

ADIPA



USJ
UNIVERSIDAD
SAMÁN DE
JALISCO

Programa de Especialización en Terapia Breve



Sobre ADIPA

Academia Digital de Psicología y Aprendizaje. Somos una plataforma de educación que busca entregarte la mejor experiencia de aprendizaje, a través de cursos y diplomados del más alto nivel.

Todos los programas que curses junto a nosotros se encuentran respaldados a nivel nacional, por lo que te aseguramos un sello de calidad durante todo el proceso. Te invitamos a conocer este programa de estudio, el cual te entregará herramientas fundamentales para crecer profesionalmente, e impactará positivamente en el logro de tus metas y sueños.

Te invitamos a conocer este programa de estudio, el cual te entregará herramientas fundamentales para crecer profesionalmente, e impactará positivamente en el logro de tus metas y sueños.



Sobre Universidad Sämänn

Todos nuestros programas en México cuentan con el respaldo de la Universidad Sämänn de Jalisco. Al aprobar nuestros programas se te entregará una constancia con validez curricular, ante la Secretaría de Educación.

La Universidad Sämänn de Jalisco, cuenta con más de 44 años de experiencia educativa. Se dedica a la formación de estudiantes innovadores, creativos, fuertes, capaces y competitivos. Contribuimos al desarrollo integral de profesionales de excelencia académica, para que, con pensamiento crítico, sentido innovador y emprendedor transformen el contexto nacional e internacional, desde la base del conocimiento científico y tecnologías aplicadas al conocimiento, en el marco de respeto a los derechos humanos, educación laica y desarrollo sostenible.



Únete a la comunidad ADIPA:

● Flexibilidad en el aprendizaje:

Obtendrás múltiples recursos y metodologías innovadoras de aprendizaje virtual, para que puedas acceder desde cualquier lugar del mundo. Si bien, las clases son en vivo, podrás acceder a las grabaciones en el aula virtual durante todo el programa.

● Docentes altamente reconocidos:

Estudiarás junto a profesionales de alto nivel, líderes y referentes a nivel nacional e internacional. Podrás realizar consultas en las clases, o en los foros de preguntas disponibles para cada sesión.

● Acceso al Aula Virtual:

Dispondrás en todo momento de un aula virtual, donde podrás interactuar con diversas(os) estudiantes, docentes y revisar todo el material que tenemos preparado para ti.

● Programas Acreditados:

Contamos con acreditación nacional en México ante la Secretaría de Educación Pública. Contamos con más de 9 años de experiencia en educación online.



¿Qué es un Programa de Especialización?

Un Programa de Especialización aborda un conjunto de temáticas construidas por ADIPA, coherentes secuencialmente entre sí, e hiladas en una línea temática con un enfoque progresivo. Permiten una mayor profundización en un área de conocimiento, de manera estructurada. Son flexibles en torno al ritmo de dictación, y permiten el aprendizaje al propio ritmo del estudiante. Tiene evaluaciones de proceso (pruebas de alternativas-opción múltiple-respuesta única) y evaluación final (entregable escrito de análisis de caso).

► Componente asincrónico:

El contenido está dispuesto en video cápsulas grabadas de clases y materiales complementarios. Conlleva también evaluaciones de proceso, que son de opción múltiple y respuesta única, con revisión automatizada.

💬 Acompañamiento constante:

El seguimiento del programa se llevará a cabo a través de una tutorización de Inteligencia Artificial, complementado con el acompañamiento de un tutor humano, quien será la contraparte para la revisión y entrega de la evaluación final, la cual consiste en un desarrollo de caso escrito.



Fundamentación Técnica

Los desafíos emocionales pueden impactar significativamente la vida cotidiana, afectando el bienestar y la calidad de vida. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los trastornos de ansiedad y depresión representan más del 4% de la carga global de enfermedad, y muchas personas postergan el acceso a tratamiento por temor a procesos prolongados. La terapia breve surge como una alternativa eficaz y estructurada, diseñada para generar cambios significativos en menos de 10 sesiones, ofreciendo intervenciones accesibles y basadas en la evidencia.

Estudios han demostrado su efectividad en la ansiedad, depresión y estrés postraumático, aplicando enfoques como la terapia cognitivo-conductual breve y la terapia centrada en soluciones. Su metodología focalizada permite avanzar hacia la recuperación sin extender innecesariamente el tratamiento, brindando herramientas concretas para afrontar el malestar y potenciar los recursos personales.

