



INESEM

BUSINESS SCHOOL

Máster en Inteligencia Emocional e Intervención en Emociones y Salud

+ Información Gratis

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

Máster en Inteligencia Emocional e Intervención en Emociones y Salud

duración total: 1.500 horas

horas teleformación: 450 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

Al igual que salud física, la salud psicológica adquiere una importante relevancia en nuestra sociedad. La inteligencia emocional, las emociones negativas –prioritariamente la ansiedad y el estrés–, su presencia en la vida cotidiana, su implicación en la psicopatología y en los trastornos psicofisiológicos, etc, son actualmente temas de repercusión cotidiana.

Esta especialización formativa está en auge en las últimas décadas, dada la gran cifra de personas que acuden a gabinetes psicológicos o centros de salud con problemáticas como la ansiedad o el estrés laboral. La Inteligencia Emocional es uno de los conceptos clave para comprender el rumbo que ha tomado la psicología en las últimas décadas. Así pues, la Inteligencia Emocional es un constructo que nos ayuda a entender de qué manera podemos influir de un modo adaptativo e inteligente tanto sobre nuestras emociones como en nuestra interpretación de los estados emocionales de los demás.

Además, es de suma importancia conocer la importancia de la promoción y prevención de salud tanto física como psicológica.



a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

objetivos

- Conocer el ámbito de la Inteligencia emocional.
- Adquirir conocimientos sobre las emociones.
- Integrar las habilidades básicas necesarias para llevar a cabo programas de intervención en emociones.
- Transmitir la importancia de la gestión del estrés y la ansiedad.
- Adquirir conocimientos básicos sobre promoción y prevención de la salud.

para qué te prepara

Este MÁSTER en Inteligencia Emocional e intervención en emociones y salud te prepara para desenvolverte de manera profesional en el ámbito de la Inteligencia Emocional. Además, permite indagar en las emociones negativas y la gestión del estrés y la ansiedad. Este Máster incluye un amplio abanico de contenidos con vistas a dotar al alumno de una completa y sólida formación teórica y aplicada en el ámbito de la Inteligencia Emocional, las Emociones Negativas, de manera prioritaria el Estrés y la Ansiedad, y la promoción y prevención de la salud.

salidas laborales

Desarrolla tu carrera profesional en el ámbito de la Inteligencia Emocional y las emociones ejerciendo como psicólogo/a, médico/a, pedagogo/a con formación especializada en el desarrollo de la Inteligencia Emocional, en las Emociones Negativas, la Ansiedad y el Estrés, la promoción y prevención de la salud, que además de ser una necesidad, presenta una gran proyección en múltiples campos.

Otras salidas: Asesor en inteligencia emocional e intervención en emociones y promoción de la salud, en gabinetes de psicología o pedagogía, centros de salud, empresas.

titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de INESEM vía correo postal, la Titulación Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).



INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX-XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a (día) de (mes) de (año)

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Firma del alumno/a

Sello

NOMBRE DEL ALUMNO/A



forma de bonificación

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

materiales didácticos

- Manual teórico 'Introducción a la Inteligencia Emocional'
- Manual teórico 'Taller Inteligencia Emocional: Dinámica de Inteligencia Emocional'
- Manual teórico 'Inteligencia Emocional en Niños'
- Manual teórico 'Inteligencia Emocional en el Trabajo'
- Manual teórico 'Intervención en Emociones'
- Manual teórico 'El Estrés y la Ansiedad'
- Manual teórico 'Promoción de la Salud'
- Manual teórico 'Educación para la Salud'

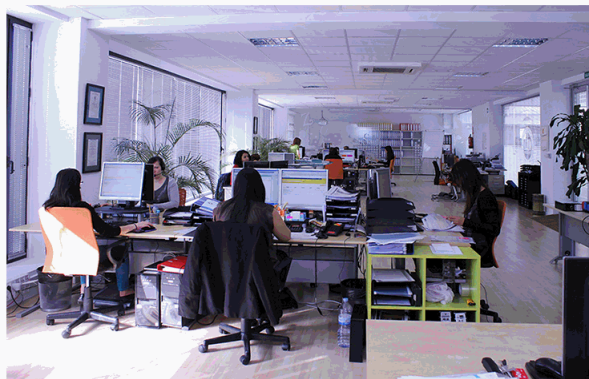


profesorado y servicio de tutorías

Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “Guía del Alumno” entregado junto al resto de materiales de estudio. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.
- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.
- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como disponer de toda su documentación



plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de ineseem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

comunidad

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

revista digital

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

secretaría

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

programa formativo

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA

- 1.La inteligencia
- 2.Inteligencia interpersonal
- 3.Inteligencia intrapersonal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTRODUCCIÓN A LA EMOCIÓN

- 1.¿Qué es la emoción?
- 2.La importancia de experimentar emociones
- 3.Valoración de situaciones y puesta en marcha de las emociones
- 4.Manifestaciones de la emoción
- 5.Conceptos relacionados que no son emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES

- 1.Criterios para la clasificación de emociones
- 2.Emociones básicas o primarias
- 3.Emociones complejas o secundarias
- 4.Clasificación dimensional de las emociones
- 5.Clasificación psicopedagógica de las emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL? DEFINICIÓN

- 1.Concepto de inteligencia emocional
- 2.Componentes de la inteligencia emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TEORÍAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL: DANIEL GOLEMAN

- 1.Teorías y modelos de la IE La figura de Goleman
- 2.Modelos de habilidades
- 3.Modelos mixtos
- 4.Otros modelos
- 5.Teoría de las inteligencias múltiples de Gardner
- 6.Teoría triárquica de la inteligencia

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.Breve Historia de la medición de la Inteligencia
- 2.Aportaciones de los test de Inteligencia
- 3.Ejemplos de test e instrumentos para evaluar la inteligencia emocional
- 4.Críticas a los test de Inteligencia

MÓDULO 2. TALLER INTELIGENCIA EMOCIONAL: DINÁMICA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PERSONALIDAD Y AUTOCONOCIMIENTO

- 1.Aproximación al concepto de personalidad
- 2.Importancia del autoconocimiento
- 3.Fases de autoconocimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 2. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (I)

- 1.Asertividad
- 2.Empatía
- 3.Autoestima

UNIDAD DIDÁCTICA 3. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (II)

- 1.Control del estrés y la ansiedad
- 2.Comunicación

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TÉCNICAS PARA AUMENTAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.Imaginación/visualización

- 2.Reestructuración cognitiva
- 3.Autocontrol
- 4.La resolución de conflictos
- 5.Técnicas de resolución de conflictos: la negociación y la mediación

MÓDULO 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia
- 2.El apego infantil
- 3.El desarrollo emocional en la etapa de Educación Primaria

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN

- 1.La inteligencia emocional en el ámbito educativo
- 2.La escuela como contexto socializador
- 3.El papel de los iguales en el desarrollo de las emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIFICULTADES EMOCIONALES

- 1.Problemas en el desarrollo emocional
- 2Factores que influyen en los problemas emocionales
- 3.Dificultades emocionales en niños

MÓDULO 4. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL TRABAJO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA VIDA LABORAL

- 1.Experiencia laboral y calidad de vida
- 2.Aplicación de la IE a la vida laboral
- 3.IE y éxito laboral
- 4.Establecer objetivos adecuados
- 5.Competitividad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PNL E INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.¿Qué es la Programación Neurolingüística?
- 2.Elementos básicos de PNL
- 3.Sistemas representacionales
- 4.Estrategias empleadas en PNL

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIRECCIÓN Y GESTIÓN EMPRESARIAL CON INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.Las organizaciones vistas desde el punto de vista de la Inteligencia Emocional
- 2.Ventajas del uso de la inteligencia emocional en la empresa
- 3.RRHH con Inteligencia emocional
- 4.Gestión del tiempo
- 5.Gestión de equipos de trabajo
- 6.Gestión de reuniones

UNIDAD DIDÁCTICA 4. INTELIGENCIA EMOCIONAL 2.0

- 1.Inteligencia emocional
- 2.El autoconocimiento
- 3.La autogestión
- 4.La conciencia social
- 5.La gestión de las relaciones

MÓDULO 5. INTERVENCIÓN EN EMOCIONES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PERSONALIDAD, AUTONOCIMIENTO E INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.Introducción
- 2.Conocerse a sí mismo
- 3.Honestidad emocional
- 4.Energía emocional
- 5.Retroinformación emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PSICOTERAPIA EMOCIONAL

1. Definición de psicoterapia
2. Psicoterapia centrada en las emociones
3. Control emocional
4. Aproximación a la Psicología positiva
5. Terapia Transpersonal
6. Mindfulness Psicoterapia y bienestar
7. Abordaje corporal de las emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL

1. Imaginación/Visualización
2. Entrenamiento asertivo
3. Técnica de control de la respiración
4. Administración del tiempo
5. La relajación

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TÉCNICAS COGNITIVAS

1. Solución de problemas
2. Detención del pensamiento
3. La inoculación del estrés
4. La sensibilización encubierta
5. Terapia racional emotiva de Ellis

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TÉCNICAS GRUPALES

1. Dinámicas de grupos

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL TERAPEUTA. COMPETENCIAS Y HABILIDADES

1. La figura del terapeuta
2. Características del terapeuta
3. Motivación del terapeuta
4. Actitudes que favorecen la relación terapéutica
5. Características que favorecen la relación terapéutica
6. Habilidades de comunicación

MÓDULO 6. EL ESTRÉS LABORAL Y LA ANSIEDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL ESTRÉS, LA ANSIEDAD Y LAS HABILIDADES SOCIALES

1. Introducción Antecedentes históricos del estrés
2. Conceptos básicos
3. Desencadenantes y causas del estrés
4. Tipos de estrés
5. Síntomas del estrés
6. Consecuencias del estrés

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL ESTRÉS LABORAL

1. Concepto y modelos teóricos del estrés laboral
2. Desarrollo del estrés laboral
3. Tipos de estrés laboral
4. Causas del estrés laboral
5. Síntomas del estrés laboral
6. Consecuencias del estrés laboral

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL BURNOUT

1. ¿Qué es el Burnout?
2. Tipos de Burnout
3. Fases del Burnout
4. Causas del Burnout
5. Síntomas del Burnout
6. Consecuencias del Burnout
7. Relaciones entre Estrés y Burnout

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PREVENCIÓN Y MANEJO DEL ESTRÉS LABORAL

1. Medidas de prevención e intervención
2. Técnicas para la prevención del estrés
3. Intervención en situaciones de crisis

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA AUTOESTIMA: CONCEPTOS CLAVES PARA LUCHAR CONTRA EL ESTRÉS

1. Definición de autoestima: autoestima alta, baja y su desarrollo
2. Auto-respeto
3. Como hacer frente a las críticas Responder a las quejas
4. Creatividad y autorrealización en el trabajo

MÓDULO 7. PROMOCIÓN DE LA SALUD

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PROMOCIÓN DE LA SALUD

1. Concepto histórico-social de la salud
2. Factores determinantes de la salud
3. La promoción de la salud

UNIDAD DIDÁCTICA 2. SALUD BUCODENTAL

1. Introducción
2. Enfermedades dentales
3. Enfermedades periodontales
4. Tratamiento
5. Actividades de promoción de salud bucodental

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENTORNO ESCOLAR

1. Promoción de salud en los escolares
2. Programas de salud en la escuela

UNIDAD DIDÁCTICA 4. EMBARAZO Y SALUD

1. Promoción de la salud en la mujer
2. Promoción de salud en el niño

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TABAQUISMO

1. Tabaquismo
2. El tabaco y sus componentes
3. Consecuencias del tabaco para la salud
4. Beneficios de la deshabituación tabáquica
5. Promoción de la salud y tabaquismo

UNIDAD DIDÁCTICA 6. INMIGRACIÓN

1. Movimientos poblacionales y salud
2. Principales determinantes de salud asociados a la inmigración
3. Problemas de salud derivados de la inmigración
4. Sistemas sanitarios
5. Promoción de la salud en los inmigrantes

UNIDAD DIDÁCTICA 7. DESIGUALDADES SOCIALES EN SALUD

1. Concepto y determinantes de desigualdades sociales en salud
2. Políticas para disminuir las desigualdades en salud
3. Promoción de la salud en las desigualdades sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 8. PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LOS LUGARES DE TRABAJO

1. Promoción de la salud en los lugares de trabajo
2. Implementación de un programa de promoción de la salud en un centro de trabajo
3. Acciones para promocionar la salud en los lugares de trabajo

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDAD FÍSICA

1. Conceptos de actividad física
2. La práctica de actividad física en las distintas etapas de la vida
3. Plan integral para la actividad física y el deporte

UNIDAD DIDÁCTICA 10. DIETA EQUILIBRADA

1. Definición y generalidades
2. Dieta equilibrada
3. Perfil calórico y recomendaciones dietéticas
4. Guías alimentarias: pirámide nutricional
5. Mitos en nutrición y dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 11. SALUD CARDIOVASCULAR

1. Introducción
2. Estrategias de salud
3. Conclusiones

UNIDAD DIDÁCTICA 12. DIABETES

1. Introducción
2. Riesgos de desarrollar diabetes
3. Plan Mundial contra la Diabetes

MÓDULO 8. EDUCACIÓN PARA LA SALUD

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EDUCACIÓN PARA LA SALUD

1. Introducción a la educación de salud
2. Factores determinantes de la conducta

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INFANCIA Y ADOLESCENCIA

1. Educación de salud en las distintas etapas de la vida
2. Etapa de la infancia
3. Etapa de la adolescencia
4. Programa de salud en la etapa de la infancia y adolescencia

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES EN LA TERCERA EDAD

1. Introducción al envejecimiento
2. Prevención de enfermedades en la tercera edad

UNIDAD DIDÁCTICA 4. USO RACIONAL DE LOS MEDICAMENTOS

1. Uso racional de los medicamentos
2. Medicamento: conceptos y generalidades
3. Educación para la salud relacionada con medicamentos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. DROGODEPENDENCIAS

1. Drogodependencias: problema sanitario y social
2. Clasificación de las drogas
3. Alcohol
4. Tabaco
5. Derivados del cannabis
6. Tranquilizantes menores: ansiolíticos y benzodiazepinas
7. Educación para la salud en drogodependencias

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EDUCACIÓN PARA LA SALUD MENTAL

1. Concepto de salud mental
2. Los trastornos mentales
3. Algunos aspectos a tener en cuenta para el tratamiento de los trastornos mentales
4. Diagnóstico de la enfermedad mental
5. El entorno del enfermo mental es clave

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ESTILOS DE VIDA

1. Concepto de salud y estilos de vida
2. Alimentación
3. Ejercicio físico

UNIDAD DIDÁCTICA 8. SEGURIDAD VIAL

1. Concepto de seguridad vial
2. Consejos de seguridad vial

MÓDULO 9. PROYECTO FIN DE MÁSTER