

Curso

Relaxamento Mental





**tech** universidade  
tecnológica

## Curso

### Relaxamento Mental

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: [www.techtute.com/br/psicologia/curso/relaxamento-mental](http://www.techtute.com/br/psicologia/curso/relaxamento-mental)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Direção do curso

---

*pág. 12*

04

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 18*

05

Metodologia

---

*pág. 22*

06

Certificado

---

*pág. 30*

# 01

# Apresentação

O uso do Relaxamento Mental no âmbito clínico oferece múltiplos benefícios para a saúde mental e física dos indivíduos. Essa técnica terapêutica, centrada em induzir a um estado de Relaxamento Profundo, demonstrou ser eficaz na redução do estresse, da ansiedade e da tensão muscular. Ao promover o Relaxamento do Corpo e da Mente, o processo de Introspecção e Auto Exploração se torna mais fácil, permitindo aos pacientes abordar e superar padrões de pensamento negativos ou intrusivos. Além disso, o Relaxamento Mental pode melhorar a qualidade do sono, promover a clareza mental e aumentar a sensação de bem-estar geral. Por esse motivo, a TECH desenvolveu este programa abrangente, 100% online e flexível, baseado na revolucionária metodologia Relearning.





“

*Com este Curso 100% online, você utilizará o Relaxamento Mental no contexto clínico, uma ferramenta eficaz para gerenciar o Estresse e melhorar sua Saúde Mental no dia a dia"*

A Inclusão do Relaxamento Mental na prática clínica revela-se como uma ferramenta inestimável para o bem-estar psicológico e emocional dos pacientes. Os benefícios são diversos, abrangendo desde o manejo do Estresse e da Ansiedade até o alívio de sintomas relacionados a Transtornos do Humor. Também demonstrou ser eficaz no tratamento de problemas de sono, ajudando os pacientes a melhorar sua qualidade de descanso.

Neste contexto, a TECH implementou este Curso, no qual os profissionais aprofundarão o controle da Prosódia e as leis que regem o Diálogo Hipnótico, compreendendo como a entonação, o ritmo e a velocidade da fala podem influenciar o estado Mental do Paciente.

Da mesma forma, os Psicólogos manejarão os momentos de pausa de maneira estratégica, aproveitando esses intervalos para permitir que o paciente processe a informação e se aprofunde no seu estado de relaxamento. Também se investigará o silêncio como uma ferramenta terapêutica, facilitando a conexão do paciente consigo mesmo e promovendo uma maior receptividade às Sugestões Hipnóticas.

Finalmente, serão abordadas estratégias para manter uma comunicação eficaz e empática durante o Transe, assegurando que o paciente se sinta seguro e apoiado em todo momento. Assim, os alunos poderão cultivar a confiança e a empatia mediante a Linguagem, a Presença e a Sensibilidade Emocional, criando um ambiente propício para a mudança e a transformação pessoal durante as sessões de Relaxamento Mental.

Por isso, este programa se fundamentará na revolucionária metodologia *Relearning*, cuja finalidade é realizar Repetições dos Conceitos Fundamentais para facilitar a integração gradual e orgânica de conhecimentos. De fato, esta experiência se desenvolverá em um ambiente virtual acessível, proporcionando aos alunos a flexibilidade necessária para conciliar o aprendizado com o restante de suas atividades Diárias. Além disso, vamos acrescentar uma *Masterclass* exclusiva e complementar, projetada por um renomado especialista internacional em Psicologia Clínica.

O **Curso de Relaxamento Mental** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de Estudos de Caso apresentados por especialistas em Relaxamento Mental.
- ♦ O conteúdo Gráfico, Esquemático e Extremamente Útil, fornece informações científicas e práticas a respeito das disciplinas essenciais para o exercício da profissão.
- ♦ Exercícios práticos em que o processo de auto avaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- ♦ Destaque Especial para as Metodologias Inovadoras.
- ♦ Aulas teóricas, perguntas a especialistas, Fóruns de Discussão sobre Temas Controversos e trabalhos de Reflexão Individual.
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, Fixo ou Portátil, com Conexão à Internet.



