

Fundación UNED

CURSOS DE “PSICOLOGÍA ABIERTA”

Como cada año, se convocan los cursos de Psicología Abierta para el año 2016. En este documento ofrecemos información sobre cada uno de los seis cursos que se ofertan en esta convocatoria.

- 1.- Mejora del rendimiento y la salud mediante la risa y las emociones positivas
- 2.- Estrategias y conocimientos sexológicos para una sexualidad positiva
- 3.- Relajación y control emocional: Biofeedback
- 4.- Habilidades psicológicas para una mediación eficaz
- 5.- Especialización en atención psicológica por videoconferencia

Si deseas más información puedes escribirnos un email:

psicologiaabierta@psi.uned.es

o llamarnos por teléfono:

654906805

MEJORA DEL RENDIMIENTO Y LA SALUD MEDIANTE LA RISA Y LAS EMOCIONES POSITIVAS

Dirigido a todo tipo profesionales y estudiantes; abogados, psicólogos, médicos, enfermeras, maestros, coach, terapeutas ocupacionales, trabajadores sociales, educadores sociales y otras personas interesadas. Dado que no se exige ningún tipo de titulación previa, cualquier persona interesada podrá encontrar provechosos los conocimientos adquiridos.

Descripción:

En este curso aprenderás por qué la risa es beneficiosa para la salud. Se trata de que conozcas, de una manera rigurosa, la relación entre las emociones y la salud, y cómo se puede aplicar este conocimiento para mejorar el nivel de bienestar de las personas.

Entre sus objetivos, están los siguientes: proporcionar conocimientos para comprender la relación entre las emociones y la salud y cómo el buen humor y la risa favorecen la salud. Delimitar del concepto de estrés. Proporcionar las herramientas para diseñar y poner en práctica ejercicios, tanto individuales como en grupo, que desarrollen el sentido del humor y la risa como estrategia para prevenir y afrontar el estrés.

Metodología:

El curso se puede seguir completamente a distancia. Los alumnos reciben en su domicilio todos los materiales impresos del curso; estos materiales se componen de dos volúmenes de apuntes que contienen, además de los conocimientos teórico-prácticos, abundante material complementario. Junto con los dos volúmenes de apuntes, también enviamos un cuadernos de prácticas con ejercicios autoaplicados.

La evaluación se compone de dos partes. La primera consiste en un cuestionario de preguntas relativas al primer volumen de apuntes, y la segunda, consiste en la realización de un trabajo práctico.

Contenidos:

Las emociones: Emociones positivas. Emociones y salud.

El estrés: Estrés y salud. Prevención-tratamiento del estrés

Risa y salud: Beneficios de la risa. Humor y estrés.

Ejercicios: Música y danza. Memoria. Diario de la risa

Talleres: Actividades. Metodología y Evaluación

Profesores:

Director: Dr. Andrés López de la Llave

Profesores: Dra. C. Pérez-Llantada; Dña. P. Carrillo; Dña. L. López de la Llave

Profesores invitados en ediciones anteriores:

Dr. Enrique García Fdez-Abascal; Dr. Emilio Ambrosio; Dr. Francisco Labrador; Dr. José María Buceta. Dra. Pilar Lago; Dra. A. Lisbona

Sesión presencial:

En primavera se invita a los alumnos que lo desean, a participar en un seminario presencial en la Facultad de Psicología de la UNED en Madrid. Esta actividad es voluntaria y gratuita. Parte de las actividades que se desarrollan en el seminario se graban y publican en la web del curso, para que los estudiantes que no pudieron asistir tengan acceso a estos contenidos.

Duración: del 15 de marzo al 30 de junio (60 horas de dedicación)

Precio: 350 euros

La matrícula incluye: Guía del curso, dos volúmenes de apuntes, un cuaderno de prácticas con ejercicios autoaplicados, acceso a la zona web exclusiva, sesión presencial (con almuerzo) y diploma del curso expedido por la Fundación UNED.

Descuento de 50 euros si te enviamos los materiales en pdf.

