



DIPLOMATURA

# TERAPIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL APLICADA Y TÉCNICAS PSICOTERAPÉUTICAS



**Director:** Mgter. Lic. Iván Santucho. Profesores invitados

**CURSADO 100% VIRTUAL SINCRÓNICO. ZOOM. CUPOS LIMITADOS**

**Destinatarios:** Está dirigido a graduados en Psicología, y demás profesionales del área de las Ciencias de la Salud y estudiantes avanzados.

**Información:** [extension@ucongreso.edu.ar](mailto:extension@ucongreso.edu.ar) - WhatsApp 3512157359

**Cursado:** Intensivo mensual. Tercer viernes y sábado de cada mes.

**Viernes de 17 hs. a 21 hs. y Sábados de 8 hs. a 13 hs.**

**Fecha de Inicio:** Viernes 12 de Mayo

**Duración de abril a diciembre 2023**

**Valores:** Matrícula: \$5.000

**Cuota Mensual:** \$8.500 (9 cuotas de abril a diciembre).

**Alumnos y graduados UC:** \$ 20% descuento.

## ¿POR QUE CURSAR LA DIPLOMATURA EN LA UC ES TU MEJOR OPCION?

- Porque tendrás contacto diario el director durante toda la Diplomatura lo que facilitará tu desarrollo profesional y personal.
- Porque vas a disponer de tutorías individuales y grupales, supervisión de la práctica y talleres de profundización.
- Porque podrás realizar tu práctica profesional simulada.
- Porque tendrás acceso a cientos de textos y libros completos sobre Técnicas Psicoterapéuticas y Terapias Cognitivas.
- Porque podrás realizar supervisiones de tus pacientes en cualquier momento.
- Porque participas en una comunidad virtual donde se comparte bibliografía, consejos, propuestas laborales, etc.





- Porque vas a potenciar el desarrollo profesional, posibilitando más oportunidades de promoción y de movilidad profesional.
- Porque vas a aumentar las relaciones interpersonales, favoreciendo el networking profesional y personal.
- Porque vas a mejorar la confianza y seguridad en el ejercicio profesional.

## **CADA EGRESADO DE NUESTRA DIPLOMATURA ESTARÁ FORMADO PARA:**

- Estarás capacitado para seleccionar y aplicar correctamente los diferentes instrumentos de evaluación psicológica.
- Sabrás comunicar oralmente los resultados de la evaluación de manera empática, precisa y argumentada.
- Propondrás hipótesis explicativas y diagnósticas en relación con casos psicoterapéuticos.
- Diseñarás y aplicarás programas de intervención psicoterapéutica basados en evidencia.
- Lograrás una aplicación de los conceptos psicopatológicos en la detección, diagnóstico e intervención de los pacientes.
- Podrás estructurar y llevar adelante la entrevista psicoterapéutica.
- Desarrollarás las habilidades del psicoterapeuta: empatía, escucha activa, aceptación positiva, etc.
- Dominarás las técnicas de intervención cognitiva comportamental
- Superarás las dificultades que puedan surgir durante la psicoterapia
- Serás capaz de definir los objetivos, diseñar y planificar un plan de tratamiento de acuerdo con estos objetivos y aplicar las técnicas de intervención adecuadas a cada caso.

## **PROGRAMA DE CONTENIDOS POR EJES**

### **EJE EVALUACIÓN, DIAGNÓSTICO E INTERVENCIÓN**

#### **1. Tratamiento Cognitivo-Conductual de los Trastornos de Pánico y agorafobia**

**NATURALEZA:** Situaciones evitadas y/o temidas. Miedo al miedo. Los ataques de pánico. TIPOS DE TRASTORNO DE PÁNICO/AGORAFOBIA.

**GÉNESIS Y MANTENIMIENTO:** Adquisición del miedo a las situaciones agorafóbicas. Situaciones temidas e hipervigilancia de estímulos amenazantes. Eventos estresantes. Hiperventilación.

