

Programa para Curso en terapia de pareja con la metodología TEAM-CBT

Módulo 1 – Trabajo externo

Clase 1 – Introducción y fundamentos + Empatía

- Introducción al modelo TEAM-CBT en relaciones
- ¿Sirve la terapia de parejas?
- Objetivos del curso y dinámica de trabajoIntroducción a los **5 secretos de comunicación efectiva**.
- Errores frecuentes en empatía y comunicación
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Clase 2 – Testing

- Presentación del **BMS** (individual).
- Evaluación de la sesión de terapia
- Escala de Satisfacción de la Relación (pareja).
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Clase 3– Agenda paradójica

- Invitación paradójica
- Especificidad 1 (3 opciones)
- Pregunta milagro.
- CBA en relaciones
- Open Hands.
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Clase 4 - Agenda paradójica (Parte II)

- Flecha hacia abajo interpersonal.
- Creencias contraproducentes en las relaciones.
- Toma de decisiones.
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Clase 5 - Diario de relaciones

- Presentación del formato.
- Errores de comunicación.
- Nueva respuesta utilizando los 5 secretos de comunicación efectiva.
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Clase 6 -

- Empatía 0 - 10
- Invitación
- Especificidad (1er paso)
- Conceptualización
- Especificidad (2do paso)
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Clase 7 – Resistencia al resultado

- Pregunta Milagro
- Botón Mágico
- Doble paradoja
- Pregunta Pivote
- Dial Mágico
- Modelado de las técnicas y práctica integradora

Clase 8 - Diario del estado de ánimo (DML) en relaciones

- Introducción al instrumento DML.
- Identificación de emociones y pensamientos negativos.
- Modelado de las técnicas y práctica integradora

Clase 9 – Resistencia al proceso

- Ultimátum cálido
- Colgando la zanahoria
- Open Hands y Fallback position
- Modelado de las técnicas y práctica integradora

Clase 10 – Resistencia al proceso

- Distorsiones cognitivas
- Círculo de recuperación
- Técnica directa
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Clase 11 – Métodos

- Reatribución
- Proyección en el tiempo
- One minute drill
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Clase 12 - Métodos

- El extraño en el autobús.
- La inesperada visita de la Mafia.
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.
- Cierre de la capacitación.

Clase 19 - Prevención de recaída

- Trabajo interno
- Trabajo externo
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Clase 20 - Métodos

- Preguntas
- Cierre de capacitación.