanto en el desarrollo académico como profesional, que le permita acercarse al profesional que quiera ser.

Finalmente, uno de los principales objetivos del curso en su modalidad teórico práctica consiste en destacar la relevancia de los contenidos abordados y su aporte a la formación profesional. Las evidencias actuales de estudios en genética, neurociencia, comportamiento y psicopatología sugieren la existencia de un rasgo común que solapa entre las nociones clásicas basadas en síntomas, resaltando el concepto de procesos psicológicos y conceptualizaciones transdiagnósticas, en todas las áreas de incumbencia profesional del psicólogo/a.

3.- Objetivos del curso:

- a)** Brindar conocimientos sobre los fundamentos teóricos y prácticos de las llamadas “terapias contextuales”.
- b)** Tomar conocimiento y promover el análisis crítico de los nuevos modelos conductuales que han demostrado eficacia, en el abordaje de diferentes problemas psicológicos.
- c)** Promover en los/las futuros/as profesionales el desarrollo de habilidades necesarias para intervenir en diferentes ámbitos de la psicología.
- d)** Favorecer el autocuidado de la Salud Mental de los y las futuros profesionales.
- e)** Guiar los nuevos aprendizajes por los códigos de ética profesional, en relación a: respeto por los destinatarios de los servicios, aplicación de modelos de intervención para los que el psicólogo recibió una adecuada capacitación, derecho a elegir profesional libremente y a recibir la intervención más adecuada para la problemática que presenta.

4.- Contenidos básicos a desarrollar durante el curso

Tema 1: Antecedentes teóricos de la Psicología Contextual conductual. Modelos teóricos. Tratamientos eficaces en terapias contextuales. Bases Contextuales Conductuales.

Tema 2: Intervenciones basadas en Mindfulness y Terapias Contextuales

2.1. Mindfulness. Bases filosóficas y psicológicas del mindfulness. Beneficios de la práctica de Mindfulness en las relaciones interpersonales y en la regulación de las emociones. Terapias cognitivas basadas en Mindfulness (MBCT): Ejercicios vivenciales de conciencia plena.

2.2. Terapia Dialéctico Comportamental (DBT). Modelo teórico, uso y aplicaciones en la práctica profesional. Evidencia empírica, etapas del tratamiento, jerarquía de objetivos, trastorno límite de la personalidad, conductas suicidas y parasuicidas. Entrenamiento en Habilidades de DBT.

2.3. Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT): La teoría del marco relacional. Conceptos principales de ACT. Descripción del Trastorno de evitación experiencial. Aspectos básicos de la relación terapéutica en la clínica.

2.4. Principios del tratamiento de Activación conductual (AC) en la depresión.

Tema 3: Los modelos contextuales en la persona del profesional de la salud mental. El autocuidado en los diferentes ámbitos de inserción laboral. Códigos de ética.

5.- Bibliografía

Tema 1:

Barraca Mairal, J. (2009) *Habilidades clínicas en la terapia conductual de tercera generación.* Clínica y Salud. Vol. 20, Nº 2. Págs. 109-117

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

Pérez Álvarez, M. (2006) *La terapia de conducta de tercera generación.* EduPsykhé, Vol. 5, No. 2, 159-172

Tema 2:

American Psychiatric Association. DSM-IV. *Manual Diagnóstico Y Estadístico de los Trastornos Mentales.* <http://www.psicomed.net/principal/dsmiv.html>

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 N°127. Págs. 761-781

Boggiano, J.P. & Gagliesi, P. (2018) *Terapia Dialéctica Conductual: Introducción al tratamiento de consultantes con desregulación emocional.* (pags. 53-64) La Plata. Edulp.

Gagliesi, P. (2007) *Terapia Dialéctica Conductual en el tratamiento del Desorden Límite de la Personalidad.* Revista Persona, Vol. VII Suplemento I.

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.

Piorno, V. & Grandinetti, R. (2018) *Guía de ejercicios prácticos, análisis de casos y habilidades. Aplicación y uso en el ámbito clínico y educacional. (Revisada)* Ficha de Cátedra.

Tema 3:

Colegio de Psicólogos de la Provincia de Buenos Aires. *Código de Ética.* http://colpsiba.com.ar/wp-content/uploads/2021/03/Codigo-Etica-aprobado-Res_1670_20.pdf

Federación de Psicólogos de la República Argentina (2013) *Código de Ética Nacional.* <https://fepra.org.ar/wp-content/uploads/2021/06/Codigo-de-Etica-de-la-FePRA.pdf>

Rothschild, B. (2009) *Ayuda para el profesional de la ayuda.* Cap 2. Editorial Desclée de Brouwer. España.

6.- Descripción de actividades de aprendizaje:

6.1. Clases teórico prácticas a cargo de las profesoras del curso.

6.3. Ejercicios prácticos de tipo vivencial.

6.4. Resolución de ejercicios prácticos que impliquen análisis, comprensión y posterior aplicación de los contenidos dictados. Los mismos le permitirán al/la estudiante tener una retroalimentación sobre su comprensión de los contenidos correspondientes a esa unidad temática.

Cronograma de actividades semanales

Clase	Día	Tema
1		Tema 1: Presentación del curso. Contenidos. Introducción a los modelos de tercera ola.
2		Tema 2.1: Mindfulness. Bases filosóficas y psicológicas del mindfulness. Beneficios de la práctica de Mindfulness en las relaciones interpersonales y en la regulación de las emociones. Terapias cognitivas basadas en Mindfulness (MBCT): Ejercicios vivenciales de conciencia plena.
3		Tema 2.2. Terapia Dialéctico Comportamental (DBT). Modelo teórico, uso y aplicaciones en la práctica profesional. Evidencia empírica, etapas del tratamiento, jerarquía de objetivos, trastorno límite de la personalidad, conductas suicidas y parasuicidas. Entrenamiento en Habilidades de DBT.
4		2.3. Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT): La teoría del marco relacional. Conceptos principales de ACT. Descripción del Trastorno de evitación experiencial. Aspectos básicos de la relación terapéutica en la clínica.
5		2.4. Principios del tratamiento de Activación conductual (AC) en la depresión.
5		Tema 3: Los modelos contextuales en la persona del profesional de la salud mental. El autocuidado en los diferentes ámbitos de inserción laboral. Códigos de ética.
6		Trabajo final - Conclusiones y cierre.
7		Recuperatorio

7.- Procesos de intervención pedagógica:

Modalidades	
1. Clase magistral	
2. Sesiones de discusión	X
3. Seminario	
4. Trabajo de Laboratorio/ Taller	
5. Taller- Grupo operativo	X
6. Trabajo de campo	
7. Pasantías	
8. Trabajo de investigación	
9. Estudio de casos	X
10. Sesiones de aprendizaje individual	X
11. Tutorías	X
12. Otras	

8.- Evaluación

a.- Requisitos de aprobación:

1.- La aprobación final del Curso se logrará con la presentación de un trabajo grupal donde se plasme la relación y articulación de uno de los temas abordados con algún área/tema de interés del campo de la psicología.

Aprobación (nota superior a 4), en primera instancia o su recuperatorio.

9.- Cantidad de cursantes: 30