



CENTRO DE TERAPIAS
COGNITIVAS CONDUCTUALES DE LOS ALTOS

¿POR QUÉ TODO PSICÓLOGO NECESITA UN MODELO TERAPÉUTICO?



La diferencia entre
conocer psicología
y **saber intervenir
clínicamente.**



Intervenciones
eficaces



Fundamento
científico



Resultados
significativos

De la teoría a la práctica,
la diferencia está en el modelo.



EL PROBLEMA

Conocer psicología no siempre significa saber intervenir clínicamente

Muchos psicólogos terminan su formación universitaria con amplios conocimientos teóricos, pero aún experimentan dudas al momento de atender pacientes.

Algunas preguntas frecuentes son:



¿Cómo estructuro
una sesión?



¿Qué intervención
debo elegir?



¿Cómo conceptualizo
un caso?



¿Cómo sé si el
tratamiento está
funcionando?





CENTRO DE TERAPIAS
COGNITIVAS CONDUCTUALES DE LOS ALTOS



¿QUÉ ES UN
MODELO TERAPÉUTICO?

¿Qué es un modelo terapéutico?

Un modelo terapéutico es una **guía estructurada** que ayuda al profesional a:



✓ Comprender los problemas del paciente.



✓ Formular hipótesis clínicas.



✓ Seleccionar intervenciones.



✓ Evaluar resultados.



Un modelo ofrece **dirección, claridad y consistencia** durante todo el proceso terapéutico.





LAS 7 SEÑALES

7 señales de que necesitas fortalecer tu formación clínica

Identificar estas señales es el primer paso para seguir creciendo como profesional y brindar una atención **más efectiva y segura.**



✓ Te cuesta estructurar tus sesiones.



✓ Utilizas técnicas sin un plan claro.



✓ Tienes dificultades para conceptualizar casos.



✓ Te sientes inseguro ante algunos diagnósticos.



✓ No cuentas con protocolos de intervención.



✓ Te resulta difícil evaluar avances.



✓ Quisieras sentir mayor confianza profesional.





CENTRO DE TERAPIAS
COGNITIVAS CONDUCTUALES DE LOS ALTOS



POR QUÉ LA TCC

¿Por qué la Terapia Cognitivo Conductual?

La **Terapia Cognitivo Conductual** es uno de los modelos psicoterapéuticos más estudiados y respaldados por la evidencia científica.

Su estructura permite comprender cómo interactúan:



Pensamientos



Emociones



Conductas



Y ofrece **herramientas concretas** para generar cambios significativos.





Antes y después de aprender un modelo terapéutico

ANTES



Improvisación



Inseguridad clínica



Técnicas aisladas



Objetivos poco claros



Dificultad para evaluar avances

DESPUÉS



Intervenciones estructuradas



Mayor confianza profesional



Aplicación coherente de técnicas



Objetivos terapéuticos definidos



Seguimiento sistemático del progreso



CENTRO DE TERAPIAS
COGNITIVAS CONDUCTUALES DE LOS ALTOS

HABILIDADES DEL TERAPEUTA TCC

Tres habilidades fundamentales que
desarrolla un **terapeuta cognitivo-conductual**.



1 CONCEPTUALIZACIÓN DE CASOS

Comprender el origen y
mantenimiento de los
problemas psicológicos.



2 REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA

Identificar y modificar
pensamientos
disfuncionales.



3 INTERVENCIÓN CONDUCTUAL

Diseñar estrategias
orientadas al cambio y
la recuperación.



Intervenciones
eficaces



Fundamento
científico



Resultados
significativos

De la teoría a la práctica,
la diferencia está en el modelo.



CENTRO DE TERAPIAS
COGNITIVAS CONDUCTUALES DE LOS ALTOS

APLICACIONES CLÍNICAS

Aplicaciones clínicas de la
Terapia Cognitivo Conductual.



1



ANSIEDAD

Protocolos para trastornos de ansiedad y manejo de preocupaciones.



2



DEPRESIÓN

Estrategias de activación conductual y reestructuración cognitiva.



3



DROGODEPENDENCIAS

Intervenciones para craving, prevención de recaídas y pensamientos permisivos.



Intervenciones
eficaces



Fundamento
científico



Resultados
significativos

De la teoría a la práctica,
la diferencia está en el modelo.