



FUNDACIÓN CENTRO ARGENTINO DE TERAPIAS CONTEXTUALES

ABORDAJE CONDUCTUAL CONTEXTUAL DEL TRAUMA

DIRECTORES

Dr. Germán Teti

Lic. Juan Pablo Coletti

FUNDAMENTOS DEL CURSO

Este curso propone una comprensión del trauma desde una perspectiva funcional y contextual, orientada por los desarrollos contemporáneos en terapias conductuales contextuales (ACT, FAP y DBT). A diferencia de los enfoques categoriales o exclusivamente neurobiológicos, se plantea al trauma como una relación particular entre historia de aprendizaje, repertorios actuales, lenguaje, cultura y contexto. La propuesta integra herramientas clínicas basadas en evidencia con un trabajo profundo sobre la persona del terapeuta como agente de cambio.

CLASE 1: fundamentos del trauma desde un enfoque contextual

Objetivos:

- Comprender la evolución del concepto de trauma a lo largo del tiempo.
- Distinguir el diagnóstico sindromático del diagnóstico funcional del trauma.
- Aplicar conceptos conductuales y contextuales a la comprensión del trauma.

Contenidos:

Historia evolutiva del concepto de trauma. Diagnóstico sindromático del trauma. Diagnóstico contextual funcional del trauma. Condicionamiento clásico. Aprendizaje operante. Conducta verbal. Marcos relacionales.

CLASE 2: Procesos centrales: exposición

Objetivos:

- Comprender el proceso de exposición como un principio conductual aplicado al trabajo con trauma.
- Identificar los componentes clave de una exposición efectiva en psicoterapia.
- Reconocer obstáculos del terapeuta que interfieren con procesos de exposición.

Contenidos:

El proceso de exposición: definición y fundamentos desde un enfoque contextual. Componentes de la exposición efectiva: evocación emocional, repetición, variabilidad y flexibilidad. La diferencia entre habituación, aprendizaje inhibitorio y contacto con funciones aversivas. Formas clínicas de exposición en psicoterapia del trauma (exposición in vivo, en imaginación, narrativa, etc.). Discernir entre exposición funcional y revictimización. Obstáculos del terapeuta para implementar exposición: la evitación del terapeuta.

CLASE 3: Procesos centrales: aceptación.

Objetivos:

- Diferenciar funcionalmente la aceptación de la evitación experiencial.
- Reconocer formas sutiles de evitación en consultantes y terapeutas.
- Promover actitudes de disposición y aceptación frente a experiencias internas difíciles.

Contenidos:

El proceso de aceptación: definición y funciones clínicas. La evitación experiencial: formas sutiles y manifestaciones comunes en trauma. Aceptación como alternativa al control emocional: distinciones clave. Obstáculos del terapeuta para promover la aceptación: fusión con el sufrimiento ajeno, prisa por reducir síntomas. Intervenciones para fomentar disposición: metáforas, ejercicios experienciales, uso del lenguaje.

CLASE 4: exposición prolongada (EP) parte 1

Objetivos:

- Comprender los fundamentos teóricos del modelo de procesamiento emocional de Foa y Kozak.
- Reconocer los elementos clínicos centrales del protocolo de Exposición Prolongada (EP).
- Adquirir herramientas para construir jerarquías de exposición coherentes y funcionales.

Contenidos:

Fundamentos del modelo de procesamiento emocional de Foa y Kozak. Elementos clínicos del protocolo de Exposición Prolongada: psicoeducación, exposición imaginaria, exposición en vivo y monitoreo. Criterios para construir jerarquías de exposición.

CLASE 5: Exposición Prolongada (EP) parte 2

Objetivos:

- Entrenar habilidades clínicas específicas para conducir exposición imaginaria.
- Identificar e intervenir sobre los *hotspots* (momentos emocionalmente más intensos del relato traumático).
- Utilizar herramientas de monitoreo emocional (SUDS) y evaluación estructurada (PSSI-5)

Contenidos: FUNDACIÓN CENTRO ARGENTINO DE TERAPIAS CONTEXTUALES

Habilidades clínicas para guiar la exposición imaginaria. Características específicas del trabajo con exposición imaginaria. Estrategias para identificar e intervenir sobre hotspots. El uso de herramientas de monitoreo como la escala SUDS y la PSSI-5 para evaluar activación y progreso clínico.

CLASE 6: Trauma complejo

Objetivos:

- Distinguir el trauma complejo del trauma simple desde una perspectiva funcional y contextual.
- Comprender el rol de la invalidación traumática en la configuración del repertorio emocional y conductual.
- Analizar los patrones de apego desde una perspectiva conductual contextual.

Contenidos:

Diferencia entre trauma simple y trauma complejo. El impacto de eventos repetitivos con función a aversiva en la configuración del sufrimiento. Invalidación traumática. Problemas del apego desde una perspectiva conductual contextual. La perspectiva funcional sobre cómo la historia interpersonal da forma a respuestas rígidas de afrontamiento e identidad.

