



<< CURSO FORMATIVO >>

TRATAMIENTO PSICOTERAPÉUTICO PARA LA **ANSIEDAD** **GENERALIZADA**

Clases en vivo
Vía Zoom

Vacantes
limitadas

CEASPerú
Agosto 2024

SUMILLA

La ansiedad generalizada es un trastorno de ansiedad caracterizado por una preocupación excesiva y persistente que abarca una amplia gama de situaciones y eventos en la vida de una persona. Quienes la sufren de ansiedad generalizada tienden a anticipar desastres, preocuparse por la salud, el trabajo, las relaciones interpersonales y otros aspectos cotidianos de manera desproporcionada. Esta preocupación constante suele ir acompañada de síntomas físicos como tensión muscular, fatiga, irritabilidad, dificultad para concentrarse y problemas para conciliar el sueño.

Este trastorno puede interferir significativamente en la vida diaria de la persona, afectando su bienestar emocional y su funcionamiento social y laboral. El tratamiento de la ansiedad generalizada suele incluir terapias psicológicas, como la terapia cognitivo-conductual y técnicas de relajación, así como en algunos casos, el uso de medicamentos ansiolíticos. El objetivo del tratamiento es reducir la intensidad de la ansiedad, mejorar la calidad de vida y enseñar estrategias efectivas para manejar y controlar los síntomas de la ansiedad de manera saludable.

PROGRAMACIÓN

CLASE	TEMA	FECHA	HORARIO
1	COMPRESIÓN DEL TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADO (TAG) : <ul style="list-style-type: none">▪ ¿Qué es el TAG?▪ Núcleo del TAG	10/07	De 06:00 pm – 08:00 pm
2	<ul style="list-style-type: none">▪ Comprendiendo la incertidumbre.▪ ¿Cómo se genera y se mantiene el TAG?▪ Diferencias entre preocupación y obsesión▪ Creencias que mantienen el TAG▪ Conductas comunes de evitación diferenciadoras▪ El papel de la evitación en el TAG▪ Formas de evitación▪ Costes usuales del TAG en la vida de la persona▪ Comorbilidad y orden de acción	17/07	
3	TRATAMIENTO DEL TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADO (TAG) : <ul style="list-style-type: none">▪ Psicoeducación y metáforas	24/07	
4	<ul style="list-style-type: none">▪ Introducción al manejo de rumia▪ Manejo de la preocupación▪ Trampas comunes en el manejo de la preocupación▪ Manejo de la organización▪ Exposición por violación de expectativas▪ Exposición para miedo residuales	28/07	

DIRIGIDO A :

Profesionales de la salud mental, psicólogos, psiquiatras y terapeutas.

CERTIFICACIÓN :

Al finalizar obtendrá una certificación por:

*150 Hrs.
académicas*

NUESTRO DOCENTE



Psic. Angel Rodriguez

- Psicoterapeuta especializado en problemas de ansiedad .
- Cuenta con una Formación en Terapia Conductual “Formación intensiva de un año en Terapia Dialectico Conductual”.
- Cuenta con diversos diplomados y formaciones en problemas de ansiedad y depresión Formación en ACT, DBT, AC, TCC.
- Entrenador de Mindfulness en el Instituto Mexicano de Mindfulness.
- Profesor en diversos cursos, diplomados y especializaciones sobre terapia de conducta y ansiedad.
- Fundador de Psiconido.

“ Todos merecemos
una vida que valga la
pena ser vivida”

Marsha M. Lineham

Creadora del enfoque terapéutico DBT

@CEASPerú