

# ***Diplomatura en terapias cognitivo-conductuales contemporáneas, terapias basadas en procesos y terapias contextuales.***

## ***Programa***

### ***Módulo 1. Introducción a la Terapia basada en Procesos y la TCC contemporánea.***

Introducción al desarrollo e inicio de las terapias cognitivo conductuales. El rol de la investigación en la psicoterapia contemporánea. La popularización de las terapias cognitivas conductuales como el gold standard en psicoterapia. El desarrollo de la terapia cognitiva conductual basada en procesos. Las principales intervenciones de la terapia cognitiva conductual basada en procesos.

### ***Módulo 2. Psicopatología cognitivo-conductual.***

Problemática diagnóstica en el campo de la salud mental. Los modelos basados en teorías, los sistemas diagnósticos operativos, y los límites de los sistemas biomédicos. Las alternativas contemporáneas: enfoques transdiagnósticos, RDoc, red causal compleja. Modelos cognitivo-conductuales de los problemas clínicos: factores predisponentes, precipitantes y mantenedores. El modelo biopsicosocial. Principales características y modelos explicativos de los trastornos depresivos, los trastornos bipolares, los trastornos de ansiedad, los trastornos obsesivo-compulsivos, los trastornos relacionados con estrés y traumas y los trastornos psicóticos.

### ***Módulo 3. Técnicas cognitivas***

Psicoeducación: relación de pensamientos y creencias con los problemas emocionales y conductuales. Identificación y monitoreo de pensamientos automáticos disfuncionales. Cogniciones disfuncionales: pensamiento dicotómico, personalización, foco en lo negativo, descalificar lo positivo, saltar a las conclusiones, sobregeneralización, catastrofización, razonamiento emocional. Modificación de las cogniciones disfuncionales: mayéutica o diálogo socrático, técnica de la flecha descendente, el continuo cognitivo, estimación de la probabilidad/ cálculo de probabilidad secuencial, defensa de la hipótesis opuesta, testeo de predicciones, distracción, experimento conductual.

### ***Módulo 3. Técnicas conductuales***

Conductismo radical y contextualismo funcional. Taxonomía conductual. Contexto y ambiente. Antecedentes, conducta, consecuencias. Topografía y función de la conducta. Principios de intervención clínica. Control por estímulos en la clínica.

### ***Módulo 5. Introducción a ACT (terapia de aceptación y compromiso) y la tercera ola de las terapias cognitivo-conductuales***

Ciencia contextual conductual: definición e historia. Contextualismo funcional. Control aversivo. Teoría de Marco Relacional. Modelo de flexibilidad psicológica. Evitación-Aceptación. Fusión-Defusión. Self como contexto. Self como contenido. Self como proceso. Valores. Metas. Acción Comprometida. Impulsividad. Relación terapéutica en ACT. Principios de intervención clínica. Técnicas de intervención.

### ***Módulo 6. Regulación emocional y psicología de las emocional***

Una de las intervenciones terapéuticas más habituales en la consulta del psicólogo es la que afecta a las áreas emocionales y como consecuencia motivacional. Para poder

Intervenir con seguridad, el profesional necesita una actualización constante y de calidad. Este Curso Universitario representa una oportunidad única de desarrollar tus habilidades en la materia, de manera práctica y rigurosa.

### **Módulo 7. Aproximación a la terapia dialéctico-conductual**

Tercera ola en terapias cognitivas comportamentales: los aspectos comunes a los diferentes modelos de terapias cognitivo-conductuales. La terapia dialéctico-comportamental. Las desregulación emocional y los trastornos mentales asociados. El trastorno límite de la personalidad (*borderline personality disorder*). Riesgo suicida y conductas parasuicidas (las autolesiones). Postura dialéctica entre aceptación y cambio. Teoría biosocial. Inestabilidad psicológica y sus formas. Modelo biopsicosocial y factores psicológicos asociados.

### **Módulo 8. Terapia cognitivo-conductual basada en mindfulness**

Introducción a la inclusión de las prácticas mindfulness en la psicoterapia cognitivo-conductual contemporánea. El Programa de Reducción de Estrés Basado en la Conciencia Plena de Jon Kabat-Zinn. La incorporación de técnicas de meditación propias de las tradiciones orientales en las corrientes cognitivo-conductuales. Operacionalización del concepto de conciencia plena. Mecanismos de acción de la práctica de Mindfulness. Procesos sobre los que impacta la práctica. Hipótesis de la activación diferencial de John Teasdale para explicar la depresión y los motivos por los cuales incluir prácticas mindfulness. El rol de la rumiación en los trastornos mentales. Aceptación y cambio cognitivo. Mindfulness en los modelos más difundidos de psicoterapia: Terapia Dialéctico Conductual, Terapia de Aceptación y Compromiso y Protocolo Unificado.

