

Terapia de Aceptación y Compromiso: Dirección, Elección y Valores Personales

- 1- Definición, Principios y Objetivos de Terapia de Aceptación y Compromiso
- 2- Similitudes y relación entre la terapia de Aceptación y Compromiso y Mindfulness
- 3- Metáforas, ejercicios y dinámicas
- 4- Acciones con valores personales frente a la evitación experiencial

Impartido por **Purificación Estrada**

Licenciada en Psicología con Máster en Terapia de Conducta y Máster en Terapias Contextuales de Tercera Generación, Terapia de Aceptación y Compromiso y Psicoterapia Analítica y Funcional. Aporto una amplia experiencia en atención psicológica utilizando las terapias más novedosas, eficaces y rápidas, con una sólida base científica unida a una intervención cercana.

Intervenciones clínicas y educativas basadas en Mindfulness. Curso de Formación Practicum para profesionales de la Salud y la Educación.