Más allá del alivio inmediato, la terapia breve fortalece la resiliencia y la autonomía, favoreciendo un bienestar sostenido a largo plazo. Su enfoque práctico y orientado a resultados la convierte en una opción ideal para quienes buscan cambios significativos en un tiempo acotado, sin comprometer la profundidad del proceso terapéutico.



Descripción de la Especialización

Este programa de especialización ofrece una formación estructurada en seis **módulos, los cuales proporcionan herramientas prácticas y teóricas para** comprender y aplicar estrategias de intervención en terapia breve en distintos escenarios. Cada módulo se desarrolla en modalidad asincrónica, **permitiendo a los participantes avanzar de manera flexible y autónoma a** través de nuestra plataforma e-learning, esto en conjunto con el acompañamiento de un tutor de Inteligencia Artificial junto al seguimiento de un tutor humano.

En la plataforma, los estudiantes encontrarán cápsulas de video-clases, material complementario y casos de profundización, diseñados para facilitar la aplicación de los conocimientos adquiridos. El aprendizaje se organiza de forma secuencial, asegurando una comprensión progresiva de los contenidos

Cada mes se da inicio a una nueva cohorte, momento en el cual se habilita el acceso al aula virtual y a todos los recursos pedagógicos del programa, favoreciendo una experiencia de aprendizaje progresiva y sostenida.

¿A quién va dirigido?

Este programa de especialización está dirigido a profesionales de la Salud Mental como Psicólogos, Psiquiatras y Terapeutas interesados en la temática. Al mismo tiempo, estudiantes de último año de las carreras y especialidades antes mencionadas.



Objetivos

Objetivo General:

Brindar a los participantes las competencias necesarias para aplicar de manera efectiva la Terapia Sistémica Breve en el abordaje de problemáticas como el duelo, la depresión, la ansiedad y el pánico, integrando estrategias terapéuticas focalizadas, principios éticos y una comprensión contextual que favorezca su aplicación en la práctica profesional.

Objetivos Específicos:

- Comprender los fundamentos teóricos y principios de la Terapia Sistémica Breve, diferenciando sus enfoques y aplicaciones clínicas.
- Desarrollar habilidades para la conducción de la primera entrevista terapéutica, incluyendo la co-construcción de objetivos y la formulación de intervenciones estratégicas.
- Aplicar técnicas específicas de Terapia Breve para la intervención en trastornos de ansiedad, incluyendo el pánico, estrés crónico y ansiedad generalizada.
- Implementar estrategias terapéuticas breves para la depresión, integrando modelos cognitivos, narrativos y conductuales en el abordaje clínico.
- Analizar el impacto del trauma en la construcción de la identidad y desarrollar herramientas clínicas efectivas para su abordaje dentro de la Terapia Breve.
- Diseñar intervenciones terapéuticas breves para el proceso de duelo, considerando tareas adaptativas y estrategias narrativas de resignificación.
- Integrar principios éticos y consideraciones contextuales en la aplicación de la Terapia Sistémica Breve, asegurando una práctica profesional responsable y efectiva.
- Evaluar la eficacia de las intervenciones breves en distintos contextos clínicos, ajustando estrategias según la respuesta del paciente y la evolución del proceso terapéutico.

Requisitos de aprobación:

El estudiante deberá rendir dos evaluaciones, las cuales representarán el 100% de su nota final, distribuidas de la siguiente manera:

■ Evaluación de selección múltiple (35%)

Consiste en 30 preguntas aleatorias de respuesta única, que deben ser respondidas directamente en el aula virtual. Esta evaluación se podrá rendir una sola vez.

■ Evaluación de desarrollo escrito (65%)

Consiste en la resolución de un caso clínico. El estudiante tendrá la posibilidad de presentar una versión preliminar en una única oportunidad para recibir retroalimentación del tutor. Posteriormente, deberá entregar la versión final, que será evaluada y calificada.

Importante: Esta evaluación no puede ser reprobada y sólo se puede rendir una vez.

Para aprobar el curso, el estudiante deberá obtener una nota final superior a 6.0 en la escala de 1 a 10. No obstante, la aprobación del desarrollo escrito es obligatoria, independientemente del promedio final.

Ambas evaluaciones estarán disponibles durante un período de 6 meses desde su apertura. La certificación se otorgará una vez aprobadas ambas instancias, conforme a la escala de calificación mencionada.

Información General

Modalidad:

Este programa de Especialización se desarrolla en modalidad asincrónica con el acompañamiento constante del estudiante, permitiendo a cada participante avanzar a su propio ritmo. Todo el contenido estará disponible en nuestra plataforma virtual, lo que brindará flexibilidad de organizar los tiempos de estudio según las necesidades personales y profesionales de cada estudiante.

