



# **FORMACIÓN:**

## **CURSO DE INTRODUCCIÓN AL MÉTODO DE NIVELES (MOL)**

### **DIRECTOR**

Lic. Matias E. Salgado (UBA).  
Especialista en Psicoterapia Cognitiva (UNdMP)  
Psicólogo Clínico (GCBA)  
Miembro del Consejo Directivo de la "International Asociation for Perceptual Control Theory" (IAPCT)

### **IDIOMA DE LA CURSADA**

Español

### **OBJETIVOS GENERALES**

El propósito de este curso es el de permitirles a los alumnos tener una introducción a la terapia MOL, tanto a través de la familiarización de los contenidos de la Teoría del Control Perceptual (PCT) -la teoría detrás de MOL- como a través de la práctica de MOL por medio de preguntas en la interacción con otros.

### **OBJETIVOS DE APRENDIZAJE**

1. Comprender los principios de control, conflicto y reorganización
2. Adquirir habilidades de interrogación basada en la curiosidad para llevar adelante los dos objetivos de la terapia MOL de permitirle al paciente hablar libremente acerca de sus problemas y notar disrupciones de forma tal de ampliar la conciencia del paciente.

### **ORGANIZACIÓN DEL CURSO**

El curso está organizado en 16 unidades temáticas (15 + evaluación) que se desarrollan en 4 encuentros de 4 horas mensuales.

### **MODALIDAD DE TRABAJO**

La cursada comprenderá contenidos teóricos, pero tendrá un foco principalmente práctico con el objetivo de facilitar el ejercicio y aprendizaje de los dos objetivos de MOL.

Re:Mind  
Av. Congreso 2395 (CABA) Argentina.  
Tel: 4703-1258  
WhatsApp: 116584-8358  
[info@remindweb.com](mailto:info@remindweb.com)  
[www.remindweb.com](http://www.remindweb.com)



## **MODALIDAD DE EXAMEN**

Presentación de trabajo final: En vivo o realizado en domicilio (opcional a decisión del alumno).

## **DESTINADO A**

Psicóloga/os, Médica/os, Enfermera/os universitarios y otros profesionales de la salud con título. Estudiantes avanzados de psicología. Especialmente dirigido a los profesionales que estén interesados en entender más a las personas y su sufrimiento psicológico, en el estudio de abordajes transdiagnósticos y en el tratamiento de pacientes de una manera innovadora desde un enfoque que ubica al "control" como proceso psicológico central. La formación está abierta a profesionales de todas las orientaciones y escuelas en psicología, que busquen tener una mayor conciencia sobre sus intervenciones y que tengan como horizonte brindarle mayor control al paciente sobre el proceso terapéutico.

## **DURACION TOTAL:**

9hs de CLASE Y 9hs PRACTICA + 9 DE PRACTICA DOMICILIARIA = 27hs

CERTIFICADO DIGITAL DE APROBACIÓN DE LA CURSADA EMITIDO POR RE:MIND.



# PROGRAMA ACÁDEMICO: CURSO DE INTRODUCCIÓN AL METODO DE NIVELES (MOL)

## PARTE I. MODELO DEL CONTROL PERCEPTUAL

### MÓDULO 1. PROCESOS TRANSDIAGNOSTICOS

El abordaje transdiagnóstico es un acercamiento empírico a la psicopatología que demuestra que existen estilos de pensamiento y de comportamiento responsables de mantener los desórdenes psicológicos, encontrándose a su vez estos factores presentes en todos los trastornos de salud mental. Si bien no desafía al modelo categorial plantea el interrogante acerca de cuan útil o necesario es el diagnóstico categorial a la hora de iniciar o realizar un tratamiento para el padecimiento psicológico.

#### BIBLIOGRAFIA

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. INTRODUCCION Y CAPITULO 1

Salgado, M. (2021). Método de niveles (MOL) y el modelo del control perceptual (PCT): el futuro de la psicoterapia ya llegó. Memorias del XIII Congreso de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. Facultad de Psicología – Universidad de Buenos Aires. Tomo 3, 137-142. ISSN 2618-2238

#### BIBLIOGRAFIA PLUS+

Harvey, A., Watkins, E., Mansell, W., & Shafran, R. (2004). *Cognitive Behavioural Processes across Psychological Disorders: A transdiagnostic approach to research and treatment*. London, England: Oxford University Press.