Activación fisiológica. Interpretación de la señal de peligro y ansiedad/pánico

**EVALUACIÓN:** Entrevista. Cuestionarios. Autoinformes. Autorregistros

**TRATAMIENTO PSICOLÓGICO:** Principios y métodos sobre los que se basa la TCC. Distorsiones cognitivas en la ansiedad. Exposición en vivo. Exposición interoceptiva. Eficacia de la exposición en vivo y adiciones a la misma. Eficacia de la terapia cognitivo-conductual.

#### **2- Tratamiento Cognitivo-Conductual de los Trastornos de Fobias Específicas y la Fobia Social**

**NATURALEZA.** Edad de comienzo y curso. Epidemiología. Problemas asociados. Genesis y mantenimiento.

**EVALUACIÓN:** Entrevista. Cuestionarios y autoinformes. Autorregistros. Observación

**TRATAMIENTO PSICOLÓGICO** Exposición en vivo. Complementos de la exposición en vivo.

Casos especiales de tratamiento

#### **3. Tratamiento Cognitivo-Conductual de los Trastornos de Ansiedad Generalizada**

**NATURALEZA.** Edad de comienzo y curso. Epidemiología. Problemas asociados. Genesis y Mantenimiento.

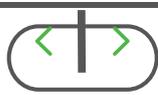
**EVALUACIÓN:** Entrevista. Cuestionarios y escalas de valoración. Cuestionarios de ansiedad.

Cuestionarios de preocupaciones. Autorregistros. Observación

**TRATAMIENTO PSICOLÓGICO:** Eficacia del tratamiento psicológico. Tratamiento de Brown, O'Leary y Barlow. Entrenamiento en relajación. Reestructuración cognitiva. Exposición a la preocupación. Prevención de las conductas de preocupación. Entrenamiento en darse cuenta de las preocupaciones.



Tu puente al mundo



## 4. Tratamiento Cognitivo-Conductual del Trastorno Obsesivo-Compulsivo.

NATURALEZA. Edad de comienzo y curso. Epidemiología. Problemas asociados. Genesis y mantenimiento.

EVALUACIÓN. Entrevista. Cuestionarios. Cuestionarios sobre TOC. Autorregistros. Observación

TRATAMIENTO PSICOLÓGICO. Eficacia de la exposición más prevención de respuesta Utilidad clínica de la exposición más prevención de respuesta. Exposición imaginal. Exposición en vivo.

Plan de exposición. Prevención de respuesta.

## 5. Tratamiento Cognitivo-conductual de la depresión

NATURALEZA. Edad de comienzo y curso. Epidemiología. Problemas asociados. Genesis y mantenimiento. Teorías Actuales de la Depresión. Las distorsiones cognitivas. Los acontecimientos estresantes. La triada cognitiva

EVALUACION: Entrevista. Cuestionarios. Observación y autorregistro

TRATAMIENTO: La terapia conductual. La terapia cognitiva (fase inicial-media-final). Prevención de la depresión. Caso Clínico.

## 6- Tratamiento cognitivo conductual de los trastornos bipolares

NATURALEZA: Edad de comienzo y curso. Epidemiología. Problemas asociados. Genesis y mantenimiento. Clasificación. Aspectos críticos del diagnóstico en el trastorno bipolar. El trastorno biológico y la terapia psicosocial.

EVALUACION: Entrevista. Cuestionarios. Observación y autorregistro

TRATAMIENTO: Terapia de Conductual-cognitiva: Fundamentos de la psicoeducación. Detección de síntomas. El control de síntomas. Evaluación y modificación de cogniciones. Pronóstico de la enfermedad. La familia del bipolar. El suicidio en los pacientes bipolares

## 7- Tratamiento Cognitivo-Conductual de los trastornos Personalidad

Introducción y definiciones. La Clasificación de los trastornos de personalidad. Criterios

Diagnósticos generales para los Trastornos de Personalidad. Caracterización de los Trastornos de Personalidad. Modelos Explicativos de los Trastornos de Personalidad. Teoría de la Personalidad de Beck y Freeman.

