

# TEORIA COGNITIVA CONDUCTUAL

Es un tratamiento psicológico a corto plazo que ayuda a modificar los pensamientos, sentimientos y comportamientos negativos.

## DEFINICIÓN

La personalidad es un patrón único de pensamientos, sentimientos y conductas, determinadas por la herencia y por el ambiente, relativamente estables y duraderos que diferencian a cada persona de las demás y que permiten establecer un modo específico de actuar y pensar



## EVALUACIÓN TEORÍA COGNITIVA CONDUCTUAL.



La evaluación es el inicio de toda intervención conductual, su función es cuantificar y analizar la conducta. A través de ésta, se determina el diagnóstico, que es, a final de cuentas, lo que va a dirigir el diseño y realización del tratamiento dentro de la psicología clínica. Una de las bases de la evaluación conductual, es que se eliminan las etiquetas y se dirige más bien hacia la determinación de los excesos y déficits conductuales, así como de los estímulos ambientales. Se hace una descripción de los métodos directos e indirectos.

## ORIGEN.

El modelo cognitivo-conductual, proviene originariamente de los desarrollos y estudios de **James Watson**, posteriormente se incluyeron los estudios de **Thorndike, Skinner y A. Bandura**. Estos autores, que llevaron el camino de la psicología conductista desde el condicionamiento clásico hasta el condicionamiento operante, tuvieron un punto de encuentro con los modelos cognitivos, con lo que se incluyó la actividad cognitiva dentro del modelo configurandose lo que hoy se conoce como Modelo Cognitivo- Conductual.



## DATOS DE LOS AUTORES



Albert Ellis, Ph.D., fundador de la Terapia Racional Emotivo-Conductual, fue el padre de la psicoterapia cognitivoconductual y pionero de la intervención psicoterapéutica corta y directiva, que promulga la autoayuda. Ellis ha sido considerado por los miembros de las divisiones 12 y 17 de la APA (American Psychological Association Clinical & Counseling Divisions) como la segunda figura de mayor influencia en el campo de la psicología clínica en el siglo XX.

## TRASTORNOS

Los trastornos que esta teoría aborda son: problemas para dormir, trastorno dismórfico corporal, la depresión moderada a grave y el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), trastornos de pánico, trastornos de la alimentación, trastorno obsesivo-compulsivo, trastorno bipolar, fobias, estrés, trastorno de estrés postraumático, esquizofrenia, ataques de ira, .



Miembros:

Kevin Leonardo Barrón Sánchez

Gerardo Méndez Maya

Rodrigo Mendoza Mendoza

Samuel Adonai Soto Cruz