

# Máster de Formación Permanente

## Terapia del Bienestar Emocional





## Máster de Formación Permanente Terapia del Bienestar Emocional

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **7 meses**
- » Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
- » Acreditación: **60 ECTS**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: [www.techtitute.com/psicologia/master/master-terapia-bienestar-emocional](http://www.techtitute.com/psicologia/master/master-terapia-bienestar-emocional)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Competencias

---

*pág. 14*

04

Dirección del curso

---

*pág. 18*

05

Estructura y contenido

---

*pág. 24*

06

Metodología

---

*pág. 30*

07

Titulación

---

*pág. 38*

# 01

# Presentación

La Organización Mundial de la Salud revela, mediante un reciente informe, que más de 280 millones de personas sufren Depresión. Este trastorno mental se caracteriza por generar sentimientos persistentes de tristeza y vacío emocional en los individuos, que interfieren significativamente en su vida diaria. En este sentido, la entidad reconoce la importancia que adquiere la Terapia del Bienestar Emocional para cambiar patrones de pensamientos negativos y desarrollar habilidades de afrontamiento efectivas. Por eso, es fundamental que los profesionales de la Psicología adquieran un enfoque centrado en las emociones que les permita llevar a cabo un abordaje holístico de la salud mental. Para ayudarlos con esto, TECH lanza un innovador programa online que se enfocará en la psicoterapia basada en sentimientos.



“

*Con este Máster de Formación Permanente, 100% online, realizarás evaluaciones integrales de las necesidades psicológicas de tus pacientes e implementarás intervenciones clínicas vanguardistas para optimizar su Bienestar Emocional”*

En un mundo cada vez más complejo y demandante, cada vez más personas sufren trastornos emocionales como el Estrés. Ante esto, la Terapia del Bienestar Emocional se ha convertido en una herramienta valiosa para abordar los desafíos psicológicos de los individuos, fortalecer su resiliencia emocional y mejorar su calidad de vida en términos generales. De ahí la importancia de que los psicólogos se mantengan a la vanguardia de los avances que se producen en esta materia para proporcionar los enfoques terapéuticos más apropiados y efectivos para sus pacientes. Sin embargo, esta puesta implica todo un desafío para los profesionales por factores como la constante evolución de las técnicas.

En este marco, TECH implementa un pionero Máster de Formación Permanente en Terapia del Bienestar Emocional que analizará todas las innovaciones que han surgido en este campo. El plan de estudios analizará los postulados científicos más novedosos en el estudio de las emociones, así como en el funcionamiento del cerebro humano o el desarrollo evolutivo del aprendizaje. Gracias a esto, los egresados dispondrán de una exhaustiva comprensión de cómo las emociones influyen en los procesos cognitivos y realizarán diagnósticos más precisos. La titulación brindará al alumnado las técnicas más innovadoras para el Procesamiento Emocional en terapia. Así, los especialistas desarrollarán estrategias para cambiar los patrones emocionales no saludables y mejorar la salud emocional de los pacientes. El programa contará con la participación de una Directora Invitada Internacional, que ofrecerá unas intensivas *Masterclasses* para ayudar al alumnado a potenciar sus competencias y optimizar su praxis.

Por otra parte, la metodología de este programa refuerza su carácter innovador. TECH ofrece un entorno educativo 100% online, adaptado a las necesidades de los profesionales ocupados que buscan avanzar en sus carreras. Igualmente, se emplea la metodología *Relearning*, basada en la repetición de conceptos clave para fijar conocimientos y facilitar el aprendizaje. De esta manera, la combinación de flexibilidad y un enfoque pedagógico robusto, lo hace altamente accesible

Este **Máster de Formación Permanente en Terapia del Bienestar Emocional** contiene el programa educativo más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Terapia del Bienestar Emocional
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



*Una prestigiosa Directora Invitada Internacional impartirá 10 exhaustivas Masterclasses para abordar las últimas tendencias terapéuticas en el ámbito del Procesamiento Emocional”*

“

*Profundizarás en la terapia centrada en la emoción de Greenberg, que te permitirá identificar los problemas emocionales subyacentes que provocan el malestar psicológico de tus clientes”*

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*Dominarás la técnica del Mindfulness para ayudar a tus pacientes a reducir sus niveles de Estrés y desarrollar una mayor resiliencia emocional.*

*Emplearás con eficacia la herramienta de la Hipnosis Clínica, logrando que las personas superen bloqueos mentales y aumenten la confianza en sí mismas.*



# 02

## Objetivos

Tras finalizar la presente titulación universitaria, los psicólogos destacarán por contar con un sólido entendimiento acerca de los diferentes métodos utilizados en la Terapia del Bienestar Emocional. Al mismo tiempo, los egresados desarrollarán competencias avanzadas para detectar las necesidades psicológicas de los pacientes y diagnosticar con eficacia diversos trastornos mentales. De este modo, los especialistas diseñarán tratamientos individualizados y aplicarán los enfoques terapéuticos más apropiados para que sus pacientes alcancen un equilibrio emocional óptimo. Así pues, los expertos contribuirán significativamente a optimizar la calidad de vida de las personas.