*Não perca esta oportunidade única que a TECH preparou para você! Você terá acesso a uma Masterclass exclusiva, ministrada por um renomado Especialista Internacional em Psicologia Clínica”*

“

*Você analisará técnicas específicas para manter uma comunicação eficaz, empatia e conexão emocional durante o relaxamento mental, possibilitando orientar o paciente para o bem-estar”*

O corpo docente deste curso inclui profissionais da área que transferem a experiência do seu trabalho para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos por Sociedades Científicas de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente Tecnologia Educacional, permitirá ao profissional uma Aprendizagem Contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma Capacitação Imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, através do qual o profissional deverá resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso acadêmico. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

*Você abordará o manejo consciente dos espaços de silêncio como uma ferramenta poderosa, criando um ambiente Terapêutico Propício ao Relaxamento e à Mudança Positiva.*

*Você analisará os princípios fundamentais que regem a comunicação hipnótica, destacando a importância de adaptar a linguagem e o tom para induzir e manter estados de relaxamento profundo.*



# 02

## Objetivos

Esta capacitação proporcionará aos psicólogos os conhecimentos teóricos e as habilidades práticas necessárias para aplicar técnicas de relaxamento de forma eficaz no contexto clínico. Os alunos irão explorar os princípios fundamentais do Relaxamento Mental, incluindo o controle da Prosódia e as leis que regem o Diálogo Hipnótico, bem como o Desenvolvimento do Controle do Silêncio na Indução hipnótica. Além disso, será estabelecido um vínculo terapêutico profundo e sólido, mesmo quando o paciente estiver hipnotizado, garantindo assim uma prática clínica centrada na empatia, na conexão emocional e no bem-estar do indivíduo.







“

*O objetivo deste programa é capacitá-lo na aplicação do Relaxamento Mental como uma ferramenta terapêutica eficaz, promovendo a saúde mental e emocional de seus pacientes”*



## Objetivos gerais

---

- ♦ Explicar a realidade da hipnose clínica
- ♦ Detalhar como a Hipnose Clínica é integrada à Prática da Psicoterapia
- ♦ Definir o procedimento para se Instalar nas Estruturas Cerebrais que estão separadas da Vontade e da Consciência Cognitiva
- ♦ Estabelecer um vínculo terapêutico essencial através das técnicas de Hipnose Clínica
- ♦ Desenvolver Programas de Intervenção baseados em mudanças Emocionais e não Cognitivas
- ♦ Precisar a implicação da pesquisa em tecnologia que impacta na bioquímica e na neuroanatomia com ferramentas psíquicas





## Objetivos específicos

---

- Controlar a prosódia e as leis que regulam o diálogo hipnótico
- Desenvolver o controle de silêncios na indução hipnótica
- Estabelecer um vínculo terapêutico enquanto o paciente é hipnotizado

“

*Você dominará a Prosódia e as leis que regem o diálogo hipnótico, empregando a linguagem de forma precisa para induzir estados de relaxamento profundo em seus Pacientes”*

# 03

## Direção do curso

Os docentes são profissionais altamente qualificados e experientes nas áreas de Psicologia Clínica e Terapia de Relaxamento. Esses educadores estão comprometidos com o desenvolvimento integral dos egressos, proporcionando um ensino de qualidade que combina Teoria e Prática. Além disso, esses mentores fomentarão um ambiente de aprendizagem colaborativo e de apoio, onde os estudantes terão a oportunidade de explorar, praticar e refletir sobre as Técnicas de Relaxamento Mental, sob a orientação de profissionais dedicados à sua capacitação e crescimento acadêmico e profissional.



“

*A TECH selecionou um corpo docente que possui um profundo conhecimento teórico das técnicas de Relaxamento Mental, bem como uma ampla experiência prática em sua aplicação em contextos terapêuticos”*

## Diretor Internacional Convidado

Reconhecido por numerosos prêmios e com uma extensa lista de publicações, o Dr. Daniel Tomasulo é um dos profissionais mais destacados na área da **Psicologia**. Seu trabalho de divulgação o levou a estar entre os **10 melhores influenciadores sobre depressão**, segundo a plataforma Sharecare. Assim, seu principal foco é estudar este transtorno com a metodologia da **psicologia positiva e da esperança**. Além de suas funções como **autor científico e palestrante**, ele ocupa o cargo de **Diretor Acadêmico do Instituto de Espiritualidade, Mente e Corpo**, no Teachers College da Universidade de Columbia.

