

Herramientas en terapia cognitivo conductual

Instructora: Lic. Daniela Lizbeth Pedraza Ramírez

Duración: 20 horas

Modalidad: Virtual

Periodo: Viernes, del 7 de febrero al 11 de abril de 2025

Horario: De 19:00 a 21:00

Dirigido a: Estudiantes de la carrera de psicología
Egresados de la carrera de psicología

Requisitos:

- Tener conocimientos en el área de psicología clínica
- Planear formarse bajo el enfoque de terapia cognitivo conductual

Página 1 de 5

Objetivo general: Conocer las diferentes técnicas cognitivo conductuales para la intervención psicológica

TEMARIO

1. Técnicas conductuales

1.1 Técnicas operantes para el incremento y mantenimiento de conductas

1.1.1 Reforzamiento positivo

1.1.2 Reforzamiento negativo

1.1.3 Programas de reforzamiento

1.2 Técnicas operantes para la adquisición de nuevas conductas

1.2.1 Moldeamiento

1.2.2 Encadenamiento

1.2.3 Instigación / Atenuación

1.3 Técnicas operantes para la reducción o eliminación de conductas

Página 2 de 5

1.3.1 Extinción

1.3.2 Castigo

1.4 Programa de economía de fichas

1.5 Contrato de contingencias

1.6 Técnicas de exposición

1.7 Desensibilización sistemática

1.8 Técnicas de relajación

1.9. Técnicas de modelado

1.10 Entrenamiento en habilidades sociales

1.11 Entrenamiento en asertividad

1.12 Role playing

1.13 Ensayo conductual

1.14 Activación conductual

2. Técnicas cognitivas

2.1 Identificación de pensamientos

2.2 Reestructuración cognitiva

2.3 Entrenamiento en solución de problemas

2.4 Entrenamiento en inoculación del estrés

2.5 Detención del pensamiento

2.6 Autorregistro

2.7 Diálogo socrático

2.8 Experimentos conductuales

2.9 Continuum cognitivo

3. Técnicas emotivas

3.1 Inducción de autocompasión

3.2 Inducción de cólera controlada.

3.3 Distracción externa.

3.4 Hablar de forma limitada de los sentimientos

3.5 Evitar verbalizaciones internas

catastrofistas

3.6 Análisis de responsabilidad.

CUOTA DE RECUPERACIÓN:

Comunidad UAM-C	\$ 250.00
Otras Unidades y egresados	\$ 350.00
Público en general	\$ 800.00

REGISTRO:

Educación Continua,

Coordinación de Extensión Universitaria, 4to piso

econtinua@cua.uam.mx

55 5814 6500 – ext.: 3957 / 5521905532 (WhatsApp)

NOTA: Nos reservamos el derecho de cancelar o aplazar el inicio del curso, en caso de que no se cuente con el mínimo de 15 interesados.

La apertura se confirmará máximo 5 días antes de la fecha de inicio.

Una vez pagado el curso no habrá devolución del dinero.