Ayudas al estudio para alumnos que se inscriben en más de un curso:

- Dos cursos: beca de 100 euros
- Tres cursos: beca de 250 euros

Periodo de matrícula: desde el 1 de febrero al 15 de marzo

Página web: www.jajajaja.es

Teléfonos: 654 906 805 -- 686 007 712 -- 609 668 211

Correo electrónico: risaysalud@gmail.com

ESTRATEGIAS Y CONOCIMIENTOS SEXOLÓGICOS PARA UNA SEXUALIDAD POSITIVA

Dirigido a todo tipo profesionales y estudiantes; abogados, psicólogos, médicos, enfermeras, maestros, coach, terapeutas ocupacionales, trabajadores sociales, educadores sociales y otras personas interesadas. Dado que no se exige ningún tipo de titulación previa, cualquier persona interesada podrá encontrar provechosos los conocimientos adquiridos.

Descripción:

El curso ofrece una formación seria y rigurosa sobre sexualidad humana y es un marco de crecimiento personal en relación a la propia sexualidad. Nuestro curso ofrece por tanto un contexto formativo y otro de promoción de la salud sexual.

Las dificultades y los problemas sexuales deben abordarse de una forma progresiva. Al principio el tipo de acciones son eminentemente informativas (alrededor el 80% de las dificultades sexuales se solventan así); en segundo lugar son las actitudes negativas las que causan insatisfacción o problemas sexuales. Finalmente, algunas disfunciones sexuales requieren la aplicación de técnicas sexológicas y psicológicas específicas para eliminar los “malos hábitos sexuales”. Estas técnicas vienen desarrollándose desde hace más de 50 años (Masters y Jonhson, Kaplan, LoPiccolo...) y deben ser aplicadas por sexólogos, pero su conocimiento por parte de los “no profesionales”, resulta beneficioso para la mejora de su propia sexualidad

Metodología:

El curso se puede seguir completamente a distancia. Los alumnos reciben en su domicilio todos los materiales impresos del curso; estos materiales se componen de dos volúmenes de apuntes que contienen, además de los conocimientos teórico-prácticos, abundante material complementario.

La evaluación se compone de dos partes. La primera consiste en un cuestionario de preguntas relativas al primer volumen de apuntes, y la segunda, consiste en la realización de un trabajo práctico.

Contenidos:

Sexualidad humana: Qué es la sexualidad. La sexuación. Anatomía sexual. Respuesta sexual. Antropología

Actitudes y sexualidad: Cambio de actitudes sexuales

Aplicaciones: Aumento del deseo. Juegos y fantasías. Las disfunciones sexuales.

Profesores:

Director: Dr. Andrés López de la Llave

Profesores: Dra. C. Pérez-Llantada; Dña. P. Carrillo; Dña. L. López de la Llave

CURSOS 2016

Profesores invitados en ediciones anteriores:

Dr. Enrique García Fdez-Abascal; Dr. Emilio Ambrosio; Dr. Francisco Labrador; Dr. José María Buceta. Dra. Pilar Lago; Dra. A. Lisbona

Sesión presencial:

En primavera se invita a los alumnos que lo desean, a participar en un seminario presencial en la Facultad de Psicología de la UNED en Madrid. Esta actividad es voluntaria y gratuita. Parte de las actividades que se desarrollan en el seminario se graban y publican en la web del curso, para que los estudiantes que no pudieron asistir tengan acceso a estos contenidos.

Duración: del 15 de marzo al 30 de junio (60 horas de dedicación)

Precio: 350 euros

La matrícula incluye: Guía del curso, dos volúmenes de apuntes, acceso a la zona web exclusiva, sesión presencial (con almuerzo) y diploma del curso expedido por la Fundación UNED.

Descuento de 50 euros si te enviamos los materiales en pdf.

