

Master Experto en Psicología Holística



ÍNDICE

1 | Somos Educa
Business School

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por las
que elegir Educa
Business School

7 | Programa
Formativo

8 | Temario

9 | Contacto

SOMOS EDUCA BUSINESS SCHOOL

EDUCA Business School es una institución de formación online especializada en negocios. Como miembro de la Comisión Internacional de Educación a Distancia y con el prestigioso Certificado de Calidad AENOR (normativa ISO 9001) nuestra institución se distingue por su compromiso con la excelencia educativa.

Nuestra **oferta formativa**, además de **satisfacer las demandas del mercado laboral** actual, puede bonificarse como formación continua para el personal trabajador, así como ser homologados en Oposiciones dentro de la Administración Pública. Las titulaciones de EDUCA Business School se pueden certificar con la Apostilla de La Haya dotándolos de validez internacional en más de 160 países.

Más de

18

años de
experiencia

Más de

300k

estudiantes
formados

Hasta un

98%

tasa
empleabilidad

Hasta un

100%

de financiación

Hasta un

50%

de los estudiantes
repite

Hasta un

25%

de estudiantes
internacionales

RANKINGS DE EDUCA BUSINESS SCHOOL

Educa Business School se engloba en el conjunto de EDUCA EDTECH Group, que ha sido reconocido por su trabajo en el campo de la formación online.

Todas las entidades bajo el sello EDUCA EDTECH comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación. Gracias a ello ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional.



ALIANZAS Y ACREDITACIONES



FONDO
SOCIAL
EUROPEO



BY EDUCA EDTECH

Educa Business School es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas instituciones educativas de formación online. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación.



ONLINE EDUCATION



METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EDUCA BUSINESS SCHOOL

1. FORMACIÓN ONLINE ESPECIALIZADA

Nuestros alumnos acceden a un modelo pedagógico innovador **de más de 20 años de experiencia educativa con Calidad Europea.**



2. METODOLOGÍA DE EDUCACIÓN FLEXIBLE

Con nuestra metodología estudiarán **100% online** y nuestros alumnos/as tendrán acceso los 365 días del año a la plataforma educativa.



3. CAMPUS VIRTUAL DE ÚLTIMA TECNOLOGÍA



Contamos con una **plataforma avanzada** con material adaptado a la realidad empresarial, que fomenta la participación, interacción y comunicación con alumnos de distintos países.

4. DOCENTES DE PRIMER NIVEL

Nuestros docentes están acreditados y formados en **Universidades de alto prestigio en Europa**, todos en activo y con una amplia experiencia profesional.



5. TUTORÍA PERMANENTE



Contamos con un **Centro de Atención al Estudiante CAE**, que brinda atención personalizada y acompañamiento durante todo el proceso formativo.

6. DOBLE MATRICULACIÓN

Algunas de nuestras acciones formativas cuentan con la llamada **Doble matriculación**, que te permite obtener dos formaciones, ya sean de masters o curso, al precio de una.



Master Experto en Psicología Holística



DURACIÓN
600 horas



**MODALIDAD
ONLINE**



**ACOMPañAMIENTO
PERSONALIZADO**

Titulación

Titulación Expedida por EDUCA BUSINESS SCHOOL como Escuela de Negocios Acreditada para la Impartición de Formación Superior de Postgrado, con Validez Profesional a Nivel Internacional





EDUCA BUSINESS SCHOOL
como centro acreditado para la impartición de acciones formativas
expide el presente título propio

NOMBRE DEL ALUMNO/A
con número de documento XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre del curso
con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de Educa Business School.
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXXXX.
Con una calificación XXXXXXXXXXXXXXXX.
Y para que conste expido la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

Firma del Alumno/a
NOMBRE ALUMNO/A

La Dirección Académica
NOMBRE DE AREA MANAGER



Con Examen Consultivo, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNED (C/Don. Práxedes Díaz)



Descripción

Este Master Experto en Psicología Holística le ofrece una formación especializada en la materia. Este Master en Psicología Holística le ofrece una formación especializada dentro de la materia. Dentro del ámbito de la Psicología existen diferentes áreas de conocimiento, desde el ámbito de lo social, clínica, deporte, jurídica, etc. A lo largo de Este Master en Psicología Holística se abarca el área de la Psicología Holística como una aproximación entre mente, cuerpo y espíritu, que abarca todas aquellas técnicas y métodos que tratan estos tres conceptos. La Psicología Holística abarca técnicas como las flores de Bach, la homeopatía, el mindfulness, la hipnosis y las constelaciones familiares, entre otras. Todas ellas tienen el objetivo de conocer en profundidad al ser humano en su totalidad.

