



PROGRAMA DE FORMACIÓN

Formación en Terapia Focalizada en la *Compasión*

CON EL AVAL DE





QUIÉNES SOMOS

Compassionate Mind México

Somos una iniciativa dedicada a desarrollar y acercar la Terapia Centrada en la Compasión (CFT) a México, en vínculo con The Compassionate Mind Foundation. Creamos espacios de formación, práctica y encuentro que integran conocimiento científico, profundidad humana y experiencia clínica, con el propósito de cultivar nuevas formas de comprender y responder al sufrimiento.

La compasión que queremos cultivar. Nuestra forma de entender la compasión se traduce en una manera concreta de actuar: con sensibilidad ante el sufrimiento, valentía para acercarnos a él, sabiduría para comprenderlo y compromiso para prevenirlo y aliviarlo.

Una mirada científica, clínica y profundamente humana. La compasión no es debilidad, complacencia ni lástima: es una motivación que puede cultivarse. Integramos evidencia científica, experiencia clínica y docencia para acercar la CFT al contexto mexicano con profundidad, sensibilidad y fidelidad a sus fundamentos.

LA FORMACIÓN

Perfil de ingreso y egreso

¿A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO?

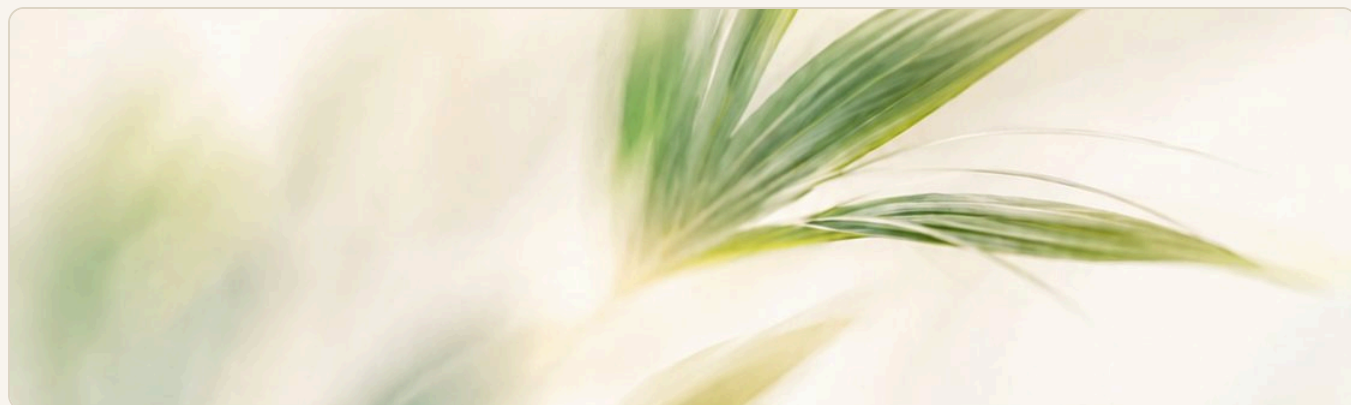
Perfil de ingreso

La formación está dirigida a profesionales de la salud mental y a estudiantes de los últimos semestres de carreras afines que deseen incorporar la Terapia Centrada en la Compasión a su trabajo clínico. Se espera que cuenten con conocimientos básicos de psicopatología, entrevista y relación terapéutica, así como disposición para participar en ejercicios experienciales, práctica entre colegas, reflexión personal y retroalimentación.

AL CONCLUIR

Perfil de egreso

Al concluir la formación, las y los participantes podrán comprender los fundamentos teóricos y científicos de la CFT y utilizarlos para formular casos desde una perspectiva compasiva. Podrán explicar a sus consultantes el funcionamiento de los sistemas de regulación emocional, reconocer el papel de la autocrítica, la vergüenza y las amenazas en el sufrimiento psicológico, y elegir intervenciones de CFT acordes con las necesidades y el contexto de cada persona. También podrán reconocer los límites de su competencia y las situaciones que requieren supervisión, derivación o formación adicional.



Un espacio de práctica, reflexión y encuentro entre colegas.



LOGÍSTICA

Datos generales

DURACIÓN TOTAL

228 horas (3 semestres × 19 semanas × 4 horas)

ASISTENCIA MÍNIMA

80% de las sesiones

MODALIDAD Y HORARIO

En línea, de forma síncrona. Los miércoles, a partir del 20 de enero de 2027, de 9:30 a 13:45 h.

CUPO

Limitado a 30 lugares

TRADUCCIÓN

Simultánea para docentes invitados de habla inglesa

INVERSIÓN

Inscripción única de \$5,000 MXN para todo el programa, más 5 colegiaturas semestrales de \$5,300 MXN cada una.