#### OTROS RECURSOS

#### VIDEO

- [bit.ly/moluba](https://bit.ly/moluba)

## MÓDULO 2. EL CONTROL COMO PROCESO CENTRAL

¿Cuán diferente son los procesos transdiagnósticos entre sí? ¿Existe una manera más parsimoniosa de dar cuenta acerca de los principios básicos del funcionamiento mental? El control es un fenómeno singular de los seres vivos. Los seres vivos controlamos -los objetos no. Concepto de Homeostasis. El lugar histórico del control dentro de la salud mental. La teoría del control perceptual (PCT). La conducta como el control de la percepción. Los tres componentes centrales del control: La Percepción, La comparación y la Acción.

### BIBLIOGRAFIA

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. CAPITULOS 2, 3 Y 4

Mansell, W. (2018). El Método de Niveles: ¿Es la terapia psicológica disponible más parsimoniosa? *Revista de Psicoterapia*, 29(110), 7–15.

### BIBLIOGRAFIA PLUS+

Mansell, W. (2021). The perceptual control model of psychopathology. *Current Opinion in Psychology*, 41, 15–20.

Carey, T. A., Mansell, W., Tai, S., Mansell, W., & Tai, S. (2015). *Principles-Based Counselling and Psychotherapy: A Method of Levels approach*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315695778>

### OTROS RECURSOS

[www.iapct.org](http://www.iapct.org)

[www.pctweb.org](http://www.pctweb.org)

[www.livingcontrolsystems.com/](http://www.livingcontrolsystems.com/)

### VIDEOS:

- <https://www.youtube.com/watch?v=A9zb-SQ683A>
- <https://www.youtube.com/watch?v=2ybjheDrTrA&feature=youtu.be>



### **MÓDULO 3. FEEDBACK NEGATIVO Y JERARQUIAS DE CONTROL**

¿Cuáles son los componentes de un sistema de control? ¿Cómo interactúan entre sí? ¿Cuál es el impacto de entender la conducta dentro de un feedback negativo para la psicoterapia? Niveles de percepción.

#### *BIBLIOGRAFIA*

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. CAPITULO 5, 14 Y 15

#### VIDEOS

- <https://www.youtube.com/watch?v=VIS0XBTJKCw>

### **MÓDULO 4. CONFLICTO Y CONTROL ARBITRARIO/INFLEXIBLE**

¿De qué manera podemos lograr el control que deseamos y de qué manera lo podemos perder? Causas básicas de la pérdida de control. Relación entre malestar y objetivos personales. Formas en las que se estructura el Conflicto interno. Relevancia de dar cuenta de todos los “lados” del conflicto en psicoterapia.

#### *BIBLIOGRAFIA*

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. CAPITULOS 6, 7, 8

### **MÓDULO 5. REORGANIZACION COMO PROCESO DE CAMBIO**

Reorganización como proceso no-lineal de cambio. Proceso de prueba y error. Búsqueda de reducción del error. Todos estamos reorganizando continuamente. La reorganización sigue a la conciencia. Implicaciones en el formato de la terapia, por ejemplo: frecuencia y duración; empeorar antes de mejorar; facilitar el cambio en la conciencia como objetivo de la terapia.

#### *BIBLIOGRAFIA*

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. CAPITULOS 9



## **MÓDULO 6. CONCIENCIA Y CONTROL FLEXIBLE**

Movilidad de la conciencia. Conciencia de una amplia gama de experiencias simultáneamente. Conciencia, atracción al error y resolución de problemas. Foco de la conciencia: Sostenimiento y cambio. La falta de conciencia sobre el conflicto impide la reorganización: control inflexible o arbitrario. Control Arbitrario como intento de controlar la experiencia de una forma tal que es indiferente frente a objetivos importantes de la misma persona (o de otras personas). Control arbitrario como el intento de alcanzar un objetivo específico, pero de una manera que resulta contraproducente para otros objetivos que son al menos igual de importantes.

