

Integra metodologías terapéuticas
avanzadas para reducir resistencia
y acelerar el cambio.

CURSO EN
**Terapia Cognitivo
Conductual Team CBT**



A DISTANCIA



PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

PRESENTACIÓN
DEL PROGRAMA

DETALLES
DEL PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO

PROCESO DE
INSCRIPCIÓN



OBJETIVO Domina más de 50 técnicas efectivas del método TEAM-CBT, aprendiendo a eliminar la resistencia terapéutica para lograr el cambio deseado en tus pacientes sesión tras sesión.

¿POR QUÉ ESTUDIAR ESTE PROGRAMA? Este programa ofrece una oportunidad educativa basada en evidencia que se centra en el desarrollo de conocimientos y competencias en el innovador método de terapia TEAM-CBT, creado por el Dr. David Burns. Adquirirás un marco de tratamiento comprobado para lograr resultados clínicos significativos y eficientes.

LO QUE APRENDERÁS EN ESTA EXPERIENCIA



Aplicarás técnicas esenciales para mejorar la conexión con tus pacientes y medir el progreso terapéutico.



Manejarás herramientas efectivas para eliminar la resistencia al proceso y al resultado, logrando un avance significativo en la sesión.



Integrarás más de 50 técnicas (cognitivas, de descubrimiento, motivacionales, de exposición e interpersonales) para catalizar el cambio deseado en tus pacientes.



Desarrollarás la capacidad de analizar los pasos de la terapia cognitivo conductual de manera estructurada (Testing, Empatía, Pasos para enfocar una sesión).



PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

PRESENTACIÓN
DEL PROGRAMA

DETALLES
DEL PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO

PROCESO DE
INSCRIPCIÓN

¿PARA QUIÉN ES ESTE PROGRAMA?

Dirigido a:

- Profesionales de la salud mental.
- Psicólogos titulados que trabajen en el área clínica.
- Educadores y profesores afines.
- Alumnos de último semestre de psicología (previa entrevista).

EN ALIANZA CON:



ANÁHUAC MAYAB
Educación Continua

COMPETENCIAS A DESARROLLAR



Analizar los procesos de la terapia cognitivo conductual aplicando el método TEAM-CBT.



Implementar diversas herramientas y técnicas de aplicación directa para la terapia.



Desarrollar la capacidad de análisis clínico y la observación aguda del paciente.



Ejercitar la empatía como herramienta fundamental para la conexión terapéutica.



DETALLES DEL PROGRAMA

PRESENTACIÓN
DEL PROGRAMA

DETALLES DEL
PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO

PROCESO DE
INSCRIPCIÓN



Modalidad:

A distancia



Nivel:

Introductorio



Inversión:

Inscripción de \$6,000 y 5 colegiaturas de \$6,000 MXN



Duración:

60 horas (4 meses)



Módulos:

3 módulos



Horario:

Jueves de 18:00 a 21:00 hrs



ANÁHUAC MAYAB
Educación Continua

M1

Testing, Empatía

- 1.1. Introducción al modelo
- 1.2. Los 5 secretos de la comunicación efectiva
- 1.3. Errores en la práctica de los 5 secretos de la comunicación efectiva
- 1.4. Introducción al instrumento BMS

M2

Pasos para enfocar una sesión. Resistencias al proceso y al resultado. Motivación

- 2.1. Agenda paradójica
 - 2.1.1. Invitación
 - 2.1.2. Especificidad
 - 2.1.3. Conceptualización
 - 2.1.4. Resistencia
 - 2.1.5. Botón mágico
 - 2.1.6. Planteamiento positivo
 - 2.1.7. Pregunta pivote
 - 2.1.8. Magic dial
- 2.2. DML
 - 2.2.1. Introducción al instrumento DML
 - 2.2.2. Daily Mood Log
 - 2.3. Motivación
 - 2.3.1. Dangle the carrot
 - 2.3.2. Ultimatum cálido
 - 2.3.3. Sitting with open hands
 - 2.4. Fallback position



M3

Técnicas básicas. Técnicas cognitivas. Técnicas de descubrimiento. Técnicas motivacionales. Técnicas de exposición. Técnicas interpersonales

3.1. Métodos

- 3.1.1. Círculo de recuperación
- 3.1.2. Diario del estado del ánimo
- 3.1.3. Distorsiones cognitivas
- 3.1.4. Técnica directa