“

*Dispondrás de una comprensión integral sobre las principales teorías y enfoques terapéuticos centrados en el Bienestar Emocional”*



## Objetivos generales

---

- ♦ Proporcionar al alumnado los conocimientos necesarios para poder ofrecer un Bienestar Emocional real a sus pacientes
- ♦ Capacitar para generar un buen vínculo terapeuta-paciente
- ♦ Conocer y comprender el funcionamiento del ser humano y la importancia que tiene la gestión emocional en él
- ♦ Descubrir las diferentes terapias y modelos basados en la emoción
- ♦ Desarrollar protocolos de intervención adaptados al paciente y motivo de consulta
- ♦ Dominar la terapia desde un encuadre multidisciplinar y biopsicosocial, con el fin de poder controlar el mayor número de variables que van a intervenir en el malestar o la salud del paciente





## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Psicoterapia basada en la emoción

- ♦ Manejar la Psicoterapia de Tiempo Limitado como modelo de referencia
- ♦ Aprender sobre los procesos de rehabilitación desde la psicoterapia

### Módulo 2. Cerebro y aprendizaje

- ♦ Dominar las bases del funcionamiento cerebral del ser humano y su desarrollo
- ♦ Identificar el papel del cerebro en el proceso de bienestar emocional

### Módulo 3. Emoción

- ♦ Descubrir la trayectoria de la emoción a lo largo de la historia de la Psicología y sus diferentes modelos
- ♦ Conocer la investigación científica relacionada con las emociones
- ♦ Descubrir cómo se forman los esquemas emocionales
- ♦ Comprender cómo afecta la emoción a los diferentes procesos cognitivos

### Módulo 4. Rol del terapeuta en el bienestar emocional

- ♦ Entender la importancia de los primeros vínculos en el desarrollo del autoconcepto
- ♦ Dominar las 10 emociones básicas, su bioquímica y plataforma de acción
- ♦ Manejar los conceptos de empatía y simpatía, y controlar técnicas para una correcta vinculación con el paciente
- ♦ Desarrollar la comunicación eficaz con el paciente



### **Módulo 5. Una visión multifactorial de la salud. Psiconeuroinmunología**

- ♦ Dominar el concepto de Psiconeuroinmunología como modelo biopsicosocial de la salud
- ♦ Identificar el papel de la Psiconeuroinmunología y su correcta aplicación para el bienestar emocional

### **Módulo 6. Técnicas para el Procesamiento Emocional en Terapia**

- ♦ Conocer qué es la psicología intrapersonal, y cuál es la importancia del autoconocimiento y autogestión del terapeuta
- ♦ Dominar las diferentes técnicas eficaces en el trabajo de memorias traumáticas

### **Módulo 7. Mindfulness**

- ♦ Conocer el concepto de atención plena o *Mindfulness* y su aplicación desde diferentes modelos terapéuticos
- ♦ Dominar la técnica *Mindfulness* y aplicarla a los diferentes motivos de consulta

### **Módulo 8. Intervención de la emoción a través del cuerpo**

- ♦ Analizar el papel del cuerpo en el proceso de rehabilitación emocional
- ♦ Expresar desde el cuerpo las emociones para fortalecer el bienestar individual

### **Módulo 9. Hasta la emoción desde la espiritualidad.**

#### **La Terapia Transpersonal**

- ♦ Entender qué es la Terapia Transpersonal y sus aplicaciones
- ♦ Conocer otro tipo de terapias donde el trabajo es con más de un paciente (pareja, familia y grupos)





#### **Módulo 10. Psicoterapia emocional de grupo**

- ♦ Realizar procesos de rehabilitación en grupo para el fortalecimiento emocional del paciente
- ♦ Identificar nuevas técnicas de fortalecimiento emocional grupal para desarrollar en pacientes y grupos sociales

#### **Módulo 11. Intervención farmacológica en los trastornos de ansiedad y el estrés**

- ♦ Identificar los principales fármacos que sirven como alternativa de procesos terapéuticos
- ♦ Fortalecer el papel de la terapia en procesos de rehabilitación emocional y complementar con medicamentos farmacológicos las deficiencias ligadas a los efectos de traumas

“

*Este programa universitario incluye una variedad de recursos multimedia (como vídeos explicativos o resúmenes interactivos) para que disfrutes de un aprendizaje dinámico y ameno”*

# 03

## Competencias

Mediante esta titulación universitaria, los profesionales de la Psicología adquirirán múltiples habilidades que les permitirán realizar evaluaciones holísticas sobre la salud mental de los usuarios. En este sentido, los expertos incorporarán a su praxis diaria las técnicas terapéuticas más innovadoras para el procesamiento emocional (entre las que sobresalen los Métodos de Estimulación Bilateral o el *Brainspotting*). De este modo, los especialistas serán capaces de desarrollar planes de tratamiento personalizados e integrales para que los pacientes aborden y superen sus problemas emocionales con éxito.