### *BIBLIOGRAFIA*

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. CAPITULOS 10, 11, 12 Y 13

## **PARTE II. APLICACIÓN CLÍNICA DE LA PCT: MÉTODO DE NIVELES (MOL)**

### **MÓDULO 7. METODO DE NIVELES. LOS 2 OBJETIVOS DE MOL. EXPLORACIÓN Y DISRUPCIONES.**

Método de Niveles (MOL) es un abordaje de Terapia Cognitivo-Conductual transdiagnóstico. Es la aplicación directa de la PCT en el campo de la clínica psicológica. MOL busca promover la reflexión del paciente acerca de sus pensamientos y comportamientos de manera tal que se vuelvan más flexibles y con capacidad para reducir el malestar psicológico personal. Para lograr esto, MOL cuenta únicamente con dos objetivos: 1. Ayudar al paciente a describir detalladamente el problema. 2. Advertir y dar lugar a las disrupciones.

### *BIBLIOGRAFIA*

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. CAPITULO 18

Griffiths, R., Mansell, W., Carey, T. A., Edge, D., Emsley, R., & Tai, S. J. (2018). *Method of levels therapy for first-episode psychosis: rationale, design*



and baseline data for the feasibility randomised controlled Next Level study. *BJPsych Open*, 4(5), 339–345.

Grzegorzolka, J., & Mansell, W. (2021). How do we help people regain control over their lives? An introduction to method of levels therapy. *Psychiatr Psychol Klin*, 21 (1), p. 45–59

Churchman, A., Mansell, W., & Tai, S. (2019). A school-based feasibility study of method of levels: a novel form of client-led counselling. *Pastoral Care in Education*, 37(4), 331–346.

Carey, Timothy (2006). *The Method of Levels: How to Do Psychotherapy Without Getting in the Way*. Hayward, CA: Living Control Systems Publishing. ISBN 9780974015545. OCLC 63193390.

#### BIBLIOGRAFIA PLUS+

Carey, Timothy (2008). *Hold that thought! Two steps to effective counseling and psychotherapy with the Method of Levels*. Chapel Hill, NC: newview Publications.

Tai, Sara (2016). *An Introduction to Using the Method of Levels (MOL) Therapy to Work with People Experiencing Psychosis*. *The American Journal of Psychotherapy*, 70 (1) , 125-148.

#### OTROS RECURSOS

- [www.methodoflevels.com.au](http://www.methodoflevels.com.au)
- <https://perceptualcontrol.nl/>

#### VIDEOS

- <https://www.youtube.com/watch?v=-mPIKFIR8RM>

### **MÓDULO 8. PRIMERA SESION: EL PROBLEMA, Y EL CONTROL DEL PACIENTE**

Terapia como proceso voluntario en el que la persona/paciente tiene el control y esta a cargo de elegir el problema que se va a tratar. Frecuencia, duración, problema, terapeuta, etc. como variables a ser controladas por el paciente.

#### BIBLIOGRAFIA

Re:Mind  
Av. Congreso 2395 (CABA) Argentina.  
Tel: 4703-1258  
WhatsApp: 116584-8358  
[info@remindweb.com](mailto:info@remindweb.com)  
[www.remindweb.com](http://www.remindweb.com)



Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. CAPITULOS 16, 17, 22, 23

## **MÓDULO 9. ABORDAR EL PASADO, PRESENTE Y FUTURO.**

El control como proceso que sucede en el presente, en el “ahora mismo”. “Utilizar el pasado, controlar el presente, y vivir para el futuro”. El presente como momento donde ocurre el control, pero que utilizar y (a veces) modifica experiencias pasadas para guiar objetivos que se extienden hacia el futuro. ¿En dónde focalizar si el malestar y o en los síntomas?

