IETPC

DIPLOMADO

¨TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO¨

Modalidad online

The ledger
Psic & Crime
CONSULTORIA

IETPC -Instituto de Estudios
The Ledger Psic&Crime

¨No es necesario que elimines tus pensamientos negativos. Llévalos contigo y haz lo que importa¨

STPS
SECRETARÍA DEL TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL

CMP
CONSEJO MEXICANO DE PSICOLOGIA

AEPSIS
Asociación Española de Psicología Sanitaria

STPS
SECRETARÍA DEL TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR IETPC

Sabemos que existe una amplia oferta formativa en el campo digital, por eso, y antes de que nos conozcamos mejor, queremos que sepas por qué estudiar en IETPC: Transparencia en todos nuestros servicios.

- Adaptabilidad a tus necesidades.
- Flexibilidad.
- Personalización.
- Potenciación de las competencias transversales de nuestros alumnos y la garantía de un futuro profesional para todos los alumnos, son nuestras máximas.

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR IETPC

Experiencia

- Más de 4000 alumnos egresados a nivel nacional e internacional
- 97% de satisfacción
- Más de la mitad han vuelto a estudiar en el IETPC
- Docentes con más de 5 años de experiencia en la docencia y práctica clínica.

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR IETPC

Validez curricular

Programas educativos con registro ante la Secretaria de Educación Pública (SEP), la Secretaría de Trabajo y Prevención Social (STPS) y forma parte del Consejo Méxicano de Psicología (CMP)
964078 24. VI. 1997
SEP-962624-9709318TV5-0005

🎓 Con nosotros tu inversión está garantizada; contamos con convenios que puedes revisar en nuestro sitio web psicandcrime.com; evita malas experiencias adquiriendo cursos online con empresas de dudoso respaldo.

VENTAJAS DE ESTUDIAR UN DIPLOMADO EN EL I.E.T.P.C

MEJORA DE LA EMPLEABILIDAD

Al concluir uno de nuestros Diplomados, se te otorgará un diploma reconocido y valorado en el mercado laboral. Este diploma te puede servir como una credencial que respalda los conocimientos y habilidades adquiridos durante el programa.

TOMA NOTA: al incluirlo en tus redes profesionales y CV, podrás destacar el nivel de especialización en un área específica además de una sólida actualización y así, llamar la atención de los reclutadores y empleadores en busca de talento calificado.

The ledger Psic & Crime CONSULTORÍA

Al adquirir conocimientos y habilidades especializadas, los profesionistas se vuelven **más atractivos para los empleadores**, ya que demuestran compromiso con el aprendizaje continuo y capacidad para adaptarse a los cambios del entorno laboral.

Además, el diploma obtenido puede ser un factor diferenciador en el proceso de selección, lo que aumenta las posibilidades de conseguir un empleo o de avanzar en la carrera profesional.

OPORTUNIDADES DE NETWORKING

Nuestros Diplomados brindan oportunidades de networking ya que los profesionistas tienen la posibilidad de interactuar con otros colegas que comparten intereses y objetivos similares.

Estas interacciones pueden conducir a la creación de redes de contactos profesionales valiosos, lo que puede abrir puertas a nuevas oportunidades laborales, colaboraciones y proyectos conjuntos.

Nuestros Diplomados cuentan con profesores y catedráticos expertos en sus respectivas áreas lo que permite establecer contactos con profesionales destacados en el campo.

Flexibilidad y conveniencia

Nuestros programas están diseñados para profesionales que trabajan, por lo que ofrecen horarios flexibles, modalidades de estudio a distancia o mixtas, así como la posibilidad de adaptarse a las demandas y responsabilidades laborales y personales.

Esta flexibilidad permite a los profesionistas estudiar y adquirir nuevas habilidades sin tener que renunciar o sacrificar jornadas en su trabajo actual. Además, la duración de un diplomado suele ser más corta que la de un Posgrado completo, lo que permite obtener resultados tangibles en un período de tiempo más breve.

