

CENTRO DE EDUCACIÓN SUPERIOR DE
ENSEÑANZA E INVESTIGACIÓN EDUCATIVA



Máster Universitario en Terapias
Psicológicas de Tercera Generación

PLANIFICACIÓN DE LA DOCENCIA
UNIVERSITARIA

GUÍA DOCENTE **(PROVISIONAL*)**

*La presente Guía es orientativa. La guía definitiva se publicará una vez comience el
Máster

Mindfulness y Psicoterapia Basada en la Mentalización (MBT): convergencias y divergencias en la práctica clínica

**Mindfulness y Psicoterapia Basada en la Mentalización (MBT):
convergencias y divergencias en la práctica clínica: Código**

1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA

Título	Máster Universitario en Terapias Psicológicas de Tercera Generación
Modulo/Materia	APLICACIÓN DE LAS TERAPIAS DE TERCERA GENERACIÓN
Asignatura	Mindfulness y Psicoterapia Basada en la Mentalización (MBT): convergencias y divergencias en la práctica clínica
Código	Código
Curso	1
Semestre	1º
Carácter	Obligatoria
ETCS	6
Profesor	
Correo electrónico	
Modalidad	Virtual
Idioma	Castellano
Web	https://ceie.es/

2. REQUISITOS PREVIOS

Esenciales:
Los propios de acceso al Máster. Título de psicólogo o psiquiatra (o equivalente)
Aconsejables:
Conocimientos básicos de terapias de tercera generación y sus tendencias, y de las habilidades básicas en la relación terapéutica.

3.SENTIDO Y APORTACIONES DE LA ASIGNATURA AL PLAN DE ESTUDIOS

Campo de conocimiento al que pertenece la asignatura.

Esta asignatura pertenece a la Psicología de la Personalidad, evaluación y tratamiento psicológico.

Relación de interdisciplinariedad con otras asignaturas del currículum.

La asignatura "Mindfulness y Psicoterapia Basada en la Mentalización (MBT): convergencias y divergencias en la práctica clínica" está estrechamente relacionada con la asignatura "Introducción a las terapias de tercera generación y sus tendencias". Esta última proporciona una base teórica fundamental sobre las terapias de tercera generación, de las cuales tanto el mindfulness como la MBT son ejemplos prominentes. Entender las bases y tendencias generales de estas terapias facilita una comprensión más profunda de los principios específicos y las técnicas discutidas en la asignatura de mindfulness y MBT.

Asimismo, existe una clara interrelación con "Procesos y habilidades en la relación terapéutica de tercera generación". La relación terapéutica es crucial en cualquier modalidad de terapia, y la integración de mindfulness y MBT en la práctica clínica depende en gran medida de las habilidades interpersonales y la capacidad del terapeuta para establecer una relación terapéutica efectiva. Por lo tanto, este curso complementa directamente las prácticas y técnicas de mindfulness y MBT, proporcionando las habilidades necesarias para una aplicación eficaz.

Aportaciones al plan de estudios e interés profesional de la asignatura.

La asignatura "Mindfulness y Psicoterapia Basada en la Mentalización (MBT): convergencias y divergencias en la práctica clínica" ofrece múltiples aportaciones significativas al plan de estudios y al interés profesional de los estudiantes. En primer lugar, introduce a los estudiantes a dos enfoques terapéuticos contemporáneos y basados en la evidencia, que son altamente relevantes en la práctica clínica moderna. La combinación de mindfulness y MBT permite a los futuros terapeutas manejar una variedad de problemas psicológicos con técnicas que promueven la conciencia plena y la comprensión profunda de los estados mentales propios y ajenos.

Además, esta asignatura facilita una comprensión crítica de las similitudes y diferencias entre estas dos metodologías, lo que es esencial para una aplicación informada y flexible en la práctica clínica. Los estudiantes aprenderán a integrar

elementos de ambas terapias de manera coherente, lo cual es invaluable para abordar las necesidades individuales de sus pacientes.

Desde una perspectiva profesional, el conocimiento y la competencia en mindfulness y MBT son habilidades altamente valoradas y buscadas en el campo de la psicología clínica. Estas técnicas no solo mejoran la efectividad terapéutica, sino que también aumentan las oportunidades de empleo y desarrollo profesional de los graduados, ya que muchas instituciones de salud mental buscan terapeutas con experiencia en estas áreas.

