

# Experto Universitario

## Terapia Dialéctica-Conductual



**tech** universidad  
tecnológica

## Experto Universitario Terapia Dialéctica-Conductual

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: [www.techtitute.com/psicologia/experto-universitario/experto-terapia-dialetica-conductual](http://www.techtitute.com/psicologia/experto-universitario/experto-terapia-dialetica-conductual)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Estructura y contenido

---

*pág. 12*

04

Metodología

---

*pág. 16*

05

Titulación

---

*pág. 24*

# 01

# Presentación

La OMS considera el suicidio con un problema de salud mental global, que afecta a todos los grupos poblacionales. Ante las elevadas cifras detectadas en los últimos años se han puesto en marcha acciones para prevenirlo, en este escenario, el profesional de la psicología juega un papel determinante. El correcto diagnóstico del paciente y la aplicación de la terapia adecuada facilitarán la reducción de este número de muertes. Este programa impartido en modalidad exclusivamente online es una propuesta avanzada para aquel profesional que desee actualizar sus conocimientos a través de un material didáctico que emplea la última tecnología aplicada a la enseñanza académica.





“

*Este Experto Universitario te aporta un enfoque teórico-práctico sobre la Terapia Dialéctica Conductual y su adecuada aplicación”*

Aunque las causas que llevan a una persona al suicidio pueden ser varias, es cierto, que el Trastorno Límite de Personalidad, genera en la persona impulsos y una inestabilidad emocional que derivan en actos suicidas y parasuicidas. Ante esta situación la Terapia Dialéctica Conductual ha demostrado científicamente su efectividad. Los profesionales de la psicología necesitan estar al tanto de las últimas líneas de investigación que avalan o ahondan las técnicas empleadas en este tipo de tratamientos.

Es por ello, por lo que surge este Experto Universitario, en el que, a lo largo de 6 meses de duración, el profesional profundizará en las bases que asientan la propia Terapia Dialéctica-Conductual, las diferentes etapas y estrategias, así como la formulación de los objetivos terapéuticos. Un programa online donde, además, el alumnado actualizará su saber en las técnicas y habilidades más empleadas por el terapeuta en su consulta clínica ante pacientes que sufren falta de autocontrol o atraviesan procesos difíciles ante la pérdida de un ser querido. Ello será posible gracias al contenido multimedia y un sistema *Relearning*, que le permitirá al alumnado además, progresar por esta enseñanza de una manera más dinámica.

Un extenso recorrido por las Terapia Dialéctica-Conductual que proporcionará al profesional un conocimiento más avanzado y actualizado. Todo ello con la facilidad que ofrece TECH para cursar sus titulaciones de alto nivel dónde y cuándo quiera. El alumnado gracias a la modalidad online que permite acceder a todo el contenido las 24 horas del día, podrá consultar el temario en cualquier momento con tan solo un dispositivo electrónico con conexión a internet. Una titulación universitaria que da la oportunidad al alumnado de compatibilizar una enseñanza de calidad con sus responsabilidades profesionales y/ personales.

Este **Experto Universitario en Terapia Dialéctica-Conductual** contiene el programa educativo más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en psicología y terapias vanguardistas
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



*La biblioteca de recursos multimedia estará disponible las 24 horas del día para que lo consultes cuando lo necesites”*

“

*Una enseñanza 100% online que te aporta un saber renovado en el campo de las técnicas empleadas en consulta por los terapeutas que tratan a pacientes impulsivos”*

El programa incluye, en su cuadro docente, a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*Profundiza en esta titulación universitaria en tratamiento interdisciplinar y la figura del psicólogo.*

*Este Experto Universitario te da la oportunidad de reciclar conocimiento sin descuidar otros ámbitos de tu vida.*



# 02

## Objetivos

Este programa universitario aporta al psicólogo un conocimiento profundo y extenso sobre las Terapia Dialéctica-Conductual para que, al finalizar los seis meses de esta titulación, haya obtenido un saber renovado sobre las técnicas y prácticas más empleadas actualmente en las terapias grupal o individuales, el papel de la familia, así como la aplicación en diferentes tipos de trastornos. Los casos prácticos aportados en esta titulación universitaria suponen una herramienta de gran utilidad para el profesional que desee aplicarlo en su consulta diaria.







“

*TECH te aporta los estudios científicos más recientes para que estés al tanto de lo último en esta terapia de Tercera Generación”*



## Objetivos generales

---

- ♦ Estudiar el cambio de paradigma que han supuesto las Terapias de Tercera Generación en el campo de la psicología
- ♦ Conocer los distintos tipos de Terapias de Tercera Generación
- ♦ Ahondar en el pasado, presente y futuro de esta área psicológica
- ♦ Estudiar la evolución de los diferentes tipos de terapias
- ♦ Conocer los principales desarrollos y tratamientos en torno a las Terapias de Tercera Generación

“

*Ahonda en este Experto Universitario en la terapia Dialéctico Conductual y su aplicación en el tratamiento de múltiples trastornos”*





## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Evolución de la psicología cognitivo-conductual

