



Intervención en Problemas de Autoestima

PROGRAMA DE FORMACIÓN

“Intervención en Problemas de Autoestima”

Modalidad: Online.

Docente: Miriam Rocha Díaz

A quién va dirigido: Alumnos del Grado de Psicología, graduados y licenciados en Psicología y profesionales de la psicología.

Descripción del curso: En terapia son muchas las ocasiones en las que tenemos que abordar **problemas relacionados con la Autoestima**. Para realizar una intervención lo más adecuada y eficaz es necesario conocer **cómo se manifiesta el problema de “Autoestima”** en el comportamiento del consultante: en su forma de pensar, sentir y actuar. Este curso tiene como objetivo **operativizar el constructo “Autoestima”** y proporcionar conocimientos sobre cómo **evaluar** los problemas de autoestima, cómo realizar su **análisis funcional** y cómo **intervenirlos** desde una perspectiva basada en la evidencia.

Relevancia y utilidad del curso: “Autoestima” es un concepto frecuentemente utilizado a pie de calle. Sin embargo, los psicólogos para poder realizar un buen abordaje de los problemas de autoestima no podemos conformarnos con la definición coloquial, sino que debemos **desgranar el constructo “Autoestima” en términos científicos** y traducirlo a los comportamientos concretos en los que se manifiestan los problemas de nuestros consultantes. En este curso se abordará el concepto desde una **perspectiva funcional**, recurriremos a los procesos de aprendizaje para explicar el origen y mantenimiento de los problemas de autoestima, aprenderemos a analizar funcionalmente la “Autoestima”, conoceremos **diversas técnicas, estrategias y recursos de intervención** y aprenderemos a diseñar intervenciones personalizadas basadas en evidencia y en el análisis funcional del caso. Todo ello será apoyado por múltiples **ejemplos clínicos y materiales complementarios**.

Horas de contenido: Más de **40 horas** de contenido en vídeo. *No se contabilizan aquí las horas que dedica el alumno a realizar las tareas propuestas durante el curso o revisar el material y lecturas complementarias.

Metodología:

Plataforma online: Aquí encontrarás todos los materiales y recursos didácticos y audiovisuales que necesitas para realizar el curso. Podrás acceder a ellos a través tu navegador de internet o de una app móvil las 24 horas del día.

Videos: El contenido del curso estará disponible a través de **40 horas de vídeos** cuya visualización en la plataforma podrás ir organizando en función de tus tiempos a lo largo del tiempo que dura el curso.

Materiales básicos: Encontrarás a tu disposición los PDF de todo el temario que te servirán de apoyo para seguir el contenido de los videos y podrás descargarlos para guardar a tu disposición a futuro.

Materiales complementarios: Tendrás a tu disposición otros contenidos (artículos, lecturas, bibliografía recomendada, materiales de apoyo y ejemplo aportados por la profesora...) que se consideren útiles para completar la formación recibida.

Casos clínicos: Dispondrás de cerca de **20 horas** de ejemplos prácticos y casos clínicos que permitirán una mejor comprensión del contenido teórico.

Evaluación: La evaluación del curso se realizará a través de un examen tipo test. Además de esto se proponen varias tareas de carácter opcional sobre los diferentes casos expuestos, que ayudarán al alumno a afianzar los conocimientos.

- **Tareas de reflexión sobre casos:** Con el fin de aplicar los conocimientos abordados durante el curso se plantearán diversas tareas opcionales sobre los casos presentados. El alumno contará con las soluciones a dichas tareas y también podrá plantear cualquier duda sobre éstas durante la videotutoría grupal online.
- **Examen tipo test:** Se trata de un examen tipo test de 3 opciones de respuesta basado en los contenidos del curso.

Videotutorías online:

- **Videotutoría correspondiente a la edición:** Se realizará una videotutoría online con la docente para resolver dudas sobre los contenidos del curso, las tareas de reflexión o cualquier duda relacionada con el tema del curso. La videotutoría tendrá una fecha y hora concreta que será avisada al inicio del curso y tendrá lugar a través de una plataforma externa. La grabación estará posteriormente accesible junto al contenido del curso para todas aquellas personas que no puedan estar presentes.
- **Videotutoría extra anual:** La inscripción al curso dará derecho al alumno a participar en las videotutorías que de forma extraordinaria y adicional al curso se realizarán anualmente en función de la disponibilidad de la docente. Las fechas de las mismas serán avisadas por correo electrónico al mail que haya proporcionado el alumno en su inscripción.

Tutor personal: Los alumnos contarán con el acompañamiento de la docente durante la duración de la formación para cualquier duda que surja.

Acreditación

Diploma: Diploma acreditativo emitido por ITEMA que certifica haber cursado la formación y superado el examen.

Índice de Contenidos

PARTE TEÓRICA:

0. Introducción al curso e índice
1. Introducción a la Autoestima
2. Definición conductual de autoestima: Análisis Funcional de la Autoestima
3. Conceptos afines a la autoestima
4. Aprendizaje de la autoestima:
 - Aprendizaje de la autoestima: ¿Cómo se desarrolla la autoestima?
 - Aprendizaje de la imagen corporal: ¿Cómo se desarrolla la imagen corporal?
5. Los problemas de autoestima: Conceptualización - ¿Cuándo estamos ante un problema de autoestima y cómo lo abordamos?
6. Evaluación de la autoestima
7. Intervención de la autoestima
 - Intervención de la autoestima en niños: Procedimientos y técnicas
 - Intervención de la autoestima en adultos: Procedimientos y técnicas
8. Explicación al consultante
9. Abordaje clínico: Propuestas de abordaje. Ejemplos de casos clínicos:
 - Propuesta de abordaje clínico
 - Caso de Óscar
 - Caso de Andrea
 - Caso de Juan
 - Caso de Maribel
 - Caso de Carmen
 - Caso de Alberto
 - Función de las verbalizaciones y las autodescripciones negativas
10. Imagen corporal
 - Imagen corporal - Introducción
 - Definición conductual de la “imagen corporal”
 - La aceptación: “Body positive” y “Body neutrality”

- Implicaciones para la intervención clínica desde el “Body positive” y el “Body neutrality” → Análisis funcional de la aplicación clínica
- Intervención en los problemas de imagen corporal: Claves para el abordaje en terapia
- Técnicas y estrategias de intervención en la imagen corporal.

PARTE APLICADA:

0. Introducción a los casos clínicos de autoestima
1. Análisis de un documental – Ejemplos de problemas de autoestima e imagen corporal
2. Caso de Elena
3. Caso de Clara
4. Caso de Fran
5. Caso de Marina
6. Caso de Iñaki

Objetivos del curso y competencias del alumno:

Este curso busca alcanzar los siguientes objetivos y desarrollar las siguientes competencias:

- Lograr una mayor comprensión del concepto autoestima y otros conceptos afines desde bases científicas.
- Conocer diversas propuestas teóricas relacionadas con la autoestima.
- Conocer cómo se desarrolla y aprende la autoestima y cómo surgen y se mantienen los problemas de autoestima.
- Saber detectar, explicar y analizar funcionalmente (recurriendo a los principios de aprendizaje) las diversas morfologías de comportamiento (pensamientos, emociones, acciones) implicadas en los problemas de autoestima de nuestros consultantes.
- Conocer cómo se desarrollan la imagen corporal (un pilar importante dentro de la autoimagen y la autoestima) y los problemas de insatisfacción corporal.
- Conocer diversas técnicas, estrategias y procedimientos de intervención con bases científicas para abordar la autoestima y la insatisfacción corporal.
- Conocer diferentes recursos (bibliografía, vídeos, lecturas, ejercicios, podcast...) para niños, adolescentes y adultos, que pueden ser de utilidad para planificar y aprovechar en la intervención terapéutica.

- Observar una gran diversidad de casos clínicos que pese a sus diferentes características y motivos de consulta, pueden ser ubicados dentro del “paraguas” de los problemas de autoestima, pretendiendo dar muestra de la diferente manifestación conductual que pueden tener los problemas que nuestros consultantes refieren como “problemas de autoestima”, “baja confianza en si mismo”, “insatisfacción conmigo mismo”... y otras descripciones similares...

Entidad formadora

Instituto Terapéutico de Madrid (ITEMA)



INSTITUTO TERAPÉUTICO DE MADRID

CIF: B88066782

C/ Gran Vía 57, 10º J

Madrid 28013

Tlf.: 91 435 75 95