

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

# **Terapia de Aceptación y Compromiso** **(ACT)**

Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT): **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	Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)
Código	<b>Código</b>
Curso	1
Semestre	2º
Carácter	Obligatoria
ETCS	6
Profesor	
Correo electrónico	
Modalidad	Virtual
Idioma	Castellano
Web	<a href="https://ceie.es/">https://ceie.es/</a>

## 2. REQUISITOS PREVIOS

<b>Esenciales:</b>
Los propios de acceso al Máster. Título de psicólogo o psiquiatra (o equivalente)
<b>Aconsejables:</b>
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 de Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) tiene una relación de interdisciplinariedad notable con varias asignaturas del Máster Universitario en Terapias Psicológicas de Tercera Generación. ACT se fundamenta en los principios y tendencias de las terapias de tercera generación, por lo que se complementa de manera natural con la asignatura de Introducción a las terapias de tercera generación y sus tendencias, proporcionando una base teórica esencial que se refuerza con la aplicación práctica. Esta asignatura también se entrelaza con Procesos y habilidades en la relación terapéutica de tercera generación, ya que ACT enfatiza la importancia de la relación terapéutica y la creación de un contexto de aceptación y compromiso, reforzando así las habilidades necesarias para establecer una relación terapéutica eficaz. Además, ACT tiene puntos de convergencia con Mindfulness y Psicoterapia Basada en la Mentalización (MBT): convergencias y divergencias en la práctica clínica, ya que ambas asignaturas exploran la integración de la atención plena y la mentalización en la práctica terapéutica. Asimismo, la asignatura de Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) se relaciona con Terapia dialéctica conductual (TDC o DBT) y Terapias Cognitivo Analítica (TCA) y Analítico Funcional (PAF), dado que todas comparten enfoques basados en la aceptación, el compromiso y la modificación conductual, permitiendo a los estudiantes comparar y contrastar diferentes métodos terapéuticos.

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

Las aportaciones de ACT al plan de estudios y su interés profesional son significativas. ACT ofrece un marco teórico y práctico robusto que ayuda a los futuros psicoterapeutas a abordar una amplia gama de problemas psicológicos mediante la aceptación y el compromiso, promoviendo la flexibilidad psicológica. Además, ACT es ampliamente reconocida y utilizada en diversas configuraciones clínicas, lo que aumenta la empleabilidad y el potencial de éxito profesional de los graduados. La inclusión de ACT en el plan de estudios permite a los estudiantes desarrollar competencias esenciales en el manejo de trastornos de ansiedad, depresión, y otros problemas psicológicos, proporcionando herramientas efectivas y basadas en la evidencia para la práctica clínica. En resumen, la asignatura de Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) no solo enriquece la formación académica de los estudiantes, sino que también amplía sus perspectivas profesionales y su capacidad para ofrecer intervenciones terapéuticas efectivas.

#### **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 ofrece a los estudiantes una comprensión detallada de los principios y las técnicas de la ACT. Se estudian el papel del lenguaje en el sufrimiento humano, los procesos de la inflexibilidad psicológica, la evaluación y formulación desde la perspectiva de la ACT, el modelo de tratamiento, la aplicación de ejercicios y metáforas, así como casos clínicos que ejemplifican la aplicación de la ACT en la práctica terapéutica.

Se abordan los siguientes contenidos:

- Papel del lenguaje en el sufrimiento humano: Se analizará cómo el lenguaje influye en el sufrimiento humano y en la experiencia de la psicopatología. Se explorarán los conceptos de evitación experiencial y fusión cognitiva, y cómo estos procesos pueden contribuir a la inflexibilidad psicológica.
- Procesos de la inflexibilidad psicológica y su relación con la psicopatología: Se estudiarán los procesos que subyacen a la inflexibilidad psicológica, como la evitación experiencial, la fusión cognitiva y la falta de conexión con los valores personales. Se examinará cómo estos procesos están relacionados con la aparición y el mantenimiento de la psicopatología.

