

## Psicoterapia Cognitivo Conductual Grupal

Es una intervención psicoterapéutica en la que destaca la [reestructuración cognitiva](#), a partir de métodos conductuales, cognitivos y emocionales que favorezcan la solución a problemas y modificación de conductas poco funcionales.

El servicio de Psicoterapia **se realiza a solicitud del Médico Psiquiatra**, cuando el alumno cursa con un Trastorno del estado de ánimo y/o ansiedad, no se ha beneficiado con el tratamiento farmacológico aislado y presenta fallas cognitivas (distorsiones en tu manera de interpretar las situaciones; tienden a ser rígidas y en ocasiones poco lógicas) que mantienen la sintomatología depresiva/ansiosa.

El servicio consta de 9 sesiones de intervención, con duración de 2 horas cada una, es importante que contemples que el **horario de atención es de 8:00 a 14:00** horas, por lo que en caso de que lo requieras se te puede brindar justificante por cada cita acudida.

Si tu médico considera que te puedes ver favorecido por este servicio, **te mostrará los horarios en los que se imparte**, de los cuáles **elegirás el que más convenga**, y **acudirás directamente con la psicóloga responsable del Grupo** a su cubículo, para que pueda anotarte en su **lista de espera** y te informará la fecha probable de inicio, ya que se abre un nuevo grupo cada 9 semanas.

En cuanto se genere el Grupo, te llegará un **correo electrónico informándote la fecha de inicio**, por lo que es muy importante que te cerciores de que tus datos en el área de Registro sean correctos y revises constantemente tu correo incluyendo la bandeja de correo no deseado.

Finalmente es muy importante que si el día de inicio no te es posible acudir, te pongas en contacto después con la Psicóloga responsable del grupo para ver la posibilidad de que te integres en la segunda sesión.