TEMARIO

Plan de estudios

● Eje teórico ● Eje vivencial ● Eje práctico

Semestre 1

20 ene – 2 jun 2027

FUNDAMENTOS TEÓRICOS DE CFT

- **Fundamentos y antecedentes de la CFT** — definición, historia y modelo evolutivo biopsicosocial.
- **Teoría del apego y seguridad afiliativa (safeness)** — patrones de apego, desorganización y mentalidades sociales.
- **Mindfulness y regulación emocional** — cerebro viejo/nuevo y los tres sistemas de regulación emocional.
- **La relación terapéutica compasiva** — presencia, uso del self, ruptura y reparación del vínculo.

DESARROLLO DE COMPETENCIAS COMPASIVAS

- **La mente tramposa (tricky brain)** y los tres sistemas de regulación emocional.
- **Miedos, bloqueos y resistencias (MBRs)** — reconocimiento y función protectora.
- **Autocrítica y vergüenza** — orígenes, función y una relación más compasiva con ellas.
- **Desarrollo del self compasivo** — asertividad compasiva, perdón y construcción de un futuro compasivo.

Semestre 2

11 ago – 15 dic 2027

INTERVENCIONES CLÍNICAS BASADAS EN CFT

- **Formulación clínica basada en CFT** — construcción del caso y mapeo de la mente.
- **Miedos, bloqueos y resistencias (MBRs)** — origen, función y abordaje clínico.
- **Vergüenza, culpa y autocrítica** — perspectiva evolutiva, defensas e intervención.
- **Trabajo de silla (chairwork)** — con Toby Bell; trabajo con el introyecto crítico.

PRÁCTICA SUPERVISADA I

- **Práctica deliberada y diálogo socrático** — con Wendy Wood y Russell Kolts; escucha, reflejos y validación.
- **Presentación clínica de la CFT** — cómo introducir el modelo y los tres flujos de compasión al paciente.
- **Herramientas somáticas e imaginación compasiva** — respiración con ritmo calmante, imagen de lugar seguro, self compasivo encarnado.
- **Práctica supervisada entre colegas** — retroalimentación sobre casos y competencias en desarrollo.

Semestre 3

19 ene – 7 jun 2028

APLICACIONES CLÍNICAS Y ADAPTACIÓN DE CFT

- **Aplicaciones especializadas** — CFT y enojo (Russell Kolts), CFT y trastornos de la conducta alimentaria (María Costa), CFT y trauma complejo (Sara Ríos).
- **CFT en perdón, duelo y ansiedad.**
- **CFT y abuso emocional narcisista; CFT y depresión** — con Paul Gilbert.
- **Clase integradora y cierre del programa.**

PRÁCTICA SUPERVISADA II

- **Formulación clínica y plan terapéutico** — de la formulación a la intervención.
- **Miedos, bloqueos y resistencias (MBRs)** — identificación, intervención y relación terapéutica.
- **Vergüenza, autocrítica y trabajo de silla** — profundización clínica.
- **Caso clínico integrado** — presentación y cierre del programa.



EQUIPO DOCENTE

Titulares del programa

Gloria Canales Ruiz

DOCENTE TITULAR

Psicóloga por la Universidad Iberoamericana y maestra en Psicoterapia Gestalt, con más de veinte años de experiencia clínica. Cuenta con el Diploma en Compassion Focused Therapy de The Compassionate Mind Foundation (Reino Unido) e integra este enfoque con una sólida formación humanista, la teoría del apego y la neurociencia.

Cecilia Paredes

DOCENTE TITULAR

Maestra en Psicoterapia Individual y de Pareja. Cuenta con el Diploma en Compassion Focused Therapy de The Compassionate Mind Foundation (Reino Unido) y tiene 13 años de trabajo dedicados al tema de la compasión. Es terapeuta de pareja certificada en Terapia Focalizada en las Emociones (EFT). Su formación integra Desarrollo Humano, Logoterapia, análisis junguiano, teoría del apego y psicotrauma. Ha participado en investigaciones internacionales dirigidas por la Universidad de Navarra y ha impartido cursos, talleres y conferencias.

DOCENTES INVITADOS

Profesorado invitado

Un claustro internacional que colabora bajo la guía directa del Dr. Paul Gilbert, fundador de la CFT.

Dr. Paul Gilbert

FUNDADOR DE LA CFT · REINO UNIDO

Profesor en la Universidad de Derby (Reino Unido) y fundador de la Terapia Focalizada en la Compasión y del Compassionate Mind Training. Fue distinguido con la Orden del Imperio Británico (OBE) en 2011 y es autor de innumerables obras y artículos como *The Compassionate Mind* y *Overcoming Depression*.

Russell Kolts

EASTERN WASHINGTON UNIVERSITY · EE.UU.

Doctor en Psicología Clínica y profesor en Eastern Washington University. Autor de *CFT Made Simple* y de trabajos sobre compasión y manejo del enojo; es una de las voces internacionales más reconocidas en la aplicación clínica de la CFT.