Certificación:

El certificado de aprobación y/o participación es emitido por ADIPA y la Universidad Sámán de Jalisco, por lo que al terminar tu programa, recibirás una constancia con validez curricular, ante la Secretaría Pública de Educación (SEP).

Aula Virtual:

El programa de Especialización se desarrolla en nuestra plataforma e-learning, contando con material complementario, foro de consultas, soporte informático, mesa de ayuda (sac@adipa.mx), biblioteca virtual sin costo adicional, evaluación en línea, curso gratis en tu cumpleaños y acompañamiento constante.

Acceso a Biblioteca Virtual:

Los alumnos tendrán un acceso seguro a todos los recursos de enseñanza en nuestra biblioteca virtual. De este modo promovemos una mejor experiencia de aprendizaje.

¿Quieres saber más?
Más info. aquí.



Contenidos del Programa de Especialización

MÓDULO 1

Técnicas de Psicoterapia Breve

Capítulo 1: Fundamentos y principios de la terapia breve.

- Bienvenida.
- Principios de la psicoterapia breve, Parte I.
- Principios de la psicoterapia breve Parte II.
- Principios de la psicoterapia breve, Parte

Capítulo 2: Proceso terapéutico en la terapia breve.

- Proceso terapéutico y propósitos de una primera entrevista.
- Relación terapéutica y la primera entrevista.

Capítulo 3: Técnicas para una primera sesión.

- Fase social.
- Co-construcción de objetivos.
- Mensaje final.

Capítulo 4: Técnicas para co-construir objetivos.

- Técnicas para co-construir objetivos, Parte I.
- Técnicas para co-construir objetivos, Parte II.
- Técnicas para co-construir objetivos, Parte III.

Capítulo 5: Técnicas para promover cambios en la sesión.

- Reencuadres.
- Metáforas.
- Externalización.

Capítulo 6: Técnicas para promover cambios entre sesiones y para finalizar la terapia.

- Tareas terapéuticas parte I.
- Tareas terapéuticas parte II.
- Casos y ejemplos finales parte I.
- Casos y ejemplos finales parte II.



MÓDULO 2

Técnicas de psicoterapia breve para el Trastorno de Pánico.

Capítulo 1: Introducción y conceptos previos.

- Bienvenida.
- Conceptos previos.
- El uso de la metáfora.
- Búsqueda transderivacional, Parte I.
- Búsqueda transderivacional, parte, II.
- Crisis y trastorno de pánico, Parte I.
- Crisis y trastorno de pánico, Parte II.

Capítulo 2: Modelo de tratamiento y protocolo de intervención.

- Modelo de tratamiento sistémico: paciente
- Modelo de tratamiento sistémico: familia
- Modelo de tratamiento sistémico: proceso clínico
- Protocolo de intervención sistémica: sesión 1, Parte I.
- Protocolo de intervención sistémica: sesión 1, Parte II.
- Protocolo de intervención sistémica: sesión 1, Parte III.
- Protocolo de intervención sistémica: sesión 2, Parte I.
- Protocolo de intervención sistémica: sesión 2, Parte II.
- Protocolo de intervención sistémica: sesión 2, Parte III.
- Protocolo de intervención sistémica: sesión 3.
- Protocolo de intervención sistémica: sesión 4.
- Protocolo de intervención sistémica: sesión 5.
- Protocolo de intervención sistémica: sesión 6.
- Críticas al tratamiento.

MÓDULO 3

Terapia Breve para la Ansiedad.

Capítulo 1: Estrés, miedo y ansiedad.

- Bienvenida.
- Componentes de los problemas de ansiedad.

Capítulo 2: Principales problemas de estrés y ansiedad.

- Bloqueo por estrés, estrés crónico y burnout.
- Ansiedad generalizada, miedo fóbico y miedo pánico.

Capítulo 3: Estrés agudo.

- Ley Yerkes-Dobson.
- La fisiología del estrés y para qué sirve.
- Bloqueo por estrés y eventos estresantes.

Capítulo 4: Estrés crónico.

- Fases del estrés crónico.
- Efectos fisiológicos.

Capítulo 5: Estrategias para enfrentar el estrés.

- Opciones y enfrentamiento, Parte I.
- Opciones y enfrentamiento, Parte II.
- Aumentar la resistencia.
- Disminuir la activación.

Capítulo 6: Ansiedad generalizada.

- Ansiedad y preocupación.
- ¿Qué hacer con la preocupación?