Objetivos

- Realizar una aproximación a la Psicología como área de conocimiento, así como explicar los conceptos más destacados dentro de la ciencia que estudia el comportamiento humano en relación al funcionamiento del sistema nervioso.
- Conocer la terapia gestáltica como abordaje de la problemática de los sujetos, destacando los principios de funcionamiento y las técnicas más destacables dentro de este método.
- Resaltar la importancia del counseling dentro del proceso terapéutico, explicar su funcionamiento y principales técnicas empleadas para promover la eficacia del método.
- Definir qué es coaching en relación a otros métodos relacionados así como diferenciar los tipos de coaching que se pueden aplicar y las funciones que tiene dentro del proceso el coach y el coachee a lo largo del desarrollo de las fases de coaching.
- Explicar la técnica de mindfulness como una base para la resolución de conflictos que presente una persona desde la atención plena y consciente del momento presente, resaltando la importancia de los diferentes métodos y estrategias que utiliza para ello.
- Conocer la técnica de programación neurolingüística y su aportación a la Psicología Holística desde sus principios de funcionamiento y estrategias empleadas.
- Desmitificar la hipnosis como técnica terapéutica y definir los conceptos más relevantes en relación al proceso de hipnosis como un conjunto de técnicas de abordaje terapéutico.
- Emplear la técnica de las constelaciones familiares dentro de la Psicología Sistémica como un método de abordaje de problemas familiares que influyen en la vida de la persona e impiden su desarrollo cotidiano normal.
- Describir la técnica de la narrativa terapéutica, sus aplicaciones y sus estrategias de actuación en la mejora de la situación de la persona que presenta una problemática concreta.
- Conocer el área de conocimiento de la Psicología Transpersonal como un abordaje de la persona en su totalidad, abarcando las áreas de mente, cuerpo y espíritu desde diferentes técnicas implicadas en ello.
- Resaltar la influencia de otras técnicas dentro de la Psicología Holística tales como el Reiki, la medicina tradicional china, las Flores de Bach, la cromoterapia, la homeopatía y el EMDR, entre otras.

Para qué te prepara

Este Master Experto en Psicología Holística está dirigido a todos aquellos profesionales de esta rama profesional. Además el máster de Psicología Holística está dirigido a aquellos profesionales dentro del área de Psicología que quieran ampliar su conocimiento y visión del ser humano a través de diferentes técnicas que aportan otros beneficios respecto a las técnicas terapéuticas tradicionales. Además, también está dirigido a otros profesionales cuyo ámbito de conocimiento esté relacionado con el ser humano, así como a aquellas personas interesadas en conocer el ser humano como un ente que se relaciona con el entorno, y cuyo área de estudio se centra en su totalidad, es decir, abarcando las áreas de mente, cuerpo y espíritu.

A quién va dirigido

Este Master Experto en Psicología Holística le prepara para conseguir una titulación profesional. Este Master en Psicología Holística te prepara para ser un Psicólogo Holístico, además de para ampliar el conocimiento sobre el ser humano y realizar un estudio del mismo desde la totalidad de su ser, incluyendo el estudio del comportamiento, de la cognición y la espiritualidad del individuo para alcanzar un conocimiento pleno y completo del mismo. Así mismo, se centra en las técnicas y métodos empleados en la Psicología Holística como pueden ser la terapia gestáltica, la hipnosis, el coaching, el mindfulness, la narrativa terapéutica y las constelaciones familiares, entre otras.