“

*Desarrollarás competencias avanzadas para evaluar las necesidades psicológicas de tus pacientes y aplicarás las técnicas terapéuticas más efectivas para que alcancen un estado de bienestar emocional óptimo”*



## Competencias generales

- ♦ Desarrolla la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar equipo
- ♦ Reconoce la necesidad de mantener y actualizar la competencia profesional prestando especial importancia al aprendizaje de manera autónoma y continuada de nuevos conocimientos
- ♦ Desarrolla la capacidad de análisis crítico e investigación en el ámbito de su profesión
- ♦ Define el concepto de psicoterapia basada en las emociones y sus aplicaciones
- ♦ Conoce el funcionamiento del cerebro y los procesos de aprendizaje
- ♦ Domina el concepto de emoción, su clasificación y funcionamiento
- ♦ Adquiere los conocimientos y herramientas básicas para generar un buen vínculo terapéutico
- ♦ Comprende la salud desde el modelo Biopsicosocial: qué es la Psiconeuroinmunología, qué sistemas la forman y su interrelación
- ♦ Entiende en qué consiste una memoria traumática y maneja las diferentes técnicas de procesamiento emocional
- ♦ Descubre qué es el *Mindfulness*, sus orígenes, actitudes, y aplicabilidad en terapia
- ♦ Relaciona el lenguaje corporal con la expresión y tratamiento de las emociones a través de las terapias basadas en el cuerpo
- ♦ Maneja las emociones y su funcionalidad en sistemas de más de un paciente: terapias de grupo, su uso y finalidad







## Competencias específicas

---

- ♦ Conocer el papel de la emoción y su evolución histórica
- ♦ Descubrir las bases científicas de la emoción y su relevancia
- ♦ Dominar las bases de la Inteligencia Emocional
- ♦ Ahondar en la Psicoterapia de Tiempo Limitado como modelo de trabajo centrado en la emoción
- ♦ Comprender cómo funcionan los tres sistemas cerebrales desde una perspectiva fisiológica y funcional
- ♦ Profundizar en el funcionamiento cerebral a lo largo del desarrollo de la persona
- ♦ Relacionar el funcionamiento del cerebro con la respuesta de estrés y la supervivencia
- ♦ Explorar las diferentes inteligencias que se desarrollan en el cerebro humano Funcionalidad, dominancia y limitaciones
- ♦ Manejar los diferentes tipos de aprendizaje y el papel de la emoción en los mismos
- ♦ Entender la importancia del vínculo con los referentes para poder sobrevivir, y cómo se generan esos vínculos desde la emoción
- ♦ Relacionar los estilos de crianza con los diferentes vínculos que pueden surgir de ellos
- ♦ Descubrir los deseos básicos como necesidades emocionales universales en el ser humano
- ♦ Establecer cómo se genera el autoconcepto a través de los procesos de aprendizaje y de la vinculación con las personas referenciales
- ♦ Identificar los diferentes contextos en los que se desarrolla el autoconcepto
- ♦ Analizar los esquemas emociones y las creencias limitantes, cómo se generan y qué repercusiones tienen en el autoconcepto y el bienestar emocional
- ♦ Indagar en qué es una emoción, en qué se diferencia de los sentimientos y el estado de ánimo, y su función
- ♦ Descubrir las diversas clasificaciones de las emociones según el modelo teórico desde el que se trabajan
- ♦ Gestionar la emoción miedo, su función, su plataforma de acción y las estructuras neurológicas implicadas en la misma
- ♦ Manejar la emoción rabia, su función, su plataforma de acción y las estructuras neurológicas implicadas en la misma
- ♦ Dirigir la emoción culpa, su función, su plataforma de acción y las estructuras neurológicas implicadas en la misma
- ♦ Realizar un adecuado manejo de la emoción tristeza, su función, su plataforma de acción y las estructuras neurológicas implicadas en la misma
- ♦ Examinar la relación existente entre el sistema nervioso y sistema endocrino

# 04

## Dirección del curso

En consonancia con su filosofía de ofrecer las titulaciones universitarias más completas y actualizadas del mercado académico, TECH realiza un minucioso proceso de selección para conformar sus claustros docentes. Para este Máster de Formación Permanente, reúne a profesionales de la Psicología altamente especializados en el ámbito de la Terapia del Bienestar Emocional. Dichos especialistas atesoran un amplio bagaje profesional, donde han contribuido significativamente a mejorar el bienestar emocional de múltiples pacientes y optimizar así su calidad de vida. Así pues, el alumnado tiene las garantías que demanda para acceder a una experiencia académica de primerísima calidad que elevará sus horizontes profesionales.



“

*El equipo docente de esta titulación universitaria está integrado por auténticas referencias en el campo de la Psicología, que te ofrecerán los conocimientos con mayor aplicabilidad profesional en esta área”*

## Directora Invitada Internacional

La Doctora Claudia M. Christ es una eminente experta internacional, con una distendida trayectoria en materia de **Salud y el Bienestar Emocional**. A lo largo de su carrera, ha sido una figura clave en la promoción de innovadoras **Psicoterapias**, especializándose en la **gestión personal**, el **coaching** y el desarrollo de **proyectos interpersonales** para mejorar la calidad de vida de sus pacientes.

Además, fundó y ha dirigido la *Akademie an den Quellen*, desde donde implementa métodos propios para el control del **Burnout**, promoviendo entornos laborales respetuosos, donde priman la resiliencia y el desarrollo organizativo. Al mismo tiempo, cuenta con una acreditación como **Coach Ejecutivo** por la **Federación Internacional de Coaching** y se ha capacitado en la **Asistencia a Individuos en Crisis e Intervención de Crisis Grupal** en la Universidad de Maryland.

