



UNIVERSIDAD NACIONAL DE MAR DEL PLATA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Curso de Posgrado

Terapia Basada en Procesos para la Clínica de la Ansiedad

Docente responsable: Dr. Gustavo Manzo

Breve fundamento de la actividad. Objetivos. Contenidos mínimos y Programa analítico.

Los trastornos emocionales (trastornos de ansiedad y trastornos del estado de ánimo) constituyen los fenómenos clínicos más frecuentes en la demanda de psicoterapia, ubicándose en primer lugar en los estudios sobre epidemiología a nivel mundial (OMS, 2017). Según investigaciones epidemiológicas recientes a nivel nacional (Cía, 2018), uno de cada tres argentinos sufre de algún tipo de trastorno emocional, siendo los problemas de ansiedad los más frecuentes (56,3%) seguido por los trastornos del estado anímico (27,1%). Tanto la experiencia clínica como los resultados de diversas investigaciones dan cuenta de la presencia recurrente de comorbilidad entre los diferentes trastornos psicológicos (Barlow, 2011; Brown, 2009; Clark, 1995; Mineka, Watson y Clark, 1998; Sandín, Chorot, Valiente y Chorpita, 2010). El hecho de que exista tan elevado grado de comorbilidad supone un desafío a la conceptualización categorial de la psicopatología, lo que en los últimos años se tradujo en un pasaje de criterios psicopatológicos categoriales a dimensionales. Este abandono de las categorías psicopatológicas tradicionales responde a la mencionada alta tasa de comorbilidad, la escasa validez de los diagnósticos clínicos, la heterogeneidad de las clasificaciones diagnósticas y la baja eficacia de las intervenciones (Watkins, 2015). En este sentido, el abordaje transdiagnóstico permite una forma de intervención simultánea de uno o más trastornos que cuentan con características semejantes entre sí al centrar su acción en los elementos comunes compartidos por los distintos cuadros clínicos.

Alejándose del modelo biomédico que promovió una manualización estricta y la consecuente utilización de protocolos de tratamientos para cuadros nosográficos basados en criterios diagnóstico-estadísticos, en los últimos años se ha advertido un movimiento de diálogo entre distintas tradiciones dentro de la TCC. En este sentido, Hayes y Hoffman (2018) plantean una nueva perspectiva de integración de las distintas olas en TCC. Este enfoque podría sintetizarse atendiendo a la siguiente pregunta: “¿qué *procesos* biopsicosociales deben ser abordados con cada cliente, en cada situación y considerando las metas particulares de cada tratamiento?, ¿cómo se puede intervenir en los mismos de la manera más eficiente y efectiva posible?”

La Terapia Basada en Procesos (TBP) (Hoffman y Hayes, 2017; 2018; 2021) propone la conceptualización e implementación de diseños de tratamientos más flexibles, capaces de enfocar desde una perspectiva transdiagnóstica, los principios que organizan el funcionamiento psicológico adaptativo y el patológico entendiéndolos como grados de una misma dimensión.

La TBP, al centrarse en los procesos subyacentes, permite trascender las distintas escuelas y los diferentes modelos psicoterapéuticos, promoviendo la integración desde un enfoque idiográfico de las distintas conceptualizaciones e intervenciones psicoterapéuticas con apoyo empírico.

Este curso se propone mostrar los principios básicos de la Terapia Basada en Procesos centrándose fundamentalmente en los fenómenos clínicos que se presentan en las consultas por ansiedad.

Objetivos

- Conocer los principios fundamentales de la Terapia Basada en Procesos (TBP)
- Conceptualizar los casos clínicos desde un enfoque multidimensional y transdiagnóstico
- Identificar a los fenómenos de la ansiedad desde una perspectiva dimensional, diferenciando lo adaptativo y lo patológico
- Reconocer los procesos psicológicos que intervienen en los problemas de ansiedad
- Entrenar en intervenciones psicoterapéuticas para los problemas de ansiedad

Contenidos mínimos y bibliografía

Unidad 1: Fundamentos conceptuales de la TBP

Conceptos psicopatológicos. De la psicopatología categorial a la dimensional. Psicopatología como redes de síntomas. Desarrollos en Psicoterapia Cognitivo-Conductual: primera, segunda y tercera ola. Terapia Basada en Procesos (TBP).