Salidas laborales

Psicología, Psicología clínica, Reiki, Homeopatía, Terapéutica, Farmacéutica, Psicopedagogía

TEMARIO

PARTE 1. PSICOLOGÍA HOLÍSTICA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA

1. Concepto de psicología
 1. - Orígenes de la psicología actual
 2. - Perspectivas teóricas del s. XIX y s. XX
2. Nociones básicas de psicología
3. Personalidad y teorías de la personalidad
4. Formas de la conducta y de la conciencia
5. Mecanismos de defensa de la personalidad
6. Psicología holística como alternativa a la psicoterapia

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PSICOLOGÍA GESTALT

1. Psicología cognitiva y conexionismo
2. Organización perceptual
 1. - Importancia de la pregnancia en la percepción
3. Percepción. Concepto perceptual
4. Introducción a la terapia gestáltica
 1. - Técnicas centradas en el presente
 2. - Técnicas expresivas
 3. - Técnicas supresivas
 4. - Técnicas de integración
 5. - Estrategia de trabajo directo e indirecto
 6. - Trabajo con los sueños
5. Revisión de la terapia Gestalt
6. Relación y proceso terapéutico

UNIDAD DIDÁCTICA 3. COUNSELING

1. Introducción al Counseling
2. Teorías del counseling
3. El papel del counselor
4. El counseling psicodinámico
 1. - Transferencia y contratransferencia
 2. - Habilidades del Counseling psicodinámico
 3. - Enfoque psicodinámico de Adler
5. Teorías del enfoque humanista
6. Análisis transaccional
 1. - Transacciones entre estados
 2. - Guiones de vida
7. Trabajo en grupo y dinámicas de grupo
 1. - Criterios de elección de la técnica adecuada
 2. - Principales dinámicas de grupo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. COACHING

1. Concepto de coaching. Influencias y corrientes actuales
 1. - Influencias del coaching
 2. - Diferencias con otras metodologías
2. Importancia del coaching
 1. - Tipos de coaching
 2. - Beneficios del proceso de coaching
3. Conceptos y aspectos fundamentales
4. El papel de coach
5. La figura del coach
6. Proceso de coaching. Fases y técnicas
 1. - Fases del proceso de coaching
 2. - Importancia de la sesión inicial de coaching
 3. - Técnicas del proceso de coaching
7. Proceso de cambio

UNIDAD DIDÁCTICA 5. MINDFULNESS

1. Concepto de mindfulness. Orígenes del mindfulness
2. Importancia de las emociones en mindfulness
3. Aptitudes esenciales
 1. - Asertividad
 2. - Empatía
 3. - Autoestima
 4. - Lenguaje emocional
4. Control de emociones negativas
5. La relajación en mindfulness
 1. - Postura corporal. Actitud durante la práctica
 2. - Técnicas utilizadas
 3. - Sesiones de relajación
6. Estrés y mindfulness
 1. - Tipos de estrés
 2. - Programa de reducción de estrés basado en mindfulness

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

1. Introducción. Concepto y objetivos
 1. - Principios de funcionamiento
2. Elementos básicos de PNL
3. Sistemas representacionales
4. Metamodelos y metaprogramas
 1. - Metamodelo del lenguaje
 2. - Metaprogramas
5. Estrategias empleadas en PNL
 1. - Estrategias de cambio
 2. - Estrategias de negociación
6. Aplicaciones de PNL

UNIDAD DIDÁCTICA 7. HIPNOSIS

1. Concepto de hipnosis
2. Teorías de la hipnosis y el estado hipnótico
3. Práctica de la hipnosis
 1. - La personalidad del sujeto hipnotizado
4. Técnicas de hipnosis
 1. - Principales técnicas de hipnosis
5. Aplicaciones clínicas de la hipnosis

UNIDAD DIDÁCTICA 8. PSICOLOGÍA SISTÉMICA. CONSTELACIONES FAMILIARES

1. Introducción a la teoría de sistemas y al pensamiento sistémico
2. Enfoque de las constelaciones familiares
3. Sentimientos y necesidades básicas
4. Comprensión teórica de los procesos sistémicos
5. Procedimiento cliente-constelador
6. Teoría de la comunicación
7. Habilidades básicas de intervención
 1. - Grado de participación del grupo