Por otro lado, la Doctora Christ destaca por su continua colaboración con el ambiente académico. Por ejemplo, es catedrática permanente de la Universidad de Ciencias Aplicadas de Frankfurt y la Universidad Steinbeis de Berlín. A su vez, es **supervisora y miembro del consejo asesor** de las Academias de Psicoterapias de Wiesbaden (WIAP) y de Colonia-Bonn (KBAP). Asimismo, ha desempeñado la dirección de los **Servicios Centrales del Asklepios Kliniken**, donde ha implementado **áreas de atención integrada** en todo el Grupo Asklepios.

De esta manera, su dedicación y excelencia profesional han sido reconocidas a través de numerosos galardones, incluido el prestigioso **premio** otorgado por la **Landesärztekammer Hessen (Asociación Médica Estatal de Hesse)**, por su destacado compromiso en el campo de la **Atención Primaria Psicosomática**. Igualmente, su participación en **asociaciones** y su contribución a la **literatura médica** han consolidado su posición como **líder** en su campo, así como defensora del **bienestar psicológico y físico** de sus pacientes.



## Dra. Christ, Claudia M.

---

- Jefe Médico del Hospital Universitario de Virchow del Charité, Berlín, Alemania
- Directora y Fundadora de la Akademie an den Quellen
- Exdirectora Médica de los Servicios Centrales en el Asklepios Kliniken GmbH, Königstein
- Psicoterapeuta
- Coach Profesional por la International Coaching Federation (ICF)
- Doctora en Farmacología Clínica por el Hospital Universitario Benjamin Franklin
- Máster en Salud Pública por la Universidad Técnica de Berlín
- Licenciada en Medicina por la Universidad Libre de Berlín
- Premio de la Landesärztekammer Hessen (Asociación Médica Estatal de Hesse) por su “Compromiso Sobresaliente” en el campo de la Atención Primaria Psicosomática
- Miembro de: Sociedad Alemana de Medicina del Dolor, Sociedad Alemana de Cardiología, Sociedad Alemana de Psicoterapia basada en la Psicología Profunda, Asociación Mundial de Asociaciones de Psicoterapia Positiva y Transcultural, Sociedad Alemana de Psicoterapia Positiva y Transcultural

“

*Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”*

## Dirección



### Dra. Mónica González Agüero

- ♦ Psicóloga responsable del Departamento de Psicología Infantil y Juvenil en el Hospital Quirónsalud Marbella y en el Avatar Psicólogos
- ♦ Psicóloga y Docente en el Instituto Europeo de Psicoterapias de Tiempo Limitado (IEPTL)
- ♦ Licenciatura en Psicología de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED)

## Profesores

### Dr. Aguado Romo, Roberto

- ♦ Presidente del Instituto Europeo de Psicoterapia de Tiempo Limitado
- ♦ Psicólogo en consultas privadas
- ♦ Investigador en Psicoterapias de Tiempo Limitado
- ♦ Coordinador del equipo de orientación de numerosos centros escolares
- ♦ Autor de diversos libros sobre Psicología
- ♦ Comunicador Experto en Psicología en Medios de Comunicación
- ♦ Docente de cursos y estudios de posgrado
- ♦ Máster en Psicología Clínica y Psicología de la Salud
- ♦ Especialista en Psicología Clínica
- ♦ Especialista en Focalización por Disociación Selectiva



# 05

## Estructura y contenido

Con este Máster de Formación Permanente, los psicólogos dispondrán de una sólida comprensión sobre los métodos fundamentales en la Terapia del Bienestar Emocional. Para ello, el itinerario académico analizará cuestiones claves como el funcionamiento del cerebro, las estructuras neurológicas o la influencia de la emoción en los procesos cognitivos. Esto permitirá a los egresados diagnosticar y abordar los trastornos psicológicos de manera más efectiva. También, el temario examinará las particularidades de la Psiconeuroinmunología para apreciar cómo el estrés puede afectar al sistema nervioso. Además, el programa brindará las técnicas más innovadoras del *Mindfulness* para mejorar el estado emocional de los pacientes.





“

*Un programa universitario de alta intensidad que te mantendrá a la vanguardia de las últimas tendencias en Técnicas para el Procesamiento Emocional”*

### Módulo 1. La Psicoterapia Basada en la Emoción

- 1.1. El estudio de la emoción a lo largo de la historia
- 1.2. La emoción desde los diferentes modelos en psicología
- 1.3. Bases científicas en el estudio de las emociones
- 1.4. La Inteligencia Emocional
- 1.5. La Psicología Positiva
- 1.6. Terapia centrada en la emoción de Greenberg
- 1.7. Psicoterapia de Tiempo Limitado como modelo integrador y enfocado en la emoción