Este profissional possui um vasto conhecimento em áreas específicas como **Espiritualidade, Psicodrama e Deficiências Intelectuais**. Por sua contribuição nesses campos, ele foi condecorado com o **Prêmio Gardner 2024, concedido pelo Centro de Serviços START**, que reconheceu suas contribuições excepcionais para melhorar a vida de pessoas com **deficiência intelectual e de desenvolvimento**. Além disso, em duas ocasiões, suas **palestras** foram premiadas pela **Associação Internacional de Psicologia Positiva**. Em suas palestras, ele sempre defende o poder do **otimismo e da esperança**, incentivando as pessoas a confiarem em suas próprias forças. Ele já palestrou em eventos como o **TEDx** e o **Instituto Wholebeing**, entre outros.

Ao longo de sua carreira, ele realizou numerosas publicações em **revistas científicas**, sendo a mais destacada, a **pesquisa** que realizou sobre o **efeito da positividade**. O Dr. Daniel Tomasulo defende que, enquanto a **psicologia tradicional** se concentra nas fraquezas, a **psicologia positiva** se baseia nas **fortalezas**, permitindo que as pessoas vivam uma vida mais significativa e plena.

Como escritor, o Dr. Daniel Tomasulo publicou **livros sobre Psicologia**, que buscam contribuir para a saúde mental dos leitores. Seu livro ***O Efeito da Positividade*** chegou ao primeiro lugar de vendas como novo lançamento na **Amazon**. Além disso, ***Esperança Aprendida: o poder do positivismo para superar a depressão*** foi eleito o melhor livro sobre positividade para a depressão pela **Medical News Today**.



## Dr. Daniel Tomasulo

---

- ♦ Diretor do Instituto de Espiritualidade, Mente e Corpo, Universidade de Columbia, Nova York, EUA. UA.
- ♦ Diretor da Certificação em Psicologia Positiva do New York Open Center
- ♦ Psicólogo Clínico.
- ♦ Colunista na Psych Central.
- ♦ Editor de Revisão da seção especial de Psicologia Positiva na Frontiers in Psychology
- ♦ Doutor em Psicologia pela Universidade de Yeshiva.
- ♦ Mestrado em Escrita pela The New School.
- ♦ Mestrado em Psicologia Positiva Aplicada pela Universidade de Pensilvania.
- ♦ Mestrado em Desenvolvimento Infantil pela Universidade Fairleigh Dickinson.

“

*Graças à TECH Universidade Tecnológica você será capaz de aprender com os melhores profissionais do mundo”*

## Direção



### Dr. Roberto Aguado Romo

- ♦ Presidente do Instituto Europeu de Psicoterapia Breve
- ♦ Psicólogo em consultório particular
- ♦ Pesquisador em Psicoterapia Breve
- ♦ Coordenador da equipe de orientação em muitas escolas
- ♦ Autor de vários livros sobre Psicologia
- ♦ Comunicador especialista em Psicologia dos Meios de Comunicação
- ♦ Docente de cursos e estudos de pós-graduação
- ♦ Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde
- ♦ Especialista em Psicologia Clínica
- ♦ Especialista em Focalização por Dissociação Seletiva

## Professores

### Dr. Óscar Espinoza Vázquez

- ♦ Pediatra na IMSalud
- ♦ Diretor da Unidade de Psicofarmacologia de CEP
- ♦ Médico especialista em Psiquiatria e Pediatria
- ♦ Chefe do Departamento de Saúde Pública no Distrito Sul de Madri
- ♦ Mestrado em Intervenção Psicológica em Transtornos de Aprendizagem e Psicologia da Saúde
- ♦ Mestrado em Psicoterapia de Tempo Breve e Psicologia da Saúde

### Dr. José María Cuesta González

- ♦ Psicólogo no Lar para Idosos de Jadraque.
- ♦ Professor de Assistência Socios Sanitária.
- ♦ Especialista em Intervenção Psicológica para Doenças Crônicas.
- ♦ Mestrado em Psicoterapia de Tempo Breve e Psicologia da Saúde.
- ♦ Formado em Psicologia pela Universidade Complutense de Madri.