Ayudas al estudio para alumnos que se inscriben en más de un curso:

- Dos cursos: beca de 100 euros
- Tres cursos: beca de 250 euros

Periodo de matrícula: desde el 1 de febrero al 15 de marzo

Página web: www.sexualidadpositiva.org/asmos

Teléfonos: 654 906 805 -- 686 007 712 -- 609 668 211

Correo electrónico: sexualidadpositiva@gmail.com

RELAJACIÓN Y CONTROL EMOCIONAL: BIOFEEDBACK

Dirigido a todo tipo profesionales y estudiantes; abogados, psicólogos, médicos, enfermeras, maestros, coach, terapeutas ocupacionales, trabajadores sociales, educadores sociales y otras personas interesadas. Dado que no se exige ningún tipo de titulación previa, cualquier persona interesada podrá encontrar provechosos los conocimientos adquiridos.

Descripción:

Un elevado nivel de ACTIVACIÓN continuado hace que se atraviesen momentos críticos de cierta ANSIEDAD. Las técnicas que ayudan a controlar el impacto de los excesivos niveles de estrés, se han mostrado muy útiles existiendo un gran número de ellas (desde relajación progresiva a la meditación).

El BIOFEEDBACK es una de las menos conocidas al requerir de instrumentos para su aplicación. Consiste en dar información en tiempo real, sobre algunos parámetros del organismo, información que sirve para entrenarse en controlar la actividad emocional.

En este curso se ofrecen conocimientos sobre: las bases científicas de la activación, la ansiedad, el estrés y la relajación; la medida de parámetros fisiológicos utilizando instrumentos de biofeedback; el entrenamiento en la aplicación de las técnicas de biofeedback con su propio **AnsiOTEPS**, incluido en el precio.

Metodología:

El curso se puede seguir completamente a distancia. Los alumnos reciben en su domicilio todos los materiales impresos del curso; estos materiales se componen de dos volúmenes de apuntes que contienen, además de los conocimientos teórico-prácticos, abundante material complementario.

Junto con los dos volúmenes de apuntes, también enviamos un instrumento de biofeedback AnsiOTEPS.

La evaluación se compone de dos partes. La primera consiste en un cuestionario de preguntas relativas al primer volumen de apuntes, y la segunda, consiste en la realización de un trabajo práctico.

Contenidos:

Bases de Psicología: Activación, Ansiedad y Estrés.

Bases de relajación: Técnicas de entrenamiento

Bases de biofeedback: Tipos de aparatos y señales. Fases del proceso de biofeedback.

Biofeedback: contextos de aplicación. Autoaplicación

Profesores:

Director: Dr. Andrés López de la Llave

Profesores: Dra. C. Pérez-Llantada; Dña. P. Carrillo; Dña. L. López de la Llave

CURSOS 2016

Profesores invitados en ediciones anteriores:

Dr. Enrique García Fdez-Abascal; Dr. Emilio Ambrosio; Dr. Francisco Labrador; Dr. José María Buceta. Dra. Pilar Lago; Dra. A. Lisbona

Sesión presencial:

En primavera se invita a los alumnos que lo desean, a participar en un seminario presencial en la Facultad de Psicología de la UNED en Madrid. Esta actividad es voluntaria y gratuita. Parte de las actividades que se desarrollan en el seminario se graban y publican en la web del curso, para que los estudiantes que no pudieron asistir tengan acceso a estos contenidos.

Duración: del 15 de marzo al 30 de junio (60 horas de dedicación)

Precio: 375 euros

La matrícula incluye: Guía del curso, dos volúmenes de apuntes, un instrumento AnsioTeps, acceso a la zona web exclusiva, sesión presencial (con almuerzo) y diploma del curso expedido por la Fundación UNED.

Descuento de 50 euros si te enviamos los materiales en pdf.

Ayudas al estudio para alumnos que se inscriben en más de un curso:

- Dos cursos: beca de 100 euros
- Tres cursos: beca de 250 euros

Periodo de matrícula: desde el 1 de febrero al 15 de marzo

Página web: www.ansioteps.com

Teléfonos: 654 906 805 -- 686 007 712 -- 609 668 211

Correo electrónico: ansioteps@gmail.com

HABILIDADES PSICOLÓGICAS PARA UNA MEDIACIÓN EFICAZ. EL MANEJO DE LAS EMOCIONES

Dirigido a todo tipo profesionales y estudiantes; abogados, psicólogos, médicos, enfermeras, maestros, coach, terapeutas ocupacionales, trabajadores sociales, educadores sociales y otras personas interesadas. Dado que no se exige ningún tipo de titulación previa, cualquier persona interesada podrá encontrar provechosos los conocimientos adquiridos.

