**Competencias del Formador en ACT a partir del 15 de enero de 2016**

**Cualidades personales del formador en ACT / Práctica experiencial (El núcleo de ACT)**

(Traducido al español por Fernández Díaz Carolina)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | El formador en ACT se expresa desde una perspectiva igualitaria, vulnerable, compasiva, auténtica, respetuosa y abierta al intercambio. |  |
| 2 | **El formador demuestra flexibilidad psicológica de manera adecuada y funcional al contexto del entrenamiento. (**Por ejemplo: estar presente ante lo que ocurre durante el entrenamiento, estar dispuesto a experimentar dificultades en beneficio del aprendizaje de los participantes y abordar pensamientos y emociones desafiantes con flexibilidad y apertura). |  |
| 3 | **El formador responde a preguntas, comentarios o desafíos sin una actitud defensiva.** |  |
| 4 | El formador observa y responde activamente a lo que sucede durante el entrenamiento, modelando, fomentando y reforzando los seis procesos de ACT siempre que el contexto lo permita. |  |

*Desarrollar la Disposición/Aceptación*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 5 | El formador emplea ejercicios y metáforas para guiar a los participantes en el desarrollo de una mayor apertura y disposición frente a experiencias internas desafiantes. |  |

*Disminuir el impacto de la fusión cognitiva*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 6 | El formador utiliza ejercicios y metáforas para disminuir el impacto de la fusión cognitiva problemática y la influencia ineficaz de los eventos verbales en la regulación del comportamiento. |  |

*Conectar con el Momento Presente*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 7 | El formador emplea ejercicios e indicaciones para facilitar que los participantes se conecten con el momento presente de manera efectiva cuando sea pertinente. |  |

*Distinguir el Yo Conceptualizado del Yo como Contexto*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 8 | El formador emplea ejercicios y metáforas para guiar a los participantes en el desarrollo de una perspectiva flexible, permitiéndoles experimentar el sentido de sí mismos como un punto de observación desde el cual pueden explorar y relacionarse con el contenido asociado al yo. |  |

*Definir Direcciones Basadas en los Valores*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 9 | El formador utiliza ejercicios y metáforas para guiar a los participantes en la identificación y conexión con direcciones de vida significativas, alineadas con sus valores personales. |  |

*Fomentar Patrones de Acción Comprometida*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 10 | El formador inspira a los participantes a asumir y cumplir compromisos, incluso ante las barreras que puedan percibir. |  |

Entrenamiento en Habilidades ACT (Las Manos de ACT)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 11 | El formador tiene la capacidad de diseñar y estructurar de forma sistemática experiencias de aprendizaje efectivas. |  |
| 12 | El formador es un comunicador eficaz: se expresa con claridad, precisión y es capaz de mantener el interés de los participantes. |  |
| 13 | El formador demuestra flexibilidad al responder a las necesidades de los participantes y a las situaciones del entrenamiento, adaptando las estrategias para ajustarse al contexto específico de la formación. |  |
| 14 | El formador logra un equilibrio adecuado entre los métodos de aprendizaje didácticos y experienciales, adaptándose al contexto y a los objetivos específicos del evento de formación. |  |
| 15 | El formador facilita que los participantes identifiquen los factores que influyen en su comportamiento en diferentes niveles, abordando tanto el contenido como la función. |  |
| 16 | El formador guía a los asistentes en el reconocimiento de los procesos fundamentales de ACT en el momento presente, ya sea durante ejercicios experienciales o en otras interacciones significativas. |  |
| 17 | El formador instruye a los participantes en la aplicación de habilidades específicas de intervención en ACT, como la conceptualización de casos, la evaluación de la funcionalidad, el empleo de metáforas, la conducción de ejercicios experienciales y el uso de estrategias comunicativas que promuevan la flexibilidad psicológica. |  |

Conocimientos y Conceptos (La Mente de ACT)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 18 | El formador demuestra o explica, de manera pertinente, cómo los principios fundamentales del comportamiento, la Teoría del Marco Relacional (RFT) y el contextualismo funcional se vinculan con los procesos de ACT. |  |
| 19 | El formador comunica la teoría de ACT de forma clara, precisa y efectiva, adaptándola a las necesidades de los participantes. |  |

*\*Revisa una lista de preguntas de autorreflexión para que los presentadores las utilicen mientras preparan sus capacitaciones, elaborada por el equipo de formación JEDI:*

*https://contextualscience.org/justice\_equity\_diversity\_inclusion\_jedi\_selfreflection\_questions\_trainer\_resources*