

Primer Módulo: **MODULO INICIAL**

Duración: 17 semanas (51 horas de clase)

Sumilla

El módulo inicial está diseñado con el fin que los participantes logren un conocimiento profundo del modelo de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) creada por Albert Ellis y el modelo de la Terapia Cognitiva creada por Aaron Beck, de tal modo que puedan comprender los planteamientos de ambos modelos pioneros de la TCC, así como sus similitudes, diferencias e integración.

Durante este módulo los alumnos lograrán:

- Conocer el surgimiento y desarrollo de las psicoterapias conductuales, cognitivas y en particular los inicios y desarrollo de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) de Ellis y la Terapia Cognitiva de Beck.
- Comprender la teoría del ABC de la TREC, sus conceptos centrales, principios y características principales.
- Conocer el modelo TREC para la conceptualización de cada una de las perturbaciones emocionales o emociones no saludables.
- Lograr un entendimiento de los conceptos de racionalidad e irracionalidad postulados por el modelo TREC.
- Comprender el proceso de evaluación inicial y diagnóstico en TREC, así como las etapas que deben considerarse durante todo el procedimiento de evaluación e intervención en TREC.
- Familiarizar al alumno con las principales técnicas, herramientas y recursos de análisis y debate de las creencias irracionales, así como la promoción y enseñanza de pensamientos, emociones saludables y conductas más adaptadas.
- Conocer los principios, características y todos los elementos que incluyen la evaluación y conceptualización de las dificultades desde el modelo de la Terapia Cognitiva de Beck.
- Identificar las condiciones centrales para fomentar una adecuada alianza terapéutica, así como las características de un terapeuta que favorecen el proceso terapéutico.
- Conocer las características distintivas de la TREC, así como sus similitudes, diferencias y aspectos de integración con otros modelos psicoterapéuticos.

Toda esta información teórica se ve complementada por numerosos ejercicios prácticos llevados a cabo en clase tanto en forma individual como en pequeños grupos, debiendo incluso, los alumnos elaborar un audio demostrativo de su conocimiento básico del proceso de evaluación TREC.

Durante este módulo, los alumnos observarán videos de demostración de terapeutas líderes en el modelo de la TREC y la Terapia Cognitiva, reforzando de esta manera su comprensión de ambos modelos.