Actualización de conocimientos

En un mundo en constante cambio, es fundamental mantenerse actualizado con los avances y las nuevas tendencias en el campo laboral.

Esto permite a los profesionistas:

- obtener asesoría de la mano de expertos
- adquirir conocimientos de vanguardia
- estar al tanto de las últimas innovaciones y mejores prácticas

IETPC

DESCRIPCIÓN Y OBJETIVOS

La Terapia ACT (Acceptance and Commitment Therapy)

- Es una terapia conductual-funcional que en su filosofía casa perfectamente con una perspectiva orteguiana de la vida, con un relativo aire de familia con otras terapias como ha recogido acertadamente Pérez-Álvarez (1996), pero que tiene la base y la tecnología experimental suficiente para el análisis de los métodos y de la psicopatología funcional, alternativa a los sistemas taxonómicos.
- En este diplomado aprenderás cómo evaluar, formular y aplicar intervenciones basadas en la flexibilidad psicológica para tratar diversas condiciones clínicas y mejorar el bienestar emocional de sus pacientes.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1.- Conocer los fundamentos filosóficos de la Terapia de Aceptación y Compromiso

2.- Desarrollar conocimientos sobre el papel del lenguaje en la práctica clínica.

3.-Desarrollar habilidades para la aplicación del análisis funcional de la conducta clínica en terapia

4.- Desarrollar habilidades para la aplicación de metáforas en la terapia.

PERFIL DE INGRESO

Alumnos y alumnas del Grado de Psicología, graduados y licenciados en Psicología y profesionales de la psicología interesados en formarse en ACT .

El Diplomado está centrado principalmente este ámbito clínico, aunque no es un requisito indispensable dedicarse a este ámbito para realizar el entrenamiento y conocer ésta terapia.

PERFIL DEL EGRESADO

La egresada y el egresado de este diplomado será un profesional capaz de:

- Aplicar de estrategias de aceptación y mindfulness en la práctica clínica.
- Evaluar de forma funcional casos desde el modelo de flexibilidad psicológica.
- Diseñar e implementar intervenciones basadas en ACT.
- Usar de metáforas y ejercicios experienciales para el cambio conductual.
- Adaptar ACT a distintas poblaciones y problemáticas.
- Integrar ACT con otras intervenciones psicológicas.

Plan de estudios

19 de Abril

Condicionamiento clásico

9:00 A.M a 11:00 A.M. (Horario zona central México)

26 de Abril

Condicionamiento operante

9:00 A.M a l 11:00 A.M. (Horario zona central México)

01 de Mayo

Análisis funcional de la conducta

8:00 P.M a las 10:00 P.M. (Horario zona central México)

08 de Mayo

Análisis funcional de la conducta

8:00 P.M a las 10:00 P.M. (Horario zona central México)

IETPC

The ledger Psic & Crime

Plan de estudios

15 de Mayo

Contextualismo Funcional

7:00 P.M a las 10:00 P.M. (Horario zona central México)

22 de Mayo

Contextualismo Funcional

7:00 P.M a las 10:00 P.M. (Horario zona central México)

29 de Mayo

Teoría de los marcos relacionables

10:00 A.M a las 12:00 P.M. (Horario zona central México)

07 de Junio

Introducción a la terapía ACT y sus fundamentos

9:00 A. M a las 12:00 P.M. (Horario zona central México)

IETPC

The ledger Psic & Crime

Plan de estudios

14 de Junio

Evitación Experiencial

9:00 A.M a 12:00 P.M. (Horario zona central México)

21 de Junio

Modelo transdiagnóstico

9:00 A.M a 11:00 A.M. (Horario zona central México)

28 de Junio

Objetivos terapéuticos centrales en ACT

9:00 A.M a 11:00 A.M. (Horario zona central México)

05 de Julio

Modelo HEXAFLEX

9:00 A.M a 11:00 A.M. (Horario zona central México)

IETPC

The ledger Psic & Crime

Plan de estudios

12 de Julio

Momento presente y defusión

9:00 P.M a 12:00 P.M. (Horario zona central México)

