

ONLINE

TERAPIA DE SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

PARA EL TRATAMIENTO
DE LA ANSIEDAD, DEPRESIÓN



NEUROCorp
BEHAVIORAL RESEARCH INSTITUTE

D

EFINICIÓN



La terapia de solución de problemas (TSP) nació de la mano de D'Zurilla, Golfried y Nezu desde la década de los 70. Es un modelo Comportamental con herramientas cognitivas, que se centra en la teoría de la solución de problemas interpersonales, la solución de problemas interpersonales es necesaria para la adaptación vital del individuo ya que permite ser más flexible para poder adaptarse a las diferentes circunstancias sociales.

El propósito de la TSP es entrenar a las personas en implementar estrategias de afrontamiento más eficaces para los estímulos que le generan malestar, centrado en los principios de la orientación positiva hacia los problemas y un estilo planificado de solución de problemas, generando modos más eficaces de tratar con los problemas personales e interpersonales.

La TSP ha mostrado efectividad para el tratamiento de diversos problemas de la salud mental, entre ellos está la depresión, la ansiedad, la ansiedad social, el estrés laboral, problemas de la personalidad, dolor crónico, TEPT, la psicología de la salud, entre otros. Además la TSP se complementa con otros procedimientos psicoterapéuticos, como en terapia de pareja, prevención del suicidio o terapias para el tratamiento de los trastornos de la personalidad.

O

BJETIVO

Disminuir el SCA a través de estrategias



centradas en el presente, fáciles de guiar, y sobre todo, a través del cambio MetaCognitivo. Las estrategias de la terapia de solución de problemas se pueden usar en tele asistencia, y sobre todo, en los problemas que más dificultades se ha visto en investigaciones hechas por el equipo de NeuroCorp: Ansiedad, Depresión, Estrés Postraumático y duelo.

T

EMAS



Teoría de la diátesis del estrés

Vulnerabilidad frente al estrés

Teoría de la solución de problemas

Componentes de la solución de problemas sociales

Evaluación de las habilidades de solución de problemas

Herramientas de la Terapia de solución de problemas

a: Kit de soluciones 1

Multitarea de solución de problemas

b: Kit de soluciones 2

Regulación emocional

c: Kit de soluciones 3

Reprocesamiento cognitivo

d: Kit de soluciones 4

Tácticas para la solución planificada de problemas

I

INFORMACIÓN

Modalidad:

Clases online en directo más plataforma virtual.

Duración:

3 meses (todos los martes de 20H00 a 21H30)

Inversión:

35 dólares mensuales.

Inicio:

Martes 7 de Junio

Horas:

40



Para separar su cupo puede realizar el depósito en la cuenta corriente Banco Pichincha 2100070514 a nombre de Paola Suárez C.I. 1804270419 enviando el comprobante junto a sus nombres completos mail y número telefónico a

info@neurocorpecuador.com o al 0983768275.

WESTERN UNIÓN: Con los siguientes datos:

Paola Monserratt Suarez Cabezas

Ci: 1804270419

Ciudad: Quito

Provincia: Pichincha

Dirección: Rumipamba OE1-91 y San Pedro

Quito-Ecuador

NEUROCorp

BEHAVIORAL RESEARCH INSTITUTE

info@neurocorpecuador.com



0983768275