



INTERVENCIONES TERAPÉUTICAS

La mejor forma
de aprender,
es haciendo



**APTO PARA
TODA TEORÍA**



**TERAPIA COGNITIVO
CONDUCTUAL**



MINDFULNESS

Intervenciones Terapéuticas

La mejor forma de aprender, es haciendo



**APTO PARA
TODA TEORÍA**



**TERAPIA COGNITIVO
CONDUCTUAL**



MINDFULNESS



PSICOANÁLISIS



SITUACIONES Y PROBLEMAS FRECUENTES EN LA CLÍNICA



¿Cómo abordar aquellas situaciones no muy cómodas en las sesiones?

- ☐ Falta de pago hace 3 sesiones.
- ☐ Ausencia del paciente a las sesiones.
- ☐ Aumento de honorarios.
- ☐ Falta ¿Debe abonar?
- ☐ Solicita que atendamos amigos / pareja.
- ☐ Enamoramiento.
- ☐ Un familiar durante la sesión.
- ☐ Videollamada: no quiere continuar.
- ☐ No estoy preparado para el caso.
- ☐ El tema me afecta personalmente.

PSICOEDUCACIÓN



Comunicarle al paciente

- ☐ Depresión mayor.
- ☐ Pánico y agorafobia.
- ☐ Obsesiones y compulsiones.
- ☐ Ansiedad generalizada.
- ☐ Fobia social.
- ☐ Trastorno límite de la personalidad.
- ☐ Estrés y trauma.
- ☐ Conducta alimentaria.
- ☐ Esquizofrenia.
- ☐ Bipolaridad.

INTERVENCIONES COMPORTAMENTALES



- ☐ Exposición gradual.
- ☐ Prevención de respuesta.
- ☐ Relajación muscular progresiva.
- ☐ Exposición imaginaria.
- ☐ Exposición a sensaciones corporales.
- ☐ Activación comportamental.
- ☐ Disminución rumiación.
- ☐ Toma de decisiones.



MINDFULNESS



- ☐ Mente sabia
- ☐ Habilidades **“que”**
- ☐ Habilidades **“como”**
- ☐ Compasión
- ☐ Mindfulness
- ☐ Aceptación
- ☐ Defusión cognitiva
- ☐ Yo observador
- ☐ Escaneo corporal

EFFECTIVIDAD INTERPERSONAL

- ☐ Dear man
- ☐ Aves
- ☐ Vida
- ☐ Mindfulness de los otros
- ☐ Construir y terminar relaciones
- ☐ Dialectica
- ☐ Validación
- ☐ Asertividad

REGULACIÓN EMOCIONAL



- ☐ Entender y etiquetar emociones
- ☐ Cambiar respuestas emocionales (1)
- ☐ Cambiar respuestas emocionales (2)
- ☐ Reducir vulnerabilidad emocional (1)
- ☐ Reducir vulnerabilidad emocional (2)
- ☐ Manejar emocionaes difíciles (1)
- ☐ Manejar emocionaes difíciles (2)

TOLERANCIA AL MALESTAR



- ☐ Supervivencia a la crisis
- ☐ Stop
- ☐ Tip
- ☐ Distraete
- ☐ Calmarse con los 5 sentidos
- ☐ Aceptación radical

PLAN DE CRISIS



- ☐ Establecimiento de un plan de crisis (1)
- ☐ Establecimiento de un plan de crisis (2)
- ☐ Intervención telefónica en situación de crisis

PSICOANÁLISIS



- Múltiples situaciones que se presentan en las primeras entrevistas.
 - Paciente actual que tiende a ser border.
¿Cómo encuadrar al paciente?
 - Declaraciones del paciente y nuestra reacción:
enamoramiento, ataques, no lo aguantamos y más.
 - ¿Qué hacer ante los silencios, cómo entenderlos?
 - Empeoramiento del paciente y “estancamiento” en la terapia
-