### *BIBLIOGRAFIA*

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. CAPITULOS 20, 24

## **MÓDULO 10. CURSIODAD Y RELACIÓN TERAPÉUTICA.**

A través de la curiosidad genuina acerca del problema que plantea la persona/paciente y de la atención en el proceso que ocurre en el momento presente el terapeuta crea un entorno que facilita el proceso de cambio en el entrevistado. La alianza terapéutica como la relación en la cual el paciente siente que puede hablar libremente acerca de sus problemas y a su vez compartir sus pensamientos y sentimientos que surgen en el momento presente al explorarlos.

### *BIBLIOGRAFIA*

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. CAPITULOS 27

## **MÓDULO 11. ¿CÓMO HACER A LA TERAPIA AÚN MÁS TERAPÉUTICA?**

Cuatro aspectos fundamentales para que la terapia sea “lo más terapéutica posible”: (1) mantener un foco sostenido en el problema, (2) facilitar alguna forma de expresión externa, (3) involucrar un cambio en el estado emocional, y (4) generar cambios en el punto de vista, hacia perspectivas de niveles superiores.

Re:Mind  
Av. Congreso 2395 (CABA) Argentina.  
Tel: 4703-1258  
WhatsApp: 116584-8358  
[info@remindweb.com](mailto:info@remindweb.com)  
[www.remindweb.com](http://www.remindweb.com)





#### BIBLIOGRAFIA

Salgado, M. (2021). Método de niveles (mol) y los “cuatro aspectos Fundamentales” de la psicoterapia. Memorias del XIII Congreso de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. Facultad de Psicología – Universidad de Buenos Aires. Tomo 3, 143-147. ISSN 2618-2238

#### BIBLIOGRAFIA PLUS+

Carey, T. A., Mansell, W., Tai, S., Mansell, W., & Tai, S. (2015). Principles-Based Counselling and Psychotherapy: A Method of Levels approach. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315695778>. CAPITULO 7.

### **MÓDULO 12. APLICAR MÉTODO DE NIVELES EN TCC (SEGUNDA OLA, TERCERA OLA).**

¿Cómo utilizar método de Niveles en TCC? Rol del control en la exposición. Rol del control en la terapia en general. Exploración y valores en ACT. La utilidad de la pregunta en la entrevista terapéutica en TCC.

#### BIBLIOGRAFIA

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. CAPITULOS 28 y 29

### **MÓDULO 13. APLICAR MÉTODO DE NIVELES EN PSICOANÁLISIS (Y EN OTROS ABORDAJES).**

¿Cómo utilizar método de Niveles en Psicoanálisis? Diferencias con asociación libre. La utilidad de la pregunta en la entrevista clínica. Diferencia con interpretaciones y construcciones. Rol de la subjetividad en el proceso de cambio.

#### BIBLIOGRAFIA

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. CAPITULOS 28 y 29



#### **MÓDULO 14. INTRODUCCION AL ENTENDIMIENTO A LA TEMATICA DEL INTENTO DE SUICIDIO DESDE UN ENFOQUE MOL Y PCT.**

Procesos psicológicos que suceden durante las crisis. La reducción de la conciencia sobre las consecuencias del suicidio, que impactaría de forma negativa con importantes objetivos, valores, principios o ideales de la persona. Efectos de una terapia mas flexible, inmediata, y guiada por el paciente sobre este tipo de problemas.

##### *BIBLIOGRAFIA*

Macintyre, V., Mansell, W., Pratt, D. & Tai, S. (2021). The Psychological Pathway to Suicide Attempts A Strategy of Control Without Awareness. *Front. Psychol.* 12:588683. doi: 10.3389/fpsyg.2021.588683

#### **MÓDULO 15. MÉTRICAS DE SEGUIMIENTO EN MOL.**

Diferentes formas de realizar seguimiento en MOL para el paciente y para el terapeuta.

##### *BIBLIOGRAFIA*

Mansell, W., Carey, T. A., & Tai, S. J. (2012). *A transdiagnostic approach to CBT using method of levels therapy: Distinctive features*. London, England: Routledge. Apéndice

#### **MÓDULO 16. MOL EN ACCIÓN: EVALUACIONES Y FEEDBACK DEL ENTRENAMIENTO.**