



ESCUELA DE
SALUD MENTAL
ADULTOS

CURSO CERTIFICADO

Terapia Breve para el manejo de la Autoestima



MÓDULO 1

 **Miércoles 14 de Enero, de 16:00 a 20:00 horas.**

Fundamentos y Evaluación de la Autoestima

Temario 1: Introducción a la Autoestima y la Psicoterapia Breve.

Contenidos:

- Definición de autoestima.
- Importancia de la autoestima en la salud mental.
- Principios de la psicoterapia breve.
- Objetivos del curso.

Tema 2: Evaluación de la Autoestima.

Contenidos:

- Instrumentos y escalas de evaluación.
- Entrevistas clínicas.
- Observación conductual.
- Análisis de resultados.

Temario 3: Factores que Influyen en la Autoestima.

Contenidos:

- Factores internos: autoimagen, autoaceptación, autoconcepto.
- Factores externos: familia, entorno social, experiencias pasadas.
- Identificación de patrones negativos de pensamiento.

Tema 4: Estrategias Iniciales de Intervención.

Contenidos:

- Técnicas cognitivo-conductuales.
- Técnicas de reestructuración cognitiva.
- Técnicas de mindfulness y autoaceptación.

MÓDULO 2

 **Miércoles 21 de Enero, de 16:00 a 20:00 horas.**

Intervenciones y Técnicas de psicoterapia breve en autoestima.

Temario 1: Técnicas de terapia estratégica.

Contenidos:

- Identificación de fortalezas y habilidades.
- Técnicas paradójicas y de terapia estratégica.
- Ejercicios prácticos.

Tema 2: Intervenciones Basadas en Mindfulness.

Contenidos:

- Conceptos básicos de mindfulness.
- Ejercicios de atención plena y autoaceptación.
- Integración de mindfulness en la práctica diaria.

Temario 3: Terapia Focalizada en Soluciones.

Contenidos:

- Principios de la terapia focalizada en soluciones.
- Técnicas de construcción de soluciones.
- Estrategias para mantener el cambio positivo.

Tema 4: Integración y Cierre del Tratamiento.

Contenidos:

- Revisión de casos prácticos.
- Planificación de seguimiento.
- Evaluación de progreso.
- Estrategias para prevenir recaídas.



Inicio:
14 de Enero



Modalidad:
Online / en vivo



Duración:
8 hrs

Mag. Psic. Leonel Núñez
Docente



- Psicólogo Magíster en Psicología Clínica UAI.
- Postítulo en Psicología Clínica Estratégica Sistémica para Adultos CAPSIS.
- Psicoterapeuta formado como Supervisor Clínico Sistémico ICHTF.
- Psicólogo clínico acreditado.
- Docente por más de treinta años en educación secundaria y educación superior.

¡Inscríbete ahora!

COMPRA AQUÍ
EL CURSO