**Dr. Luis Benito de Benito**

- ♦ Médico Especialista em Aparelho Digestivo da Clínica Dr. Benito de Benito
- ♦ Médico Especialista em Aparelho Digestivo no Hospital Universitário de El Escorial
- ♦ Médico e especialista em Endoscopia no Hospital Universitário HM Sanchinarro
- ♦ Médico Especialista em Aparelho Digestivo nos Hospitais Verge del Toro e Mateu Orfila em Menorca
- ♦ Professor na Universidade de Navarra
- ♦ Prêmio de Ensaio em Humanidades da Academia Real de Ciências Médicas das Ilhas Baleares em 2006 com o livro El médico tras la verdad: Ou o que mais se assemelha a ela
- ♦ Doutorado pelo Programa de Biologia Celular da Universidade de Navarra
- ♦ Formado em Filosofia pela UNED
- ♦ Mestrado em Psicoterapia de Tempo Breve e Psicologia da Saúde
- ♦ Mestrado em Direção e Gestão Clínica

**Dra. Maribel Furelos**

- ♦ Psicóloga Especialista em Psicologia Clínica
- ♦ Psicóloga do Centro de Saúde Kabiezes
- ♦ Sexóloga no Ambulatório de Santurce em Osakidetza
- ♦ Mestrado em Psicoterapia de Tempo Breve e Psicologia da Saúde

**Dra. Esther Arriero**

- ♦ Psicóloga com experiência em intervenção de Pacientes Crônicos
- ♦ Mestrado em Psicoterapia de Tempo Breve e Psicologia da Saúde
- ♦ Especialista em Terapia de Adultos
- ♦ Especialista em Intervenção de Paciente Crônico

**Dra. Inmaculada Fernández Agis**

- ♦ Especialista em Neuropsicologia e Terapia Cognitiva
- ♦ Presidente da Sociedade Andaluza de Neuropsicologia
- ♦ Diretora da Unidade de Estudos Sexológicos (UESX)
- ♦ Diretora do Centro de Avaliação e Reabilitação Neuropsicológica (CERNEP) da Universidade de Almeria
- ♦ Professora Titular do Departamento de Neuropsicologia da Universidade de Almeria
- ♦ Professora de Psicologia da Sexualidade e Mestra Oficial em Sexologia da Universidade de Almeria
- ♦ Doutora em Psicologia pela Universidade de Almería
- ♦ Psicóloga Especialista em Psicologia Clínica
- ♦ Especialista em Terapia Cognitiva Baseada em Mindfulness
- ♦ Especialista em Psicoterapia Breve
- ♦ Especialista em Neuropsicologia Clínica
- ♦ Membro: SANP, SEIS, Fanpse

# 04

## Estrutura e conteúdo

Este programa proporcionará aos profissionais um conhecimento profundo e prático das Técnicas de Relaxamento Mental. Os participantes irão explorar os Fundamentos Teóricos e Científicos que embasam essas técnicas, compreendendo os princípios Biopsicossociais que explicam sua Eficácia. Além disso, serão equipados com habilidades práticas para a aplicação dessas Técnicas em contextos Terapêuticos, como a condução de sessões de Relaxamento Guiado e a Adaptação das técnicas às necessidades individuais de cada paciente.