Bibliografía:

1. Belloch Fuster, A. (2012). Propuestas para un enfoque transdiagnóstico de los trastornos mentales y del comportamiento: evidencia, utilidad y limitaciones. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 17 (3), 295-311.
2. Borsboom, D. (2017). A network theory of mental disorders. *World psychiatry*, 16 (1), 5-13.
3. Hayes, S. & Hofmann, S. (2022). *Hacia una Terapia Basada en Procesos (TBP). Ciencia y competencias clínicas básicas de la Terapia Cognitivo Conductual*. La Plata: EDULP.
4. Hofmann, S.; Hayes, S. y Lorscheid, D. (2018). *Aprendiendo la Terapia Basada en Procesos (TBP)*. Córdoba, España: Psara Ediciones.
5. Lunansky, G. & Garay, C. (2022). Psicopatología como red causal compleja de síntomas interactivos. *Interdisciplinaria*, 39 (2), 167-179.
6. Mandil, J. (2021). Elogio a una utopía: Terapia Cognitiva Conductual Basada en Procesos (TCCBP). *Acceso*, 683 (611), 136.

Unidad 2: Clínica de la ansiedad

La ansiedad como fenómeno adaptativo. Niveles de expresión de la ansiedad: pensamientos, emociones, conductas. La ansiedad como motivo de consulta psicológica. Presentaciones típicas de la ansiedad como problema.

Bibliografía:

7. Barlow, D. (2002). *Anxiety and Its Disorders. The Nature and Treatment of Anxiety and Panic*. London: The Guilford Press.
8. Clark, D. & Beck, A. (2011). El Modelo Cognitivo de la Ansiedad: reformulación e implicaciones para el tratamiento. En R. Rodríguez Biglieri & G. Vetere (comps.), *Manual de Terapia Cognitiva Conductual de los Trastornos de Ansiedad* (pp. 65-108). Bs. As.: Polemos.

9. Emmelkamp, P. & Ehling, T. (2014). *The Wiley Handbook of Anxiety Disorders*. Oxford: Wiley Blackwell.
10. Kaczurkin, A., & Foa, E. (2015). Cognitive-behavioral therapy for anxiety disorders: an update on the empirical evidence. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 17(3), 337-346.

Unidad 3: Procesos de cambio terapéutico

Intervenciones desde la TBP. Cambio cognitivo. Defusión. Aceptación. Mindfulness. Motivación. Regulación emocional. Exposición. Activación conductual. Habilidades interpersonales. Valores.

Bibliografía:

11. Beck, A. & Clark, D. (2012). *Terapia Cognitiva para los trastornos de ansiedad*. (pp. 305-454). Bilbao: Desclee de Brouwer.
12. Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI.
13. Craske, M., Kircanski, K., Zelikowsky, M., Mystkowski, J., Chowdhury, N., & Baker, A. (2008). Optimizing inhibitory learning during exposure therapy. *Behaviour research and therapy*, 46 (1), 5-27.
14. Fernández Álvarez, J., Molinari, G., Colombo, D., Palacios, A., Riva, G., & Arbona, C. (2018). La regulación emocional como factor transdiagnóstico en psicoterapia: luces y sombras de un campo en desarrollo. *Revista de Psicoterapia*, 29 (110), 17-35.
15. Martell, K., Dimidjian, S. & Herman-Dunn, R. (2010). *Activación conductual para la Depresión. Una guía clínica*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
16. Miller, W. & Rollnick, S. (2015). *La entrevista motivacional*. Barcelona: Paidós.
17. Segal, Z., Williams, M., & Teasdale, J. (2015). *Terapia cognitiva basada en el mindfulness para la depresión*. Barcelona: Editorial Kairós.
18. Twohig, M. & Hayes, S. (2018). *ACT en la práctica clínica para la depresión y la ansiedad*. Bilbao: Desclée De Brouwer.

19. Wells, A. (2020). *Terapia metacognitiva para la ansiedad y la depresión*. Bilbao: Desclée De Brouwer.

Bibliografía ampliatoria del curso:

- Castro Camacho, L. (2011). Modelo integrador en psicopatología: Un enfoque transdiagnóstico. En Caballo, V., Salazar, I. y Carboles, J. (comp). *Manual de psicología y trastornos psicológicos*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Echeburúa, E.; Salaberría, K.; de Corral, P.; Polo-López R. (2010). Terapias Psicológicas Basadas en la Evidencia: Limitaciones y retos de futuro. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XIX (3), 247-256.
- Fernández Álvarez, J., Díaz-García, A., González-Robles, A., & Botella, C. (2017). La regulación emocional en los trastornos emocionales, una piedra nodal para los abordajes transdiagnósticos: una revisión de la literatura. *Àgora de salut*, IV, 111-121.
- González Pando, D., Cernuda Martínez, J., Alonso Pérez, F., Beldrán García, P., & Aparicio Basauri, V. (2018). Transdiagnóstico: origen e implicaciones en los cuidados de salud mental. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 38 (133), 145-166.
- Gross, J. (1998). Antecedent-and response-focused emotion regulation: divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of personality and social psychology*, 74 (1), 224.
- Gutiérrez Vélez, Y. (2024). Terapia Basada en Procesos. En *XIV Simposio de Residentes de Psiquiatría Augusto González Parra*, Taborda Holguín, S. (Ed.), pp. 75-92. Medellín: Editorial Universidad Pontificia Bolivariana.
- Hayes, S. & Hofmann, S. (2017). The third wave of cognitive behavioral therapy and the rise of process based care. *World Psychiatry*, 16 (3), 245-246.
- Hayes, S., Hofmann, S., & Stanton, C. (2020). Process-based functional analysis can help behavioral science step up to novel challenges: COVID-19 as an example. *Journal of contextual behavioral science*, 18, 128-145.
- Hernández Guzmán, L., et al. (2011). La perspectiva dimensional de la psicopatología. *Revista Mexicana de Psicología*, 28 (2), 111- 120.

- Hofmann, S., Meuret, A., Rosenfield, D., Suvak, M., Barlow, D., Gorman, J. & Woods, S. (2007). Preliminary evidence for cognitive mediation during cognitive-behavioral therapy of panic disorder. *Journal of consulting and clinical psychology*, 75 (3), 374.
- Hofmann, S. & Hayes, S. (2019). The Future of Intervention Science: Process-Based. *Clinical Psychological Science*, 7 (1), 37-50.
- Hofmann, S. (2020). Imagine there are no therapy brands, it isn't hard to do. *Psychotherapy Research*, 30(3), 297-299.
- Keegan, E. (2015). Consensos transteóricos de la psicoterapia contemporánea. *Revista de Psicopatología y salud mental del niño y del adolescente*, (25), 67-73.
- Koutsovitis, F., Ortega, I., Freiria, S. M., & Colombo, M. C. (2017). Terapia cognitivo-conductual basada en procesos para el TAG: el modelo metacognitivo, el modelo basado en la aceptación del Trastorno de Ansiedad Generalizada y el modelo de desregulación de la emoción. En *IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.
- Mc Mullin, R. (2000). *The New Handbook of Cognitive Therapy Techniques*. New York: W. W. Norton & Company.
- Palacios, A. (2017). Regulación emocional como aspecto transdiagnóstico en psicopatología. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*, (1), 3-5.
- Sandín, B. (2014). El transdiagnóstico como nuevo enfoque en psicología clínica y psiquiatría. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*, (111), 9-13.

Programa Analítico

Temas	Bibliografía (ver numeración)
-------	-------------------------------

Bloque 1	Unidad 1: Fundamentos conceptuales de la TBP	Textos: 1, 2, 3, 4, 5, 6.
Bloque 2	Unidad 2: Clínica de la ansiedad	Textos: 7, 8, 9, 10.
Bloque 3	Unidad 3: Procesos de cambio terapéutico	Textos: 11, 14, 16, 17, 18.
Bloque 4	Unidad 3: Procesos de cambio terapéutico	Textos: 12, 13, 15, 18, 19.

Modalidad

La modalidad de cursada será presencial en la sede de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata.

El curso se realizará en dos encuentros de 6 horas cada día, dividido en cuatro bloques de tres horas.

La bibliografía del curso estará disponible en el aula virtual del Psicocampus. En el mismo se encontrará habilitado el recurso del Foro para compartir comentarios, dudas y consultas respecto a la bibliografía y al trabajo final de aprobación del curso.

Carga horaria

12 horas teórico/prácticas.

Sistema de evaluación y puntuación

El curso se podrá aprobar cumpliendo los siguientes requisitos:

- Asistencia al 75% de las clases.
- Presentación de un trabajo integrador de los temas desarrollados. La extensión no debe ser más de 5 carillas. El trabajo puede realizarse de manera individual o en grupo de no más de tres integrantes. El mismo debe estar organizado siguiendo una introducción, desarrollo, conclusión y referencias respetando las normas APA. 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.

Lugar y cronograma de la actividad

El curso se dictará en la sede de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata durante el segundo cuatrimestre de 2025

Fecha tentativa: Octubre – Noviembre de 2025.

Días y Horario: Viernes 9-12h / 13-16h

Sábado 9-12h / 13-16h

Presupuesto de la actividad

Arancel (si hubiera), para su consideración por el Consejo Superior

Destinatarios

Psicólogos y Licenciados en Psicología, graduados de la UNMDP.

Cupo máximo y cupo mínimo

Cupo mínimo 10 personas.

Cupo máximo 25 personas.