4.RESULTADOS DE APRENDIZAJE EN RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS QUE DESARROLLA LA MATERIA.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE -CONOCIMIENTOS

CON1- Domina el uso de tecnologías de la información y la comunicación en el campo de la Psicoterapia.

CON2- Reconoce las técnicas de análisis de la comunicación con particularidad en el lenguaje verbo-corporal.

CON3- Conoce las bases teóricas y la evolución de las terapias cognitivo-comportamentales desde su origen hasta la Tercera Generación.

CON-4 Conoce las funciones, características y limitaciones de las Terapias Psicológicas de Tercera Generación.

CON5- Identifica de forma específica los fundamentos propios de las diferentes terapias de Tercera Generación.

CON6- Conoce las aplicaciones prácticas de las terapias de Tercera Generación.

CON7- Diferencia distintas técnicas psicológicas utilizadas en las terapias de Tercera Generación y su aplicación a los problemas y trastornos psicológicos.

CON8- Conoce las investigaciones científicas relevantes y sus tendencias en materia de terapias de tercera generación.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE - HABILIDADES Y DESTREZAS

H1- Demuestra habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.

H2- Comunica sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades con reflexiones críticas sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.

H3- Interpretar los resultados de una intervención psicológica y realiza su valoración.

H4- Elabora planes de intervención en función del propósito de la misma (prevención, tratamiento, rehabilitación, acompañamiento, etc.) utilizando la técnica más eficaz en función del problema o trastorno psicológico que haya que abordar.

H5- Desarrolla la práctica terapéutica a través de la integración y la combinación de diferentes intervenciones para un mismo problema o trastorno psicológico.

H7- Toma decisiones de forma crítica respecto a la aplicación, interpretación e integración de las terapias de tercera generación

RESULTADOS DE APRENDIZAJE - COMPETENCIAS

COM1- Aplica los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos y situaciones complejas, tanto en ámbito profesional como de investigación

COM2- Aplica los conocimientos teóricos y los avances científicos a la psicoterapia y a la investigación.

COM3 – Actúa con profesionalidad y comportamiento ético en el desempeño de la intervención terapéutica y en la transmisión del conocimiento y práctica adquiridos.

COM4- Selecciona la herramienta adecuada y la metodología precisa para evaluar variables psicológicas, formular conclusiones y elaborar planes de intervención adecuados para cada paciente acorde a la demanda del destinatario en cada situación o contexto de aplicación

COM5- Adopta una actitud favorable hacia el aprendizaje y la innovación en la psicoterapia, mostrándose proactivo, participativo y con espíritu de superación ante la adquisición de nuevos conocimientos.

COM6- Integra tanto en su vida como en su práctica profesional los principios básicos que conforman las nuevas terapias, de forma que pueda aplicar los conocimientos a nivel personal y proporcionar retroalimentación a los pacientes de forma adecuada y precisa.

5. CONTENIDOS

La asignatura proporciona a los estudiantes una comprensión integral de las prácticas de Mindfulness y de la MBT, y explora las similitudes y diferencias entre ambas en el ámbito clínico y terapéutico. Se busca que los estudiantes adquieran conocimientos teóricos y prácticos sobre estas modalidades terapéuticas, y comprendan cómo pueden aplicarse de manera efectiva en el tratamiento de diversos trastornos psicológicos.

- Se presentarán las bases y los principios generales de la práctica de Mindfulness y de la MBT en el contexto clínico, permitiendo a los estudiantes comprender los fundamentos teóricos y prácticos de ambas modalidades terapéuticas.
- Se explorarán los mecanismos de acción de estas prácticas, así como sus posibles usos en el tratamiento de diferentes trastornos psicológicos. Se analizarán los puntos en común y las diferencias entre Mindfulness y la MBT, destacando sus enfoques y en qué situaciones terapéuticas pueden ser más beneficiosas.
- Se estudiará en profundidad el concepto de Atención Plena o Mindfulness, incluyendo su origen en la meditación budista y su aplicación en el contexto psicológico. Se examinará el proceso psicológico básico de la atención y su relación con la psique, más allá de ideologías o religiones específicas.
- Se abordará el concepto de mentalización, basado en la teoría del apego de John Bowlby y la psicología del desarrollo.
- Se analizará cómo el desarrollo de la capacidad de comprender y reflexionar sobre los estados mentales propios y ajenos, conocida como mentalización, se desarrolla en el contexto de las primeras relaciones. Se explorará el modelo de psicoterapia basado en la mentalización y su objetivo de aumentar esta capacidad y la confianza epistémica en individuos que no la han desarrollado adecuadamente.

