

# Bienestar físico y salud emocional Bioneuroemoción®





<b>1. Presentación</b>	<b>3</b>
1.1. Objetivos generales	3
1.2. Acceso al curso	3
1.3. Información y matrícula	4
<b>2. Plan de estudios</b>	<b>5</b>
2.1. Metodología	5
2.2. Programa y contenidos	5
2.3. Calendario general	10
2.4. Recursos y Herramientas para el aprendizaje	10
2.5. Certificación	11
<b>3. Equipo docente y colaboradores</b>	<b>12</b>

© ENRIC CORBERA INSTITUTE, S.L., Rubí (Barcelona). Marzo 2022.

ENRIC CORBERA INSTITUTE, S.L. es el titular de todos los derechos de propiedad intelectual e industrial contenidos en el presente documento (a título enunciativo pero no limitativo, textos, imágenes, gráficos, marcas y logotipos, combinación de colores, estructura y diseño), o en su caso goza de las pertinentes autorizaciones, quedando todos los derechos expresamente reservados. El presente documento está protegido por las normas nacionales e internacionales de propiedad industrial e intelectual.

Quedan expresamente prohibidas la reproducción (incluyendo, la descarga y el almacenamiento), la transformación, la distribución, la comunicación pública (incluida su modalidad de puesta a disposición y transmisión) y, en general, cualquier otra forma de explotación, de la totalidad o parte del contenido del presente documento, con o sin ánimo de lucro, en cualquier soporte y por cualquier medio (online y/o offline), sin la previa y expresa autorización por escrito de ENRIC CORBERA INSTITUTE, S.L. Esta prohibición se extiende a los dispositivos técnicos de protección, las huellas digitales y cualesquiera mecanismos de información relacionados con los contenidos. Queda asimismo especialmente prohibida la utilización y difusión en redes telemáticas de la información la totalidad o parte de dicho documento con fines o por medios publicitarios, promociones y/o de cualquier índole.

Cualquier reproducción, copia, distribución, alteración, distribución, comunicación pública, difusión, entre otros, constituirá infracción de los derechos de propiedad intelectual.

ENRIC CORBERA INSTITUTE, S.L. no se hace responsable ni podrá hacerse responsable de ningún daño o perjuicio en personas y/o bienes que traiga causa en el contenido de dicho documento.

# 1. Presentación



A través de este curso comprenderás el factor emocional que acompaña a las diferentes patologías que se manifiestan en el cuerpo. Aprenderás cómo iniciar y desarrollar un proceso de autoindagación para una gestión eficaz de aquellas emociones que pueden estar influyendo en tu salud física y emocional.

Se realizarán casos en directo en todas las clases y tutorías donde se revisarán los síntomas más habituales y te ayudarán a trasladar los aprendizajes a tus circunstancias personales.

## 1.1. Objetivos generales

- Descubrir un enfoque multifactorial para el abordaje de la salud, donde cuerpo y mente están íntimamente relacionados.
- Aprender el sentido simbólico de los distintos sistemas orgánicos que conforman nuestro cuerpo y las diferentes interpretaciones posibles sobre los conflictos emocionales asociados.
- Descubrir de qué forma los síntomas físicos se relacionan con ciertos estilos de personalidad y qué podemos hacer para potenciar nuestro bienestar físico y emocional.

## 1.2. Acceso al curso

- **Requisitos informáticos:**

PC o portátil, ya sea Mac o Windows:

- Con conexión rápida a internet.
- Capaz de ejecutar uno de los siguientes navegadores web: Google Chrome, Mozilla Firefox o Internet Explorer.
- Auriculares y cámara integrada o webcam para la realización de las tutorías.

- **Requisitos de acceso:**

No hay requisitos previos para acceder al curso «Bienestar físico y salud emocional».



### 1.3. Información y matrícula

- **El pago** debe ser abonado antes del comienzo del curso.
- Las plazas del curso son limitadas, por lo que la participación se confirmará en el momento de **hacer la reserva** mediante el pago de la inscripción (incluida en el precio).
- La inscripción y reserva de plaza en el curso se tramita a través de la **web > cursos > Bienestar físico y salud emocional**, donde se podrá elegir el lugar y las fechas que mejor se adapten a la disponibilidad del usuario.
- En el caso de querer realizar la formación **por segunda vez**, se ofrecerá un **50% de descuento directo** que se aplicará en el proceso de inscripción.

# 2. Plan de estudios



## 2.1. Metodología

- 100% online: Flexibilidad horaria y adaptabilidad para la óptima gestión del tiempo bajo cualquier contexto.
- Soporte técnico permanente y personalizado con respuesta en menos de 24h.
- Aprendizaje práctico en las 6 clases con Enric Corbera y el equipo docente.
- Tutorías con el equipo docente en grupos reducidos.
- Todas las clases y las tutorías se emiten en directo vía Zoom y quedan grabadas para su posterior visualización.
- Ejercicios dirigidos a trabajar sobre problemáticas reales para aprender cómo iniciar y desarrollar un proceso de autoindagación.
- Presentaciones en formato PDF descargable de cada una de las clases.
- Repositorio:
  - 6 Masterclass virtuales impartidas por Enric Corbera sobre temas relacionados con la formación.
  - 4 clases presenciales grabadas, impartidas por David Corbera y Víctor Villalobos en cursos anteriores.
  - 5 consultas grupales online, impartidas por Enric Corbera y Víctor Villalobos, donde se exponen diferentes casos prácticos reales.