- ♦ Conocer los orígenes y el proceso evolutivo desarrollado a través de la psicología cognitivo-conductual
- ♦ Obtener una visión general sobre el punto de partida de las Terapias de Tercera Generación
- ♦ Conocer los inicios y fundamentos teóricos de la psicología cognitivo-conductual

### Módulo 2. Habilidades del terapeuta

- ♦ Conocer y comprender las diferentes habilidades que debe dominar el terapeuta
- ♦ Diferenciar entre los diferentes tipos de habilidades
- ♦ Aprender cómo y cuándo utilizar las diferentes habilidades del terapeuta

### Módulo 3. Terapia dialéctico-conductual

- ♦ Conocer y aprender las bases de la terapia dialéctico-conductual
- ♦ Conocer y dominar las técnicas más comunes dentro de la terapia
- ♦ Contextualizar el origen y el surgimiento de la terapia

# 03

## Estructura y contenido

El temario de este Experto Universitario ha sido elaborado por un profesorado altamente cualificado y con amplia experiencia en la aplicación de Terapias de Tercera Generación. Así, a través de video resúmenes, vídeos en detalle o lecturas complementarias, el profesional realizará un recorrido a lo largo de los 3 módulos que conforman esta titulación y que le permitirá alcanzar una actualización de conocimiento mucho más ágil en el campo de la Terapia Dialéctica-Conductual. Asimismo, disponer de todo el temario desde el inicio del programa le permitirá distribuir la carga lectiva acorde a sus necesidades.





“

*Los casos clínicos aportados en este Experto Universitario te aproximarán a situaciones que podrás aplicar en tu praxis diaria”*

## Módulo 1. Evolución de la psicología cognitivo-conductual

- 1.1. Aparición y avance de los nuevos tratamientos psicológicos
  - 1.1.1. Inicios y marco contextual del cambio
  - 1.1.2. Inicios de los nuevos tratamientos
  - 1.1.3. Cambio de paradigma
- 1.2. Aparición de la primera y segunda ola
  - 1.2.1. Los inicios del cambio
  - 1.2.2. Introducción al proceso de cambio
  - 1.2.3. La primera y segunda ola
- 1.3. Las técnicas cognitivo-conductuales como base
  - 1.3.1. Importancia de la base cognitivo-conductual
  - 1.3.2. Introducción a las técnicas cognitivo-conductuales
- 1.4. Condicionamiento operante aplicado
  - 1.4.1. Autores y bases del conocimiento operante
  - 1.4.2. Primeros pasos del condicionamiento operante
  - 1.4.3. Condicionamiento operante aplicado
- 1.5. Estilos de afrontamiento y técnicas
  - 1.5.1. Definición e introducción a los estilos de afrontamiento
  - 1.5.2. Principales teorías
  - 1.5.3. Instrumentos de medida
  - 1.5.4. Técnicas de actuación
- 1.6. Técnicas de relajación
  - 1.6.1. Introducción y bases biológicas de las técnicas de relajación
  - 1.6.2. Técnicas principales
  - 1.6.3. Aplicación en la Psicología Clínica
- 1.7. Psicoterapias Racionales
  - 1.7.1. Bases de la Psicoterapia Racional
  - 1.7.2. Autores relevantes
  - 1.7.3. Aplicación clínica

- 1.8. Técnicas de solución de problemas
  - 1.8.1. Surgimiento de las estrategias orientadas a la solución de problemas
  - 1.8.2. Técnicas más utilizadas
  - 1.8.3. Aprendizaje y práctica de las técnicas de solución de problemas
- 1.9. Entrenamiento en Habilidades Sociales
  - 1.9.1. Importancia de las habilidades sociales
  - 1.9.2. Soft and Hard Skills
  - 1.9.3. Entrenamiento y trabajo en las Habilidades Sociales
- 1.10. Aparición de las terapias de tercera generación
  - 1.10.1. Los primeros pasos de las Terapias de Tercera Generación
  - 1.10.2. ¿Qué son las Terapias de Tercera Generación?
  - 1.10.3. Avance y Actualidad

## Módulo 2. Habilidades del terapeuta

- 2.1. Factores del terapeuta en la intervención clínica
  - 2.1.1. El terapeuta como agente modulador
  - 2.1.2. ¿Qué factores hay que tener en cuenta?
- 2.2. Control de emociones por parte del terapeuta
  - 2.2.1. Las emociones básicas
  - 2.2.2. ¿Por qué se deben controlar las emociones?
  - 2.2.3. Inteligencia Emocional
  - 2.2.4. ¿Cómo controlar las emociones?
- 2.3. El Counselling en entornos sanitarios
  - 2.3.1. ¿Qué es el Counselling?
  - 2.3.2. ¿Cómo utilizarlo en entornos sanitarios?
- 2.4. Habilidades comunicativas básicas
  - 2.4.1. Introducción e importancia de las habilidades comunicativas
  - 2.4.2. Técnicas de comunicación básicas
- 2.5. Habilidades comunicativas aplicadas
  - 2.5.1. Habilidades comunicativas aplicadas a la intervención clínica
  - 2.5.2. Habilidades comunicativas aplicadas a la intervención en crisis

