

Terapia de aceptación y compromiso (ACT): características, técnicas clínicas básicas y hallazgos empíricos (pp. 361-385)

Francisco Javier Carrascoso López

Unidad de Rehabilitación de Área “Virgen Macarena”, Granada (España)

La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) ha sido una de las terapias de conducta de tercera generación que mayor atención ha recibido en las últimas décadas. La ACT ha adoptado un modelo inductivo de desarrollo del tratamiento, guiado por un conjunto bien explicitado de asunciones filosóficas, tratando de construir una tecnología de cambio conductual basada en procesos de cambio que se fomentan mediante técnicas concretas (metáforas, paradojas y ejercicios experienciales), en el contexto del trabajo con el cliente en la clarificación de sus valores personales, constituyendo un modelo funcional y contextual de intervención clínica. La evidencia disponible hasta la fecha es más sólida en el campo de los estudios experimentales y correlacionales sobre los procesos de cambio presupuestos por la ACT que en el campo de la eficacia, aunque en esta área se han encontrado datos muy prometedores en multitud de problemas clínicos tratados con protocolos ACT, tanto en formatos de intervención breves como extensos. Se revisan algunas líneas de trabajo conceptual y empírico que la ACT aún tiene pendientes.