



Universidad  
Internacional  
de Valencia

# Guía didáctica

## **ASIGNATURA: *Terapia de Aceptación y Compromiso***

**Título:** Máster Universitario en Terapias Psicológicas de Tercera Generación

**Materia:** Aplicación clínica de las Terapias de Tercera generación

**Créditos:** 6 ECTS

**Código:** 10MTEG

# Índice

1. Organización general.....	3
1.1. Datos de la asignatura.....	3
1.2. Equipo docente .....	3
1.3. Introducción a la asignatura.....	3
1.4. Competencias y resultados de aprendizaje .....	3
2. Contenidos/temario .....	5
3. Metodología .....	6
4. Actividades formativas .....	6
5. Evaluación.....	7
5.1. Sistema de evaluación.....	7
5.2. Sistema de calificación .....	8
6. Bibliografía.....	9

# 1. Organización general

## 1.1. Datos de la asignatura

<b>MATERIA</b>	Aplicación clínica de las terapias de tercera generación (30 ECTS)
<b>ASIGNATURA</b>	Terapia de Aceptación y Compromiso 6 ECTS
<b>Carácter</b>	Optativo
<b>Cuatrimestre</b>	Segundo
<b>Idioma en que se imparte</b>	Castellano
<b>Requisitos previos</b>	No existen
<b>Dedicación al estudio por ECTS</b>	25 horas

## 1.2. Equipo docente

<b>Profesor</b>	<b>D. Jose Luis Díaz Cordobés</b> <i>jose Luis.diaz@campusviu.es</i>
-----------------	---

## 1.3. Introducción a la asignatura

*La Terapia de aceptación y compromiso (ACT) enfatiza la acción orientada en los valores de cada persona. Se trata de una aproximación basada en el contextualismo funcional y la investigación en marcos relacionales y de regulación verbal. En esta asignatura se profundizará en el papel que desempeña el lenguaje y la evitación experiencial en el sufrimiento humano.*

## 1.4. Competencias y resultados de aprendizaje

### COMPETENCIAS GENERALES

CG.1.- Conocer las bases teóricas y las aplicaciones prácticas de las Terapias Psicológicas de Tercera Generación.

CG.2.- Aplicar los conocimientos teóricos y los avances científicos a la Psicoterapia y a la investigación.

CG.3.- Ser capaz de lograr un adecuado nivel de comprensión de la demanda del destinatario en cada situación o contexto de aplicación.

CG.4.- Ser capaz de actuar con profesionalidad y comportamiento ético en el desempeño de la intervención psicológica y en la transmisión del conocimiento y práctica adquiridos.

CG.5.- Ser capaz de comunicar temas de su área de conocimiento con sus compañeros de profesión, con la comunidad académica en su conjunto y con la sociedad en general.

CG.6.- Adoptar una actitud favorable hacia el aprendizaje y la innovación en Psicología, mostrándose proactivo, participativo y con espíritu de superación ante la adquisición de nuevos conocimientos.

CG.7.- Mantener una actitud reflexiva y crítica ante la realidad social y personal, relacionada con los problemas psicológicos y poder transmitirla a la comunidad.

CG.8.- Valorar el papel de la Psicoterapia y sus aplicaciones prácticas como herramientas para fomentar la igualdad entre hombres y mujeres o entre colectivos minoritarios o tradicionalmente excluidos.

CG.9.- Fomentar el uso de tecnologías de la información y la comunicación en el campo de la Psicoterapia

## **COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA ASIGNATURA**

CE.1.- Conocer las funciones, características y limitaciones de la Terapia de Aceptación y Compromiso.

CE.2.- Ser capaz de identificar la técnica más eficaz en función del problema o trastorno psicológico que hay que abordar.

CE.3.- Ser capaz de definir los objetivos y elaborar el plan de intervención basado en la Terapia de Aceptación y Compromiso (prevención, tratamiento, rehabilitación, acompañamiento, etc.)

CE.4.- Saber analizar e interpretar los resultados de una intervención psicológica (ACT) y realizar su valoración.

CE.5.- Saber proporcionar retroalimentación a los pacientes de forma adecuada y precisa.

CE.6.- Ser capaz de desarrollar el interés por mantener actualizadas las propias competencias, destrezas y conocimientos según los estándares de la profesión y de la investigación científica.

CE.7.- Conocer las investigaciones científicas sobre temas actuales e identificar los aspectos relevantes para su formación investigadora.

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Al finalizar esta asignatura se espera que el estudiante sea capaz de:

RA.1.- Conocer los principios conceptuales del análisis funcional del lenguaje y su implicación en la génesis y mantenimiento de los trastornos psicológicos.

RA.2.- Identificar patrones de evitación experiencial como fundamento etiológico en diferentes trastornos psicológicos.

RA.3.- Saber seleccionar, aplicar e interpretar distintos instrumentos de evaluación y de recogida sistemática de datos utilizados en la ACT.

