

Curso en Mejora del bienestar a través de las emociones



FORMACIÓN PERMANENTE





Acerca de Instituto Serca

Instituto Serca es un centro especializado en Formación de Postgrado: Másteres, Dobles Títulos de Máster, Especialistas y Expertos Universitarios, así como Cursos certificados por Universidades. Se caracteriza por no centrarse en la formación de expedientes, sino de personas, cuyo aprendizaje dará sentido a su experiencia.

Los Másteres, Especialistas, Expertos Universitarios y Cursos que impartimos desde Instituto SERCA, cuentan con todas las garantías y exigencias de calidad, lo que hace posible que la titulación obtenida por nuestros alumnos/as sean Títulos expedidos por prestigiosas universidades.



Metodología de Estudio

- ✓ **Campus Virtual Avanzado:** Experiencia de estudio individualizada, intuitiva e interactiva.
- ✓ **Tutorización Permanente:** Nuestro equipo docente estará a disposición del alumnado desde su matriculación hasta la finalización de todo el proceso formativo.
- ✓ **Clases en vídeo y en audio:** Cada programa formativo dispone de clases en vídeo y audios específicos por materia, para reforzar el contenido teórico.
- ✓ **Metodología E-Learning:** Modalidad 100% online adaptada a las necesidades del alumnado.
- ✓ **Evaluación:** Planteamiento de casos y actividades dirigidas a la valoración competencial del programa formativo.
- ✓ **Profesorado Especializado:** Contamos con un claustro de profesores especializado que realizará un seguimiento personalizado del aprendizaje.
- ✓ **Biblioteca Digital:** A través de nuestra innovadora plataforma digital, el alumnado podrá acceder a un amplio catálogo de libros, revistas, obras de investigación y tesis doctorales.
- ✓ **Descarga automática de certificados y actualización de notas permanente.**
- ✓ **Notificaciones en tiempo real sobre el estado y evolución del estudio.**





Campus **Virtual**

- ✓ Clases en vídeo de cada materia
- ✓ Tutorías de seguimiento en directo mensuales
- ✓ Herramientas de interacción y seguimiento: tutorización permanente, foro, emails, etc.
- ✓ Consulta directa del expediente académico
- ✓ Descarga de certificados
- ✓ ¡Y mucho más!...



Presentación del Programa

El bienestar emocional es fundamental para una vida plena. Sin embargo, no siempre resulta sencillo de lograr. Comprender cómo cultivar el humor y las habilidades sociales para mejorar el estado anímico propio y de otros es lo que motivó la creación del Curso de Mejora del Bienestar a través de las Emociones.

A lo largo del programa, los participantes se introducen en los fundamentos de la terapia analítico-funcional, explorando cómo pensamientos y emociones influyen en nuestra personalidad y vínculos. Asimismo, estudian el papel del humor en la autorrealización y herramientas para fortalecer habilidades sociales.

Al finalizar, los asistentes contarán con un marco conceptual y práctico para implementar en contextos de apoyo psicosocial, promoviendo el bienestar mediante un abordaje positivo de las emociones.



Duración: 150 horas



Créditos: 6 Créditos ECTS



Metodología: Online



Matriculación: Permanente



Programa Académico

- ✓ Conocer el papel del sentido del humor en la mejora y optimización de las emociones.
- ✓ Conocer la fundamentación teórica de la Terapia Analítico Funcional.
- ✓ Identificar las bases conceptuales y el proceso terapéutico desde la psicoterapia analítico-funcional.
- ✓ Conocer el rol de las emociones en la psicoterapia analítico-funcional, así como los elementos clave de la teoría sobre la formación del Yo.
- ✓ Analizar la relación entre las habilidades sociales y la mejora de la Inteligencia Emocional, así como dominar la conceptualización asociada a las habilidades sociales.
- ✓ Determinar los elementos clave en el desarrollo, aprendizaje y modificación de las habilidades sociales, así como los problemas de las relaciones interpersonales.



1. El papel del sentido del humor en la mejora de las emociones

- 1.1. Aproximación al Sentido del humor
- 1.2. Por qué mejorar el sentido del humor y reír más
- 1.3. Barreras del sentido del humor
- 1.4. Automejoramiento del sistema del humor

2. Terapia Analítico Funcional

- 2.1. Introducción
- 2.2. Bases conceptuales de la psicoterapia analítico-funcional
- 2.3. El proceso terapéutico desde la psicoterapia analítico-funcional
- 2.4. El rol de las emociones y los pensamientos en la psicoterapia analítico-funcional
- 2.5. Teoría sobre la formación del Yo

3. Habilidades sociales y la mejora de la IE

- 3.1. ¿Qué son las habilidades sociales?
- 3.2. ¿Cómo se aprenden y desarrollan?
- 3.3. Problemas de relación interpersonal
- 3.4. ¿Cómo se modifican y/o enseñan?