UNIDAD DIDÁCTICA 9. NARRATIVA TERAPÉUTICA

1. El poder de las palabras
2. Organización de la narrativa terapéutica
3. Herramientas de la narrativa terapéutica: foco, lupa y microscopio
 1. - Metáforas
 2. - Escritura del yo
 3. - La historia latente o dominadora
 4. - El viaje del héroe
4. El valor del relato en la resolución de conflictos
5. Narrativa y creatividad
6. Lectoterapia, cineterapia y escritura

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PSICOLOGÍA TRANSPERSONAL

1. Introducción a la psicología transpersonal. Influencias teóricas
2. La psicoterapia transpersonal-integral
3. Descripción de los estados internos
 1. - Emocional-corporal
 2. - Imágenes mentales
 3. - El poder de la respiración
4. Evolución de la conciencia humana. Dinámica espiral

UNIDAD DIDÁCTICA 11. OTRAS APROXIMACIONES

1. Influencia del Reiki
 1. - Estructura del Reiki Ho
2. Medicina tradicional china

1. - Teoría del Ying-Yang
2. - Teoría de los cinco movimientos o elementos
3. - Teoría de los órganos Zang-Fu
3. Flores de Bach
 1. - Preparación de las Flores de Bach
 2. - Beneficios y contraindicaciones
4. Cromoterapia
 1. - Fundamentos teóricos
 2. - Aplicaciones terapéuticas
5. Homeopatía
 1. - Origen de los productos homeopáticos
 2. - Preparación y receta de los productos
6. EMDR

PARTE 2. MINDFULNESS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA IMPORTANCIA DE LAS EMOCIONES

1. Emoción y mindfulness
2. ¿Qué es una emoción?
 1. - Clasificación de las emociones
3. Biología de la emoción
4. Gestión de las emociones
5. La utilidad de experimentar emociones. Funciones
 1. - Funciones adaptativas
 2. - Funciones sociales
 3. - Funciones motivacionales
6. Teorías emocionales
7. Influencia de las emociones en el estado de salud

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Inteligencia emocional y mindfulness
2. Concepto de Inteligencia Emocional
3. Falsos mitos
4. Teorías y Modelos
5. Habilidades que componen la IE
6. Aptitudes de la IE
7. Abordaje de la IE
8. Técnicas para potenciar la Inteligencia Emocional
 1. - Pensamientos positivos
 2. - Imaginación/visualización
 3. - Reestructuración cognitiva
 4. - Resolución de problemas

UNIDAD DIDÁCTICA 3. APTITUDES ESENCIALES PARA LA IE

1. Desarrollo y potenciación de la IE: aptitudes necesarias
2. Asertividad y empatía

1. - La asertividad
 2. - Entrenamiento en asertividad
 3. - Técnicas específicas para hacer frente a las críticas
 4. - La empatía
3. Autoestima
 1. - Formación de la autoestima
 2. - Técnicas para mejorar la autoestima
 4. El lenguaje emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 4. CONTROL DE EMOCIONES NEGATIVAS

1. Control del estrés y la ansiedad
2. La ansiedad
 1. - Técnicas para el control del estrés y la ansiedad
3. El conflicto
 1. - Técnicas de resolución de conflictos: la negociación

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PERSONALIDAD Y EMOCIÓN

1. La personalidad
 1. - Estructura de la personalidad
 2. - Naturaleza de la personalidad
2. La importancia de la autoconciencia en la IE
3. Entendiendo nuestros sentimientos
 1. - Energía emocional
4. Impulsividad emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 6. MINDFULNESS

1. El origen de Mindfulness
2. Mindfulness
 1. - La Atención
3. Mindfulness y neurobiología
 1. - Disposición afectiva con Mindfulness
4. Componentes de la atención o conciencia plena
5. Práctica de Mindfulness
 1. - Práctica formal e informal

