



# INESEM

BUSINESS SCHOOL

## ***Curso en Terapia Dialéctico Conductual (Titulación Universitaria con 5 Créditos ECTS)***

**+ Información Gratis**

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

# Curso en Terapia Dialéctico Conductual (Titulación Universitaria con 5 Créditos ECTS)

**duración total:** 125 horas

**horas teleformación:** 63 horas

**precio:** 0 € \*

**modalidad:** Online

\* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

## descripción

Con el presente curso de Terapia Dialéctico Conductual recibirá una formación especializada en la materia. La Terapia Conductual ayuda a tratar tipos de trastorno de la personalidad empleando técnicas de tercera generación, con el presente curso conocerá todo lo relacionado con este tipo de terapia.



+ Información Gratis

## *a quién va dirigido*

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

## *objetivos*

- Conocer los trastornos de la personalidad.
- Conocer los aspectos generales de la terapia dialéctico conductual.
- conocer la terapia individual.

## *para qué te prepara*

El presente curso de Terapia Dialéctico Conductual le preparará para desenvolverse en la impartición de la terapia Dialéctico Conductual, así como conocer el mindfulness, la aceptación y la terapia biosocial entre otros.

## *salidas laborales*

Psicología / Coaching / Orientación

## 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 'Terapia Dialéctico Conductual'





## profesorado y servicio de tutorías

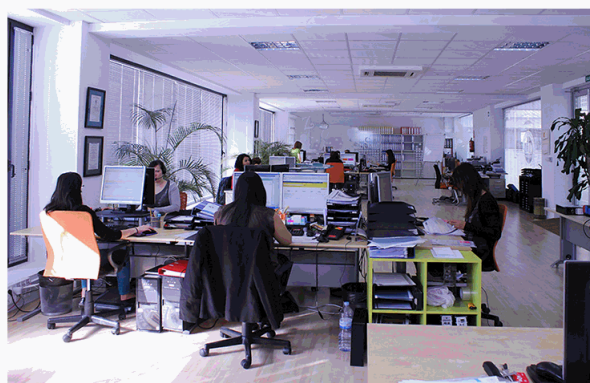
Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “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

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD**

1. Personalidad normal VS personalidad patológica
2. Trastorno general de la personalidad
3. Trastornos de la personalidad. Grupo A
  - 1.- Trastorno de la personalidad paranoide
  - 2.- Trastorno de la personalidad esquizoide
  - 3.- Trastorno de la personalidad esquizotípica
4. Trastornos de la personalidad: Grupo B
  - 1.- Trastorno de la personalidad antisocial
  - 2.- Trastorno de la personalidad límite
  - 3.- Trastorno de la personalidad histriónica
  - 4.- Trastorno de la personalidad narcisista
5. Trastorno de la personalidad: Grupo C
  - 1.- Trastorno de la personalidad evasiva
  - 2.- Trastorno de la personalidad dependiente
  - 3.- Trastorno de la personalidad obsesivo-compulsiva
6. Otros trastornos de la personalidad

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ASPECTOS GENERALES DE LA TERAPIA DIALÉCTICO CONDUCTUAL**

1. Introducción a la Terapia Dialéctico Conductual
2. Metas de la terapia
3. Comportamientos autodestructivos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESTRUCTURA Y FASES DE LA TERAPIA DIALÉCTICO CONDUCTUAL**

1. Fases de la terapia
  - 1.- El contexto social
  - 2.- Introducción a la Terapia individual
  - 3.- Introducción a la Terapia en grupo
2. Estrategias de intervención
  - 1.- Intervención: poner metas
3. Seguimiento de la Terapia Dialéctico Conductual

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. TERAPIA INDIVIDUAL**

1. Tolerancia a la angustia
2. Autoconocimiento
3. Auto-calma
4. Regulación emocional

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. TERAPIA EN GRUPO - GRUPO DE HABILIDADES**

1. Habilidades básicas de conciencia
2. Habilidades de efectividad interpersonal
3. Habilidades de regulación emocional
4. Habilidades de tolerancia al malestar

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. LA TERAPIA BIOSOCIAL**

1. Teoría biosocial del funcionamiento de la personalidad
2. El modelado biosocial
3. Conductas emocionales

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL**

1. Introducción a la Terapia Cognitivo Conductual
2. Fundamentos de la Terapia Cognitivo Conductual
3. Etapas de la Terapia Cognitivo Conductual
4. Terapia Cognitivo Conductual vs Conductismo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA ACEPTACIÓN**

+ Información Gratis



- 1.La autoestima
- 2.La aceptación personal
- 3.Problemas derivados de una baja autoestima

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. TERAPIAS BASADAS EN EL PROCESAMIENTO Y LA REGULACIÓN EMOCIONAL**

- 1.Historia del pensamiento psicológico sobre las emociones
- 2.Terapia focalizada en la emoción
- 3.Terapias centradas en el perdón
- 4.Otros modelos terapéuticos basados en el procesamiento y la regulación emocional

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. MINDFULNESS O CONCIENCIA PLENA**

- 1.Concepto de Mindfulness
  - 1.- Origen del Mindfulness
- 2.Las funciones del Mindfulness
- 3.La atención plena y el Mindfulness
- 4.La influencia del Mindfulness en el cerebro y sus conexiones
- 5.La influencia del Mindfulness en el control emocional

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. MINDFULNESS Y EMOCIÓN**

- 1.El origen de Mindfulness
- 2.Mindfulness
  - 1.- La Atención
- 3.Mindfulness y neurobiología
  - 1.- Disposición afectiva con Mindfulness
- 4.Componentes de la atención o conciencia plena
- 5.Práctica de Mindfulness
  - 1.- Práctica formal e informal
- 6.El trabajo de las emociones en la psicoterapia
  - 1.- Emociones básicas
  - 2.- Control emocional
- 7.Abordaje corporal de las emociones
  - 1.- Risoterapia
  - 2.- Arteterapia
  - 3.- Danzaterapia
  - 4.- Focalización de la atención: Focusing