Descripción:

Se considera que, además de una sólida formación técnica y legal, un buen mediador debe contar con algunas habilidades personales como originalidad, una actitud conciliadora, capacidad de autocontrol, sentido del humor y una cierta espontaneidad. Estas características son “entrenables” y el mediador debería buscar formarse en ellas del mismo modo que busca su formación técnica y legal.

Se puede decir que resulta especialmente importante el conocimiento del papel de las emociones en la acción mediadora, así como habilidades de empatía, escucha activa, comunicación, y manejo del conflicto

El curso de **Habilidades psicológicas para una mediación eficaz** tiene como principales objetivos: ofrecer a los mediadores, y a los que se forman en esta profesión, los conocimientos psicológicos sobre las conductas y el funcionamiento emocional de las personas; facilitar el entrenamiento en habilidades emocionales que permitan el manejo de las emociones propias y en los demás y ofrecer un conjunto de herramientas básicas para abordar la mediación desde una perspectiva optimista, creativa y enriquecedora, conocimientos que hoy resultan imprescindibles para el trabajo eficaz en los procesos de mediación.

Metodología:

El curso se puede seguir completamente a distancia. Los alumnos reciben en su domicilio todos los materiales impresos del curso; estos materiales se componen de dos volúmenes de apuntes que contienen, además de los conocimientos teórico-prácticos, abundante material complementario. Junto con los dos volúmenes de apuntes, también enviamos dos cuadernos de prácticas con ejercicios autoaplicados.

La evaluación se compone de dos partes. La primera consiste en un cuestionario de preguntas relativas al primer volumen de apuntes, y la segunda, consiste en la realización de un trabajo práctico.

Contenidos:

Bases de la conducta: Emociones, activación, estrés y ansiedad. La personalidad. Autorregulación emocional

Entrenar las emociones (ejercicios prácticos). Manejo de las emociones. Empatía. Comunicación eficaz (ejercicios). Abordar conflictos en procesos de mediación

Profesores:

Director: Dr. Andrés López de la Llave

Profesores: Dra. C. Pérez-Llantada; Dña. P. Carrillo; Dña. L. López de la Llave

Profesores invitados en ediciones anteriores:

Dr. Enrique García Fdez-Abascal; Dr. Emilio Ambrosio; Dr. Francisco Labrador; Dr. José María Buceta. Dra. Pilar Lago; Dra. A. Lisbona

Sesión presencial:

En primavera se invita a los alumnos que lo desean, a participar en un seminario presencial en la Facultad de Psicología de la UNED en Madrid. Esta actividad es voluntaria y gratuita. Parte de las actividades que se desarrollan en el seminario se graban y publican en la web del curso, para que los estudiantes que no pudieron asistir tengan acceso a estos contenidos.

Duración: del 15 de marzo al 30 de junio (60 horas de dedicación)

Precio: 350 euros

La matrícula incluye: Guía del curso, dos volúmenes de apuntes, dos cuadernos de prácticas con ejercicios autoaplicados, acceso a la zona web exclusiva, sesión presencial (con almuerzo) y diploma del curso expedido por la Fundación UNED.

Descuento de 50 euros si te enviamos los materiales en pdf.

Ayudas al estudio para alumnos que se inscriben en más de un curso:

- Dos cursos: beca de 100 euros
- Tres cursos: beca de 250 euros

Periodo de matrícula: desde el 1 de febrero al 15 de marzo

Página web: www.psicologiadelamediacion.es

Teléfonos: 654 906 805 -- 686 007 712 -- 609 668 211

Correo electrónico: psicologiadelamediacion@gmail.com

ESPECIALIZACIÓN EN ATENCIÓN PSICOLÓGICA POR VIDEOCONFERENCIA

Dirigido a todos los psicólogos que deseen adquirir los conocimientos necesarios para aplicar esta novedosa herramienta de atención psicológica.

