

Activacion conductual para la depresion

Towards an Open World Economy (Trade Policy Research Centre), Liberarse del karma familiar: Psicogenealogia transgeneracional, International Petroleum Management Science, Penthouse Letters March 2003, Arduino In 5 Hours,

Activacion conductual(AC) para depresion es un procedimiento que cuenta con no menos de 30 anos de historia, pero que en los ultimos anos ha vuelto a cobrar interes en el campo de las psicoterapias para depresion. Como toda buena idea, se basa en una premisa simple: sin importar como se genere la depresion, una de sus características principales es la inaccion, la falta de actividad. La Terapia de Activacion Conductual para la depresion es coherente con las intervenciones conductuales aparecidas recientemente, tambien llamadas terapias conductuales de tercera generacion, como la ACT (Terapia de Aceptacion y Compromiso), la FAP (Psicoterapia Analitica Funcional) y La Terapia Dialectica.

La “N” del acronimo tambien se emplea en ocasiones para hacer referencia a la frase “Now evaluate”, que se traduce como “Ahora evalua”; en este caso el mensaje se corresponde con la evaluacion de todo el proceso de activacion conductual y de sus consecuencias hasta el momento. La Activacion Conductual (AC) es una nueva terapia para la depresion desarrollada sobre bases contextuales y funcionales. como sugiere su propio nombre, ‘activar’ a la persona a pesar de estar (todavia) deprimida, como paso para dejar de estarlo. La AC se ofrece como una alternativa solida a la medicacion para la depresion.

La activacion conductual para la depresion es una terapia activa Los terapeutas de AC actuan como un entrenador que ayuda a planificar los pasos, cuya realizacion sera en ultimo termino responsabilidad del cliente (principio 7).

[\[PDF\] Towards an Open World Economy \(Trade Policy Research Centre\)](#)

[\[PDF\] Liberarse del karma familiar: Psicogenealogia transgeneracional](#)

[\[PDF\] International Petroleum Management Science](#)

[\[PDF\] Penthouse Letters March 2003](#)

[\[PDF\] Arduino In 5 Hours](#)