Capítulo 7: Miedo fóbico.

- Miedo, evitación y exposición.
- Análisis de casos, Parte I.
- Análisis de casos, Parte II.

Capítulo 8: Miedo pánico.

- Pánico y origen de las crisis.
- Mantenimiento de crisis y actitudes.
- Protocolo de intervención breve.

MÓDULO 4

Terapia Breve para la Depresión.

Capítulo 1: Causas de la depresión.

- Bienvenida.
- Hipótesis serotoninérgica.
- Hipótesis genética y del trauma infantil.
- Hipótesis de los esquemas cognitivos tempranos.
- Hipótesis de los determinantes sociales.

Capítulo 2: Depresión: Dimensiones y reflexiones.

- Dimensiones de la depresión.
- Salud mental en Chile.

Capítulo 3: Factores cognitivos de la depresión.

- Sesgos cognitivos.
- Desesperanza.
- Técnicas para aumentar la esperanza.
- Caso I.

Capítulo 4: Diagnóstico y Tratamiento de la depresión.

- Características del diagnóstico.
- Lo que no hay que hacer.
- Tratamiento farmacológico.
- Psicoterapias que funcionan.

Capítulo 5: El modelo cognitivo-narrativo.

- Modelo cognitivo.
- Reestructuración cognitiva.
- Modelo narrativo.
- Limitaciones de la terapia cognitiva.

Capítulo 6: Ponerse en movimiento.

- Terapias que promueven la activación
- Las tareas terapéuticas.
- Intervenciones conductuales.
- Ejemplos de tareas terapéuticas.
- Pregunta de escala.
- Caso II.

Capítulo 7: Solución de problemas, redes de apoyo y recaídas.

- Terapia de resolución de problemas.
- Técnica de resolución de problemas.
- Algunas estrategias.
- Qué hacer en caso de recaída.

MÓDULO 5

Terapia Breve del Trauma.

Capítulo 1: ¿Cómo entendemos el trauma?

- Bienvenida.
- Características de un trauma.
- Quiebre narrativo y TEPT.

Capítulo 2: ¿Cómo respondemos ante un evento traumático?

- Síntomas del TEPT.
- Pérdida de la confianza.
- Factores mantenedores | Reconstrucción de historias.
- Análisis de caso.

Capítulo 3: La terapia del trauma.

- Terapias efectivas.
- Factores comunes y qué hacer.

Capítulo 4: Herramientas Clínicas.

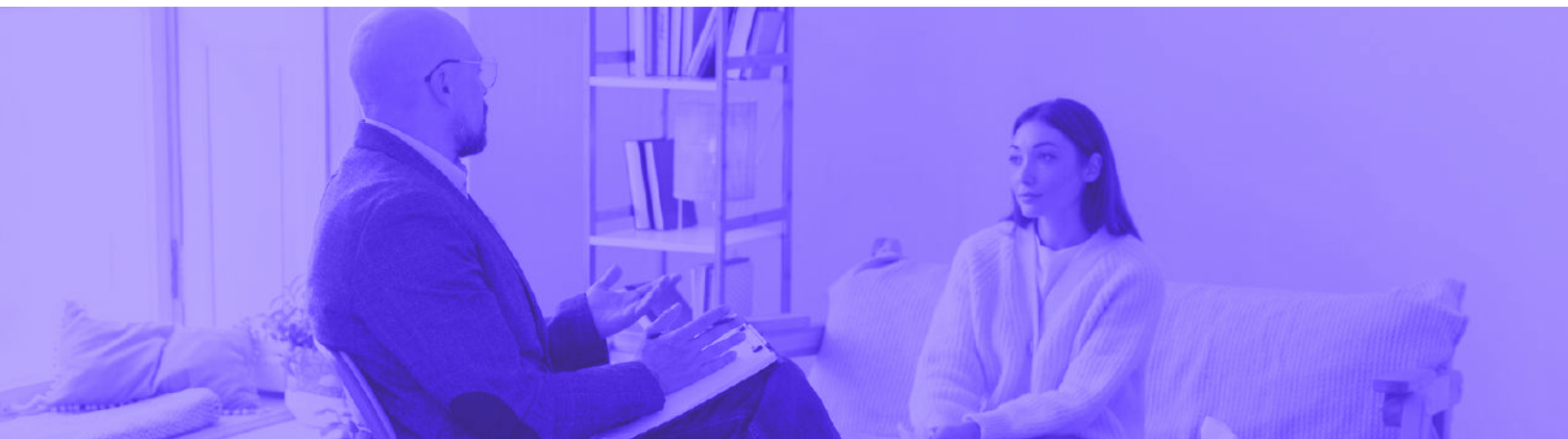
- Manejo del Estrés.
- Normalización.
- Emociones y pensamientos, Parte I.
- Emociones y pensamientos, Parte II.
- Recuperar la confianza.