3.2. Métodos

- 3.2.1. Doble standard
- 3.2.2. Externalización de voces
- 3.2.3. Fantasía temida

3.3. Métodos

- 5.1. Flecha hacia abajo individual
- 5.2. Flecha hacia abajo interpersonal
- 5.3. What if

3.4. Métodos

- 6.1. Examinar evidencia
- 6.2. Técnica experimental
- 6.3. Encuesta o sondeo
- 6.4. Retribución
- 6.5. Método socrático

3.5. Métodos

- 3.5.1. Pensar en tonos de gris
- 3.5.2. Mejor, peor, promedio
- 3.5.3. Método semántico
- 3.5.4. Definir términos
- 3.5.5. Sé específico

3.6. Métodos

- 3.6.1. Automonitoreo
- 3.6.2. Momentos de preocupación
- 3.6.3. Exageración paradójica
- 3.6.4. Ataques de vergüenza
- 3.6.5. Paradoja de aceptación



3.7. Métodos

- 3.7.1. Proyección del tiempo
- 3.7.2. Imaginación humorística
- 3.7.3. Hipnosis cognitiva
- 3.7.4. Abogado del diablo

3.8. Métodos

- 3.8.1. Análisis costo-beneficio
- 3.8.2. Análisis costo-beneficio paradójico
- 3.8.3. Formato de toma de decisiones

3.9. Métodos

- 3.9.1. Técnica de la emoción oculta
- 3.9.2. Control de estímulos
- 3.9.3. Formato de actividades diarias
- 3.9.4. Formato de predicción de placer
- 3.9.5. Formato de antiprocrastinación

3.10.Método

- 3.10.1. Exposición gradual
- 3.10.2. Jerarquía del miedo
- 3.10.3. Exposición por inundación
- 3.10.4. Prevención de respuesta
- 3.10.5. Técnica de distracción
- 3.10.6. Inundación cognitiva
- 3.10.7. Sustitución de imagen

3.11. Métodos

- 3.11.1. Práctica de hola y sonrisa
- 3.10.2. Técnica de David Letterman
- 3.10.3. Autorevelación
- 3.10.4. Entrenamiento de coqueteo
- 3.10.5. Práctica de rechazo

3.12. Métodos

- 3.12.1. Análisis costo-beneficio de la relación
- 3.12.2. Revisa tu estilo de comunicación
- 3.12.3. Simulacro en un minuto

3.13. Método

- 3.13.1. Prevención de recaída
- 3.13.2. Cierre de la certificación



SOBRE LA ANÁHUAC MAYAB



Con **más de 40 años de trayectoria**, en la **Universidad Anáhuac Mayab** hemos trabajado de manera constante para ofrecerte los mejores programas educativos en la región, diseñando contenidos que responden a las demandas actuales de nuestra sociedad.

Nuestros programas de **Educación Continua** incluyen una amplia variedad de opciones que abarcan desde **conocimientos técnicos en áreas especializadas hasta el desarrollo de habilidades blandas, como liderazgo, comunicación y trabajo en equipo**, asegurando que complementes tu perfil profesional con herramientas de alto valor y conexiones que impulsarán tu crecimiento personal y profesional.

CONOCE NUESTRAS CERTIFICACIONES.

Miembros de:

uni>ersia



Acreditados por:



FIMPES

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

PRESENTACIÓN
DEL PROGRAMA

DETALLES DEL
PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO

PROCESO DE
INSCRIPCIÓN

1

Entra a nuestra página:
merida.anahuac.mx
/educacion-continua



2

Encuentra el programa de tu preferencia.

3

Clic al botón «Inscríbete ahora», el cual te redireccionará a nuestra plataforma de pagos.

4

Crea tu cuenta con los datos: Nombre, correo electrónico y teléfono.

5

Realiza el pago de tu inscripción al programa educativo.

/educacion-co



Selecciona... ▾



Inscríbete ahora



Nombre



Pagar



ANÁHUAC MAYAB
Educación Continua

Continúa tu
**crecimiento
profesional**



ANÁHUAC MAYAB
Educación Continua



GENESIS UICAB



TEL/ (999) 942 48 00 **EXT/** 1623



MAIL/ genesis.uicab@anahuac.mx



WEB/ merida.anahuac.mx/educacion-continua