UNIDAD DIDÁCTICA 7. LA RELAJACIÓN EN MINDFULNESS

1. La respiración en mindfulness
 1. - Control de la respiración
2. Alcanzar un estado de calma: La relajación
 1. - Técnicas utilizadas
3. La relajación progresiva
 1. - Sesiones de relajación
4. Yoga y meditación: aprende a relajarte
5. Postura corporal: actitud durante la práctica

UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL ESTRÉS

1. El estrés
2. ¿Qué genera el estrés?
 1. - Características de las situaciones estresantes
 2. - El estímulo amenazante dispara el estrés
3. Tipos de estrés
4. Categorías en la que se clasifica el estrés
 1. - Estrés como respuesta
 2. - Estrés como estímulo
 3. - Enfoque interactivo
5. Salud y estrés
 1. - Principales trastornos Psicofisiológicos
6. Programa de Reducción de Estrés basado Mindfulness

UNIDAD DIDÁCTICA 9. TÉCNICAS COGNITIVAS Y DE AUTOCONTROL. UNA APROXIMACIÓN A LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL

1. Técnicas y procedimientos cognitivos y de autocontrol
2. Solución de problemas
3. Tratamiento de pensamientos obsesivos
 1. - Pasos a seguir en la técnica de detención del pensamiento
4. Afrontación de las experiencias estresantes
5. Destrucción de hábitos
6. Técnica de visualización cognitiva
 1. - Reglas para crear visualizaciones efectivas para la autoestima
7. Entrenamiento en habilidades sociales: asertividad

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PSICOTERAPIA Y MINDFULNESS. CONTROL EMOCIONAL

1. El tratamiento: Psicoterapia
2. El trabajo de las emociones en la psicoterapia
 1. - Emociones básicas
 2. - Control emocional
3. Aproximación a la Psicología positiva y terapia transpersonal
4. Abordaje corporal de las emociones
5. Mindfulness
 1. - Mindfulness aplicado a psicoterapia

PARTE 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA

1. La inteligencia
 1. - Inteligencia y capacidad de aprendizaje
2. Inteligencia interpersonal
3. Inteligencia intrapersonal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTRODUCCIÓN A LA EMOCIÓN

1. ¿Qué es la emoción?
2. La importancia de experimentar emociones
 1. - Funciones adaptativas
 2. - Funciones sociales
 3. - Funciones motivacionales
3. Valoración de situaciones y puesta en marcha de las emociones
4. Manifestaciones de la emoción
 1. - Nivel fisiológico
 2. - Nivel comportamental
 3. - Nivel cognitivo
5. Conceptos relacionados que no son emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES

1. Criterios para la clasificación de emociones
2. Emociones básicas o primarias
3. Emociones complejas o secundarias
 1. - La rueda de las emociones de Plutchik
4. Clasificación dimensional de las emociones
5. Clasificación psicopedagógica de las emociones
 1. - Emociones negativas
 2. - Emociones positivas
 3. - Emociones ambiguas

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL? DEFINICIÓN

1. Concepto de inteligencia emocional
 1. - Aspectos biológicos de la inteligencia emocional
 2. - Origen de la inteligencia emocional
2. Componentes de la inteligencia emocional
 1. - Conciencia emocional
 2. - Control de las emociones
 3. - La motivación
 4. - Empatía
 5. - Relaciones sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TEORÍAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL: DANIEL GOLEMAN

1. Teorías y modelos de la IE. La figura de Goleman
2. Modelos de habilidades
 1. - Modelo de Salovey y Mayer
3. Modelos mixtos
 1. - Modelo de Daniel Goleman
 2. - Modelo de Bar-On
4. Otros modelos
 1. - El modelo de Cooper y Sawaf
 2. - El modelo de Bocarddo, Sasia y Fontenla

3. - Modelo de Rovira
4. - El modelo de Vallés y Vallés
5. - El modelo secuencial de autorregulación emocional
5. Teoría de las inteligencias múltiples de Gardner
 1. - Tipos de inteligencias de la teoría
 2. - Base teórica de los tipos de inteligencias
6. Teoría triárquica de la inteligencia