19 de Julio

Momento presente y defusión

9:00 P.M a las 12:00 P.M. (Horario zona central México)

26 de Julio

ACT y Mindfulness

9:00 A.M a las 12:00 P.M. (Horario zona central México)

02 de Agosto

Esclarecimiento de valores

9:00 A.M a 11:00 A.M. (Horario zona central México)

IETPC

The ledger Psic & Crime

Plan de estudios

09 de Agosto

Conductas dirigidas a valores

9:00 A.M a 11:00 A.M. (Horario zona central México)

16 de Agosto

Metáforas y aplicación en ACT

9:00 A.M a 11:00 A.M. (Horario zona central México)

23 de Agosto

Preparación del contexto terapéutico

9:00 A.M a 11:00 A.M. (Horario zona central México)

30 de Agosto

Fortalecimiento en las sesiones

9:00 A.M a 12:00 P.M. (Horario zona central México)

IETPC

The ledger Psic & Crime

Plan de estudios

06 de Septiembre

ACT en casos de ansiedad

9:00 A.M a 12:00 P.M. (Horario zona central México)

13 de Septiembre

ACT en casos de depresión

9:00 P.M a 12:00 P.M. (Horario zona central México)

20 de Septiembre

ACT en casos de adicciones

9:00 A.M a 11:00 A.M. (Horario zona central México)

27 de Septiembre

ACT en casos de trastornos de la conducta alimentaria

9:00 A.M a las 11:00 A.M. (Horario zona central México)

IETPC

The ledger Psic & Crime

Plan de estudios

04 de Octubre

Punto de elección

9:00 A.M a 11:00 A.M. (Horario zona central México)

11 de Octubre

Revisión de casos clínicos 1

9:00 A.M a las 11:00 A.M. (Horario zona central México)

25 de Octubre

Revisión de casos clínicos 2

9:00 A.M a 11:00 A.M. (Horario zona central México)

