AGOSTO 2026

Formación Anual en Terapias Cognitivo-Conductuales y Contextuales

Habilidades para el Cambio

Formación Anual en Terapias Cognitivo-Conductuales y Contextuales

Fundación Habilidades para el Cambio
2026

Presentación

La Formación Anual en Terapias Cognitivo-Conductuales y Contextuales de la Fundación Habilidades para el Cambio está inspirada en los programas de referencia mundial de Harvard Medical School, Oxford Mindfulness Centre, Yale School of Medicine, King's College London, el Beck Institute for Cognitive Therapy, el Linehan Institute y la Association for Contextual Behavioral Science (ACBS).

Integra los fundamentos científicos de la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) con la evolución contemporánea de las Terapias Contextuales o de Tercera Generación, entre ellas la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), la Terapia Dialéctico-Conductual (DBT), la Terapia Analítico-Funcional (FAP), la Terapia Centrada en la Compasión (CFT) y la Terapia Cognitiva Basada en la Atención Plena (MBCT).

El programa ofrece un recorrido teórico, técnico y vivencial orientado a la formación clínica intermedia y avanzada, con una mirada integradora, ética y basada en evidencia, que promueve tanto la comprensión profunda del sufrimiento humano como el desarrollo de habilidades concretas de intervención.

Modalidad y Duración

Período: agosto de 2026 a junio de 2027

Formato: nueve encuentros intensivos mensuales

Tercer sábado de cada de mes.
15/8, 19/9, 17/10, 21/11, 19/12 de 2026; 20/03, 17/04, 15/05 y 19/06 de 2027.

Horario: 9:00 a 12:00 y 13:00 a 16:00.

Modalidad: virtual sincrónica vía Zoom.

Plataforma complementaria: campus virtual HPC con material bibliográfico, grabaciones y recursos adicionales.

Cada encuentro combina exposición teórica actualizada, análisis de casos clínicos reales, ejercicios experienciales guiados y espacios de supervisión práctica.

Propósito General

Formar clínicos con pensamiento reflexivo, sensibilidad ética y dominio técnico, capaces de comprender y abordar el sufrimiento humano desde los principios contemporáneos de la ciencia conductual contextual y la psicología clínica basada en evidencia.

Objetivos Específicos

- Comprender los fundamentos teóricos, filosóficos y neurocientíficos de la Terapia Cognitivo-Conductual y su evolución hacia las Terapias Contextuales.
- Desarrollar competencias clínicas en evaluación funcional, formulación de caso y diseño de intervención.
- Aplicar estrategias basadas en procesos psicológicos transdiagnósticos.
- Integrar mindfulness, compasión y aceptación como tecnologías de conciencia clínica.
- Consolidar un estilo terapéutico auténtico, humano y científicamente sustentado.

Competencias Clínicas

Al finalizar la formación, los participantes habrán desarrollado:

1. Dominio de la Terapia Cognitivo-Conductual contemporánea: evaluación cognitiva, reestructuración, activación conductual, exposición y prevención de recaídas.
2. Comprensión del modelo basado en procesos y los mecanismos transdiagnósticos de cambio.
3. Integración clínica de los principales modelos contextuales: ACT, DBT, FAP, CFT y MBCT.
4. Regulación emocional avanzada: manejo de compasión, validación y habilidades interpersonales.
5. Diseño de intervenciones adaptadas al ciclo vital y a la diversidad cultural.
6. Práctica ética, reflexiva y sostenida en el autocuidado profesional.

Programa de Contenidos

Unidad 1: 15 de agosto de 2026

Fundamentos filosóficos y clínicos de la Terapia Cognitivo-Conductual y las Terapias Contextuales

Exploración de las raíces históricas del conductismo clásico y radical, la emergencia de la Terapia Cognitivo-Conductual y su desarrollo hacia las terapias de tercera generación.

Bases epistemológicas del contextualismo funcional, principios del aprendizaje, noción de conducta como acción situada. conceptualización del caso.

Contenidos clave: refuerzo, moldeamiento, esquemas cognitivos, Modelo ABC, procesos psicológicos, evitación experiencial, flexibilidad psicológica.

Aportes fundacionales de Skinner, Beck, Ellis, Hayes, Linehan, Kohlenberg, Tsai, Gilbert y Segal.

Unidad 2 ·19 de septiembre de 2026

Modelos Contextuales y Terapias Basadas en Procesos

Estudio comparativo y aplicado de las principales Terapias Contextuales:

- Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT): procesos nucleares, valores y aceptación.
- Terapia Dialéctico-Conductual (DBT): habilidades, validación y estructura biosocial.
- Terapia Analítico-Funcional (FAP): reforzamiento natural y presencia en sesión.
- Terapia Centrada en la Compasión (CFT): compasión como regulación del sistema de amenaza.
- Terapia Cognitiva Basada en la Atención Plena (MBCT): integración entre cognición y conciencia plena.

Marco integrador: Terapia Cognitivo-Conductual Basada en Procesos, articulando los mecanismos comunes de cambio entre las distintas aproximaciones.

.

Unidad 3 · 17 de octubre de 2026

Trastornos de Ansiedad I: Pánico, Fobia y Evitación

Revisión de los modelos contemporáneos de la ansiedad. Exposición graduada, prevención de la evitación y regulación emocional.

Teoría del aprendizaje inhibitorio y técnicas de exposición con inhibición del miedo.

Herramientas contextuales: mindfulness y defusión cognitiva como estrategias de afrontamiento (Terapia Cognitiva Basada en la Atención Plena y Terapia de Aceptación y Compromiso).