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Breve Historia de la medición de la Inteligencia
 1. - Orígenes de los test de Inteligencia
2. Aportaciones de los test de Inteligencia
3. Ejemplos de test e instrumentos para evaluar la inteligencia emocional
4. Críticas a los test de Inteligencia

MÓDULO 2. TALLER INTELIGENCIA EMOCIONAL: DINÁMICA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PERSONALIDAD Y AUTOCONOCIMIENTO

1. Aproximación al concepto de personalidad
 1. - Estructura de la personalidad
 2. - Naturaleza de la personalidad
2. Importancia del autoconocimiento
3. Fases de autoconocimiento
 1. - Honestidad emocional
 2. - Energía emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 8. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (I)

1. Asertividad
 1. - Conducta inhibida, asertiva y agresiva
 2. - Entrenamiento en asertividad
2. Empatía
3. Autoestima
 1. - Desarrollo de la autoestima

UNIDAD DIDÁCTICA 9. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (II)

1. Control del estrés y la ansiedad
 1. - El estrés
 2. - La ansiedad
2. Comunicación
 1. - Los axiomas de comunicación
 2. - Pensamiento y Lenguaje
 3. - El enfoque sistémico

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÉCNICAS PARA AUMENTAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Imaginación/visualización

2. Reestructuración cognitiva
3. Autocontrol
4. La resolución de conflictos
 1. - Resolución de problemas
5. Técnicas de resolución de conflictos: la negociación y la mediación
 1. - Negociación
 2. - Mediación

MÓDULO 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS

UNIDAD DIDÁCTICA 11. EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia
 1. - Autorregulación e interés por el mundo
 2. - De los 3 a los 7 meses
 3. - Desarrollo de la comunicación intencional (3-10 meses)
 4. - Aparición de un sentido organizado del yo (9-18 meses)
 5. - Crear ideas emocionales (18-36 meses)
 6. - Razonamiento emocional. El origen de la imaginación, sentido de la realidad y autoestima (30-40 meses)
2. El apego infantil
 1. - Tipos de apego
3. El desarrollo emocional en la etapa de Educación Primaria

UNIDAD DIDÁCTICA 12. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN

1. La inteligencia emocional en el ámbito educativo
 1. - Importancia de la enseñanza de la inteligencia emocional
2. La escuela como contexto socializador
 1. - Estilos educativos de los profesores
 2. - Consecuencias de los estilos educativos del profesor
3. El papel de los iguales en el desarrollo de las emociones
 1. - Interacción entre iguales en contextos educativos

UNIDAD DIDÁCTICA 13. DIFICULTADES EMOCIONALES

1. Problemas en el desarrollo emocional
 1. - Signos de alarma
2. Factores que influyen en los problemas emocionales
 1. - Factores de riesgo
 2. - Factores protectores
3. Dificultades emocionales en niños
 1. - Ansiedad por separación
 2. - Depresión
 3. - Trastornos del espectro del autismo
 4. - Trastorno de estrés postraumático

MÓDULO 4. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL TRABAJO

UNIDAD DIDÁCTICA 14. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA VIDA LABORAL

1. Experiencia laboral y calidad de vida
2. Aplicación de la IE a la vida laboral
3. IE y éxito laboral
4. Establecer objetivos adecuados
5. Competitividad

UNIDAD DIDÁCTICA 15. PNL E INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. ¿Qué es la Programación Neurolingüística?
 1. - Principios de funcionamiento
2. Elementos básicos de PNL
 1. - Programación
 2. - Neuro
 3. - Lingüística
3. Sistemas representacionales
4. Estrategias empleadas en PNL
 1. - Estrategias de cambio
 2. - Estrategias de negociación

UNIDAD DIDÁCTICA 16. DIRECCIÓN Y GESTIÓN EMPRESARIAL CON INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Las organizaciones vistas desde el punto de vista de la Inteligencia Emocional
2. Ventajas del uso de la inteligencia emocional en la empresa
3. RR.HH. con Inteligencia emocional
4. Gestión del tiempo
5. Gestión de equipos de trabajo
6. Gestión de reuniones