### Módulo 2. Cerebro y Aprendizaje

- 2.1. Los tres cerebros
  - 2.1.1. El cerebro reptiliano
  - 2.1.2. El cerebro del mamífero
  - 2.1.3. El cerebro humano
- 2.2. Inteligencia del cerebro reptiliano
  - 2.2.1. Inteligencia básica
  - 2.2.2. Inteligencia de los patrones
  - 2.2.3. Inteligencia de los parámetros
- 2.3. La inteligencia del sistema límbico
- 2.4. La inteligencia del neocórtex
- 2.5. Desarrollo evolutivo
- 2.6. La respuesta de estrés o ataque huida
- 2.7. ¿Qué es el mundo? El proceso de aprendizaje
- 2.8. Esquemas de aprendizaje
- 2.9. La importancia del vínculo
- 2.10. Apego y estilos de crianza
- 2.11. Deseos básicos, deseos primarios
- 2.12. Deseos Secundarios
- 2.13. Diferentes contextos y su influencia en el desarrollo
- 2.14. Esquemas emocionales y creencias limitantes
- 2.15. Creando un autoconcepto



### Módulo 3. Emoción

- 3.1. ¿Qué es una emoción?
  - 3.1.1. Definición
  - 3.1.2. Diferencia entre emoción, sentimiento y estado de ánimo
  - 3.1.3. Función, ¿hay emociones positivas y negativas?
- 3.2. Diferentes clasificaciones de las emociones
- 3.3. Miedo
  - 3.3.1. Función
  - 3.3.2. Plataforma de acción
  - 3.3.3. Estructuras neurológicas
  - 3.3.4. Bioquímica asociada
- 3.4. Rabia
  - 3.4.1. Función
  - 3.4.2. Plataforma de acción
  - 3.4.3. Estructuras neurológicas
  - 3.4.4. Bioquímica asociada
- 3.5. Culpa
  - 3.5.1. Función
  - 3.5.2. Plataforma de acción
  - 3.5.3. Estructuras neurológicas
  - 3.5.4. Bioquímica asociada
- 3.6. Asco
  - 3.6.1. Función
  - 3.6.2. Plataforma de acción
  - 3.6.3. Estructuras neurológicas
  - 3.6.4. Bioquímica asociada
- 3.7. Tristeza
- 3.8. Sorpresa
  - 3.8.1. Función
  - 3.8.2. Plataforma de acción
  - 3.8.3. Estructuras neurológicas
  - 3.8.4. Bioquímica asociada

- 3.9. Curiosidad
  - 3.9.1. Función
  - 3.9.2. Plataforma de acción
  - 3.9.3. Estructuras neurológicas
  - 3.9.4. Bioquímica asociada
- 3.10. Seguridad
  - 3.10.1. Función
  - 3.10.2. Plataforma de acción
  - 3.10.3. Estructuras neurológicas
  - 3.10.4. Bioquímica asociada
- 3.11. Admiración
  - 3.11.1. Función
  - 3.11.2. Plataforma de acción
  - 3.11.3. Estructuras neurológicas
  - 3.11.4. Bioquímica asociada
- 3.12. Alegría
  - 3.12.1. Función
  - 3.12.2. Plataforma de acción
  - 3.12.3. Estructuras neurológicas
  - 3.12.4. Bioquímica asociada
- 3.13. Influencia de la emoción en los procesos cognitivos
- 3.14. Cerebro y emoción en el niño
- 3.15. Cerebro y emoción en el adolescente

### Módulo 4. Rol del terapeuta en el Bienestar Emocional

- 4.1. Inteligencia Intrapersonal (Gadner)
- 4.2. Autoconocimiento
- 4.3. Autogestión
- 4.4. Diferencia entre empatía, simpatía y neuronas espejos
- 4.5. El vínculo terapeuta - paciente
  - 4.5.1. Terapeuta como escolta y referente
  - 4.5.2. Técnicas U
- 4.6. Aproximación a la programación neurolingüística (PNL)
- 4.7. La Entrevista Motivacional

## Módulo 5. Una visión multifactorial de la salud. Psiconeuroinmunología

- 5.1. Qué es la Psiconeuroinmunología
  - 5.1.1. Definición
  - 5.1.2. Orígenes
- 5.2. Vías de comunicación
- 5.3. El Eje Psique-Sistema Nervioso-Sistema Endocrino-Sistema Inmune (I). El Sistema Nervioso
- 5.4. El Eje Psique-Sistema Nervioso-Sistema Endocrino-Sistema Inmune (II). El Sistema Endocrino
- 5.5. El Eje Psique-Sistema Nervioso-Sistema Endocrino-Sistema Inmune (III). El Sistema Inmune
- 5.6. El Eje Psique-Sistema Nervioso-Sistema Endocrino-Sistema Inmune (IV). Interacción entre sistemas
- 5.7. Emoción, personalidad y enfermedad
- 5.8. El proceso de enfermar. Modelo biopsicosocial de la salud
- 5.9. Vida saludable

## Módulo 6. Técnicas para el Procesamiento Emocional en terapia

- 6.1. Memorias emocionales
  - 6.1.1. Creación de memorias
  - 6.1.2. Clasificación y tipos de memoria
  - 6.1.3. Diferencia entre memorias y recuerdos
- 6.2. La memoria traumática
- 6.3. Técnicas de estimulación bilateral. SHEC, EMDR
- 6.4. *Brainspotting*
- 6.5. Técnica de liberación emocional. EFT
- 6.6. Técnicas basadas en la escritura. Ventilación escrita
- 6.7. Meditación Integrativa desde el Modelo *Big Mind*. El diálogo de voces
- 6.8. La hipnosis clínica
- 6.9. Técnicas de inducción hipnótica
- 6.10. Técnicas para niños

