



# Diplomatura de Primer Nivel en Terapias Cognitivas y T.R.E.C.

---

**Certifica la Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales (UCES)**

**Modalidad:** "Presencial intensivo".

**Extensión:** 5 días - **Certifica:** 45 horas

**Profesor titular:** Dr. Julio Obst Camerini.

**Profesor adjunto:** Lic. Natalia Rodríguez.

**Destinado a:** Psicólogos, médicos y psicopedagogos.

## Contenido

- Introducción al modelo Cognitivo. La mediación cognitiva. Los abordajes: clásico, constructivismo y posracionalismo.
- Teoría de las emociones. Richard Lazarus. Jeremy Safran. Niveles. Procesamiento consciente y no consciente. Emociones funcionales y disfuncionales.
- Las cogniciones. Clases de cogniciones. Diferencia entre inferencias (supuestos), normas, deseos, demandas, imágenes, actitudes, creencias nucleares y esquemas. Diagnóstico cognitivo.
- El modelo de Albert Ellis. Creencias racionales e irracionales. BTF. Tremendización. Condena global. Autoaceptación. Filosofía demandante vs. preferencial. Corto plazo vs. largo plazo. Perturbación por el ego y perturbación por el malestar.
- El enfoque teórico de Aaron T. Beck. Situaciones, Cogniciones y Reacción. Pensamientos Automáticos. Creencias Intermedias: Reglas, supuestos y actitudes. Creencias nucleares. Las estrategias y los esquemas. Niveles cognitivos.
- La práctica: Técnicas de diagnóstico y tratamiento. Cómo encontrar las cogniciones. Las Distorsiones. La tríada cognitiva. Identificación y discusión de los supuestos. Abordaje de las imágenes. El Registro de Pensamientos.
- Tareas de autoayuda. Requisitos para la asignación y eficacia de las tareas.
- Refutación de demandas según A.Ellis. Las estrategias: Pragmática, lógica y empírica. Los estilos de abordaje terapéutico: Didáctico, socrático y autorrevelador. Ejercicio de Imaginación Racional Emotiva.
- Demostraciones de los pasos de evaluación de cogniciones y su abordaje.
- Nuevos aportes. Los desarrollos post-racionalistas: La Psicoterapia Constructiva (Michael Mahoney, Robert Neimeyer, etc.). Modos de pensamiento: Paradigmático y narrativo. La Psicoterapia Narrativa (Oscar Gonçalves, David Epston, etc.).
- El Psicodrama. Tiempos, instrumentos, técnicas y recursos.
- Bases e importancia de las Terapias Sistémicas en la mayoría de los abordajes psicoterapéuticos.
- Conceptos y aportes de la Psicología Positiva.