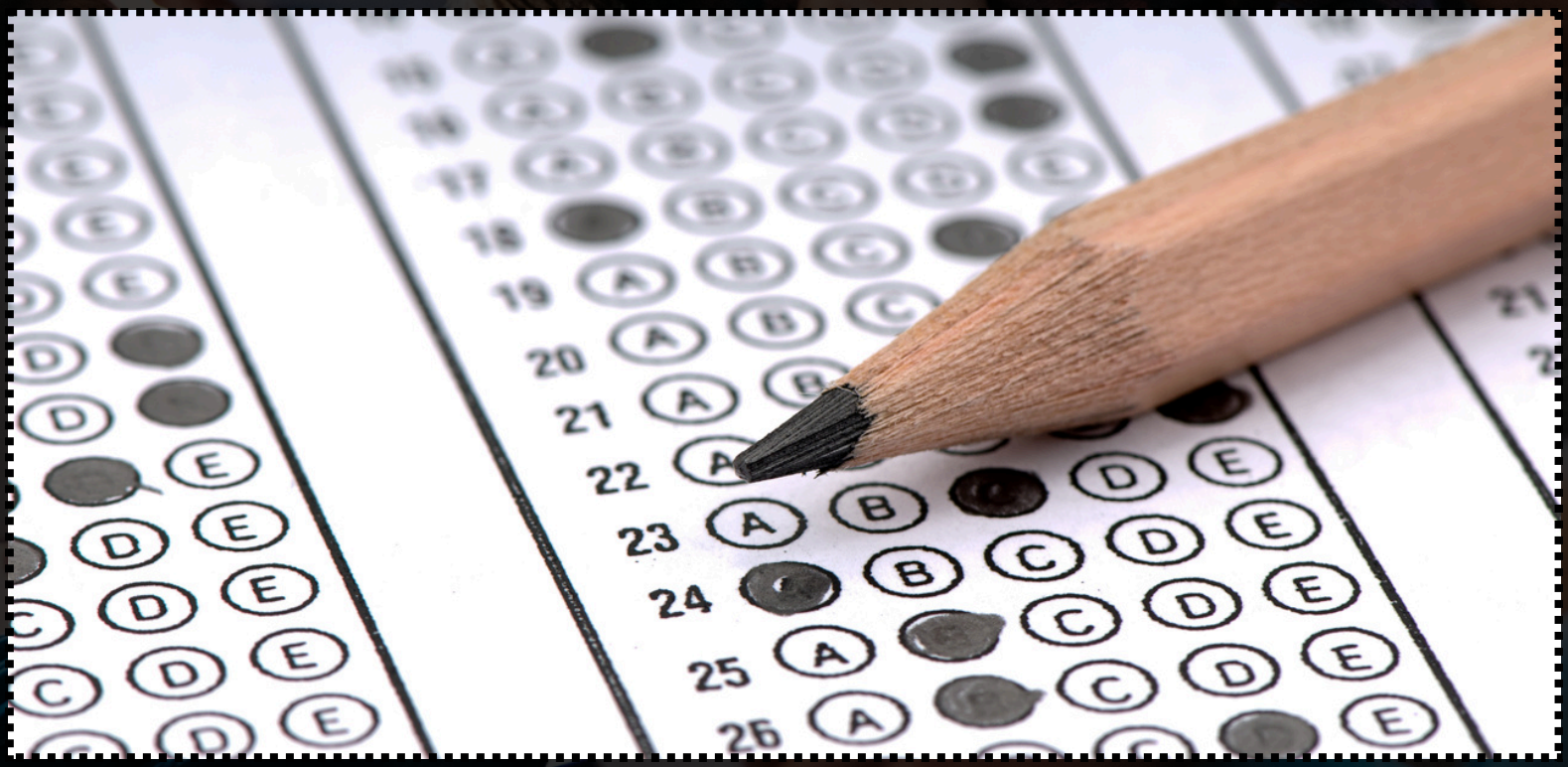
IETPC

The ledger Psic & Crime

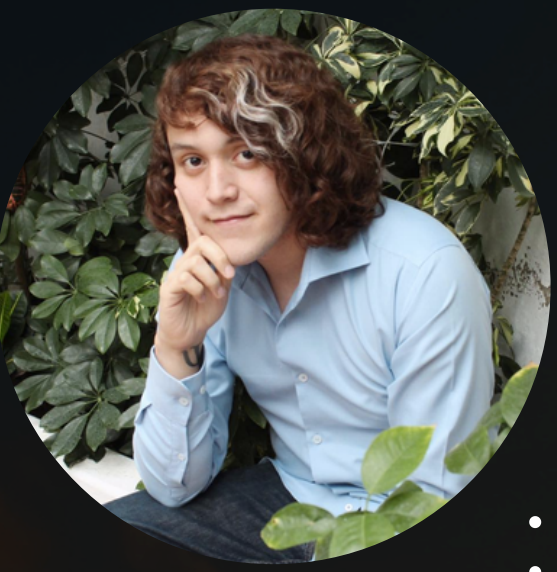
Plan de estudios

Modalidad de Evaluación.

- Demostrar manejo de aspectos teóricos del enfoque, evidenciado en un Nivel de Logro mínimo promedio de 75% en las dos evaluaciones de contenidos del diplomado.
- Realizar las Tareas semanales (evaluadas mediante reportes escritos), con un 90% de ejecución y un Nivel de Logro mínimo de 65%
-
- Realización mínima del 90% de las horas de Supervisión Clínica y supervisar al menos 2 casos propios.
- Nota final igual o superior a 65% de desempeño (equivalente a 5,3 en escala 1,0 a 7,0).
- La calificación final es el promedio ponderado de las notas de:
- a) evaluaciones teóricas (30%); b) ejercitación y tareas (30%));
- c) supervisión clínica (20%).



