

SUPERACIÓN EMOCIONAL COVID

Objetivos

- Aprender a controlar las reacciones post-trauma
- Facilitar la expresión ambiental
- Facilitar la readaptación a la nueva realidad
- Aprender técnicas de gestión emocional
- Aprender a cuidar a los equipos profesionales

Programa

- Revivir e integrar el pasado
- Gestión y control del estrés
- Convivir con el miedo
- Readaptación a la realidad
- Autocontrol emocional
- Reestructuración cognitiva
- Técnicas de autocuidado
- Técnicas de intervención

Datos generales

Modalidad: Aulavirtual (videoconferencias)

Duración: 12 horas

Fechas: a determinar

Horario: cuatro horas por sesión

Profesores

Manuel Nevado Rey

Doctor en Psicología Clínica por la UCM

Durante quince años ha sido Director de Formación y Proyectos de la Asociación Nacional de Alzheimer AFAL y Director Técnico de la Fundación María Wolff.

Miembro de las Juntas Directivas del Colegio de Psicólogos de de la Comunidad de Madrid, de Psicólogos sin Fronteras y de la Sociedad Española de Geriatria.

Profesor de las Universidades Camilo José Cela, Murcia y Castilla La Mancha Amplia experiencia en gestión de las emociones.

Profesor de GlobalCESS desde hace más de doce años

Irene de Miranda Reynés

Licenciada en Psicóloga por la UAM Master en Psicología General Sanitaria

Profesora de GlobalCESS con amplia experiencia en las áreas de equipos, gestión de las emociones y control del estrés.

Profesor de GlobalCESS desde hace más de cinco años