“

*Você abordará temas como o controle da respiração, o relaxamento muscular progressivo, a visualização guiada e a meditação, por meio de uma extensa biblioteca com os recursos multimídia mais inovadores”*

## Módulo 1. Relaxamento Mental

- 1.1. Chaves Históricas para Treinar o Relaxamento
- 1.2. Descobertas do Relacionamento: Estresse e Tensão Muscular
- 1.3. Influência da Imaginação no Organismo
- 1.4. Intervenção Psicoterapêutica com Relaxamento Mental: Dessensibilização Sistemática (J. Wolpe, 1948)
- 1.5. Intervenção Psicoterapêutica com Relaxamento Mental: Condicionamento Encoberto (Cautioing).
- 1.6. Intervenção Psicoterapêutica com Relaxamento Mental Sofrologia (A. Caycedo, 1960)
- 1.7. Relaxamento Progressivo de Edmund Jacobson (1901)
- 1.8. Relaxamento Autógeno de Schultz (1901)
- 1.9. Relaxamento Criativo de Dr. Eugenio Herrero (1950)
- 1.10. Relaxamento Cromático de R. Aguado (1990)
- 1.11. Diferenças e Semelhanças entre Relaxamento Mental e Hipnose Clínica
- 1.12. F.D.S. (Focalização por Dissociação Seletiva)





“

*Você receberá uma sólida formação em técnicas de Relaxamento Mental, preparando-o para promover o bem-estar emocional e a manejo do estresse em indivíduos e comunidades”*

05

# Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o ***New England Journal of Medicine***.



“

*Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”*

## Na TECH usamos o Método do Caso

Em uma determinada situação clínica, o que um profissional deveria fazer? Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos simulados baseados em situações reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há diversas evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os especialistas aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

*Com a TECH o psicólogo experimenta uma maneira de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.*



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional atual, tentando recriar as condições reais da prática profissional do psicólogo.



“

*Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para os alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais e complexas para que os alunos tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard”*

#### A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

1. Os psicólogos que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental, através de exercícios que avaliam situações reais e a aplicação do conhecimento.
2. A aprendizagem se consolida nas habilidades práticas permitindo ao psicólogo integrar melhor o conhecimento à prática clínica.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.



## Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos o estudo de caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.



*O psicólogo aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.*

Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Através desta metodologia, mais de 150 mil psicólogos foram capacitados com sucesso sem precedentes em todas as especialidades. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

*O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.*

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A nota geral do sistema de aprendizagem da TECH é de 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



#### Material de estudo

Todo o conteúdo foi criado especialmente para o curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que faz com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso, com as técnicas mais inovadoras que proporcionam alta qualidade em todo o material que é colocado à disposição do aluno.



#### As últimas técnicas e procedimentos em vídeo

TECH aproxima o aluno das técnicas mais inovadoras, dos últimos avanços educacionais e da vanguarda da Psicologia. Tudo isso, explicado detalhadamente para sua total assimilação e compreensão. E o melhor de tudo, você poderá assistí-los quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

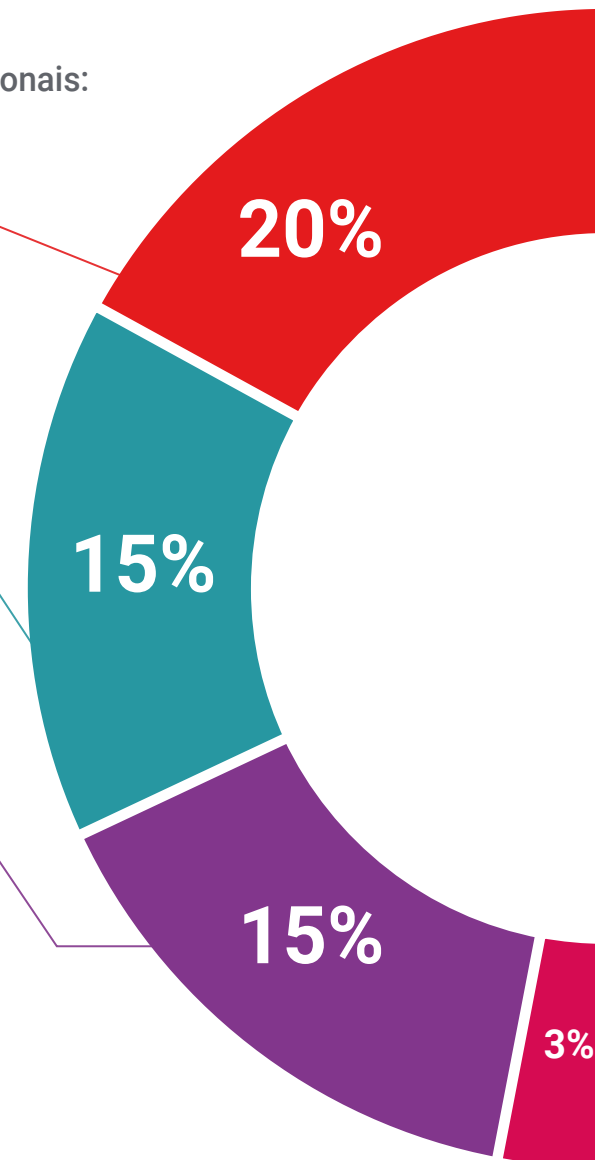
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