PLANTILLA DOCENTE

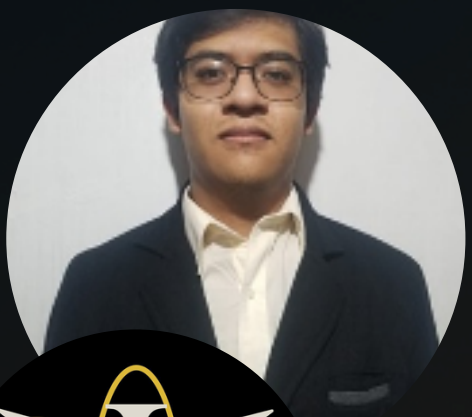


Mtro. Herson García Noguez

Perfil curricular:

- Psicólogo por la UAM [Céd. Prof. 9428906]
- Mtro. en psicoterapia por el IPICS [Céd. Prof. 13558926]
- 2015-2017 Maestría en Psicoterapia Integral. Ciudad de México, México. Instituto de Psicoterapia Integral y Ciencias de la Salud (IPICS).
- 2011-2015 Licenciatura en Psicología. Ciudad de México, México. Universidad Autónoma Metropolitana | Unidad Xochimilco
- 2022-2023 ACT in Practice: Applying ACT as a process-based therapy. ACT Courses – Praxis Continuing Education and Training. Oakland, CA.
- 2021 Curso de Trastorno Límite de la Personalidad (TLP). AEPSIS, Asociación Española de Psicología Sanitaria.
- 2020 Curso sobre el tratamiento de la ansiedad. AEPSIS, Asociación Española de Psicología Sanitaria.
- 2016 Brigada Multidiciplinaria de Salud. Edo. de México. Esencia Ciudadana A.C.
- 2015 Construcción de familiograma y su relación con el diagnóstico. Ciudad de México, México. Instituto de Psicoterapia Integral y Ciencias de la Salud (IPICS).
- SEMINARIOS Y CURSOS DE ACTUALIZACIÓN:
- Seminario “Arte y ciencia: terapia y pathos en el arte”, CONACULTA, Centro Nacional de las Artes (2014)
- «Dialectical Behaviour Therapy (DBT)», con MPhil Elmira Strange (2021)
- «Teoría y método de la terapia cognitivo conductual (TCC)», con MSc. Eduardo Miranda (2021)
- «Análisis funcional de la conducta humana», con MSc. Juan Carlos Bonis Alarte (2022)

PLANTILLA DOCENTE



Dr. René Rincón Reyes

Psicología Interconductual

Perfil curricular:

Licenciado en psicología por la Facultad de Estudios Superiores Iztacala

● Cédula profesional: 12625048.

● Título de tesis: “Una reinterpretación paramétrica de la discriminación temporal: efecto de la manipulación de las estructuras contingenciales”.

Posgrado.

Doctorado en Análisis Experimental de la Conducta por la Facultad de Estudios Superiores Iztacala (en curso).

Experiencia laboral.

- Docente de la licenciatura en psicología en la Universidad Mexicana plantel Izcalli desde el 2024.
- Docente de diplomados para ITECOC (2024).

- Responsable docente del curso: “Introducción al Análisis Experimental de la Discriminación Temporal en Situaciones de Incertidumbre”. Sede: FES Iztacala. Del 16 de mayo al 16 de junio del 2023. Duración: 20 horas. Actualmente se encuentra en curso.

1. Productividad académica.

- Artículo en Revista Especializada nacional o internacional con comité editorial.
- Cordero, A., Rincón-Reyes, R., & Yáñez, F. (2022). Exploración del patrón de respuestas tipo procrastinación mediante operantes concurrentes con componente crítico. Registro Acumulativo, 4(1). 48-62.
- Durazo, J. M., Rincón-Reyes, R., y Vidal, R. (2024). Identificación de factores involucrados en el trastorno de ansiedad generalizada por medio de análisis contingencial: un estudio de caso. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 27(3). 1096-1108.

Ponencias en eventos especializados nacionales.