CLASE 7: DBT-PTSD Parte 1 (Martin Bohus)

Objetivos:

- Comprender la conceptualización del trauma complejo desde el modelo DBT-PTSD.
- Entrenar habilidades para realizar una evaluación y psicoeducación adecuada en el pretratamiento.
- Adquirir competencias para trabajar el modelo de trauma con el consultante.

Contenidos

Conceptualización del trauma complejo desde el modelo DBT-PTSD. El impacto de la historia invalidante y la desregulación emocional crónica en la vida del consultante. Habilidades para realizar una evaluación funcional del trauma y ofrecer psicoeducación durante el pretratamiento. La explicación del modelo del trauma al consultante.

FUNDACIÓN CENTRO ARGENTINO DE TERAPIAS CONTEXTUALES

CLASE 8: DBT-PTSD Parte 2 (Martin Bohus)

Objetivos:

- Entrenar habilidades antisociativas que favorezcan el anclaje en el presente durante el procesamiento de material traumático.
- Aplicar estrategias clínicas para trabajar emociones vinculadas al trauma, como miedo, vergüenza y culpa, desde una perspectiva validante y funcional.
- Comprender y diferenciar los tres tipos de exposición terapéutica, integrando el principio de aceptación radical como cierre de la fase activa de tratamiento.

Contenidos:

Habilidades antisociativas para sostener el contacto con la experiencia traumática sin fragmentación. Estrategias para abordar emociones como la culpa, el miedo o la vergüenza. Los tres tipos de exposición utilizados en DBT-PTSD (situacional, narrativa e interoceptiva). La aceptación radical como respuesta terapéutica posterior al procesamiento, orientada a restituir agencia y coherencia vital.

CLASE 9: DBT-EP Parte 1 (Melanie Harned)

Objetivos:

- Conocer los dilemas dialécticos en trauma.
- Evaluar el rol del TEPT en las conductas problemáticas de los consultantes.
- Aprender la conceptualización del TEPT desde DBT-EP.

Contenidos:

Respuestas dialécticas al trauma: inundación emocional-embotamiento, conexión desesperada-independencia desapegada, desinhibición imprudente-control rígido. La influencia del TEPT en la conducta problemática, incluyendo evitación, impulsividad y disociación. La conceptualización del TEPT desde el modelo DBT-EP.

CLASE 10: DBT-EP Parte 2 (Melanie Harned)

Objetivos:

- Conocer el modelo de trauma de DBT-EP.
- Adquirir habilidades para llevar adelante un proceso de exposición con consultantes con desregulación emocional.
- Incorporar habilidades de FREE para continuar el proceso de exposición en la vida diaria.

Contenidos:

El modelo de trauma de DBT-EP, articulando exposición, regulación emocional y fortalecimiento del repertorio de afrontamiento. Habilidades clínicas para conducir procesos de exposición en consultantes con alta desregulación, priorizando seguridad, conexión y gradualidad. Las habilidades FREE como soporte para sostener la exposición en la vida cotidiana.

CLASE 11: El trabajo con la culpa en trauma

Objetivos:

- Diferenciar clínicamente la culpa funcional de la culpa traumática y comprender su origen en contextos de invalidación crónica.

- Identificar los patrones de autocrítica y autoataque como formas internalizadas de desregulación emocional postraumática.
- Aplicar habilidades DBT para intervenir sobre la culpa y fomentar la autocompasión.

Contenido:

La culpa traumática y la autocrítica como respuestas aprendidas en contextos de invalidación y abuso. La diferencia entre la culpa funcional de la desregulación emocional asociada a la autocrítica destructiva. Intervenciones basadas en habilidades DBT como chequear los hechos, acción opuesta y validación, orientadas a reducir la autoinculpación injustificada y promover formas más compasivas de relacionarse consigo mismo.

CLASE 12: Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) aplicada al abordaje del trauma

Objetivos:

- Comprender el abordaje del trauma desde la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), con foco en la evitación experiencial y la inflexibilidad psicológica.
- Identificar cómo los procesos del modelo ACT pueden ser utilizados para intervenir en patrones traumáticos persistentes.
- Adquirir herramientas clínicas para facilitar el contacto con experiencias dolorosas al servicio de la construcción de una vida significativa.

Contenidos:

El abordaje del trauma desde ACT. La evitación experiencial y su función en el sostenimiento del sufrimiento postraumático. Intervenciones basadas en los procesos de flexibilidad psicológica, incluyendo defusión, aceptación y contacto con valores. Análisis funcional y uso de recursos experienciales al servicio del abordaje del trauma. El contacto con eventos dolorosos como vía hacia una vida con mayor sentido y agencia personal.

CLASE 13: Psicoterapia Analítico Funcional (FAP) y trauma interpersonal

Objetivos:

- Comprender el impacto del trauma interpersonal en la configuración de patrones relacionales problemáticos desde una perspectiva funcional.

- Identificar y evocar conductas clínicamente relevantes (CCRs) asociadas al trauma relacional en el contexto de la sesión.
- Desarrollar habilidades para responder con sensibilidad, autenticidad y función clínica a las CCRs vinculadas al apego, la confianza y la vergüenza.

Contenidos:

El trauma interpersonal como el resultado de vínculos tempranos marcados por desconexión, crítica o ausencia de validación afectiva. Habilidades para identificar y evocar conductas relacionales relevantes en sesión (CCRs) y responder con autenticidad y función clínica. La relación terapéutica como escenario para el moldeamiento, promoviendo experiencias de contacto emocional seguro y transformador.

CLASE 14: Terapia Dialéctico Conductual (DBT) y problemas interpersonales postraumáticos

Objetivos:

- Comprender como el trauma interpersonal impacta en los estilos relacionales.
- Evaluar patrones de hiperactivación y evitación interpersonal a través del análisis en cadena.
- Adquirir habilidades clínicas para intervenir con técnicas de la terapia dialéctico conductual (DBT) en conductas problemáticas asociadas al trauma relacional.

Contenidos:

El trauma interpersonal y su impacto en los estilos relacionales de hiperactivación o evitación. Problemas interpersonales derivados del trauma relacional desde el modelo biosocial de DBT. El análisis en cadena de episodios interpersonales para identificar patrones problemáticos y sus funciones. Intervención con habilidades de efectividad interpersonal como DEAR MAN (pedir y poner límites), GIVE (mantener relaciones con validación) y FAST (preservar la autoestima en el vínculo).

CLASE 15: Trauma, cuerpo y disociación: intervenciones basadas en mindfulness en el contexto de trauma.

Objetivos:

- Comprender las conductas de insensibilización y alejamiento del cuerpo como estrategias funcionales.

- Incorporar habilidades de mindfulness encarnado desde una perspectiva funcional.
- Adquirir competencias para desarrollar grounding (anclaje).

Contenido:

Las conductas de insensibilización y alejamiento del cuerpo como respuestas funcionales a contextos traumáticos, especialmente cuando el contacto con las sensaciones corporales ha sido vivido como amenazante. Habilidades de mindfulness encarnado, orientadas a reconectar con el cuerpo desde la seguridad. Técnicas de grounding, como el uso de estímulos táctiles, respiración consciente y anclaje sensorial, para promover regulación y presencia.

Clase 16: El terapeuta frente al trauma: historia, límites y agencia

Objetivos:

- Reflexionar sobre la historia personal del terapeuta en relación con el trauma, la empatía y la evitación.
- Identificar señales de fatiga por compasión y estrategias de autocuidado contextual.
- Potenciar la agencia del terapeuta como herramienta de cambio y regulación.

Contenidos:

El rol del terapeuta como “contexto de cambio”: presencia, contacto y autenticidad. Dificultades comunes: evitación, fusión con el sufrimiento, sobreinvolucramiento. Recursos de cuidado contextual del terapeuta: análisis funcional del burnout, prácticas de mindfulness sensibles al trauma, contacto con valores profesionales.

BIBLIOGRAFÍA

- Chiappe, M. V., & Teti, G. L. (2016). Trauma complejo. *Vertex Revista Argentina de Psiquiatría*, 27(126, mar.-abr.), 125-132.
- Coletti, J. P., & Teti, G. L. (2015). Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT): conductismo, mindfulness y valores. *Vertex*, 16(1), 37-42.
- Foa, E. B., Hembree, E. A., & Rothbaum, B. O. (2007). *Prolonged Exposure Therapy for PTSD*. Oxford.

- Follette, V. M., Briere, J., Rozelle, D., Hopper, J. W., & Rome, D. I. (Eds.). (2015). *Mindfulness-oriented interventions for trauma: Integrating contemplative practices*. Guilford Publications.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2014). *Terapia de Aceptación y Compromiso: Proceso y Práctica del Cambio Consciente (Mindfulness)* Desclee de Brouwer. *Bilbao, Spain*.
- Harris, R. (2021). *Trauma-focused ACT: A practitioner's guide to working with mind, body, and emotion using acceptance and commitment therapy*. New Harbinger Publications.
- Harned, M. S. (2024). *Tratando el trauma en terapia dialéctica conductual: Protocolo de exposición prolongada en DBT*. Tres Olas Ediciones.
- Kohlenberg, R. J., & Tsai, M. (1991). *Functional Analytic Psychotherapy*. Plenum Press.
- Kohlenberg, B. S., Tsai, M., & Kohlenberg, R. J. (2006). Functional analytic psychotherapy and the treatment of complex posttraumatic stress disorder. *Cognitive behavioral therapies for trauma*, 173-197.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*. Guilford.