

## PROYECTO TDAH

Tratamiento integral con bases neuropsicológicas y terapias conductuales contextuales.

### Resumen

<b>Fecha de Inicio</b>	23/agosto/2024
<b>Dirigido a</b>	Personas mayores de 18 años diagnosticadas con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad: inatento, hiperactivo/impulsivo y combinado.
<b>Componentes del tratamiento.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Terapia individual.</li><li>• Terapia neuropsicológica individual.</li><li>• Entrenamiento en habilidades para consultantes.</li><li>• Entrenamiento y acompañamiento a familiares.</li></ul>
<b>Material del apoyo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Manual de entrenamiento.</li><li>• Agenda.</li></ul>
<b>Entrenamiento en habilidades.</b>	Semanal Viernes 5 pm a 7 pm. Inversión mensual: \$1900.00 Inscripción: \$500.00

---

## Objetivos

- Mejorar la atención y concentración.
- Reducir la impulsividad.
- Controlar la hiperactividad.
- Aumentar habilidades de regulación emocional.
- Aumentar habilidad interpersonales.

## Programa

### Entrenamiento en habilidades.

#### Modulo 1. Introducción al TDAH. (3 SESIONES)

##### Objetivo

El consultante entenderá su diagnóstico desde una perspectiva integral, logrando desmitificar creencias acerca del TDAH y el impacto que estas creencias tienen a nivel psicoemocional, social y conductual, afectando en sus áreas vitales y de desarrollo personal y profesional. Asimismo, el consultante lograr identificar su propia sintomatología para trabajar con ello a lo largo del programa.

#### Modulo 2. Atención, memoria y concentración. (4 SESIONES)

##### Objetivo

Fortalecer el proceso de atención a través de la selección de objetos inhibiendo los estímulos distractores, lo que conlleva a una mejor concentración y a la aplicación de estrategias que favorezcan los procesos mnésicos.

### **Modulo 3. Regulación emocional. (4 SESIONES)**

#### **Objetivo**

Incrementar las habilidades de los consultantes para disminuir el sufrimiento emocional, esto a través de conseguir inhibir conductas inapropiadas, organizar las acciones hacia una meta particular, saber auto calmarse y centrar la atención en presencia de una emoción intensa. De la misma forma, se busca disminuir la vulnerabilidad emocional que permita un manejo más efectivo de las experiencias internas y evitar la autoperpetuación de ellas. En síntesis, que el consultante seleccione, atienda, evalúe y sea flexible ante los estímulos que le generan una reacción emocional para mejorar su capacidad de adaptación a distintas demandas ambientales y con ello su calidad de vida.

### **Modulo 4. Lenguaje oral, escrito y lógico matemático. (3 SESIONES)**

#### **Objetivo**

Comenzar el análisis de relaciones espaciales en el plano lógico verbal, así como elementos de planeación ejecución, verificación y control y flexibilidad mental.

### **Modulo 5. Modificación de conducta. (4 SESIONES)**

#### **Objetivo**

Identificar aquellos comportamientos que desean modificar, ya sea para incrementarlos o disminuirlos según sea requerido para el paciente y así poder generar cambios a nivel personal, sobre todo en tareas de autocuidado y eficacia interpersonal, de tal manera que puedan generar cambios en su ambiente, que les permita establecer rutinas y estrategias de cuidado, tales como hábitos de higiene, planeación y organización, así como un incremento de habilidades sociales.

## Modulo 6. Habilidades interpersonales. (5 SESIONES)

### Objetivo

Los consultantes aprendan cómo ser efectivos en las interacciones interpersonales, de modo que sus interacciones con los demás tengan los resultados que desean. Aprenderán a ser efectivos para lograr sus propios objetivos sin alienar a la otra persona o perder su autorrespeto.

## Modulo 7. Tolerancia al malestar. (8 SESIONES)

### Objetivo

El objetivo de *supervivencia a la crisis* es superar una crisis sin empeorar las cosas. Las situaciones de crisis son, por definición, de corto plazo. Por lo tanto, estas no son habilidades para ser utilizadas todo el tiempo o como estilo de vida.

La *aceptación radical* es la apertura absoluta y completa a los hechos de la realidad tal como son, sin tener una rabieta o responder con terquedad inefectiva.

Las habilidades en esta parte del módulo están diseñadas específicamente para tratar con varias adicciones.

## Terapeutas



**Mtra. Griselle González Velázquez**

Lic. Psicología. Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ)

Maestría en Terapia Cognitivo Conductual. Instituto Mexicano de Psicoterapia Cognitivo Conductual (IMPCC).

Entrenamiento Intensivo en Terapia Dialéctico Conductual por The Linehan Institute y DBT Latinoamérica.

Entrenamiento Intensivo en la Terapia Dialéctica Conductual (DBT) y Protocolo de Exposición Prolongada (EP) para el Trastorno de Estrés Post Traumático (TEPT) por Contexto y DBT Latinoamérica.

Experto en Terapias Contextuales por Universidad de Almería.

Formación en Terapia de Aceptación y Compromiso por DBT Latinoamérica.

Formación en Terapia de Aceptación y Compromiso infanto-juvenil por Micpsy e ITECOC.

Entrenamiento Intensivo en Terapia Dialéctico Conductual para Familiares de Personas con Desregulación Emocional por Fundación Foro.

Activación Conductual. Instituto Cognitivo Conductual de Salud Mental, INCOSAME.

Entrenamiento en Compasión de Base Cognitiva. Emory University y Center of Contemplative Science and Compassion- Based Ethics.

Entrenamiento en Mindfulness. Casa Tibet Puebla.



**Mtra. Daniela Beguerisse Pérez Gavilán.**

Lic. en Psicología Clínica. Universidad De Las Américas Puebla (UDLAP).

Maestría en Psicología Clínica. Universidad De Las Américas Puebla (UDLAP).

Especialidad en Psicología de la Salud. Universidad De Las Américas Puebla (UDLAP).

Entrenamiento Intensivo en Terapia Dialéctico Conductual por The Linehan Institute y DBT Latinoamérica.

Entrenamiento Intensivo en Terapia Dialéctico Conductual para Familiares de Personas con Desregulación Emocional por Fundación Foro.

Entrenamiento en Terapia de Aceptación y Compromiso. Fundación Foro.

Activación Conductual. Instituto Cognitivo Conductual de Salud Mental, INCOSAME.

Diplomado en Terapia Cognitivo Conductual. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (BUAP).



**Mtra. Tesa Rodríguez**

Lic. en Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

Maestría en Psicoterapia Infantil. Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).



**Mtra. Hernán Cachón Burón**

Lic. en Pedagogía y Psicología. Universidad de Camagüey.

Maestría en Diagnóstico y Rehabilitación Neuropsicológica. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (BUAP).