Descripción:

la videoconferencia supone un avance importante en la atención psicológica al facilitar una interacción cara a cara que no tienen otros procedimientos de comunicación mediada. Pero también tiene algunos inconvenientes que, de hecho, son los que proporcionan relevancia a este curso. Así, entre los inconvenientes más frecuentemente citados en la literatura científica destacan los siguientes:

- Falta de regulación legal
- Acreditación de la identidad de los intervinientes (profesionales y usuarios)
- Garantizar la confidencialidad de las entrevistas
- Protección de datos personales
- Requerimientos tecnológicos
- Habilidades técnicas de los interlocutores
- Falta de seguridad de Internet
- Falta de profesionales cualificados

Una formación adecuada del profesional eliminaría algunos de estos inconvenientes y minimizaría otros al proporcionar una información rigurosa y actualizada.

El curso de Especialización en Atención Psicológica por Videoconferencia proporciona, a los profesionales que lo cursan, la formación imprescindible para abordar esta nueva forma de intervención; además ofrece un espacio donde poner en práctica los conocimientos adquiridos para facilitar la necesaria experiencia en este campo.

Metodología:

Este curso se desarrolla en línea, accediendo cada estudiante, con una clave de usuario y contraseña personales, al espacio de aprendizaje. Todos los materiales, actividades y ejercicios de evaluación se encuentran en la web e-learning del curso, así como abundante material complementario, videoclases, enlaces de interés, etc.

La realización de las prácticas obligatorias se llevará a cabo en el Centro Virtual de Psicología.

Contenidos:

Módulo 1: Telepsicología, recoge el desarrollo histórico de las intervenciones psicológicas utilizando los diferentes medios que ofrece Internet y se describen las principales aplicaciones, incluyendo las ventajas e inconvenientes de cada una de ellas.

Módulo 2: Videoconferencia: Fundamentos y aspectos técnicos, se centra en las cuestiones técnicas que se deben tener en cuenta al realizar una videoconferencia: el equipo necesario, los requerimientos de la línea de acceso a Internet, iluminación, sonido, etc. Así como otras consideraciones, que podríamos denominar *cuestiones de etiqueta*.

Módulo 3: Seguridad y privacidad en Internet, aborda cuestiones relativas a la protección de datos de carácter personal, la confidencialidad, la seguridad informática o la acreditación de identidad.

Módulo 4: Guías prácticas de Telepsicología y de Atención por videoconferencia, resumen de las guías de buenas prácticas que han elaborado la APA (*American Psychological Association*) y la ATA (*American Telemedicine Association*). También se presenta la Guía de la Asociación de Especialistas en Atención Psicológica por Videoconferencia (AEAPV).

Módulo 5: Ejemplos de investigación en Telepsicología, investigaciones recientes publicadas en revistas científicas sobre la atención psicológica en Internet.

Módulo 6: Prácticas de atención psicológica por videoconferencia con pacientes modelo, desarrolla los aspectos que debe tener en cuenta el alumno para abordar las prácticas con éxito, así como el funcionamiento de la plataforma de videoconferencia del Centro Virtual de Psicología en el que se van a llevar a cabo las prácticas.

Profesores:

Director: Dr. Andrés López de la Llave

Profesores: Dra. C. Pérez-Llantada; Dña. P. Carrillo; Dña. L. López de la Llave

Sesión presencial:

En primavera se invita a los alumnos que lo desean, a participar en un seminario presencial en la Facultad de Psicología de la UNED en Madrid. Esta actividad es voluntaria y gratuita. Parte de las actividades que se desarrollan en el seminario se graban y publican, para que los estudiantes que no pudieron asistir tengan acceso a estos contenidos.

Duración: del 15 de marzo al 30 de septiembre (100 horas de dedicación)

Precio: 450 euros

Periodo de matrícula: desde el 1 de febrero al 15 de marzo

Página web: www.psicologiaporvideoconferencia.com

Teléfonos: 654 906 805 -- 686 007 712 -- 609 668 211

Correo electrónico: ceapvc@gmail.com