



# PSICOTERAPIA DE GRUPO PARA ADULTOS CON TDAH

La potencia transformadora del encuentro

Inicio:  
Octubre 2022



CONSULTA  
Dr. Carlos Chiclana

PSIQUIATRÍA Y PSICOLOGÍA

18 sesiones  
de frecuencia quincenal y  
90 minutos de duración cada una



Fin:  
Junio 2023

## OBJETIVOS

1. **Proporcionar** información sobre el TDAH.
2. **Mejorar** la comprensión del trastorno y sus implicaciones en la vida personal y familiar.
3. **Conocer** cómo otros afrontan experiencias similares y resuelven dificultades.
4. **Reflexionar** sobre los mitos y realidades del TDAH.
5. **Desarrollar** autosuficiencia y confianza en que los cambios son posibles.
6. **Potenciar** estrategias para promover cambios positivos y abordar los desafíos.
7. **Brindar** herramientas psicológicas para enfrentar los síntomas y problemas asociados.
8. **Mejorar** el manejo de los síntomas y las dificultades relacionadas con el TDAH en situaciones cotidianas: trabajo, relaciones familiares, rendimiento académico, etc.
9. **Disponer** de una guía de afrontamiento.

## PRECIO

Inscripción: 100€  
Resto del taller: 800€ (facilidades de pago)



## Dirigido a:

Personas adultas diagnosticadas de TDAH a través de pruebas médicas y/o psicológicas. No es excluyente que estén participando de sesiones individuales.

MADRID  
Coordina:

Esther García Lanzas – Neuropsicóloga  
Martes de 17.00 a 18.30 hrs.

Lugar:  
Avenida de Filipinas 52, 6ºB – 28003 Madrid

SEVILLA  
Coordina:

Begoña Acosta Díaz – Neuropsicóloga  
Martes de 19.00 a 20.30 hrs.

Lugar:  
Avenida Diego Martínez Barrio 4, pl. 7º mod. 4-A  
41013 Sevilla

## PROGRAMA

- Introducción al TDAH y al programa.
- Motivación para el cambio.
- Mitos y realidades sobre el TDAH. Síntomas “positivos”.
- Organización y planificación del tiempo.
- Organización y planificación de tareas.
- Organización del espacio y de los objetivos.
- Prevención de distractores.
- Mejora de la capacidad atencional.
- Identificación de pensamientos automáticos negativos.
- Estrategias cognitivas.
- Manejo de la impulsividad y de las emociones.
- Estrategias para la dilación.
- Mantenimiento de los progresos.

Información e inscripciones:

MADRID: secretaria1@doctorcarloschiclana.com – 91 534 05 74 – 638 57 44 42

SEVILLA: sevilla@doctorcarloschiclana.com - 618 40 32 84