Unidad 4 · 21 de noviembre de 2026

Trastornos de Ansiedad II: Trauma, Trastorno Obsesivo Compulsivo y Estrés Postraumático

Análisis de los mecanismos del trauma simple y complejo. Exposición narrativa, prevención de respuesta en el Trastorno Obsesivo Compulsivo y abordajes de validación emocional.

Aplicaciones integradas de la Terapia Dialéctico-Conductual, la Terapia de Aceptación y Compromiso y la Terapia Centrada en la Compasión, orientadas al procesamiento del trauma y la regulación emocional profunda.

Unidad 5 · 19 de diciembre de 2026

Clínica de los Trastornos del Estado de Ánimo

Estudio de los modelos cognitivo-conductuales de Beck, Martell y Lejuez. Activación conductual, reestructuración cognitiva, psicoeducación y prevención de recaídas.

Integración contextual: procesos de aceptación, compasión y valores personales

(Terapia de Aceptación y Compromiso y Terapia basada en Mindfulness para la depresion), promoviendo, regulación de Rumiacion, flexibilidad psicológica y reconexión con metas vitales en depresión y trastorno bipolar.

Unidad 6 · 20 de marzo de 2027

Trastornos de la Personalidad y Regulación Emocional

Tratamiento desde la Terapia Cognitiva (Beck y Young) y la Terapia Dialéctico-Conductual como modelo de elección para el Trastorno Límite de la Personalidad.

Entrenamiento en habilidades de mindfulness, regulación emocional, tolerancia al malestar y efectividad interpersonal.

Estrategias de vínculo terapéutico, establecimiento de límites y trabajo con redes de apoyo.

Unidad 7 · 17 de abril de 2027

Adicciones y Conductas Compulsivas

Análisis de las bases neuroconductuales de la adicción y su relación con el refuerzo, la evitación y la regulación emocional.

Intervenciones cognitivo-conductuales y contextuales para el consumo problemático.

Impacto de las redes sociales y tecnología al consumo (IA-Apuestas Online, uso saludable y patológico de redes sociales)

Aplicación de estrategias de motivación al cambio, habilidades de regulación emocional, aceptación y autocompasión, prevención de recaídas y reconstrucción del proyecto vital.

Unidad 8 · 15 de mayo de 2027

Trastornos Alimentarios, Autoimagen y Compasión

Desarrollo de los modelos TCC-E (Fairburn) y Terapia Dialéctico-Conductual para los trastornos alimentarios.

Trabajo sobre la reestructuración cognitiva de la autoimagen, regulación emocional y aplicación de la Terapia Centrada en la Compasión para promover aceptación corporal y cuidado de sí.

Integración de herramientas de autocompasión, exposición corporal y abordajes interdisciplinarios.

Instancia de consultas del caso trabajado

Unidad 9 · 19 de junio de 2027

Integración Clínica, Diversidad y Ética Contemporánea

Síntesis e integración teórico-práctica entre la Terapia Cognitivo-Conductual y las Terapias Contextuales aplicadas a la diversidad, el género y la ética clínica

contemporánea. Reflexión sobre dilemas éticos, autocuidado del terapeuta y abordajes culturalmente sensibles.

Cierre de cursada y Presentación final del caso clínico integrador, articulando los distintos modelos de intervención y consolidando una práctica coherente con los valores personales y profesionales.

Bibliografía de Referencia

Beck, J. (2021). Terapia Cognitivo-Conductual: Fundamentos y Más Allá. Guilford Press.

Hayes, S. C. & Hofmann, S. G. (2020). Terapia Cognitivo-Conductual Basada en Procesos. New Harbinger.

Linehan, M. (2015). Manual de Entrenamiento en Habilidades de la Terapia Dialéctico-Conductual. Guilford.

Gilbert, P. (2019). Terapia Centrada en la Compasión. Routledge.

Segal, Z. V., Teasdale, J. D., & Williams, M. (2018). Terapia Cognitiva Basada en la Atención Plena para la Depresión. Guilford.

Kohlenberg, R. J. & Tsai, M. (2012). Terapia Analítico-Funcional: Crear Relaciones Intensas y Curativas. Springer.

Craske, M. G. (2022). Aprender a Sentirse Bien y Mantener la Calma: La Ciencia de la Exposición. Oxford University Press.

Filosofía del Programa

Esta formación está diseñada para terapeutas que buscan profundidad, coherencia y sentido en su práctica clínica. No se limita a la transmisión de técnicas: propone un proceso de aprendizaje transformador que une rigor científico, sensibilidad humana y reflexión ética.

Desde la mirada de la Fundación Habilidades para el Cambio, ser terapeuta es sostener con presencia el proceso de otro: una tarea de conocimiento, arte y humanidad que requiere ciencia, compasión y autenticidad

---

Destinatarios

Psicólogos, psiquiatras, trabajadores sociales y estudiantes y profesionales de la salud mental con formación de grado que busquen especialización en modelos cognitivo-conductuales y contextuales contemporáneos.

Certificación

Al completar la formación y cumplir con los requisitos académicos, los participantes recibirán el certificado oficial de la Fundación Habilidades para el Cambio, con aval institucional y una carga horaria total de 54 horas presenciales virtuales.

Modalidad de evaluación:

La evaluación final consistirá en un **examen integrador teórico-práctico grupal** basado en un caso clínico real. Los participantes deberán presentar la **conceptualización completa del caso**, la cual debe incluir el análisis de los procesos psicológicos subyacentes, valores identificados y los aportes específicos de las terapias contextuales. Finalmente, se pedirá una propuesta de **abordaje terapéutico coherente**, fundamentada en los modelos brindados durante la formación. Se ofrecerán espacios dedicados de supervisión y seguimiento para el caso seleccionado.