6. CRONOGRAMA

Unidades didácticas/Temas	Periodo temporal
Unidad 1	Semanas 1-6
Unidad 2	Semanas 7-12
Evaluación final	Semana 13 o 14

Nota: La distribución expuesta en esta tabla tiene un carácter general y orientativo, se ajustará a las características y circunstancias de cada curso académico y grupo clase.

7. MODALIDADES ORGANIZATIVAS Y MÉTODOS DE ENSEÑANZA

Actividades formativas	Es síncrona	Horas totales	Horas interactividad síncrona
Clases expositivas programadas síncronas	SI	15	15
Seminarios-Talleres prácticos Online	SI	6	6
Acceso e investigación sobre contenidos complementarios y estudio autónomo individual	NO	69	0
Tutoría	Parcial	6	1
Trabajos individuales o en grupo.	No	52	0
Examen-Evaluación final	SI	2	2
Total		150	24

Metodologías enseñanza	Tipo de metodología
	Método expositivo / Clase magistral
	Método del caso
	Aprendizaje orientado a proyectos
	Resolución de ejercicios y problemas
	Práctica guiada mediante debates y resolución de problemas y ejercicios en el aula
	Realización de trabajos

8. SISTEMA DE EVALUACIÓN

Sistema de evaluación	Tipo / criterio	Valoración respecto a la calificación final (%)
Examen	Prueba objetiva con preguntas de 3 alternativas con una opción como correcta.	50%

	Los restan los fallos ni las preguntas no contestadas	
Participación en las actividades planteadas	Foros - Grado de ajuste al esquema y principios planteados.	14%
Presentación de trabajos y proyectos (Prácticas individuales y trabajo en equipo)	Trabajos o proyectos - Aspectos formales (estructura claridad, ausencia de faltas de ortografía etc.). Capacidad para asociar los contenidos aprendidos, grado de ajuste a objetivos. Exposición y defensa oral	34%
Test de autoevaluación	Porcentaje de respuestas correctas del test. (0%=0 puntos; hasta 100%=0,2 puntos)	2%

CONSIDERACIONES GENERALES ACERCA DE LA EVALUACIÓN:

En todos los ejercicios escritos se tendrá muy en cuenta la correcta expresión escrita, la ortografía y el uso adecuado de la gramática y la puntuación.

La calificación final estará basada en la puntuación absoluta de 10 puntos obtenida por el estudiante, de acuerdo a la siguiente escala: Suspenso: 0-4,9; Aprobado: 5-6,9; Notable: 7-8,9; Sobresaliente: 9-10 y Matrícula de Honor: que implicará haber obtenido sobresaliente más una mención especial.

Las faltas en la Integridad Académica (ausencia de citación de fuentes, plagios de trabajos o uso indebido/prohibido de información durante los exámenes), así como cualquier intento de fraude implicarán la pérdida de la evaluación continua, sin perjuicio de las acciones sancionadoras que estén establecidas por el centro. El plagio, total o parcial, de cualquiera de los ítems de evaluación será sancionado conforme al Régimen Jurídico y Procedimiento Sancionador del Estudiante Universitario.

9. BIBLIOGRAFÍA / WEBGRAFÍA

Bibliografía

Altman, D. (2014). 50 técnicas de mindfulness para la ansiedad, la depresión, el estrés y el dolor. Málaga: Editorial Sirio.

Baer, R. A. (2014). Mindfulness-based treatment approaches: Clinician's guide to evidence base and applications (Second ed.). US: Academic Press.

Bateman, A., & Fonagy, P. (2016). Tratamiento basado en la mentalización para trastornos de la personalidad. España.

Cebolla, A., García-Campayo, J., Demarzo, M. (2014). Mindfulness y Ciencia: de

la tradición a la modernidad. Madrid: Alianza.

Didonna, F. (Ed.) (2016). Manual clínico de mindfulness.

García-Campayo, J., Cebolla, A., Demarzo, M. (2016). La ciencia de la compasión: más allá del mindfulness. Madrid: Alianza.

García-Palacios, A. (2007). Mindfulness en la Terapia Dialéctico-Comportamental. *Revista de Psicoterapia*, XVII (66/67), 121-132.

Germer, C., Siegel, R., y Fulton, P. (2015). *Mindfulness y Psicoterapia*. Bilbao: Desclee de Brouwer.