Wendy Wood

UNIVERSIDAD DE DERBY · REINO UNIDO

PG Cert en Compassion Focused Therapy y maestría en Consejería y Psicoterapia Integrativa (Birmingham City University). Docente del programa de posgrado en CFT de la Universidad de Derby e investigadora de la experiencia de terapeutas que aplican este enfoque. Es, además, la actual coordinadora académica del diploma que ofrece The Compassionate Mind Foundation.

Hannah Gilbert*

THE COMPASSIONATE MIND FOUNDATION · REINO UNIDO

Doctora en Sociología y Directora de Desarrollo de The Compassionate Mind Foundation. Investiga la terapia grupal centrada en la compasión, con estudios sobre su aplicación en trastorno bipolar y otras dificultades de salud mental de largo plazo.

Tobyn Bell*

GREATER MANCHESTER WEST CBT TRAINING CENTRE

Formador y supervisor en terapia cognitivo-conductual y coordinador de programa en el Greater Manchester West CBT Training Centre (Reino Unido). Coautor de *Experiencing Compassion-Focused Therapy from the Inside Out* e imparte formación en CFT a nivel internacional.

Greg Samuelson

CANADIAN NETWORK FOR CFT · CANADÁ

Psicoterapeuta y enfermero registrado (RN, RP), con más de tres décadas de experiencia clínica. Es formador y supervisor para The Compassionate Mind Foundation y miembro fundador de la Canadian Network for Compassion-Focused Therapy. Cuenta con formación especializada en psicoterapia basada en mindfulness e imparte talleres de CFT.

María Costa

CFT Y TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA · ARGENTINA

Psicóloga clínica con amplia experiencia en el trabajo con pacientes que padecen enfermedades crónicas, y desde hace 16 años especializada en Trastornos de la Conducta Alimentaria. Entiende la psicoterapia como un espacio de encuentro en el que comprender la historia de cada persona permite abrir posibilidades de cambio, sin reducir el sufrimiento a un diagnóstico y sin perder de vista los recursos que cada individuo ha desarrollado para afrontar la vida.

Sara Ríos

CFT Y TRAUMA COMPLEJO · MÉXICO

* Por confirmar.



DOCUMENTO OTORGADO

Diploma

El diploma es otorgado por **Compassionate Mind México**, con el aval de **The Compassionate Mind Foundation** (Reino Unido).

CONTACTO

¿Tienes dudas?

CORREO

hola@compassionatemind.mx

WEB

www.compassionatemind.mx

INSTAGRAM

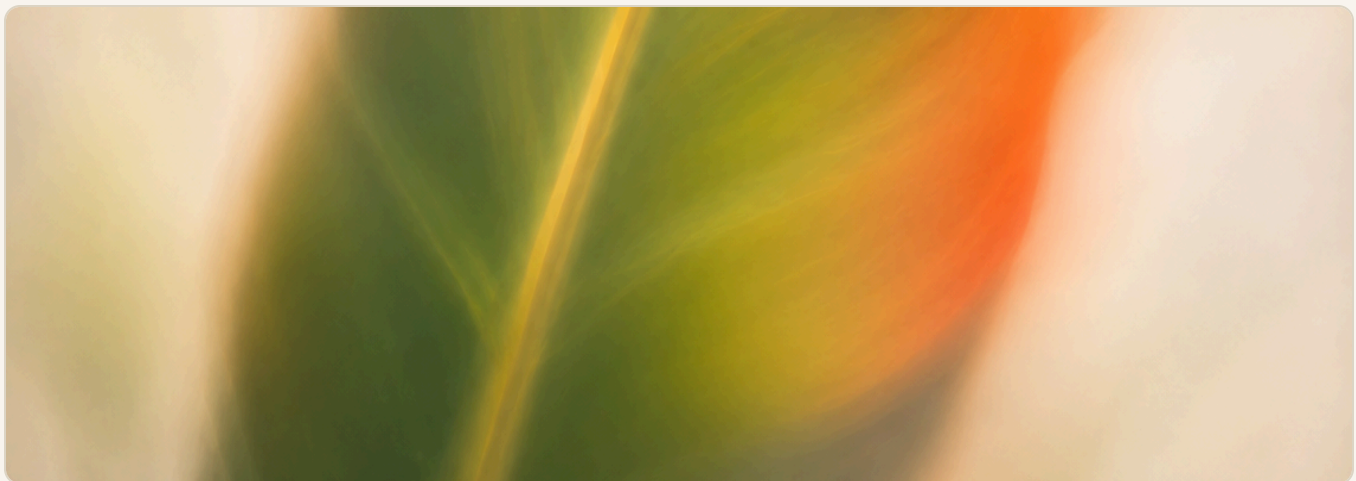
[@Compassionate.Mind.Mexico](https://www.instagram.com/Compassionate.Mind.Mexico)

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

¿Cómo inscribirte?

1 Envía tu título o currículum vitae.

2 Agenda una entrevista de introducción con Gloria o Cecilia.



Sembrando compasión,
cosechando humanidad.

¿Lista para inscribirte?

Esríbenos para reservar tu lugar — el cupo es limitado a 30 personas.

[CÓMO INSCRIBIRSE](#)