



POSGRADO
CAYETANO

e-Cayetano

Curso en

Estrategias de Intervención Psicológica en Regulación Emocional

Resultados de aprendizaje:

- Analiza los fundamentos del modelo cognitivo conductual y su aplicación en la regulación emocional.
- Diseña una propuesta de intervención TCC para mejorar la regulación emocional en un caso clínico.

Dirigido a:

Estudiantes de último año de psicología, bachilleres o licenciados en psicología.



Inicio de Clases

02 de octubre



Duración

02 semanas



Modalidad

Virtual



Inversión

S/. 550.00



Horario

Viernes de 6:00 p.m. a 10:00 p.m. y sábados de 9:00 a.m a 1:00 p.m.



Contenido

Unidad

01

Fundamentos del modelo cognitivo conductual y regulación emocional

- Fundamentos de la terapia cognitivo conductual (TCC).
- Evaluación cognitiva conductual.
- Análisis funcional de la conducta.
- Modelo ABC (Acontecimiento–Creencia–Consecuencia).
- Habilidades específicas en evaluación e intervención.
- Conceptualización de la emoción y la regulación emocional.
- Relación entre autorregulación y problemas internalizantes/externalizantes.
- Factores biológicos, familiares, sociales y culturales en la regulación emocional.
- Formulación cognitivo-conductual del caso centrada en la emoción.

Unidad

02

Técnicas y estrategias TCC para la intervención en regulación emocional

- Técnicas cognitivas para la regulación emocional:
 - Identificación de emociones y pensamientos.
 - Reestructuración cognitiva.
 - Dialogo socrático.
 - Técnica de autoinstrucciones.
 - Entrenamiento en solución de problemas.
- Técnicas conductuales:
 - Programas de reforzamiento.
 - Entrenamiento en habilidades sociales.
 - Programación de actividades reguladoras.
- Técnicas de autorregulación emocional:
 - Respiración y relajación.
 - Atención plena aplicada a la regulación emocional.
 - Técnicas de tolerancia al malestar.
 - Habilidades de regulación emocional.
- Diseño del plan de intervención TCC en casos con dificultades en la regulación emocional.

Docente



Mag. Betty Peña Tomás

Psicóloga clínica, con estudios de Pregrado en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Magister en Psicología Clínica con mención en Terapia de Niños y Adolescentes y Segunda Especialidad en Adicciones con enfoque de género, ambas realizadas en la Universidad Peruana Cayetano Heredia. Formación en Terapia Cognitivo-Conductual y terapias contextuales. Entrenadora Nacional del Currículo Especializado GROW (Guiando la Recuperación de las Mujeres) y del currículo Intersección del Abuso de Sustancias, Orientación Sexual e Identidad de Género. Psicóloga asistencial en el Hospital Hermilio Valdizán y docente universitaria.



CERTIFICACIÓN PSICOLÓGICA EN REGULACIÓN EMOCIONAL

Completa los siguientes tres cursos para obtener esta certificación adicional:

- ⊕ Estrategias de Intervención Psicológica en Ansiedad
- ⊕ Estrategias de Intervención Psicológica en Depresión
- ⊕ Estrategias de Intervención Psicológica en Regulación Emocional

Consideraciones:

Se debe aprobar todos los cursos de la certificación y cumplir con un mínimo de 75% de asistencia en cada uno.

Alcanza tus metas



Docentes Especializados
en el Campo



Cursos a medida



Networking

Más información



posgrado.ventas@ofcinas-upch.pe



967 303 546



posgrado.cayetano.edu.pe

Síguenos en:

