

Curso Universitario

Relajación Mental





Curso Universitario

Relajación Mental

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Dedicación: 16h/semana
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtitute.com/psicologia/curso-universitario/relajacion-mental

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 16

05

Metodología

pág. 20

06

Titulación

pág. 28

01

Presentación

La relajación mental es la plataforma de muchas herramientas psicológicas como la desensibilización sistemática, el aprendizaje progresivo y muchos otros procedimientos. En este Curso Universitario se exponen todos los elementos necesarios para este aprendizaje de manera gráfica y realista. Es por ello que hemos puesto al servicio del alumno todos los conocimientos que hoy se requieren para realizar la hipnosis clínica con toda garantía, como las técnicas de Focalización por Disociación Selectiva con M.C.I. Estas técnicas se diferencian en "no necesitar hablar con el paciente", este "puede estar con los ojos abiertos" y se alcanza este estado en muy pocos minutos, en ocasiones prácticamente de forma instantánea.



“

Este Curso Universitario es el único en el mercado que enseña al alumno todas las tecnologías actuales para alcanzar un estado óptimo de relajación mental”

“Las técnicas de Focalización por Disociación Selectiva con M.C.I se diferencian de las técnicas clásicas en que “no necesitan hablar con el paciente”, éste “puede estar con los ojos abiertos”. El estado de relajación se alcanza en muy pocos minutos, en ocasiones prácticamente de forma instantánea.



Actualiza tus conocimientos a través del Curso Universitario en Relajación Mental, de un modo práctico y adaptado a tus necesidades”

Este **Curso Universitario en Relajación Mental** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Las características más destacadas del Curso Universitario son:

- ♦ Desarrollo de casos clínicos presentados por expertos en psicología
- ♦ Sus contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen una información científica y asistencial sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Novedades diagnóstico-terapéuticas sobre la actuación ante la relajación mental
- ♦ Sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones sobre las situaciones clínicas planteadas
- ♦ Con un especial hincapié en la psicología basada en la evidencia y las metodologías de la investigación en psicología
- ♦ Disponibilidad de los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



Este Curso Universitario puede ser la mejor inversión que puedes hacer en la selección de un programa de actualización por dos motivos: además de poner al día tus conocimientos en Relajación Mental, obtendrás una constancia de Curso Universitario por TECH - Universidad Tecnológica”

Incluye en su cuadro docente profesionales de la salud pertenecientes al ámbito de psicología que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas pertenecientes a sociedades científicas de referencia.

Gracias a su contenido multimedia elaborado con la última tecnología educativa, permitirán al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa está basado en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el médico deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del Curso Universitario. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos en el campo de la psicología y con gran experiencia docente.

El Curso Universitario incluye casos clínicos reales y ejercicios para acercar el desarrollo del Curso Universitario a la práctica clínica del psicólogo.



02

Objetivos

El principal objetivo que persigue el programa es el desarrollo del aprendizaje teórico-práctico, de forma que el psicólogo consiga dominar de forma práctica y rigurosa la Relajación Mental.



“

Este programa de actualización te brindará las competencias para actuar con seguridad en el desempeño de la praxis del psicólogo, que te ayudará a crecer personal y profesionalmente”



Objetivos generales

- Explicar la realidad de la Relajación Mental
- Describir el manejo de la Relajación Mental en el quehacer de la psicoterapia
- Describir el procedimiento para instalarse en las estructuras cerebrales alejadas de la voluntad y la conciencia cognitiva
- Describir la implicación en la investigación de tecnología que impacte en la bioquímica y la neuroanatomía con herramientas psíquicas

“

Aprovecha la oportunidad y da el paso para ponerte al día en las últimas novedades en Relajación Mental”





Objetivos específicos

- ♦ Conseguir, desde la regresión, quitarle al paciente el secuestro emocional que le atrapa
- ♦ Trabajar la memoria emocional traumática desde un vínculo y una anestesia emocional que permita la reestructuración del recuerdo
- ♦ Manejar las leyes del control energético que regula el sistema reticular ascendente
- ♦ Describir el escenario terapéutico de la tecnología psicológica que influye en la actividad cerebral y la percepción del sujeto
- ♦ Describir cómo ajustar la inducción a la mente del paciente
- ♦ Establecer un diagnóstico diferencial antes de aplicar la inducción hipnótica, para no crear reacciones iatrogénicas
- ♦ Identificar los ejes y planos neurológicos que están implicados en la realización de las técnicas M.C.I
- ♦ Fundamentar, en base a un conocimiento científico, la dinámica que se produce en la inducción y el estado hipnótico

03

Dirección del curso

Este programa incluye en su cuadro docente profesionales de la salud de reconocido prestigio, que pertenecen al ámbito de la psicología, y que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo.

Además participan, en su diseño y elaboración, reconocidos especialistas miembros de sociedades científicas nacionales e internacionales de gran prestigio.



“

Aprende de profesionales de referencia, los últimos avances en Relajación Mental”

Dirección



Dr. Aguado Romo, Roberto

- Psicólogo especialista en psicología clínica en los centros CEP de Madrid, Bilbao y Talavera
- Especialista en Psicología Forense y Jurídica
- Psicóloga de los Juzgados 1 y 2 de Toledo
- Coordinadora en Toledo del plan de intervención en urgencias y asistencia psicológica
- Máster en Psicoterapia de Tiempo Limitado y Psicología de la Salud
- Experta en psicoterapia de adultos
- Directora del Experto en Psicodiagnóstico y Peritaje Jurídico por el Instituto Europeo de Psicoterapias de Tiempo Limitado
- Coordinadora del plan de violencia de género a nivel nacional de la Sociedad de Psicoterapias de Tiempo Limitado

Profesores

Dña. Arriero, Esther

- ♦ Psicóloga especialista europea en Psicoterapia por la EFPA en el centro de salud CEP de Talavera de la Reina
- ♦ Psicóloga sanitaria
- ♦ Curso en Psicoterapia de Tiempo Limitado y Psicología de la Salud
- ♦ Especialista en Terapia de adultos
- ♦ Especialista en intervención con el paciente crónico

D. Benito de Benito, Luis

- ♦ Médico especialista en aparato digestivo
- ♦ Facultativo Hospital San Chinarro y especialista en Endoscopia
- ♦ Curso en Psicoterapia de Tiempo Limitado y Psicología de la Salud
- ♦ Docente Universidad de Navarra

D. Cuesta, José María

- ♦ Psicólogo especialista europeo en Psicoterapia por la EFPA en el centro de salud CEP de Talavera de la Reina
- ♦ Curso en intervención psicológica de enfermedades crónicas
- ♦ Psicólogo de la Asociación de enfermos de Alzheimer
- ♦ Curso en Psicoterapia de Tiempo Limitado y Psicología de la Salud

D. Espinoza, Oscar

- ♦ Médico especialista en Psiquiatría y Pediatría
- ♦ Director de la Unidad de Psicofarmacología de los CEP
- ♦ Jefe del servicio de salud pública en el distrito sur de Madrid
- ♦ Curso en Psicoterapia de Tiempo Limitado y Psicología de la Salud

Dra. Fernandez, Inmaculada

- ♦ Doctora en Psicología por la Universidad de Almería
- ♦ Psicóloga especialista en Psicología Clínica
- ♦ Titular del departamento de Neuropsicología de la Universidad de Almería
- ♦ Experta en Terapia cognitiva con base en Mindfulness
- ♦ Experta en Psicoterapia de Tiempo Limitado

Dña. Furelos, Maribel

- ♦ Psicóloga especialista en Psicología Clínica
- ♦ Sexóloga titular en Osakidetza en el ambulatorio de Santurce
- ♦ Curso en Psicoterapia de Tiempo Limitado y Psicología de la Salud

04

Estructura y contenido

La estructura de los contenidos ha sido diseñada por un equipo de profesionales conocedor de las implicaciones de la metodología en la praxis diaria del psicólogo, conscientes de la relevancia de la actualidad de la capacitación para poder actuar ante el paciente con patología mental o necesidades psicológicas con la enseñanza de calidad mediante las nuevas tecnologías educativas.





“

*Este Curso Universitario en Relajación Mental
contiene el programa científico más completo
y actualizado del mercado”*

Módulo 1. Relajación mental

- 1.1. Claves históricas en el entrenamiento en relajación
- 1.2. Descubrimientos de la relación estrés & tensión muscular
- 1.3. Influencia de la imaginación en el organismo
- 1.4. Intervención psicoterapéutica con relajación mental: Desensibilización sistemática (J. Wolpe, 1948)
- 1.5. Intervención psicoterapéutica con relajación mental: Condicionamiento encubierto (Cautela)
- 1.6. Intervención psicoterapéutica con relajación mental: Sofrología (A. Caycedo, 1960)
- 1.7. Relajación Progresiva de Edmund Jacobson (1901)
- 1.8. Relajación Autógena de Schultz (1901)
- 1.9. Relajación Creativa del Dr. Eugenio Herrero (1950)
- 1.10. Relajación Cromática de R. Aguado (1990)
- 1.11. Diferencias y similitudes de la relajación mental y la hipnosis clínica
- 1.12. F.D.S. (Focalización por Disociación Selectiva)





“

Una experiencia única, clave y decisiva para impulsar tu desarrollo profesional”

05

Metodología

Esta capacitación te 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 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***.