RA.4.- Conocer los fundamentos filosóficos y culturales de la ACT, como forma de aproximación al abordaje del sufrimiento psicológico.

RA.5.- Ser capaz de identificar las diferentes fases de la terapia ACT y las distintas técnicas (ejercicios y metáforas) relacionadas con los objetivos planteados desde el punto de vista de los valores.

## 2. Contenidos/temario

**Tema 1: Una nota sobre el contexto social en el que se configuran los trastornos psicológicos.**

**Tema 2: Algunos apuntes sobre el comportamiento verbal.**

- 2.1. La conducta gobernada por reglas. Brevemente.
- 2.2. La Teoría de los Marcos Relacionales. Una reseña.

**Tema 3: Trampas psicológicas generadas por el lenguaje.**

- 3.1. Contexto de literalidad.
- 3.2. Contexto de evaluación, de comparación y de categorización.
- 3.3. ¿Por qué? Contexto de dar razones y entenderlas como causas.

**Tema 4: Modelo de Psicopatología.**

**Tema 5: ACT: Accept, choose, take action.**

- 5.1. La terapia.
  - 5.1.1. Fases de la ACT.
    - 1) Desesperanza creativa.
    - 2) El control es el problema no la solución.
    - 3) Construyendo la aceptación al tiempo que se defusiona el lenguaje.
    - 4) Descubriendo el yo, defusionando el yo.

- 5) Valores.
  - 6) Disposición y compromiso.
- 5.2 Formulación de un caso desde ACT

### 3. Metodología

La metodología de la Universidad Internacional de Valencia (VIU) se caracteriza por una apuesta decidida en un modelo de carácter e-presencial. Así, siguiendo lo estipulado en el calendario de actividades docentes del Título, se impartirán en directo un conjunto de sesiones, que, además, quedarán grabadas para su posterior visionado por parte de aquellos estudiantes que lo necesitasen. En todo caso, se recomienda acudir, en la medida de lo posible, a dichas sesiones, facilitando así el intercambio de experiencias y dudas con el docente.

En lo que se refiere a las metodologías específicas de enseñanza-aprendizaje, serán aplicadas por el docente en función de los contenidos de la asignatura y de las necesidades pedagógicas de los estudiantes. De manera general, se impartirán contenidos teóricos y, en el ámbito de las clases prácticas se podrá realizar la resolución de problemas, el estudio de casos y/o la simulación.

Por otro lado, la Universidad y sus docentes ofrecen un acompañamiento continuo al estudiante, poniendo a su disposición foros de dudas y tutorías para resolver las consultas de carácter académico que el estudiante pueda tener. Es importante señalar que resulta fundamental el trabajo autónomo del estudiante para lograr una adecuada consecución de los objetivos formativos previstos para la asignatura.

### 4. Actividades formativas

Durante el desarrollo de cada una de las asignaturas se programan una serie de actividades de aprendizaje que ayudan a los estudiantes a consolidar los conocimientos trabajados.

A continuación, se relacionan las actividades que forman parte de la asignatura:

#### 1. Actividades de carácter teórico

Se trata de un conjunto de actividades guiadas por el profesor de la asignatura destinadas a la adquisición por parte de los estudiantes de los contenidos teóricos de la misma. Estas actividades, diseñadas de manera integral, se complementan entre sí y están directamente relacionadas con los materiales teóricos que se ponen a disposición del estudiante (manual, SCORM y material complementario). Estas actividades se desglosan en las siguientes categorías:

- a. Clases expositivas
- b. Sesiones con expertos en el aula
- c. Observación y evaluación de recursos didácticos audiovisuales
- d. Estudio y seguimiento de material interactivo

## **2. Actividades de carácter práctico**

Se trata de un conjunto de actividades guiadas y supervisadas por el profesor de la asignatura, vinculadas con la adquisición por parte de los estudiantes de los resultados de aprendizaje y competencias de carácter más práctico. Estas actividades, diseñadas con visión de conjunto, están relacionadas entre sí para ofrecer al estudiante una formación completa e integral.

## **3. Tutorías**

Se trata de sesiones, tanto de carácter síncrono como asíncrono (e-mail), individuales o colectivas, en las que el profesor comparte información sobre el progreso académico del estudiante y en las que se resuelven dudas y se dan orientaciones específicas ante dificultades concretas en el desarrollo de la asignatura.

## **4. Trabajo autónomo**

Se trata de un conjunto de actividades que el estudiante desarrolla autónomamente y que están enfocadas a lograr un aprendizaje significativo y a superar la evaluación de la asignatura. La realización de estas actividades es indispensable para adquirir las competencias y se encuentran entroncadas en el aprendizaje autónomo que consagra la actual ordenación de enseñanzas universitarias. Esta actividad, por su definición, tiene carácter asíncrono.

## **5. Prueba objetiva final**

Como parte de la evaluación de cada una de las asignaturas (a excepción de las prácticas y el Trabajo fin de título), se realiza una prueba (examen final). Esta prueba se realiza en tiempo real (con los medios de control antifraude especificados) y tiene como objetivo evidenciar el nivel de adquisición de conocimientos y desarrollo de competencias por parte de los estudiantes. Esta actividad, por su definición, tiene carácter síncrono.

