

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

Módulo 1 – Trabajo externo

Introducción y fundamentos + Empatía

- Introducción al modelo TEAM-CBT en relaciones
- Objetivos del curso y dinámica de trabajo
- Introducción a los **5 secretos de comunicación efectiva**.
- Errores frecuentes en empatía y comunicación
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

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.

.

Agenda paradójica

- Sirve la terapia de parejas?
- 8 tipos de resistencia
- Entrevista telefónica
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.
- Invitación paradójica
- Especificidad 1 (3 opciones)
- Pregunta milagro.
- CBA en relaciones
- Open Hands.
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Agenda paradójica (Parte II)

- Upward arrow.
- Toma de decisiones.
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Diario de relaciones

- Presentación del formato.
- Errores de comunicación.
- Replanteamiento positivo de los errores de comunicación.
- Nueva respuesta utilizando los 5 secretos de comunicación efectiva.
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.
- Changing the focus.
- Los 12 puntos que compiten con el amor
- Empatía de opciones múltiples
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Módulo 2 – Trabajo interno

- Uso del **BMS** Cuestionario del estado de ánimo.
- Uso del **ETS** – Evaluación de la sesión de terapia.
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Agenda paradójica

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

Resistencia al resultado

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

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

Resistencia al proceso

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

Métodos

- Distorsiones cognitivas
- Círculo de recuperación
- Técnica directa
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.
- Reatribución
- Proyección en el tiempo
- One minute drill
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.
- Flecha hacia abajo interpersonal.
- Creencias contraproducentes en las relaciones.
- Análisis costo beneficio
- Flecha hacia abajo individual
- Modelado de las técnicas y práctica integradora.

Prevención de recaída

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

- Cierre de capacitación.