### **Módulo 9. Modelos transdiagnósticos: el protocolo unificado.**

Introducción a las perspectivas transdiagnósticas en el campo de la terapia cognitivo-conductual. Procesos cognitivos comunes a distintos trastornos: rumiación, preocupación, evitación. Mecanismos de vulnerabilidad y mecanismos de respuesta transdiagnósticos. Los trastornos emocionales: definición y aspectos compartidos. Modelo de la triple vulnerabilidad en la etiología y el desarrollo de los trastornos emocionales. El Protocolo Unificado para el tratamiento transdiagnóstico de los trastornos emocionales. Presentación de sus módulos y la conceptualización del caso transdiagnóstico. Estudios de eficacia y aplicaciones en distintos trastornos: ansiedad, depresión y trastornos somáticos y funcionales. Conceptualización y planificación del tratamiento: viñetas clínicas. Adaptaciones a la aplicación grupal y su aplicación en formato ICBT (intervenciones basadas en internet).

### **Módulo 10. Terapia cognitivo-conductual para los trastornos gastrointestinales funcionales**

Terapias cognitivo-conductuales en el ámbito de la salud. Promoción de la salud y prevención de patologías médicas. Comorbilidad entre patologías médicas y trastornos mentales. Síntomas somáticos y trastornos "funcionales". Los trastornos gastrointestinales funcionales: Historia, características, definición, fisiopatogenia, manifestaciones clínicas, diagnóstico y evaluación. Modelo biopsicosocial y factores psicológicos asociados. Terapia Cognitivo-Conductual clásica para los Trastornos Gastrointestinales Funcionales. Tratamiento farmacológico de los TGF. Modelo cognitivo del síndrome de intestino irritable. Factores de mantenimiento y principales intervenciones psicoterapéuticas con apoyo empírico. Los modelos transdiagnósticos y su utilidad clínica. El Protocolo Unificado de Barlow y su aplicación con pacientes con Trastornos Gastrointestinales Funcionales. El uso de Tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en la salud mental y en las Terapias Cognitivo-Conductuales. Trabajo interdisciplinario: aspectos comunicacionales e institucionales.

**Módulo 11. Terapia cognitivo-conductual para trastornos disociativos y crisis no epilépticas psicógenas.** Síntomas funcionales y crisis disociativas, etiología y tratamiento. Terapia cognitivo-conductual aplicada a un abordaje transdiagnóstico. Presentar un breve itinerario histórico de histeria a crisis disociativas. Describir el concepto de factores predisponentes, precipitantes y mantenedores. Definir el concepto de disociación. Especificar los modelos de abordaje de la psicoterapia en base a la conceptualización etiológica de las crisis disociativas como activación de material disociado, como respuestas autonómicas (“hard-wired”), como manifestación física del estrés emocional y como comportamientos aprendidos. Introducir lineamientos para una conceptualización transdiagnóstica del caso. Presentar los principales modelos de tratamiento vigentes.

**Módulo 12. Lectura crítica de la literatura científica**

El objetivo de este curso es brindar herramientas teóricas y prácticas orientadas a promover la lectura crítica de la literatura científica en el campo de la Psicología, con especial énfasis en el área de la Psicología Clínica. Características generales y particulares de la literatura científica en Psicología. Paradigmas y enfoques de investigación utilizados en los estudios científicos dentro del área de la Psicología Clínica. Principales procedimientos de análisis de datos en los estudios científicos dentro del área de la Psicología Clínica. Evaluación de la calidad de artículos de investigación. Cómo realizar una lectura para comprender el estado del arte. Lectura crítica de los resultados y hallazgos obtenidos en los estudios realizados en el área de la Psicología Clínica. Bases de datos y motores de búsqueda para encontrar artículos científicos. Tipos de artículos, publicados en distintas revistas, con distintos criterios metodológicos.

**Módulo 13. Tratamientos combinados en salud mental**

Tratamientos combinados en salud mental. Tratamientos psicológicos basados en la evidencia. Terapia cognitivo-conductual. Tratamiento farmacológico. Guías Clínicas de tratamientos en salud mental. Modalidades de combinación de tratamientos. Trabajo interdisciplinario entre psicólogos clínicos y médicos psiquiatras. Criterios de combinación de psicoterapia y psicofarmacología en los principales trastornos mentales. Combinación de tratamientos en Trastornos de Ansiedad, Trastornos del Estado de Ánimo, Trastornos Psicóticos y otros problemas de atención clínica: pacientes con Enfermedades Médicas y Dolor Crónico, Síndrome Sensitivo Central, Trastorno Obsesivo Compulsivo, Trastornos relacionados con trauma. Trastorno límite de la personalidad. Criterios locales de combinación de tratamientos por parte de psicólogos clínicos y psiquiatras y recomendaciones de guías clínicas.

**Módulo 14. Tutoría del trabajo final integrador.**

Preparación y guía para la presentación de un tema de elección de la Diplomatura en forma oral a la modalidad de una comunicación científica en un evento pertinente.