# **5. Evaluación**

## **5.1. Sistema de evaluación**

El Modelo de Evaluación de estudiantes en la Universidad se sustenta en los principios del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES), y está adaptado a la estructura de formación virtual propia de esta Universidad. De este modo, se dirige a la evaluación de competencias.

Sistema de Evaluación	Ponderación
<b>Portafolio*</b>	<b>70 %</b>
<p>El portafolio está formado por los trabajos que se desprenden de las sesiones prácticas de la asignatura. Por tanto, los elementos que componen la evaluación del portafolio son los trabajos que realizan los estudiantes en el marco de las clases prácticas (estudio de casos, resolución de problemas, revisión bibliográfica, simulación, trabajo cooperativo, diseño de proyectos) y que forman parte del portafolio de la asignatura. La distribución del peso de la evaluación en las distintas actividades es: Actividades guiadas (30%), seminarios (30%) y participación (auto-evaluación, 10%).</p>	
Sistema de Evaluación	Ponderación
<b>Prueba final*</b>	<b>30 %</b>
<p>La prueba es de carácter individual y valora el nivel de adquisición de las competencias trabajadas en la asignatura. Corresponderá a una prueba tipo test de 40 preguntas con 4 alternativas de respuesta</p>	

**\*Es requisito indispensable para superar la asignatura aprobar cada apartado (portafolio y prueba final)** con un mínimo de 5 para ponderar las calificaciones.

Los enunciados y especificaciones propias de las distintas actividades serán aportados por el docente, a través del Campus Virtual, a lo largo de la impartición de la asignatura.

Atendiendo a la Normativa de Evaluación de la Universidad, se tendrá en cuenta que la utilización de **contenido de autoría ajena** al propio estudiante debe ser citada adecuadamente en los trabajos entregados. Los casos de plagio serán sancionados con suspenso (0) de la actividad en la que se detecte. Asimismo, el uso de **medios fraudulentos durante las pruebas de evaluación** implicará un suspenso (0) y podrá implicar la apertura de un expediente disciplinario.

## 5.2. Sistema de calificación

La calificación de la asignatura se establecerá en los siguientes cálculos y términos:

Nivel de aprendizaje	Calificación numérica	Calificación cualitativa
Muy competente	9,0 - 10	Sobresaliente
Competente	7,0 - 8,9	Notable
Aceptable	5,0 -6,9	Aprobado
Aún no competente	0,0 -4,9	Suspenso

Sin detrimento de lo anterior, el estudiante dispondrá de una **rúbrica simplificada** en el aula que mostrará los aspectos que valorará el docente, como así también los **niveles de**

**desempeño que tendrá en cuenta para calificar las actividades vinculadas a cada resultado de aprendizaje.**

La mención de «**Matrícula de Honor**» podrá ser otorgada a estudiantes que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9.0. Su número no podrá exceder del cinco por ciento de los estudiantes matriculados en una materia en el correspondiente curso académico, salvo que el número de estudiantes matriculados sea inferior a 20, en cuyo caso se podrá conceder una sola «Matrícula de Honor».

## 6. Bibliografía

Bayés R (2001). Psicología del sufrimiento y de la muerte. Barcelona: Martínez Roca.

Wilson K y Luciano C. (2002). Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Un tratamiento conductual orientado a los valores. Madrid: Pirámide.

Wicksell R, Kemani M, Jensen K et al. Acceptance and commitment therapy for fibromyalgia: A randomized controlled trial. Eur J Pan 2012 Oct 23.

Smout M. Acceptance and commitment therapy - pathways for general practitioners. Aust Fam Physician 2012; 41(9):672-6.

Carrascoso F (1999). Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en el trastorno de angustia con agoraphobia: un estudio de caso. Psicothema, 11, 1-12.

Hayes S, Gifford E (1997). The trouble with language: Experiential avoidance, rules, and the nature of verbal events. Psychological Science, 8, 170-173.

Hayes S, Gifford E, Hayes G (1998). Moral behavior and the development of verbal regulation. The behavior Analyst, 21, 253-279.

Boyne S, McHugh L, Martinez E (2011). Acceptance and commitment therapy (ACT): advances and applications with children, adolescents and families. Child and adolescent Psychiatric Clinics of North America, 20, 379-399.

Montgomery K, Kim J, Franklin C (2011). Acceptance and commitment therapy for psychological and physiological illnesses: a systematic review for social workers. Health & Social Work, 36(3), 169-181.

Kazdin, A.E. y Blase, S. L. (2011). Rebooting psychotherapy research and practice to reduce the burden of mental illness. Perspectives on Psychology Science, 6, 21-37.

Smout M. Acceptance and commitment therapy - pathways for general practitioners. Aust Fam Physician 2012; 41(9):672-6.