Habif, C. (2024). Mentalización, funcionamiento mental y psicoanálisis. Sus interrelaciones y complementariedades en la práctica de la psicoterapia [Lanza Castelli, 2023]. *Aperturas psicoanalíticas: Revista de psicoanálisis*, (75), 8.

Hayes, Steven C., et al. (2014). *Terapia de aceptación y compromiso: proceso y práctica del cambio consciente: mindfulness*. Editorial Desclee de Brouwer.

Kabat-Zinn, J. (2009). *La práctica de la atención plena*. Barcelona: Kairós.

Linares, L., Estévez, A., Soler, J., & Cebolla, A. (2016). El papel del mindfulness y el descentramiento en la sintomatología depresiva y ansiosa. *Clínica y Salud*, 27(2), 51-56. doi:10.1016/j.clysa.2016.03.001.

Longoria, V. (2014). *Contemplating culture: Exploring the use of mindfulness therapies with diverse groups* (Order No. 3582299).

Masuda, A. (2014). *Mindfulness and acceptance in multicultural competency: A contextual approach to sociocultural diversity in theory and practice*. Oakland, CA: Context Press.

Moreno-Gómez, A., Luna, P., & Cejudo, J. (2020). Promoviendo el éxito escolar mediante una intervención basada en atención plena (mindfulness) en educación infantil: Programa mindkinder. *Revista De Psicodidáctica*, doi:10.1016/j.psicod.2019.12.001.

Moscoso, M. S. (2019). Hacia una integración de mindfulness e inteligencia emocional en psicología y educación. *Liberabit*, 25(1), 107-117. doi:10.24265/liberabit.2019.v25n1.09.

Munoz-Martinez, A. M., Monroy-Cifuentes, A. L., & Torres-Sanchez, L. M. (2017). *Mindfulness: ¿proceso, habilidad o estrategia? Un análisis desde el análisis del*

comportamiento y del contextualismo funcional. *Psicología USP*, 28(2), 298. doi:10.1590/0103-656420160038.

Norka, M., & Dangerfield, M. (2023). *Tratamiento basado en la mentalización para niños: Aplicaciones clínicas en el contexto actual*. Herder Editorial.

Parra Delgado, M., Montañés Rodríguez, J., Montañés Sánchez, M. y Bartolomé Gutiérrez, R. (2012). Conociendo mindfulness. *Ensayos: Revista De La Facultad De Educación De Albacete*, (27), 29-46.

Pérez, M.A. y Botella, L. (2007). Conciencia plena (mindfulness) y psicoterapia: concepto, evaluación y aplicaciones clínicas. *Revista de Psicoterapia*, XVII(66/67), 77-120.

Pinazo, D., García-Prieto, L. T., & García-Castellar, R. (2020). Implementación de un programa basado en mindfulness para la reducción de la agresividad en el aula. *Revista De Psicodidáctica*, 25(1), 30-35. doi:10.1016/j.psicod.2019.08.004.

Segal, Z., Williams, M., y Teasdale, J. (2009). *Terapia cognitiva de la depresión basada en la consciencia plena: un nuevo abordaje para la prevención de las recaídas*. Bilbao: Desclee de Brouwer.

Shapiro, S. y Carlson, L. E. (2014). *Arte y ciencia del Mindfulness. Integrar el mindfulness en la psicología y en las profesiones de ayuda*. Bilbao: Editorial Desclee De Brouwer S.A.

Simón, V. (2007). Mindfulness y Neurobiología. *Revista de Psicoterapia*, XVII(66/67), 5-30.

Simón, V. (2010). Mindfulness y Psicología: presente y futuro. *Información Psicológica*, 100, 162-170.

Simón, V. (2011). *Aprendiendo a practicar Mindfulness*. Barcelona: Sello Editorial.

Wolf, C., Serpa, J. G., Kornfield, J., & Goodman, T. (2015). *A clinician's guide to teaching mindfulness: The comprehensive session-by-session program for mental health professionals and health care providers*. Oakland: New Harbinger Publications.

Wysong, J. & Rosenfeld, E. (1989). *An oral history of Gestalt Therapy: Interviews with Laura Perls, Isadore From, Erving Polster, Miriam Polster & Elliott Shapiro*. Gestalt Journal Press.

Nota: Las referencias bibliográficas citadas son meramente indicativas y no constituyen un listado cerrado; cada profesor podrá modificar o añadir los recursos que considere pertinentes.