- "La reconstrucción de la identidad por medio de la enfermedad". Trabajo presentado en el 3er coloquio: Narración de los Estilos de Vida, Análisis e Intervención en la vida cotidiana. Tlalnepantla, Estado de México, del 11 al 12 de junio del 2018.
- "Modelo de Contraste Contingencial: una alternativa de explicación paramétrica". Trabajo presentado en el XXVIII Congreso Mexicano de Análisis de la Conducta. Boca del Río, Veracruz, del 22 al 26 de octubre del 2018.
- "Efectos de magnitud del reforzador en una tarea de igualación de la muestra: prueba piloto". Trabajo presentado en el XXVIII Congreso Mexicano de Análisis de la Conducta. Boca del Río, Veracruz, del 22 al 26 de octubre del 2018.
- "Efectos de magnitud del reforzador en una tarea de igualación de la muestra: un estudio paramétrico". Trabajo presentado en el XXVIII Congreso Mexicano de Análisis de la Conducta. Boca del Río, Veracruz, del 22 al 26 de octubre del 2018.
- "Precisión instruccional: su efecto en la formación de equivalencia de funciones trigonométricas en estudiantes de bachillerato". Trabajo presentado en la II Jornada Estudiantil de Investigación y práctica Conductual. Tlanepantla, Estado de México, del 30 al 31 de mayo del 2019.
- "Time-Place Learning diario: el estudio de ritmos circadianos en diversas especies". Trabajo presentado en el XXIX Congreso Mexicano de Análisis de la Conducta. Tlalnepantla, Estado de México, del 23 al 25 de octubre del 2019.
- "Reinterpretación paramétrica de la Discriminación Temporal: efecto de manipular las Estructuras Contingenciales". Trabajo presentado en el VI Simposio Mexicano para el Análisis del Comportamiento Humano. En línea, del 28 al 30 de junio del 2021.

1.1.1. Ponencias en eventos especializados internacionales

1.1.1.1. “Análisis de los tipos de la tarea de igualación a la muestra y sus manipulaciones”. Trabajo presentado en el VII Congreso Estudiantil y II Congreso Internacional de Investigación en Psicología. Iztapalapa, Ciudad de México, del 19 al 21 de septiembre del 2017.

1.1.1.2. “Precisión instruccional: su efecto en la formación de equivalencias de funciones trigonométricas en estudiantes de bachillerato”. Trabajo presentado en el VI Seminario Internacional sobre Comportamiento Humano y Aplicaciones. Tlaxcala, Tlaxcala, del 14 al 16 de noviembre del 2017.

1.1.1.3. “Instrumento para medir calidad de vida en personas con cáncer. Una propuesta interconductual”. Trabajo presentado en el Tercer Congreso Estudiantil Internacional de Psicología Interconductual. Tlalnepantla, Estado de México, del 21 al 22 de octubre del 2019.

1.1.1.4. “Reinterpretación paramétrica de la Discriminación Temporal: efecto de manipular las Estructuras Contingenciales”. Trabajo presentado en el VIII Seminario Internacional sobre Comportamiento y Aplicaciones. En línea, del 8 al 12 de noviembre del 2021.

1.1.1.5. “Efecto de las alteraciones afectivas del comportamiento sobre la percepción en tareas de discriminación temporal”. Trabajo presentado en el XI Congreso de la Sociedad para el Avance del Estudio Científico del Comportamiento. Madrid, España. Del 19 al 21 de octubre del 2023.

1.1.1.6. “Patrón de ejecución tipo procrastinación: efecto del requisito de respuesta”. Trabajo presentado en el XI Congreso de la Sociedad para el Avance del Estudio Científico del Comportamiento. Madrid, España. Del 19 al 21 de octubre del 2023.

1. Colaboración.

1.1. Colaboración en programas institucionales y participación académica institucional.

1.1.1. Colaboración en programas institucionales y participación académica institucional.

1.1.1.1. Parte del Equipo de logística en la Ceremonia de Entrega de Constancias de la Generación 2016 de la Carrera de Psicología.

1.1.1.2. Colaborador en el Montaje de la ofrenda para el 5to FEIztacalaveras. FES Iztacala, del 27 de octubre al 03 de noviembre del 2016.