- 2.6. Comunicación, ética y toma de decisiones
    - 2.6.1. Comunicando malas noticias
    - 2.6.2. Factores éticos a tener en cuenta
    - 2.6.3. Introducción a la toma de decisiones
  - 2.7. Técnicas de acompañamiento en el duelo
    - 2.7.1. Introducción al concepto de duelo
    - 2.7.2. Métodos de actuación
    - 2.7.3. Técnicas de acompañamiento
  - 2.8. Manejo de discusiones y conversaciones difíciles
    - 2.8.1. Introducción al control emocional
    - 2.8.2. Pautas de actuación
    - 2.8.3. Manejo de situaciones difíciles
  - 2.9. Manejo de las emociones del paciente y técnicas de autocontrol
    - 2.9.1. ¿Cómo manejar las emociones del paciente?
    - 2.9.2. Bases de actuación
    - 2.9.3. Técnicas de autocontrol
  - 2.10. Técnicas de cierre y acompañamiento familiar
    - 2.10.1. Introducción a las técnicas orientadas al cierre terapéutico
    - 2.10.2. Acompañamiento familiar
    - 2.10.3. Seguimiento
- Módulo 3. Terapia dialéctico-conductual**
- 3.1. Introducción e historia de la terapia dialéctico-conductual
    - 3.1.1. Introducción e inicios de la terapia dialéctico-conductual
    - 3.1.2. El surgimiento de la terapia dialéctico-conductual
    - 3.1.3. Autores más representativos
  - 3.2. Etapas, estrategias y objetivos terapéuticos
    - 3.2.1. Etapas y estrategias
    - 3.2.2. Formulación de objetivos terapéuticos
  - 3.3. Terapia dialéctico-conductual en los trastornos de la personalidad
    - 3.3.1. Interpretación de los trastornos de la personalidad desde la terapia dialéctico-conductual
    - 3.3.2. Intervención y tratamiento de los trastornos de la personalidad
    - 3.3.3. Terapia dialéctico conductual en el trastorno límite de la personalidad
  - 3.4. Terapia Grupal vs. Individual
    - 3.4.1. Introducción a la terapia grupal
    - 3.4.2. Ventajas e inconvenientes
    - 3.4.3. ¿Cuándo usarla?
  - 3.5. Inicios y consideraciones de la terapia grupal
    - 3.5.1. Orígenes de la terapia grupal
    - 3.5.2. Terapia dialéctico-conductual desde el grupo
    - 3.5.3. Consideraciones a tener en cuenta
  - 3.6. Terapia grupal: módulos de habilidades
    - 3.6.1. El trabajo de las habilidades desde la terapia dialéctico-conductual
    - 3.6.2. ¿Cómo llevarlo a la práctica?
  - 3.7. Terapia dialéctico-conductual con las familias
    - 3.7.1. Concepto de familia
    - 3.7.2. El apego como base
    - 3.7.3. Uso de la terapia dialéctico-conductual con las familias
  - 3.8. Terapia dialéctico-conductual y su aplicación a otros trastornos
    - 3.8.1. Otros trastornos a tener en cuenta
    - 3.8.2. Trabajando desde la perspectiva dialéctico-conductual
  - 3.9. Tratamiento interdisciplinar
    - 3.9.1. Formación de equipos interdisciplinarios
    - 3.9.2. Figura del psicólogo
    - 3.9.3. Ventajas e inconvenientes
  - 3.10. Actualidad y futuro de la terapia dialéctico-conductual
    - 3.10.1. Líneas de investigación actuales
    - 3.10.2. Futuro de la terapia dialéctico-conductual

04

# Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning***.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine***.





“

*Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”*

## En TECH empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los especialistas aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

*Con TECH el psicólogo experimenta una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.*



Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional del psicólogo.

“

*¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard”*

#### La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los psicólogos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al psicólogo una mejor integración del conocimiento la práctica clínica.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



## Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

*El psicólogo aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de softwares de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.*



Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología se han capacitado más de 150.000 psicólogos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene nuestro sistema de aprendizaje es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



#### Últimas técnicas y procedimientos en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos y al primer plano de la actualidad en psicología. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor de todo, pudiéndolo ver las veces que quiera.



#### Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





**Análisis de casos elaborados y guiados por expertos**

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, TECH presenta los desarrollos de casos reales en los que el experto guiará al alumno a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.



**Testing & Retesting**

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



**Clases magistrales**

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



**Guías rápidas de actuación**

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



05

# Titulación

El Experto Universitario en Terapia Dialéctica-Conductual garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Experto Universitario expedido por TECH Universidad Tecnológica.





“

*Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

Este **Experto Universitario en Terapia Dialéctica-Conductual** contiene el programa más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal\* con acuse de recibo su correspondiente título de **Experto Universitario** emitido por **TECH Universidad Tecnológica**.

El título expedido por **TECH Universidad Tecnológica** expresará la calificación que haya obtenido en el Experto Universitario, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Experto Universitario en Terapia Dialéctica-Conductual**

N.º Horas Oficiales: **450 h.**



\*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



## Experto Universitario Terapia Dialéctica-Conductual

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Experto Universitario

Terapia Dialéctica-Conductual

