

## TALLER DE REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA. INTRODUCCIÓN A LA TERAPIA RACIONAL EMOTIVO- CONDUCTUAL DE ALBERT ELLIS

### INTRODUCCIÓN

---

A pesar de que la terapia cognitiva es el tipo de intervención psicológica con más aplicaciones y resultados contrastados, es poca la formación específica que se dedica a aprender técnicas de reestructuración cognitiva, dejándose este aspecto al sentido común del terapeuta o como resultado de las intervenciones conductuales (es decir, exclusivamente a que “surjan” en el paciente).

Con frecuencia se menciona en todo tipo de formación, y documentación la importancia de modificar ideas, pensamientos y emociones a través de intervenciones puramente reflexivas y no conductuales, dándose por hecho que los profesionales conocen y saben aplicar estrategias específicas que ayuden a los pacientes a mejorar a corto plazo, así como mantener las ganancias a largo plazo sin necesidad de ayuda terapéutica constante.

La terapia racional de Albert Ellis, además de ser la terapia cognitiva original (lo cual es útil para iniciarse y posteriormente expandirse a otras TCC) y pionera en muchos métodos de trabajo, hoy habituales (como los registros o las tareas para casa), sigue estando vigente en cuanto a efectividad terapéutica. Por ello es deseable ofrecer cursos que ayuden a los profesionales a aplicar correctamente estas técnicas de eficacia avalada y métodos de intervención, tal y como los propone la fuente que los creó, evitando así tergiversaciones y errores habituales.

### OBJETIVOS

---

Enseñar a los alumnos los principios básicos de la Terapia Racional Emotivo-Conductual (TREC) y cómo utilizarla correctamente, a nivel teórico y a nivel práctico con sus pacientes y también a nivel personal.

Justificar la necesidad de la intervención cognitiva y su lugar de importancia dentro de los Tratamientos Empíricamente Avalados.

### PROFESORADO

---

**D. Pablo Alonso García**, Psicólogo colegiado 22952. Especialista Europeo en Psicoterapia, Máster en Psicología Clínica y de la Salud. Psicólogo terapeuta (práctica privada, Centro Médico Deyre, y colaborador de la Clínica Universitaria de Psicología de la UCM). Director de enlace Proyecto Hombre y Agencia para la Reeducación y Reinserción del Menor Infractor.

**FECHAS Y HORAS:** 5 HORAS

Jueves, 29 de octubre de 2015, de 16.00 a 21.00 h.

### PRECIOS

---

Colegiados desempleados y colegiados jubilados: 35 €.

Estudiantes asociados pertenecientes al Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid: 35 €.

Colegiados y estudiantes: 40 €.

Psicólogos no colegiados: 55 €

### LUGAR

---

Área de Formación del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.

Cuesta de San Vicente, 4, 5ª planta.

28008 Madrid