

Terapia Centrada en la Compasión (CFT)

Módulo Avanzado – CFT-III

Facilitado por Gonzalo Brito Pons

Presentación

Bienvenid@ a CFT-III. Este tercer módulo formativo en Terapia Centrada en la Compasión (30 por ciento teórico, 70 por ciento práctico) tiene como objetivo la aplicación directa de estrategias y habilidades clínicas.

Los participantes tendrán la oportunidad de:

- Guiar prácticas del Entrenamiento en la Mente Compasiva
- Formular casos reales de pacientes desde el enfoque CFT
- Aplicar de manera práctica aspectos centrales de este enfoque
- Explorar los miedos, bloqueos y resistencias a la compasión
- Indagar en formas de autocuidado y desarrollo personal del terapeuta

Contenidos

Día 1

- Práctica del yo compasivo del terapeuta.
- Revisión de la aplicación de CFT desde el módulo CFT-II (profundización).
- Breve revisión del modelo evolutivo de CFT y de los 3 sistemas de regulación emocional
- Role-play 1 en tríos: Trabajo psicoeducativo con pacientes (modelo evolutivo, dos cerebros y los 3 sistemas)
- Práctica de entrenamiento en la mente compasiva guiada por un participante.
- Role-play 2 en tríos: Guía de prácticas de entrenamiento en la mente compasiva. Miedos, bloqueos y resistencias a la compasión: investigación y aplicación clínica
- Role play 3: Entrevista clínica
- Teoría polivagal y CFT

Día 2

- Práctica de entrenamiento en la mente compasiva guiada por un participante.
- Role play 4: Formulación de casos desde el enfoque CFT

- Role-play 5 en grupos pequeños: Trabajo con los múltiples yoos (ansioso, enojado, triste, compasivo)
- Role-play 6 en grupos pequeños: Trabajando con la autocrítica y la vergüenza.
- Autocuidado del terapeuta desde el enfoque CFT
- Cómo continuar profundizando en el enfoque

**Gonzalo Brito Psicólogo clínico, Doctor en Psicología y Post-Graduate Certificate in Compassion Focused Therapy (U. de Derby, UK). Director de la Formación Internacional de Instructores del programa Entrenamiento en el Cultivo de la Compasión de la Universidad de Stanford.*

Preparación para el programa CFT-III

(Si te faltan algunos de estos requisitos, te aliento de todas maneras a hacer el programa, ya que sin duda tendrás beneficios y aprendizaje importante).

- Haber participado en los módulos previos (I y II)
- Leer los libros *Terapia Centrada en la Compasión* (Desclée de Brower) y/o *La Mente Compasiva* (Elefteria)
- Realizar regularmente (idealmente a diario) las prácticas de meditación usadas en el entrenamiento en la mente compasiva. Los participantes no necesitan saber las meditaciones de memoria pero deben estar altamente familiarizados experiencialmente con ellas. Pueden encontrar las meditaciones guiadas aquí:

En español (Gonzalo Brito): <https://cultivarlamente.com/recursos-cft/>

- Traer dos casos clínicos descritos en una página cada uno, ya sea para hacer role-play.
 - Traer una mente abierta y alta motivación de aprender de forma colaborativa.
-

Información General del Programa

Instructor: Gonzalo Brito Pons, PhD.

Grupo A: 21 y 22 de agosto de 2026 (viernes y sábado), de 8:00 a 17:30 hrs. (hora de Chile). Pausa de almuerzo de 12:00 a 13:30. En España peninsular serán 6 horas más tarde.

Grupo B: 28 y 29 de agosto de 2026 (viernes y sábado), de 8:00 a 17:30 hrs. (hora de Chile). Pausa de almuerzo de 12:00 a 13:30. En España peninsular serán 6 horas más tarde.

Acceso a Zoom

La identificación para entrar en la sala de Zoom es:

<https://us02web.zoom.us/j/87809803209?pwd=RzBaZVRRd2k1eFZyUW9QUmRhamR5dz09>

ID de reunión: 878 0980 3209

Código de acceso: 123

Guías para el funcionamiento del grupo

Éstas son algunas pautas de participación que aseguran la mejor experiencia posible para todos los miembros del grupo. Éstas ayudan a proteger la privacidad de los participantes en la sala de videoconferencia y también contribuyen a lograr el mejor nivel de aprendizaje y participación.

- **Confidencialidad:** Por favor abstente de compartir cualquier otra cosa que no sea tu propia experiencia fuera de la sala.
- Por favor, haz todo lo posible por conectarte a la videollamada unos minutos antes de la hora de inicio de la reunión. Si llegas tarde, no dudes en conectarte, entrando al espacio de interacción tan silenciosamente como sea posible. Si necesitas faltar por cualquier razón, por favor envía un correo electrónico al instructor. (info@cultivarlamente.com)
- Habrá trabajo en grupos pequeños y grande. Éstas son a menudo las partes más significativas del programa.
- Por favor, abstente de utilizar la tecnología de otra manera que no sea para el propósito de la clase (revisar correos, ver redes sociales, etc.)

Pautas para la participación online

El ambiente de aprendizaje en línea tiene el potencial para permitir una conexión profunda así como también para la distracción e interrupción de maneras que son únicas para esta forma de conexión.

Con el fin de maximizar los beneficios y proteger al grupo en línea y el ambiente de aprendizaje, por favor relaciónate con este espacio como si fuera un curso presencial. A continuación se presentan algunas pautas adicionales:

- Comprométete con el tiempo completo de la clase. Abstente de revisar correos electrónicos y redes sociales mientras participas, y haz saber a tus familiares y compañeros de trabajo que no estarás disponible durante este tiempo.
- Conéctate desde un lugar que posea una conexión a internet estable y con velocidad suficiente para videollamadas.
- Únete a la clase con la actitud que tendrías si te presentaras en persona. Instálate en una sala tranquila, donde puedas participar sin ser molestado/a.
- Por cortesía a los demás participantes, no te unas a las sesiones desde un auto, un café u otro ambiente donde haya distracción y actividad de fondo.
- En general, imagina que realmente estás en un salón con el grupo, y ajusta tu comportamiento de acuerdo a ello.

- Tu video debe estar encendido mientras participas de la clase. Esto es importante para crear un ambiente de apoyo y conexión para el grupo.
- Revisa la imagen de tu video cuando te incorpores. Si tienes una fuerte iluminación de fondo, no podremos ver tus rasgos faciales. Fíjate en el fondo y asegúrate de que no haya nada que te haga sentir incómodo a ti o a los demás.

¡Nos vemos pronto!

Gonzalo Brito.