1.1.1.3. Organizador en la I Olimpiada Interpsicología 2016. FES Iztacala, del 28 al 30 de noviembre del 2016.

1.1.1.4. Aplicador en el Examen Médico Automatizado de Ingreso, Generación 2018. FES Iztacala, del 31 de julio al 04 de agosto del 2017.

1.1.1.5. Orientador durante la Jornada de Orientación Vocacional “Al encuentro del mañana”. Ciudad Universitaria, del 12 al 19 de octubre del 2017.

PLANTILLA DOCENTE

Psic. Fernanda Lara

- Egresada de la Universidad del Valle de México
- Un semestre de intercambio en la Universidad Europea de Madrid
- Diplomado de neuropsicologia por el Consejo Mexicano de Neurociencias y CONACYT
- Cursos de Terapia de Aceptación y Compromiso y de Análisis Funcional de la Conducta.
- -Curso de Analisis de la Conducta por Instituto Terapeutico de Madrid (ITEMA)
- -Diplomado en Terapias Contextuales
- -Curso de Modificación de Conducta
- -Terapia de Activación para la Depresión
- -Talleres en Analisis Funcional, Diseño y Aplicación de la Intervención en Clínica Psicologica impartidos por la Dra. Maria Xesus Froxán.
- -Curso Intensivo en Terapias Conductuales y Contextuales
- -Master en Terapias Conductuales y Contextuales en Infantojuveniles y adultos.
- -Master en Terapias Contextuales y de tercera generacion en Itaca Formación (en curso).

PLANTILLA DOCENTE

MTRO. JUAN CARLOS BONIS ALARTE

- Número Colegiado: CV15543
- Graduado en Psicología con mención en Psicología de la Salud e Intervención en trastornos Mentales y del Comportamiento
- Máster en Psicología General Sanitaria
- Postgrado de Especialista Universitario en Hipnosis Clínica (U.N.E.D.)
- Máster en Intervención Psicológica y Salud Mental (UDIMA)
- Actualmente trabaja como Psicoterapeuta en su consulta, tanto presencial como online
- -Formador y Fundador de PSYCOlógicaMENTE.
- Además de su actividad profesional Juan Carlos realiza voluntariados en organizaciones sin ánimo de lucro donde destacan las siguientes:

- Desata Tu Potencial, Valencia (España)
- Fundación Juntos por la Vida, Valencia (España)
- New Light, Calcuta (India)
- Fundación Vicente Ferrer, Anantapur (India)

PLANTILLA DOCENTE

Mtro. Brandon Enrique Velasco Jácome

FORMACIÓN ACADÉMICA

Universidad Veracruzana

- Licenciatura en Psicología

Universidad Autónoma de Coahuila

- Maestría en psicología clínica con enfoque Cognitivo Conductual

Instituto de Terapias Conductuales y contextuales

- Master en terapias conductuales en infanto-juveniles y adultos (en curso)
- Diplomado en Estrategias de Intervención en Psicoterapia - INSTITUTO DE POSGRADOS ESPECIALIZADOS EN PSICOLOGÍA
- Diplomado en Terapia Cognitivo Conductual en Salud Mental - CENTRO PSICOLÓGICO ESPECIALIZADO EN TERAPIAS CONDUCTUALES

PLANTILLA DOCENTE

Mtro. Angel Eduardo Pérez Olivares

- Lic. Psicología por parte de la Universidad Veracruzana.
- Entrenamiento en terapia de aceptación y compromiso, Mindfullness por Illinois School of professional Psychology.
- Maestría en Terapia Cognitivo Conductual en Anáhuac.
- Master en Terapías contextuales de tercera generación por la universidad de Granada España
- Doctorado en ciencias cognitivas en UAEM (en curso)
- Conferencista en instituciones públicas y privadas.
- Trabajó como Assistant researcher- University of Illinois at Chicago • Chicago, IL, Estados Unidos
- Instructor en Beck Institute for Cognitive Behavior Therapy(2021-2023)
- Director del Instituto de Estudios The Ledger Psic&Crime

PLANTILLA DOCENTE

Mtro. Osmir Dario Barrientos Pedrero

Lic. en Psicología-Universidad Anáhuac Xalapa
Mtro. en Victimología Universidad Internacional de Valencia, España
Doble diplomado en psicología aplicada.