UNIDAD DIDÁCTICA 17. INTELIGENCIA EMOCIONAL 2.0

1. Inteligencia emocional 2.0
2. El autoconocimiento
 1. - Conciencia emocional
 2. - Autoconfianza
3. La autogestión
 1. - Autocontrol
 2. - Iniciativa y optimismo
4. La conciencia social
 1. - Empatía
 2. - Conciencia organizacional
5. La gestión de las relaciones
 1. - Liderazgo
 2. - Gestión de conflictos

PARTE 4. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y CONTROL DEL ESTRÉS LABORAL

MÓDULO 1. INTELIGENCIA Y EMOCIONES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA INTELIGENCIA

1. La Inteligencia
2. Inteligencia Interpersonal
3. Inteligencia Intrapersonal
4. Breve Historia de la medición de la Inteligencia
5. Orígenes de los test de Inteligencia
6. Aportaciones de los test de Inteligencia

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LAS EMOCIONES

1. Las emociones
2. La Pasión y la Razón

MÓDULO 2. INTELIGENCIA EMOCIONAL APLICADA AL ENTORNO LABORAL

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Concepto de Inteligencia Emocional
2. Teorías y Modelos de la Inteligencia Emocional
3. Componentes de la Inteligencia Emocional
4. Aptitudes en las que se basa la Inteligencia Emocional
5. Evaluación de la Inteligencia Emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 4. EL LIDERAZGO

1. Liderazgo
2. Enfoques en la teoría del liderazgo
3. Estilos de liderazgo
4. El papel del líder
5. El líder como coach. Utilizando la Inteligencia Emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LOS EQUIPOS DE TRABAJO EN LAS ORGANIZACIONES ACTUALES

1. La Importancia de los equipos en las organizaciones actuales
2. Modelos explicativos de la eficacia de los equipos
3. Composición de equipos, recursos y tareas
4. Los procesos en los equipos

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS EQUIPOS DE TRABAJO

1. La Inteligencia Emocional en los equipos de trabajo
2. Programas de Desarrollo de Inteligencia Emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS PARA MEJORAR EL FUNCIONAMIENTO DE UN EQUIPO

1. Programa de entrenamiento
2. Técnicas de desarrollo en equipo

MÓDULO 3. ESTRÉS, ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES

UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL ESTRÉS, LA ANSIEDAD Y LAS HABILIDADES SOCIALES

1. Introducción. Antecedentes históricos del estrés
2. Conceptos Básicos
3. Desencadenantes y causas del estrés
4. Tipos de estrés
5. Síntomas del estrés
6. Consecuencias del estrés

UNIDAD DIDÁCTICA 9. EL ESTRÉS LABORAL

1. Introducción
2. Concepto y Modelos Teóricos del estrés laboral
3. Desarrollo del Estrés Laboral
4. Tipos de estrés Laboral
5. Causas del Estrés Laboral
6. Síntomas del estrés laboral
7. Consecuencias del Estrés Laboral

UNIDAD DIDÁCTICA 10. EL BURNOUT

1. ¿Qué es el Burnout?
2. Tipos de Burnout
3. Fases del Burnout
4. Causas del Burnout
5. Síntomas del Burnout
6. Consecuencias del Burnout
7. Relaciones entre Estrés y Burnout

UNIDAD DIDÁCTICA 11. PREVENCIÓN Y MANEJO DEL ESTRÉS LABORAL

1. Medidas de prevención e intervención
2. Técnicas para la prevención del estrés
3. Intervención en situaciones de crisis

MÓDULO 4. LA AUTOESTIMA

UNIDAD DIDÁCTICA 12. LA AUTOESTIMA: CONCEPTOS CLAVES PARA LUCHAR CONTRA EL ESTRÉS

1. Definición de autoestima: autoestima alta, baja y su desarrollo
2. Auto-respeto
3. Como hacer frente a las críticas. Responder a las quejas
4. Creatividad y Auto-realización en el trabajo