## Módulo 7. Mindfulness

- 7.1. La meditación
- 7.2. Qué es *Mindfulness*
  - 7.2.1. La atención plena
  - 7.2.2. Beneficios y evidencia científica
  - 7.2.3. Práctica formal e informal
- 7.3. Las 7 actitudes en *Mindfulness*
- 7.4. Dirigiendo la atención
- 7.5. Campos de aplicación
- 7.6. *Mindfulness* para niños
- 7.7. *Mindfulness* y TDAH
- 7.8. Estrés, ansiedad y *Mindfulness*
- 7.9. *Mindfulness* y trastornos relacionados con el descontrol de impulsos
- 7.10. *Mindfulness* y trastornos de la alimentación
- 7.11. *Mindfulness* en psicoterapia: la terapia cognitiva basada en *Mindfulness*
- 7.12. *Mindfulness* en Psicoterapia: la terapia de aceptación y compromiso
- 7.13. *Mindfulness* en Psicoterapia: la terapia dialéctica conductual

## Módulo 8. Intervención de la emoción a través del cuerpo

- 8.1. Las terapias corporales
  - 8.1.1. Qué son las terapias corporales
  - 8.1.2. Evolución histórica
- 8.2. La Vegetoterapia caracterooanalítica
  - 8.2.1. Orígenes. W.Reich
  - 8.2.2. Qué es la Vegetoterapia Caracterooanalítica
  - 8.2.3. La Vegetoterapia en la actualidad
- 8.3. Análisis Bioenergético de Lowen
  - 8.3.1. ¿Qué es la bioenergética?
  - 8.3.2. Recorrido histórico
  - 8.3.3. Los tipos bioenergéticos
  - 8.3.4. Técnicas psicoterapéuticas
  - 8.3.5. El terapeuta bioenergético

- 8.4. *Focusing*
  - 8.4.1. Aproximación histórica: Eugene Gendlin
  - 8.4.2. Protocolo
  - 8.4.3. Aplicaciones en la psicoterapia
- 8.5. Yoga
  - 8.5.1. Breve recorrido histórico. Orígenes
  - 8.5.2. Las 9 ramas del árbol del Yoga
  - 8.5.3. Doctrinas del yoga
  - 8.5.4. Beneficios
- 8.6. Terapia craneosacral biodinámica
- 8.7. Risoterapia
  - 8.7.1. Breve recorrido histórico
  - 8.7.2. ¿Terapia o técnica psicoterapéutica?
  - 8.7.3. Técnicas y ejercicios
- 8.8. Arteterapia
  - 8.8.1. ¿Qué es Arteterapia?
  - 8.8.2. Un poco de historia
  - 8.8.3. ¿Qué se puede trabajar? Objetivos
  - 8.8.4. Materiales y técnicas
  - 8.8.5. Arte terapia en niños
- 8.9. DMT: Danza Movimiento Terapia
  - 8.9.1. ¿Qué es? Definición
  - 8.9.2. Un poco de historia
  - 8.9.3. Movimiento y emoción
  - 8.9.4. Quién puede beneficiarse de DMT
  - 8.9.5. Técnicas
  - 8.9.6. Una sesión de DMT

### Módulo 9. Hasta la emoción desde la espiritualidad. La Terapia Transpersonal

- 9.1. La integración de Oriente y Occidente
- 9.2. Orígenes y fundadores
- 9.3. Una nueva mirada: El terapeuta transpersonal
- 9.4. La psicoterapia transpersonal
- 9.5. Herramientas y técnicas: La sombra
- 9.6. Herramientas y técnicas: El niño interno
- 9.7. Herramientas y técnicas: constelaciones familiares
- 9.8. Herramientas y técnicas: el testigo
- 9.9. Las órdenes de la ayuda
- 9.10. Terapia Transpersonal y Autoestima

### Módulo 10. Psicoterapia emocional de Grupo

- 10.1. Psicoterapia grupal basada en la emoción
- 10.2. Psicodrama
- 10.3. *Debriefing*
- 10.4. Terapia familiar
- 10.5. Terapia integral de pareja

### Módulo 11. Intervención farmacológica en los Trastornos de Ansiedad y el Estrés

- 11.1. Trastorno de angustia o de pánico
- 11.2. Agorafobia
- 11.3. Fobia social
- 11.4. Fobias específicas
- 11.5. Trastorno de ansiedad generalizada
- 11.6. Trastorno obsesivo compulsivo y trastornos relacionados
- 11.7. Trastorno de ansiedad por separación
- 11.8. Trastorno de adaptación
- 11.9. Trastornos disociativos
- 11.10. Trastornos de síntomas somáticos
- 11.11. Trastornos relacionados con traumas y estrés

06

# Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning***.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine***.



“

*Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”*

## En TECH empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los especialistas aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

*Con TECH el psicólogo experimenta una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.*



Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional del psicólogo.