Capítulo 5: Las buenas noticias.

- Las respuestas positivas.
- Resiliencia.
- Resistencia y crecimiento.

Capítulo 6: Herramientas clínicas: Promoviendo el crecimiento.

- Técnicas para el crecimiento, Parte I.
- Técnicas para el crecimiento, Parte II.
- Árbol de la vida.
- Análisis de caso, Parte I.
- Análisis de caso, Parte II.



MÓDULO 6

Terapia Breve para el Duelo.

Capítulo 1: Introducción.

- Bienvenida.
- Caso 1: Un caso de duelo.
- Conclusiones del caso y preguntas reflexivas.

Capítulo 2: Antecedentes explicativos.

- ¿Qué es el duelo?
- Objetivos del duelo.
- Duelo fluido, Parte I.
- Duelo fluido Parte II.
- Caso 2: La ex-mujer.
- Duelo complicado, Parte I.
- Duelo complicado, Parte II.
- Rituales del duelo.
- Claves del consuelo, Parte I.
- Claves del consuelo, Parte II.

Capítulo 3: Tareas del duelo.

- Etapas vs. Procesos.
- Las tareas del duelo, Parte I.
- Las tareas del duelo, Parte II.
- Ejercicios, Parte I.
- Ejercicios, Parte II.

Capítulo 4: Consideraciones generales del proceso de ayuda.

- Seis proposiciones acerca del duelo.
- Lo que se debe y no se debe hacer.
- Video 1 de ejemplo, Parte I.
- Video 1 de ejemplo, Parte II.
- Video 2 de ejemplo.

Capítulo 5: Re-membering.

- Conversaciones de re-membering.
- Ejemplos de conversación.
- Objetos de vinculación y conversaciones del legado.

Capítulo 6: Rol del terapeuta y otras técnicas.

- Rol del terapeuta.
- Técnicas adicionales.

Equipo Docente



Dr. Felipe García Martínez

- Doctor, Magíster y Licenciado en Psicología de la Universidad de Concepción, Chile.
- Director del Doctorado en Salud Mental de la Universidad de Concepción.
- Postítulos en terapia estratégica breve y en hipnosis clínica.
- Especialista en psicoterapia acreditado.
- Fundador y Director General del Centro de Estudios Sistémicos CESIST- Chile.
- Docente de postgrados, postítulos y diplomados en Chile, Bolivia, México y Ecuador.
- Ha publicado los libros "Historias de Psicoterapia" (2009), "Terapia Sistémica Breve, Fundamentos y Aplicaciones" (2014), "Manual de Técnicas de Psicoterapia Breve" (2015), "Manual de Terapia Sistémica Breve" (2016), "Estrategias Creativas en Psicoterapia Breve" (2018), "Historias de Cambio: El Enfoque Sistémico en Acción" (2018) y "La adolescencia hoy: Problemas y soluciones para terapeutas" (2020), además de varios capítulos de libros y más de cuarenta artículos de investigación en revistas científicas indexadas en los últimos seis años.
- Ha mostrado su trabajo en congresos y seminarios en Argentina, Chile, Bolivia, Brasil, Ecuador, El Salvador, Guatemala, México, Perú, Puerto Rico, Croacia, España, Italia, Polonia y Portugal.



Dr (c). Rodrigo Mardones

- Psicólogo clínico.
- en Docencia en Educación Superior.
- Doctorando en Psicología, Universidad de Flores, Argentina.
- Postítulo en Psicoterapia Estratégica Breve.
- Psicólogo Clínico, Co- Fundador y Director Ejecutivo de CESIST-CHI-LE, especialista en Terapia Sistémica.
- Académico Universidad Santo Tomás, Concepción y Los Ángeles.
- Co-autor del libro "Historias de cambio: El enfoque sistémico en acción", Capítulos de libros especializados y publicaciones científicas en terapia.

Inscríbete aquí

 **Duración total**
120 horas certificadas

 **Modalidad**
100% online

 **Certificado por:**

 **Valor Normal:**
\$4,500 MXN.



¡Inscríbete ahora!

Cupos Limitados

COMPRA AQUÍ
tu especialización



¿Tienes dudas?

Te respondemos en tiempo real

HAZ CLICK AQUÍ
para tus consultas