MÓDULO 5. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL

UNIDAD DIDÁCTICA 13. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL

1. Imaginación/Visualización
2. Entrenamiento asertivo

3. Técnica de control de la respiración
4. Administración del tiempo
5. La relajación

UNIDAD DIDÁCTICA 14. TÉCNICAS COGNITIVAS

1. Solución de problemas
2. Detención del pensamiento
3. La inoculación del estrés
4. La sensibilización encubierta
5. Terapia racional emotiva de Ellis

UNIDAD DIDÁCTICA 15. TÉCNICAS GRUPALES

1. Dinámicas de grupos

PARTE 5. PSICOLOGÍA POSITIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA POSITIVA

1. Concepto de psicología
2. Nociones básicas de psicología
3. Personalidad y teorías de la personalidad
4. Formas de la conducta y de la conciencia
5. Mecanismos de defensa de la personalidad
6. Psicología Positiva

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA IMPORTANCIA DE LAS EMOCIONES

1. Definición de las emociones
2. Sustratos biológicos de la emoción
3. Clasificación emocional
4. Gestión de las emociones
5. Funciones de las emociones
6. Teorías de las emociones
7. Emociones y salud

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS EMPLEADAS EN PSICOLOGÍA POSITIVA. EN BUSCA DEL BIENESTAR

1. La personalidad
2. Técnicas psicológicas para la búsqueda del bienestar

UNIDAD DIDÁCTICA 4. APTITUDES ESENCIALES PARA LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. La inteligencia emocional
2. Desarrollo y potenciación de la IE: aptitudes necesarias
3. Asertividad y empatía
4. Autoestima
5. El lenguaje emocional
6. Técnicas para aumentar la IE

UNIDAD DIDÁCTICA 5. MODELOS TEÓRICOS EN PSICOLOGÍA POSITIVA I

1. Modelo PERMA de Seligman
2. Teorías del flow.
3. Teoría de la Ampliación y Construcción de Emociones Positivas
4. Modelo VIA de fortalezas

UNIDAD DIDÁCTICA 6. MODELOS TEÓRICOS EN PSICOLOGÍA POSITIVA II

1. Modelo de Bienestar Subjetivo
2. Modelos de Resiliencia de Masten
3. Teoría de la Autodeterminación
4. Teoría del Capital Psicológico

UNIDAD DIDÁCTICA 7. RISOTERAPIA

1. Concepto de risoterapia
2. Finalidad de la risoterapia
3. Beneficios de la risoterapia
4. Consideraciones etimológicas de la risa
5. Primeros vestigios de la risoterapia
6. Risa y cultura
7. Risoterapia en la actualidad

UNIDAD DIDÁCTICA 8. AUTOESTIMA Y AUTOCONCEPTO

1. ¿Qué es la autoestima?
2. Desarrollo de la autoestima
3. Importancia de la autoestima positiva
4. Indicadores de autoestima
5. ¿Qué es el autoconcepto?
6. Evaluación del autoconcepto
7. Distorsiones cognitivas

UNIDAD DIDÁCTICA 9. LA COMUNICACIÓN Y HABILIDADES SOCIALES EN PSICOLOGÍA POSITIVA

1. Habilidades sociales y de comunicación
2. ¿Cuáles son las habilidades sociales y de comunicación?
3. Cómo se desarrollan las habilidades sociales
4. Resiliencia: aprendiendo a superar los problemas
5. Escucha activa
6. Resolución de conflictos

UNIDAD DIDÁCTICA 10. LA PSICOLOGÍA POSITIVA Y EL SENTIDO DE LA VIDA

1. El papel del propósito vital en la psicología positiva
2. La búsqueda de significado como fuente de bienestar
3. Intervenciones basadas en logoterapia y psicología positiva
4. Búsqueda y descubrimiento del sentido

UNIDAD DIDÁCTICA 11. INTERVENCIÓN EN PSICOLOGÍA POSITIVA EN OTRAS RAMAS DE LA PSICOLOGÍA

1. La psicología positiva en la psicología organizacional
2. La Psicología Positiva en la psicología educativa
3. La psicología positiva en la psicología del deporte
4. La psicología positiva en la psicología de la salud