- Evaluación y formulación de ACT: Se analizarán las técnicas y herramientas utilizadas en la evaluación y formulación de un caso desde la perspectiva de la ACT. Se explorará cómo identificar los procesos clave y los obstáculos que dificultan el compromiso con los valores personales.
- El modelo ACT para el tratamiento: Se presentará el modelo de la ACT como enfoque terapéutico. Se estudiarán los seis procesos fundamentales de la ACT, incluyendo la aceptación, la atención plena, el yo observador, los valores, la acción comprometida y la flexibilidad psicológica.
- Aplicación de ejercicios, prácticas y metáforas: Se explorarán diferentes técnicas y ejercicios prácticos utilizados en la ACT, como la defusión cognitiva, la atención plena y la exposición experiencial. También se analizará el uso de metáforas para facilitar el cambio y la comprensión de los conceptos de la ACT.
- Ejemplos de casos clínicos: Se examinarán casos clínicos ilustrativos que permitirán aplicar los conceptos y las técnicas de la ACT en situaciones terapéuticas reales. Se analizará cómo se implementan los diferentes procesos y se abordarán las dificultades y los desafíos que pueden surgir durante el tratamiento.

## 6. CRONOGRAMA

Unidades didácticas/Temas	Periodo temporal
Unidad 1	Semanas 1-4
Unidad 2	Semanas 4-8
Unidad 3	Semanas 8-12
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
<b>Total</b>		<b>150</b>	<b>24</b>

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. Los restan los fallos ni las preguntas no contestadas	50%
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

Arellano Soriano, S. A., & Alexandra, V. M. M. (2024). Efectividad de la terapia de aceptación y compromiso como tratamiento del trastorno de ansiedad social.

Bai, Z., Luo, S., Zhang, L., Wu, S., & Chi, I. (2020). Acceptance and Commitment Therapy (ACT) to reduce depression: A systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 260, 728–737. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.09.040>

Cederberg, J. T., Cernvall, M., Dahl, J., von Essen, L., & Ljungman, G. (2016). Acceptance as a mediator for change in acceptance and commitment therapy for persons with chronic pain?. *International Journal of Behavioral Medicine*, 23(1), 21-29.

García-Montes, J. M., & Pérez-Álvarez, M. (2005). Fundamentación experimental y primeras aplicaciones clínicas de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en el campo de los síntomas psicóticos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37(2), 379-393.

Harris, R. (2006). Embracing your demons: An overview of acceptance and commitment therapy. *Psychotherapy in Australia*, 12, 4.

Harris, R. (2007). *The happiness trap: Stop struggling, start living*. New South Wales, Australia: Exisle Publishing.

Hayes S.C., Strosahl K.d., y Wilson K.R. (1999) *Acceptance and Commitment Therapy*. New York: The Guildford Press

Hayes S.C., Wilson, K.G., Gifford, E., Follete, V. M. y Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavior disorder: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1152-1168

Hayes, S.C. (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and cognitive therapies. *Behavior Therapy*, 35, 639-665.

Hayes, S. C. (2015). *Terapia de aceptación y compromiso*. Desclée De Brouwer.

Higuera, J. A. G. *Introducción a la Terapia de Aceptación y Compromiso*.

León-Quismondo, L., Lahera, G., & López-Ríos, F. (2014). Terapia de aceptación y compromiso en el tratamiento del trastorno obsesivo-compulsivo. *Revista de la asociación española de neuropsiquiatría*, 34(124), 725-740

López Capilla, J. (2022). Revisión bibliográfica de la aplicación de la terapia de aceptación y compromiso (ACT) en individuos con ideación suicida.

Luciano Soriano, M. C., Valdivia Salas, M. S. (2006). La terapia de aceptación y compromiso (Act). *Fundamentos, características y evidencia. Papeles del Psicólogo* vol 27 (2), pp. 79-91

Mandil J. , Quintero J., Maero F. (2017). *Terapia de aceptación y compromiso con adolescentes (ACT)*. Akadia Editorial.

Moreno, P. M., & Blasco, R. Q. (2019). Una revisión de la aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso con niños y adolescentes. *International journal of psychology and psychological therapy*, 19(2), 173-188.

Ruiz F. J. (2010) A Review of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) Empirical Evidence: Correlational, Experimental Psychopathology, Component and Outcome Studies. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy* 2010, 10, 1, pp. 125-162

Van de Graaf, D. L., Trompetter, H. R., Smeets, T., & Mols, F. (2021). Online Acceptance and Commitment Therapy (ACT) interventions for chronic pain: A systematic literature review. *Internet interventions*, 26, 100465. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100465>

Wharton, E., Edwards, K. S., Juhasz, K., & Walser, R. D. (2019). Acceptance-based interventions in the treatment of PTSD: Group and individual pilot data using acceptance and commitment therapy. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 14, 55-64.

Wilson K.G y Luciano M.C (2002). *Terapia de aceptación y compromiso (ACT). Un tratamiento conductual orientado a los valores*. Editorial Pirámide

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