“

*¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard”*

#### La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los psicólogos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al psicólogo una mejor integración del conocimiento a la práctica clínica.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



## Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.



*El psicólogo aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de softwares de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.*

Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología se han capacitado más de 150.000 psicólogos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene nuestro sistema de aprendizaje es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



#### Últimas técnicas y procedimientos en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos y al primer plano de la actualidad en psicología. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor de todo, pudiéndolo ver las veces que quiera.



#### Resúmenes interactivos

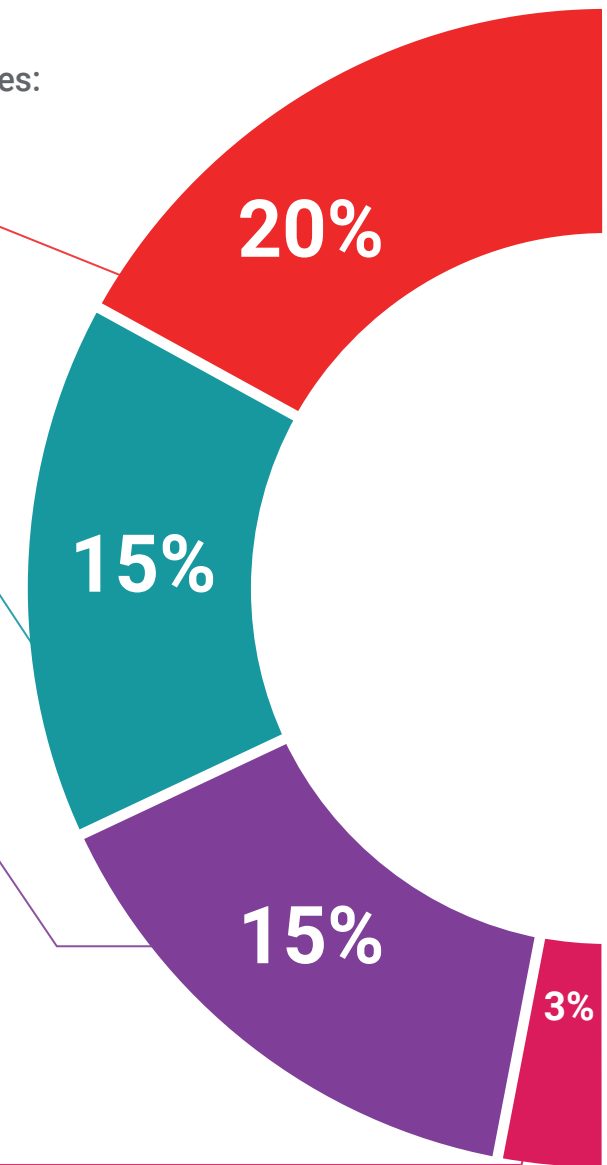
El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

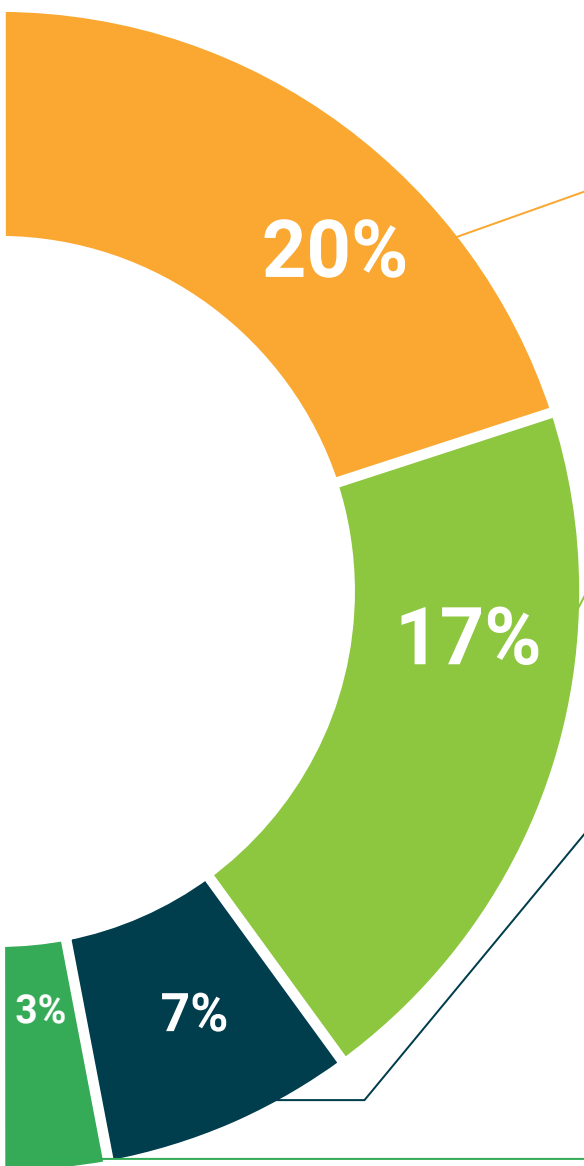
Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





**Análisis de casos elaborados y guiados por expertos**

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, TECH presenta los desarrollos de casos reales en los que el experto guiará al alumno a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.