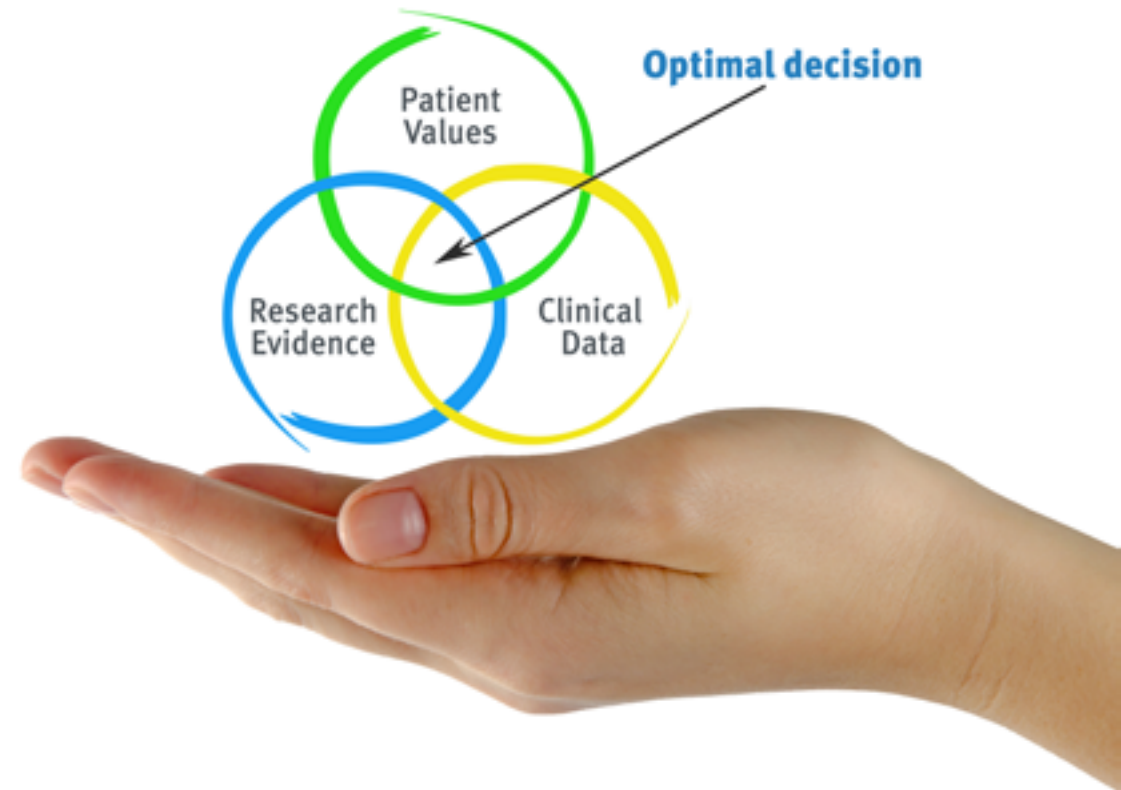
“

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 clínica, ¿qué harías tú? A lo largo del programa te enfrentarás a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberás investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los psicólogos 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 qué 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 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

En TECH potenciamos el método del caso de Harvard con la mejor metodología de enseñanza 100 % online del momento: el Relearning.

Nuestra Universidad es la primera en el mundo que combina el estudio de casos clínicos con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina un mínimo de 8 elementos diferentes en cada lección, y que suponen una auténtica revolución con respecto al simple estudio y análisis de casos.

El psicólogo aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software 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 hemos capacitado a más de 150.000 psicólogos con un éxito sin precedentes, en todas las especialidades clínicas. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en 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 (aprendemos, desaprendemos, olvidamos y reaprendemos). Por eso, combinamos 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.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



Material de estudio

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

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Últimas técnicas y procedimientos en vídeo

Te acercamos a las técnicas más novedosas, con los últimos avances educativos, al primer plano de la actualidad en psicología. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para tu asimilación y comprensión. Y lo mejor, puedes verlos las veces que quieras.



