**TERAPIA GESTALT Y TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO**

Raquel Ayala Romera[[1]](#footnote-1), [ayala.raquel@gmail.com](mailto:ayala.raquel@gmail.com), Universidad de Málaga.

Carmen Rodríguez Naranjo, Universidad de Málaga.

Duración de la comunicación: 10’

Idioma de la comunicación: Español.

Aporta traducción: No.

**RESUMEN**

Dada la pujanza con que las terapias del enfoque contextual se presentan en el panorama psicoterapéutico actual, y la incorporación de elementos de la terapia humanista como algo natural en el proceso de surgimiento y desarrollo de este enfoque (Hayes, 2012), el objetivo de este artículo es identificar y desarrollar los ingredientes específicos que denotan una convergencia entre la Terapia de Aceptación y Compromiso y la Terapia Gestalt, las cuales se constituyen en exponentes significativos del enfoque contextual y humanista, respectivamente. En tanto que la Terapia de Aceptación y Compromiso es una Terapia Contextual que se apoya en la Teoría de los Marcos Relacionales, la Terapia Gestalt fue elaborada por Fritz Perls, quien aglutinó en este enfoque el conocimiento existente en su época y dio lugar a una terapia con gran repercusión en la práctica clínica. Tras presentar los fundamentos teóricos de ambos enfoques, en este artículo se identifican una serie de principios teóricos y prácticos en los que estos coinciden a pesar de haber seguido recorridos diferentes para llegar a ellos, y que son útiles tanto para la comprensión de los problemas psicológicos como para el desarrollo e implementación de prácticas clínicas eficaces. Se realiza, por último, un análisis crítico de las repercusiones de esta convergencia en la investigación futura sobre los procesos responsables de la eficacia en psicoterapia.

**Palabras clave:** Terapia de Aceptación y Compromiso, Terapia Gestalt, Factores de Convergencia, Psicoterapia, Integración.

**CV:**

Psicóloga Sanitaria y Terapeuta Gestalt. Doctoranda en Psicología en la Universidad de Málaga.

Especialista en Terapias Contextuales por la Universidad de Almería.

Formada en Terapia Corporal Integrativa (TCI) y en Eneagrama, Psicoterapia Integrativa y Transpersonal (Programa SAT).

Introducción al Trauma y su Tratamiento (Modelo Aleceia).

Miembro de la Comisión de Investigación de la AETG.

Coordinadora del Comité para la Defensa de la Terapia Gestalt de la Asociación Española de Terapia Gestalt (AETG).

Ingeniera de Telecomunicación.

**GESTALT THERAPY AND ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY**

Raquel Ayala Romera[[2]](#footnote-2), [ayala.raquel@gmail.com](mailto:ayala.raquel@gmail.com), Universidad de Málaga.

Communication: 10’

Oral Presentation language: Spanish

Provides translation: No

**ABSTRACT**

Given the strength with which the therapies of the contextual approach are presented in the current psychotherapeutic scene, and the incorporation of elements of humanistic therapy as something natural in the process of emergence and development of this approach (Hayes, 2012), the objective of this article is to identify and develop the specific ingredients that denote a convergence between Acceptance and Commitment Therapy and Gestalt Therapy, which constitute significant exponents of the contextual and humanistic approach, respectively. While Acceptance and Commitment Therapy is a Contextual Therapy based on the Relational Frame Theory, Gestalt Therapy was developed by Fritz Perls, who brought together in this approach the existing knowledge of his time and gave rise to a therapy with great impact on clinical practice. After presenting the theoretical foundations of both approaches, this article identifies a series of theoretical and practical principles in which they coincide despite having followed different paths to reach them, and which are useful both for the understanding of psychological problems and for the development and implementation of effective clinical practices. Finally, a critical analysis is made of the impact of this convergence on future research into the processes responsible for effectiveness in psychotherapy.

**Key words:** Acceptance and Commitment Therapy, Gestalt Therapy, Convergence Factors, Psychotherapy, Integration.

**CV:**

Health Psychologist and Gestalt Therapist. Doctoral candidate in Psychology at the University of Malaga.  
Specialist in Contextual Therapies by the University of Almeria.  
Trained in Integrative Body Therapy (TCI) and in Enneagram, Integrative and Transpersonal Psychotherapy (SAT Program).  
Introduction to Trauma and its Treatment (Aleceia Model).  
Member of the Research Commission of the AETG.  
Coordinator of the Committee for the Defense of Gestalt Therapy of the Spanish Association of Gestalt Therapy (AETG).  
Telecommunication Engineer.

1. Autor de correspondencia. [↑](#footnote-ref-1)
2. Autor de correspondencia. [↑](#footnote-ref-2)