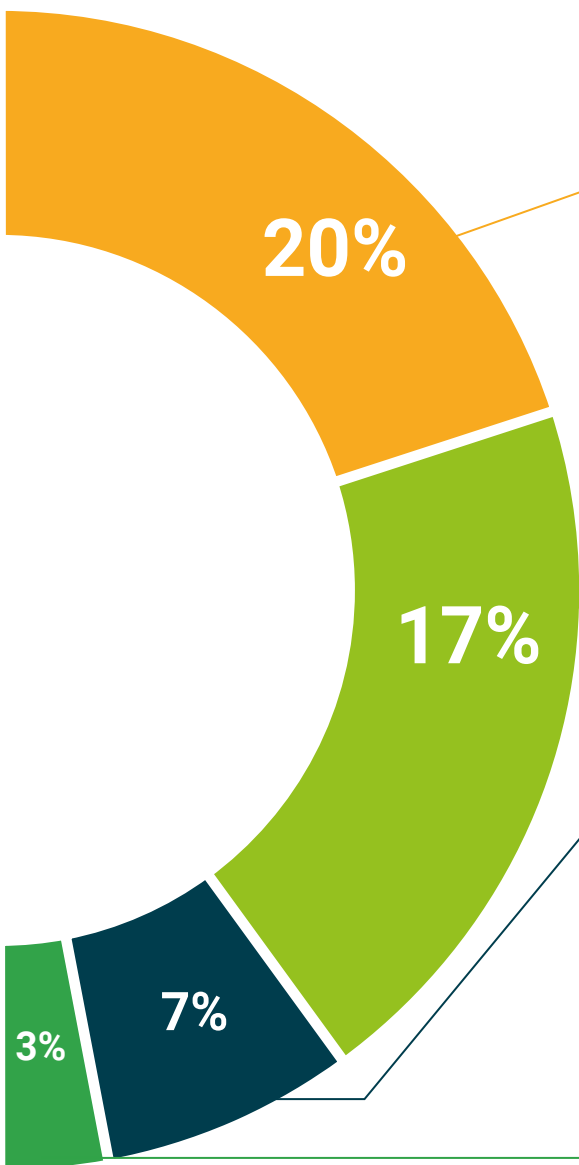
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia, foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



#### Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar a sua capacitação.





#### Estudos de casos elaborados e orientados por especialistas

A aprendizagem efetiva deve ser necessariamente contextual. Portanto, na TECH apresentamos casos reais em que o especialista guia o aluno através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



#### Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



#### Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas. O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória, além de gerar segurança para a tomada de decisões difíceis no futuro.



#### Guias rápidos de ação

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem na aprendizagem.



06

# Certificado

O Curso de Relaxamento Mental garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

*Conclua este programa de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Curso de Relaxamento Mental** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* correspondente ao título de **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Relaxamento Mental**

Modalidade: **online**

Duração: **6 semanas**



\*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.



futuro  
saúde confiança pessoas  
informação orientadores  
educação certificação ensino  
garantia aprendizagem  
instituições tecnologia  
comunidade compromisso  
atenção personalizada  
conhecimento inovação  
presente qualidade  
desenvolvimento sustentabilidade

**tech** universidade  
tecnológica

Curso  
Relaxamento Mental

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Curso

Relaxamento Mental

