

SEMINARIO PRESENCIAL

Intervención de la ansiedad en psicoterapia

INICIO 23 DE ENERO 2024

Periodicidad
Quincenal

Duración
4 Meses

MARTES

5:00 a 9:00 pm

Objetivo

Que participantes adquieran herramientas para identificar, abordar, tratar y dar seguimiento a sus consultantes con trastorno de ansiedad desde distintos enfoques psicoterapéuticos.

Perfil de ingreso

Egresados y egresadas de Psicología. Psicoterapeutas. Personal médico y profesionistas especializados en salud mental.

Programa

Trastornos de la Ansiedad

- Conceptualización de ansiedad
- Trastornos de ansiedad: tipos y características
- Signos y síntomas de la ansiedad
- Efectos fisiológicos de la ansiedad
- Medición de la ansiedad (escalas e instrumentos)
- La psicoeducación y su importancia en el trabajo psicoterapéutico
- Prácticas terapéuticas

Enfoque Cognitivo y su conceptualización

- Estrategias de abordaje del enfoque cognitivo para la ansiedad
- Identificación de los pensamientos automáticos
- Identificación de las emociones
- La tríada cognitiva
- Distorsiones cognitivas.
- Evaluación de los pensamientos automáticos y cómo combatirlos
- Identificación y modificación de creencias intermedias
- Identificación y modificación de las creencias centrales
- Prácticas terapéuticas



Info.
449.576.7276

Sede.
Universidad Autónoma de
Aguascalientes

www.institutogaia.com.mx

Enfoque Conductual

- Estrategias de abordaje del enfoque conductual para la ansiedad
- Resolución de problemas
- Toma de decisiones
- Experimentos conductuales
- Distracción y focalización
- Relajación
- Exposición gradual
- Dibujar la respiración
- Uso del hielo
- Tareas para el hogar
- Prácticas terapéuticas

Enfoque Sistémico

- Estrategias de abordaje desde el enfoque sistémico
- Sistema familiar
- Alteraciones, estilos relacionales y patrones
- Ciclo vital
- Genogramas
- Hipótesis sistémicas
- Identidad y narrativa
- Técnicas complementarias
- Prácticas terapéuticas

Mindfulness y Psicoterapia

- Estrategias de abordaje de Mindfulness y Psicoterapia.
- Componentes del Mindfulness.
- El trastorno de evitación experiencial.
- El lenguaje y la fusión cognitiva.
- Curiosidad y compasión de la propia experiencia interna.
- La observación de los pensamientos.
- La importancia sobre la conciencia de la respiración y la atención dirigida.
- De la evitación a la aceptación.
- Acción en áreas de importancia para la persona.
- Técnicas de auto tranquilización por medio de los sentidos.
- Ejercicios de defusión del pensamiento.
- Observar las emociones sin juzgarlas.
- Los seis principios para desarrollar flexibilidad psicológica.
- Respiración diafragmática.
- Prácticas terapéuticas.

Mindfulness y Psicoterapia

- Práctica terapéutica de la aplicación integral de los distintos enfoques en casos clínicos.
- Supervisión y presentación de casos.

MASTERCLASS:

- Panorama Neuropsicológico de los Trastornos de Ansiedad I
- Panorama Neuropsicológico de los Trastornos de Ansiedad II

Info.
449.576.7276

Sede.
Universidad Autónoma de
Aguascalientes

www.institutogaia.com.mx

Calendario

SESIONES PRESENCIALES MARTES 5:00 - 9:00 PM

Sesión 1	23 de enero
Sesión 2	6 de febrero
Sesión 3	20 de febrero
Sesión 4	5 de marzo
Sesión 5	19 de marzo
Sesión 6	2 de abril
Sesión 7	9 de abril
Sesión 8	7 de mayo
Sesión 9	21 de mayo
Sesión 10	4 de junio

SESIÓN VIRTUAL DOMINGO 9:00 - 12:00

Sesión 1	11 de febrero
Sesión 2	28 de abril

Imparte



Mtra. Nadia Alcalde Carrillo

Psicóloga. Psicoterapeuta. Maestra en Psicología Clínica y de la Salud. Maestra en Terapia Gestalt. Tallerista, conferencista y catedrática.

Diplomada en Psicoterapia de Pareja Integrativa, Mindfulness y Psicoterapia, Psicoterapia Breve, entre otros.

Docente y tallerista en instituciones de Educación Superior

Ha colaborado en diferentes proyectos internacionales desarrollando programas de evaluación, diagnóstico, tratamiento y seguimiento en psicoterapia individual y grupal en organizaciones como Womens Resource Centre y Agape House en Bermudas; así como en la Unidad de Intervención Psicológica de la Universidad Complutense de Madrid, Basida, y la Unidad de Prevención y Tratamiento de Drogodependencias en España.

Mtra. Elizabeth Barrera Nava

Neuropsicóloga, Psicoterapeuta y Maestra en Evaluación e Intervención Neuropsicológica. Experiencia en evaluación e intervención neuropsicológica infantil, adolescente, adulto y paciente geriátrico. Docente en instituciones de Educación Superior.

Diplomada en Neurobiología y Bioanálisis, Perito en Psicología Forense, Tanatología y Humanidades.



Inversión

PAGOS DIFERIDOS

Inscripción	\$600.00
4 pagos	\$1,800.00

UNA SOLA EXHIBICIÓN

\$6,500.00

*Pregunta por nuestros planes de becas.

Info.
449.576.7276

Sede.
Universidad Autónoma de
Aguascalientes

www.institutogaia.com.mx