

Certificamos que **CESAR ALEJANDRO GOMEZ** DNI: 21355985 ha **APROBADO** el Curso de Posgrado: **TRASTORNOS DE ANSIEDAD Y DE REGULACION EMOCIONAL**, dictado por el Dr. Carlos Daniel Mias, desde el 16 de abril al 12 de noviembre del año 2022.

**Calificación: 10 (Diez)**

**Carga horaria:** 60 horas.

**Resolución Decanal N.º:** 37/2021

Córdoba, 25 de julio de 2023



**DR. JAVIER AGUIRRE**  
*Secretario de Posgrado*



**DR. GERMÁN PERENO**  
*Decano de la Facultad de Psicología*

# CURSO DE POSGRADO 3: TRASTORNOS DE ANSIEDAD Y DE REGULACION EMOCIONAL

DOCENTE RESPONSABLE ACADÉMICO: DR. CARLOS DANIEL MIAS

CARGA HORARIA TOTAL: 60 HORAS

## CONTENIDOS ANALITICOS

### **UNIDAD 1: La ansiedad: conceptos, síntomas y clasificaciones**

La influencia de la genética, ambiente, aprendizaje, género y cultura. Principales componentes: conductuales, cognitivos, verbales, emocionales, somáticos, motores y neurocognitivos. Perspectiva dimensional vs categorial. La ansiedad normal vs patológica; activadora vs bloqueante, aguda vs crónica. El efecto de sesgos y distorsiones del pensamiento, ideas irracionales, falta de competencias, autoverbalizaciones negativas, perfeccionismo y profecías autocumplidas, dependencia o apego al futuro, temores ocultos, ansiedad condicionada, confusión entre necesidades y deseos.

### **UNIDAD 2: Modelización de los trastornos de Ansiedad y regulación emocional**

Modelo biológico: bases anatómicas y neuroquímicas de las emociones. Teorías de la emoción: De James a Damasio y Ledoux. Modelo del aprendizaje: Pavlov, Skinner y Wolpe. Modelo cognitivo: el aporte de Ellis y Beck. Modelos emocionales: la emoción oculta, exposición y la evitación experiencial. Las ideas y creencias en la configuración de modelos representacionales. El lenguaje y la regulación de los procesos nerviosos, mentales y emocionales. Modelos farmacológicos de la ansiedad.

### **UNIDAD 3: Los trastornos de ansiedad y sus manifestaciones clínicas**

Semiología y descripción. Nosología y criterios referenciales de la agorafobia, fobia social, crisis de pánico, ansiedad postraumática, generalizada y obsesiva. La ansiedad como estado y rasgo. Ansiedad, estrategias de afrontamiento y estilo atribucional. Relación ansiedad, miedo, angustia, depresión y estrés. Otras manifestaciones: Preocupaciones, ideación negativa, miedos exagerados, timidez, anticipación y somatización. Hábitos facilitadores y sustancias de la ansiedad y la regulación emocional.

### **UNIDAD 4: El proceso de evaluación y orientación de objetivos terapéuticos**

Evaluación de la ansiedad, La observación según frecuencia, intensidad y duración. El rol de inventarios, escalas y cuestionarios. Escalas de Spielberger, Beck y Hamilton. La escala de Davison para fobia social. Observación y registros. Análisis funcional y topográfico de la ansiedad. El proceso de evaluación conductual: Etapas y objetivos de intervención. Análisis Funcional. Análisis Topográfico: elementos cognitivos, motores, vegetativos, verbales y conductuales. La determinación de los objetivos terapéuticos.

### **UNIDAD 5: Técnicas terapéuticos de los trastornos de Ansiedad y regulación emocional**

Técnicas de reducción de ansiedad: Relajación, meditación, desensibilización sistemática, exposición e Inundación. Técnicas conductuales aportadas por los modelos de aprendizaje clásico y operante. Técnicas de control: control estimular, autostop y autoprogramación. Técnicas de no control: Conciencia, realismo, aceptación y compromiso. Tecnicas cognitivas: reestructuración, visualización, interpretaciones alternativas, habilidades sociales. Abordajes transdiagnósticos de regulación emocional. Aportes de las neurociencias en la regulación emocional. Del pensamiento emocional al pensamiento estratégico. De las tecnicas a los programas terapéuticos y la singularidad del paciente.