**Testing & Retesting**

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



**Clases magistrales**

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



**Guías rápidas de actuación**

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



07

# Titulación

El Máster de Formación Permanente en Terapia del Bienestar Emocional garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster Propio expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

*Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

Este programa te permitirá obtener el título de **Máster de Formación Permanente en Terapia del Bienestar Emocional** emitido por TECH Universidad Tecnológica.

TECH Universidad Tecnológica, es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua y actualización del profesional, garantizándole la adquisición de las competencias en su área de conocimiento y aportándole un alto valor curricular universitario a su formación. Es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

Título: **Máster de Formación Permanente en Terapia del Bienestar Emocional**

Modalidad: **online**

Duración: **7 meses**

Acreditación: **60 ECTS**



**tech** universidad tecnológica

D/Dña \_\_\_\_\_ con documento de identificación \_\_\_\_\_ ha superado con éxito y obtenido el título de:

**Máster de Formación Permanente en Terapia del Bienestar Emocional**

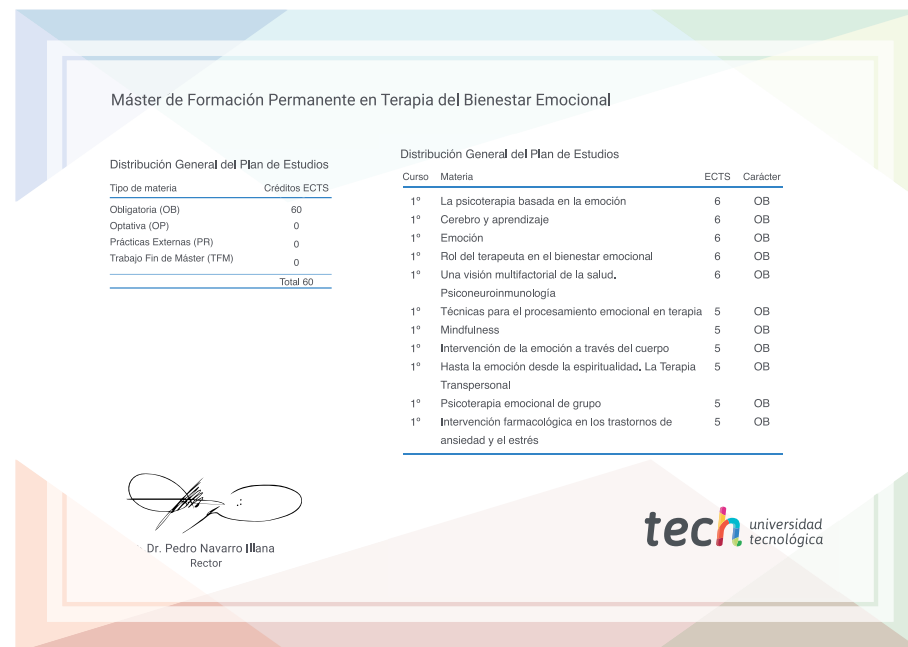
Se trata de un título propio de 1.500 horas de duración equivalente a 60 ECTS, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH es una universidad Oficial Española legalmente reconocida mediante la Ley 1/2024, del 16 de abril, de la Comunidad Autónoma de Canarias, publicada en el Boletín Oficial del Estado (BOE) núm. 181, de 27 de julio de 2024 (pág. 96.369) e integrada en el Registro de Universidades, Centros y Títulos (RUCT) del Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades con el código 104.

En San Cristóbal de la Laguna, a 28 de febrero de 2024


  
Dr. Pedro Navarro Illana  
Rector

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitante expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. código único TECH: AFWORZ35 techinstitute.com/titulos



**Máster de Formación Permanente en Terapia del Bienestar Emocional**

Distribución General del Plan de Estudios		Distribución General del Plan de Estudios			
Tipo de materia	Créditos ECTS	Curso	Materia	ECTS	Carácter
Obligatoria (OB)	60	1º	La psicoterapia basada en la emoción	6	OB
Optativa (OP)	0	1º	Cerebro y aprendizaje	6	OB
Prácticas Externas (PR)	0	1º	Emoción	6	OB
Trabajo Fin de Máster (TFM)	0	1º	Rol del terapeuta en el bienestar emocional	6	OB
		1º	Una visión multifactorial de la salud.	6	OB
			Psiconeuroinmunología		
		1º	Técnicas para el procesamiento emocional en terapia	5	OB
		1º	Mindfulness	5	OB
		1º	Intervención de la emoción a través del cuerpo	5	OB
		1º	Hasta la emoción desde la espiritualidad. La Terapia Transpersonal	5	OB
		1º	Psicoterapia emocional de grupo	5	OB
		1º	Intervención farmacológica en los trastornos de ansiedad y el estrés	5	OB
			<b>Total</b>	<b>60</b>	

  
Dr. Pedro Navarro Illana  
Rector

**tech** universidad tecnológica

\*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.





## Máster de Formación Permanente

### Terapia del Bienestar Emocional

- » Modalidad: online
- » Duración: 7 meses
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Acreditación: 60 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

# Máster de Formación Permanente

## Terapia del Bienestar Emocional