Para cada trastorno se trabaja: Descripción del Trastorno. Criterios Diagnósticos según el DSMIV- TR. Diagnóstico diferencial. Comorbilidad Tratamiento Cognitivo-Conductual.

## EJE TECNICAS INTERVENCION

### 1. Evaluación y Planificación del Tratamiento

Contacto Inicial y Análisis del Problema: Motivo de consulta y otros problemas. Análisis del problema en la actualidad. Historia del problema. Tratamientos previos y actuales del problema evaluado. Motivación, objetivos y expectativas. Recursos y limitaciones. Trastornos psicológicos asociados. Establecimientos de objetivos. Diseño del tratamiento. Evaluación del Tratamiento. Terminación. Seguimiento

### 2. Técnicas de relajación

Técnicas de relajación. Posibilidades de control de la activación. Procedimientos para disminuir la activación. Técnicas de respiración. Entrenamiento autógeno. Relajación progresiva o diferencial.

Relajación muscular progresiva de Jacobson. Técnica abreviada de relajación de Jacobson.

Relajación con imaginación temática. La relajación pasiva.

### 3. Técnicas de exposición en psicología clínica

El paradigma de la exposición. El tratamiento de exposición. Modalidades de exposición Duración de la exposición e intervalos entre sesiones. Gradiente de la exposición, activación y nivel de atención. Significación de las conductas de evitación/escape. Especificidad de la habituación.

Predictores de éxito terapéutico. CASOS CLINICOS

### 4. Técnicas cognitivas y terapias cognitivo-conductuales

La terapia racional emotiva. Conceptos y objetivos terapéuticos. El proceso de la terapia racional emotiva. Principales técnicas de tratamiento. Estilo terapéutico y relación con el paciente.

Tu puente al mundo



Principales aplicaciones. Terapia cognitiva. Orígenes y principales influencias. Conceptos teóricos fundamentales. El proceso de la terapia cognitiva. Principales técnicas de tratamiento. Casos clínicos. Prácticas en Registro de PAN. Practica Identificación de Creencias y Distorsiones Cognitivas.

## 5. Habilidades Terapéuticas

Características personales para ser terapeuta. Motivaciones asociadas. Actitudes básicas del terapeuta: Escucha activa, Empatía, Aceptación incondicional, Autenticidad. Características que favorecen la relación: Cordialidad, competencia, confianza, dirección. Habilidades de Comunicación: de escucha, clarificación, paráfrasis, reflejo, preguntas, confrontación, habilidades de entrevistador. Manejo de las dificultades. Estrategias para mejorar cumplimiento terapéutico.

## 6. Reestructuración Cognitiva

Bases teóricas de la RC. Identificación de cogniciones. Identificación de supuestos y creencias.

Justificación de la RC. Cuestionamiento de las cogniciones desadaptativas. Cuestionamiento verbal de las cogniciones desadaptativas. Cuestionamiento conductual de las cogniciones. Cuestionamiento de los supuestos y creencias. Dificultades en la RC y modos de resolverlo. Casos clínicos. Práctica de RC.

## 7. Entrenamiento en habilidades sociales.

Bases teórico-experimentales Tipos de conductas consideradas como componentes de las habilidades sociales. Aplicación de los entrenamientos en habilidades sociales. Preparación de los entrenamientos. Técnicas. Aplicaciones individuales y grupales. Planificación de las sesiones.

## 8-Terapias Contextuales, Mindfulness y Desregulación Emocional

Modelos transdiagnósticos. Terapia con base en Mindfulness. Terapia de aceptación y compromiso (ACT). Terapia Dialectico conductual (DBT). Desregulación emocional. Estrategias de validación.