Resúmenes interactivos

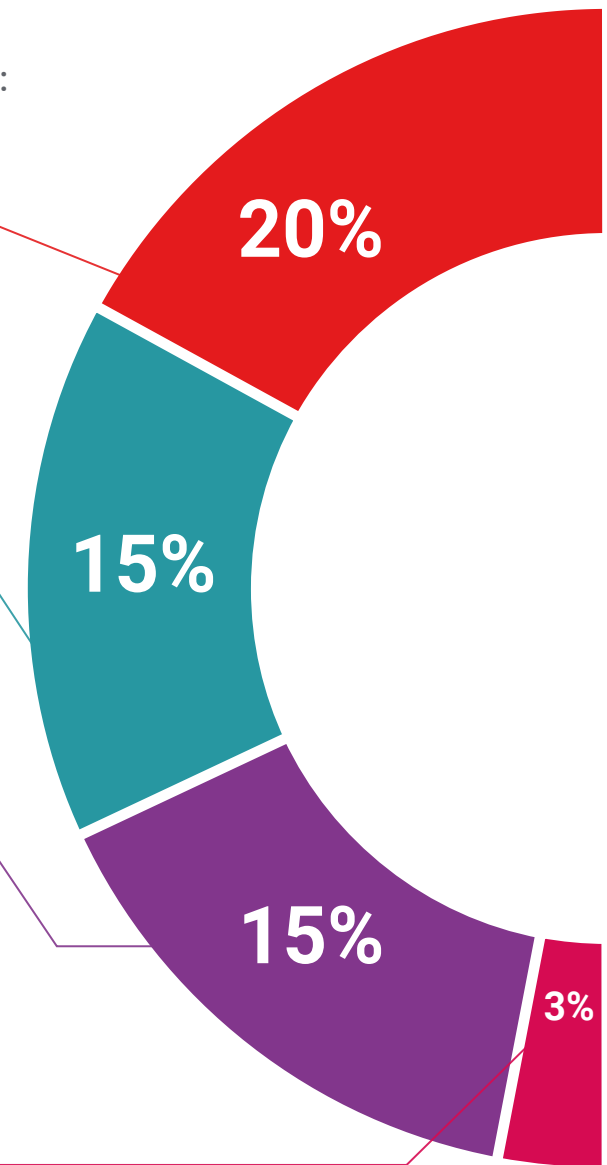
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

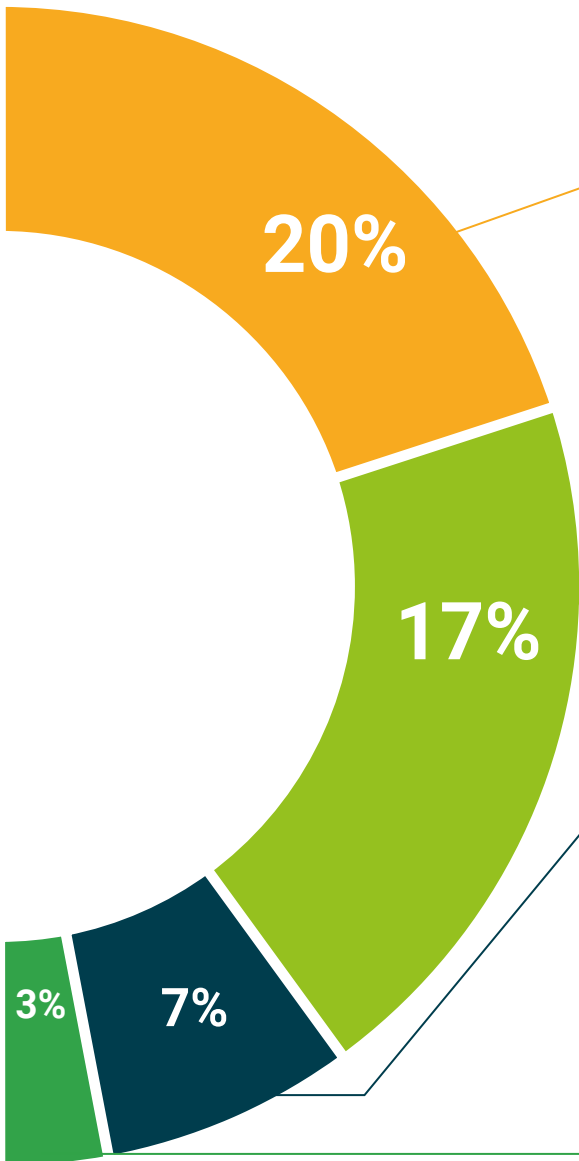
Este sistema exclusivo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales..., en nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, te presentaremos los desarrollos de casos reales en los que el experto te guiará 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

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos: para que compruebes cómo vas consiguiendo tus 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 nuestras futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

Te ofrecemos los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudarte a progresar en tu aprendizaje.



06

Titulación

El Curso en Relajación Mental le garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un Título de Curso Universitario expedido por TECH - Universidad Tecnológica.



“

Supera con éxito esta capacitación y recibe tu diploma sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este **Curso Universitario en Relajación Mental** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de las evaluaciones por parte del alumno, recibirá por correo postal con acuse de recibo su correspondiente título de Curso Universitario emitido por **TECH - Universidad Tecnológica**.

El título expedido por **TECH - Universidad Tecnológica** expresará la calificación que haya obtenido en el Curso Universitario y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Curso Universitario en Relajación Mental**

ECTS: **6**

Nº Horas Oficiales: **150 h.**





Curso Universitario Relajación Mental

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Dedicación: 16h/semana
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Curso Universitario

Relajación Mental