Titulación y Certificaciones



El alumno/a recibirá un **Certificado universitario** emitido por la **Universidad EUNEIZ**



Descarga de certificados expedidos por Instituto Serca desde la Secretaría Virtual de nuestro Campus.



Proceso de **Matriculación**

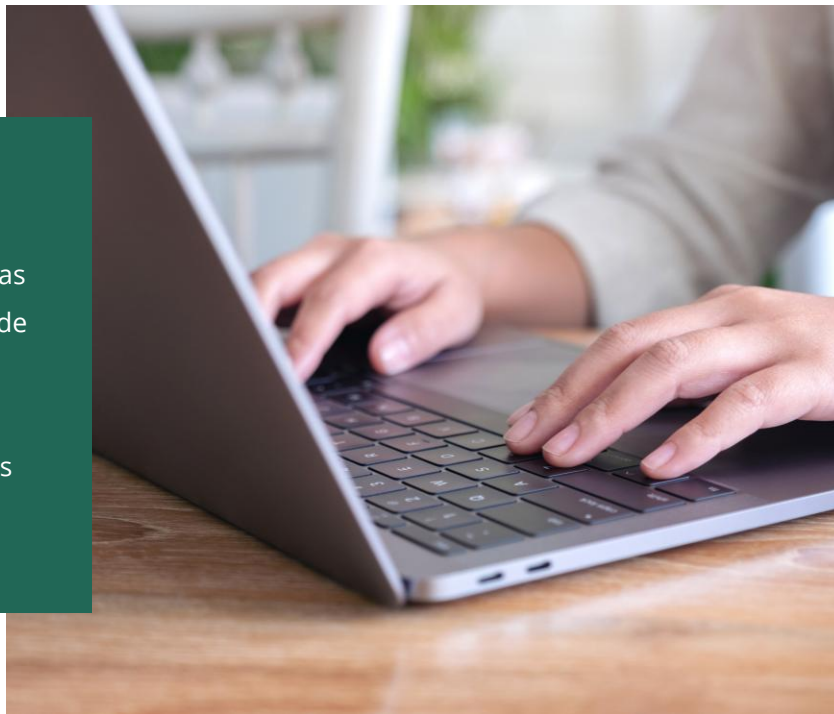


Formalización de la matrícula:

- Completar y enviar el formulario de matriculación. Tras recibirlo, automáticamente le enviaremos sus claves de acceso a pagos/facturas.
- Una vez abonado el importe completo del Programa Formativo, el alumno/a recibirá los accesos al Campus Virtual y podrá iniciar su estudio.

Matricúlate

Más información



Métodos y facilidad de Pagos

- ✓ **Seguridad:** Plataforma de pago online segura y encriptada.
- ✓ **Flexibilidad:** Varias opciones de pago como tarjeta de crédito, débito, transferencia bancaria y PayPal.
- ✓ **Descuentos:** Posibilidad de obtener descuentos al crear Packs de Cursos al realizar la matrícula en nuestra web.
- ✓ **Simplicidad:** Proceso de pago simple e intuitivo en pocos pasos.
- ✓ **Facturación:** Descarga de facturas en el área de pagos.





¿Por qué elegir **Instituto Serca**?



Calidad en la enseñanza

Miles de alumnos/as de todo el mundo avalan nuestra **calidad** y nuestros **sistemas de enseñanza**, haciendo con Instituto Serca su especialización profesional.



Contenidos actualizados

Permanente actualización y mejora de contenidos. Instituto Serca está afiliado a las más prestigiosas instituciones de los ámbitos de **psicología, sanidad y educación**, para estar actualizados en las últimas innovaciones científicas y didácticas.



Profesionales de primer nivel

Nuestros programas formativos están diseñados por **profesionales de primer nivel** con amplia experiencia y siempre orientados al éxito profesional del alumnado.





¿Por qué elegir **Instituto Serca**?



A tu ritmo

Nos adaptamos al **ritmo de aprendizaje** de cada alumno/a. Nuestra metodología permite adaptarnos a las necesidades formativas individuales, garantizando así nuestra atención individualizada.



Tutorización

En Instituto Serca los alumnos/as disponen de un **tutor/a** a su disposición desde el momento de su matriculación, siendo prioritaria la resolución de dudas en el mínimo plazo.



Clases en vídeo

Clases en vídeo por materia para reforzar el contenido teórico. Además dispondrás de manera sistemática de un webinar de resolución de dudas.





SERCA

INSTITUTO
DE ALTOS ESTUDIOS
ESPECIALIZADOS



¿Necesita más **información**?



www.institutoserca.com



info@institutoserca.com



+34 958 372 363 / 660 880 416