- Especialista en Mindfulness con formación teórica y práctica en técnicas de atención plena, meditación y gestión del estrés.
- Profesional certificado en Instructor de la presencia y Mindfulness por The School of Awakening
- Implementación de programas de Mindfulness en entornos educativos, corporativos, centros penitenciarios y de desarrollo personal.
- Diseño e impartición de talleres enfocados en el bienestar emocional, la mejora de la concentración y el fortalecimiento de la inteligencia emocional.

Diploma

Al concluir el programa de estudios obtendrás un Certificado curricular digital con codificación de identificación y registro ante la Secretaria de Educación Pública (SEP) y la Secretaria de trabajo y prevención social (S.T.P.S), y avalado ante el Consejo Méxicano de Psicología (C.M.P).

Abordarás cada tema de manera versátil y ágil

Mediante un modelo de aprendizaje LIVE

Todo tu aprendizaje es significativo gracias al uso de casos reales y la creación de un proyecto transversal.

Interactúa docentes certificados a nivel internacional y compañeros de todo el mundo, participando en sesiones virtuales en vivo.

Aprovecha las ventajas de la tecnología de una plataforma digital para enriquecer aún más tu experiencia educativa.

Experimenta un modelo educativo que te pone en el centro a ti.

ITPC

Para inscribirse en el presente diplomado, se deben seguir los siguientes pasos:

- Se realizará el depósito a la siguiente cuenta tomando a consideración que la cantidad para esta se muestra a continuación:

200 MXN de inscripción

1000 MXN de mensualidad (promociones disponibles)

DATOS BANCARIOS

52041660661843 93
CITIBANAMEX

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

Envíar su comprobante de pago a través de éste medio o al correo electrónico de la Institución psic.crimeconsultor@gmail.com

CURP

Nombre completo (tal cual desea que aparezca en su certificado curricular)
- Correo electrónico.
Curp

Una vez inscrito, se te compartirá:
Clave currícular(misma que vendrá en su certificado al finalizar éste curso)
Folio
Acceso al grupo de whtasApp

INSTITUTO DE ESTUDIOS THE LEDGER PSIC & CRIME

SE LE DA LA BIENVENIDA AL DIPLOMADO EN ¨TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y CORMPROMISO¨ EN EL CUAL ESTAMOS COMPROMETIDOS AL OBJETIVO DE QUE PUEDAS ADQUIRIR, EN EL TRASCURSO DE ÉSTE PROGRAMA, EL CONOCIMIENTO Y LAS HABILIDADES NECESARIAS PARA LLEVAR ACABO UNA PRACTICA PROFESIONAL CON ÉTICA Y RESPONSABIDAD, TENIENDO LA SEGURIDAD QUE EL TRABAJO QUE HAGAS DENTRO DE LA PRACTICA PROFESIONAL OBTENGA UNA MEJORIA.

La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) es una psicoterapia que está dentro de las denominadas psicoterapias de tercera generación y terapias contextuales, que surgieron entre los años 80 y 90 en Estados Unidos formando parte de los modelos terapéuticos conductuales y cognitivos.

La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) se encuentra orientada a la clarificación de los valores personales y a la acción comprometida con dichos valores para desarrollar una vida que resulte significativa y con sentido.

Los terapeutas ACT entendemos que el sufrimiento es algo universal e inherente al ser humano, por lo que nuestra intervención no va dirigida a buscar una eliminación del síntoma, sino a expandir el repertorio conductual e incrementar la flexibilidad psicológica.

Para fomentar la flexibilidad psicológica utilizamos distintas herramientas: metáforas, ejercicios experienciales, estrategias de aceptación y atención plena o Mindfulness.