

Curso en Técnicas y Habilidades para el Bienestar Emocional en Enfermería



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 Homologados 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 curso aborda herramientas fundamentales para potenciar el **bienestar emocional de los profesionales de enfermería**, estructurándose en cuatro apartados principales:

El primer apartado se centra en la "Psicología positiva, bienestar y calidad de vida en enfermería", donde exploramos su evolución histórica y principales modelos teóricos. Analizamos las virtudes y fortalezas como pilares fundamentales, el concepto de Flow y su relación con la creatividad, así como elementos influyentes como el humor y el optimismo. También profundizamos en la resiliencia como capacidad de adaptación ante la adversidad y ofrecemos pautas prácticas para trabajar el bienestar en el entorno profesional.

El segundo apartado desarrolla las "Habilidades sociales en enfermería", comenzando con su conceptualización y componentes esenciales como la asertividad, la inteligencia emocional, el autoconcepto y la autoestima. Estudiamos los procesos de aprendizaje y desarrollo de estas habilidades, culminando con el Modelo de Habilidades Sociales y el análisis detallado de las cuatro habilidades fundamentales para la práctica enfermera.

El tercer apartado aborda el "Counseling para enfermería", desde su definición y principios básicos hasta las habilidades relacionales necesarias para su aplicación. Examinamos los objetivos específicos, la mecánica de aplicación y desarrollo, incluyendo una guía práctica para sesiones y estrategias para facilitar el apoyo emocional en contextos sanitarios.

El cuarto apartado explora el "Mindfulness: conceptualización y aplicación", comenzando con su historia y conceptualización, sus aplicaciones terapéuticas y la importancia de su práctica regular. Analizamos los fundamentos neurocientíficos del mindfulness, sus efectos cognitivos, conductuales y neurológicos, así como sus implicaciones clínicas. Finalmente, profundizamos en la meditación como componente esencial, abordando su definición, obstáculos, técnicas de profundización y especificidades de la meditación mindfulness.



Duración: 150 horas



Créditos: 6 Créditos ECTS



Metodología: Online



Matriculación: Permanente



- ✓ Analizar los fundamentos teóricos y la evolución histórica de la psicología positiva, identificando sus principales modelos y las virtudes y fortalezas que contribuyen al bienestar emocional en la práctica de enfermería.
- ✓ Aplicar los conceptos de flow, humor y optimismo como elementos clave para potenciar la resiliencia profesional y desarrollar pautas prácticas para trabajar el bienestar en el entorno sanitario.
- ✓ Identificar los componentes esenciales de las habilidades sociales en enfermería, incluyendo la asertividad, inteligencia emocional, autoconcepto y autoestima, para implementarlos eficazmente en la relación con pacientes y equipo sanitario.
- ✓ Dominar el modelo de las cuatro habilidades sociales y sus procesos de aprendizaje y desarrollo, para optimizar la comunicación y las relaciones interpersonales en contextos sanitarios complejos.
- ✓ Definir los principios fundamentales del counseling y sus objetivos específicos para enfermería, desarrollando las habilidades relacionales necesarias para ofrecer un apoyo emocional efectivo a pacientes y familiares.
- ✓ Elaborar guías prácticas para la aplicación del counseling en sesiones estructuradas que faciliten el acompañamiento y la escucha activa, mejorando así la calidad asistencial desde una perspectiva humanista.
- ✓ Describir los fundamentos neurológicos y terapéuticos del mindfulness, analizando sus efectos cognitivos, conductuales y neurobiológicos, para implementar técnicas de meditación mindfulness adaptadas al contexto de la práctica enfermera.



1. Psicología positiva, bienestar y calidad de vida en enfermería

- 1.1. Introducción
- 1.2. Principales modelos de psicología positiva
- 1.3. Psicología Positiva: virtudes y fortalezas
- 1.4. El Flow y la Psicología Positiva
- 1.5. El humor y el optimismo: elementos influyentes
- 1.6. La resiliencia
- 1.7. Pautas para trabajar el bienestar

2. Habilidades sociales en enfermería

- 2.1. ¿Qué son las habilidades sociales?
- 2.2. ¿Cómo se aprenden y desarrollan?
- 2.3. El Modelo de Habilidades Sociales



Programa Académico

3. Counseling para enfermería

- 3.1. Definición y principios del counselling
- 3.2. Objetivos del counselling
- 3.3. La mecánica de aplicación y desarrollo del counselling
- 3.4. Cómo facilitar el apoyo emocional

4. Mindfulness: conceptualización y aplicación

- 4.1. Historia y conceptualización del Mindfulness
- 4.2. Neurociencia y Mindfulness
- 4.3. Implicación de la meditación en mindfulness



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**

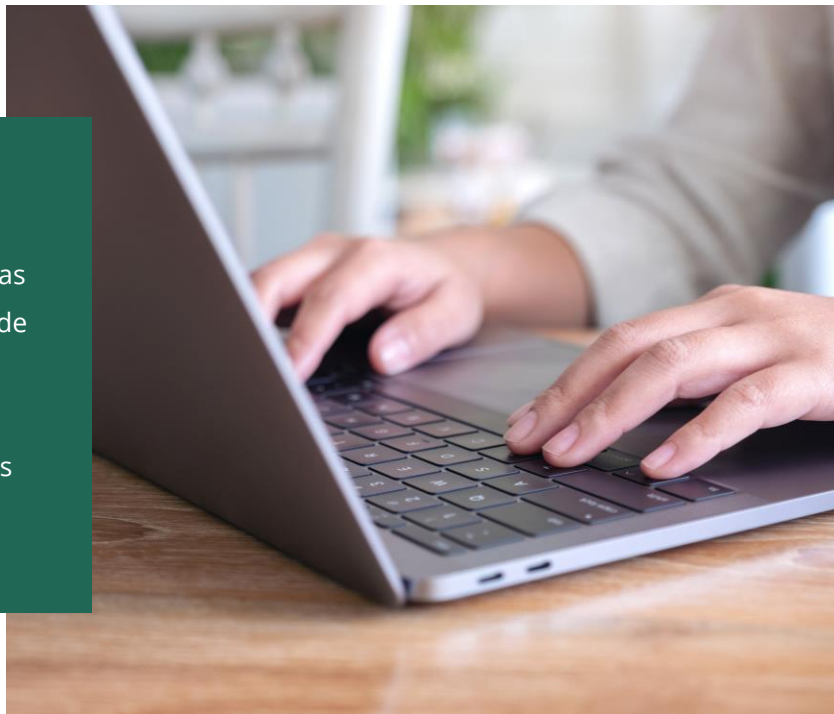


Formalización de la matrícula:

- 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