## 2.2. Programa y contenidos

- Acceso al curso: 30 días
- 25 horas lectivas
- Dedicación: 1 hora al día (aproximadamente). El tiempo de estudio puede ser programado y distribuido en función de la disponibilidad del alumno.
- **Webinar Técnico:**
  - Se realizará el día previo al inicio de las clases.
  - Se explicará brevemente el funcionamiento de las diferentes secciones del campus, cómo acceder al apartado zoom, descargar material, etc.
- **Clases teóricas:**
  - 6 clases teórico-prácticas en directo.
  - Duración aproximada: 1 hora - 1 hora y media.



## 1º día:

### **Clase 1: Fundamentación y presentación curso**

En esta clase se presentará un enfoque multifactorial de la salud, exponiendo los principales referentes científicos y las disciplinas más destacadas que demuestran la relación entre la mente, las emociones y el cuerpo. Los participantes aprenderán a identificar los distintos factores que influyen en su respuesta fisiológica al estrés.

**Objetivo general:** Comprender la importancia de la gestión emocional para mantener y potenciar el bienestar físico.

#### **Contenidos:**

- La función de las emociones
- El verdadero origen del estrés
- El síntoma y la sombra

### **Clase 2: Comportamientos y afrontamiento al estrés**

En esta clase se analizarán los aspectos psicosociales y de la personalidad que influyen en nuestra manera de percibir la vida y de comportarnos. Los participantes aprenderán a observar sus conductas disfuncionales en momentos de estrés. Se realizarán casos en directo en los que se aplicará este proceso de indagación orientado a reducir el estrés y generar cambios positivos.

**Objetivo general:** Adquirir habilidades de autoindagación para mejorar la gestión del estrés.

#### **Contenidos:**

- Personalidad psicosomática
- Función de la personalidad y el carácter
- Actividad: Patrones de conducta disfuncionales



## 2º día:

### **Clase 3: Creencias y formación de la identidad.**

En esta clase se explicará cómo se forma nuestra identidad a lo largo de las diferentes etapas del desarrollo. Los alumnos aprenderán a identificar las creencias que han adquirido en su entorno familiar durante la infancia y que están relacionadas con eventos estresantes de la actualidad.

**Objetivo general:** Comprender la influencia del pasado personal y familiar en la construcción de nuestra personalidad y en nuestra manera de ver y experimentar el mundo en la actualidad.

#### **Contenidos:**

- Etapas del desarrollo
- Conectar con la sombra
- Actividad: Identificación de creencias

### **Clase 4: Relaciones interpersonales y salud**

Esta clase se centra en uno de los factores fundamentales que influyen en nuestro estado de salud: la calidad de nuestras relaciones. Se aprenderá, a través de ejemplos, a aplicar la conciencia de unidad en situaciones de conflicto interpersonal con el objetivo de mejorar la empatía, encontrar nuevas soluciones y aumentar nuestro autoconocimiento.

**Objetivo general:** Desarrollar la empatía y la conciencia de unidad en las relaciones interpersonales.

#### **Contenidos:**

- Deshacer la coraza emocional
- Relacionarse desde la autenticidad
- Actividad: Conocernos a través de los demás



### 3º día:

#### **Clase 5: Sentido Biológico y simbólico**

Este tema se centra en la estrecha relación que existe entre la personalidad, el comportamiento, la gestión emocional y la salud. Se realizarán casos en directo en los que se indagará, a partir de un síntoma físico, para desvelar el origen del conflicto emocional asociado a esta expresión somática.

**Objetivo general:** Aprender a iniciar y desarrollar una autoindagación a partir de un síntoma físico.

#### **Contenidos:**

- Equifinalidad y multifinalidad
- Sentido biológico y simbólico de los sistemas orgánicos
- Actividad: Autoindagación a partir de un síntoma

#### **Clase 6: Conclusiones y compromiso**

En esta clase se profundizará en la comprensión de la inseparable relación entre los conflictos emocionales y el estado de salud del cuerpo a través de ejemplos y prácticas. Los participantes podrán concretar los aprendizajes realizados durante la formación y establecer un nuevo compromiso consigo mismos para potenciar su bienestar.

**Objetivo general:** Reforzar los aprendizajes personales realizados durante el curso y establecer un compromiso con uno mismo.

#### **Contenidos:**

- Integración de las polaridades
- Trascendencia
- Actividad: El compromiso





### **Tutorías:**

- Participación en un espacio interactivo en directo de 45min -1 hora de duración, para aplicar la metodología de la Bioneuroemoción a casos concretos.
- Asistencia a la tutoría asignada como participante y como oyente a la dinámica de los demás grupos.
- Grupos reducidos, de alrededor de 15 alumnos, con la finalidad de generar una interacción más personal.
- Horario:
  - Una vez finalizadas las clases habrá 2 días sin actividad docente destinados a la integración de los aprendizajes realizados. Las Tutorías se distribuirán a lo largo de los 3 días siguientes, en franja horaria de 3pm a 6pm.
  - Al acceder al curso se publicará la información de los horarios disponibles para las tutorías. El/la alumno/a tiene la posibilidad de elegir el día y el horario más conveniente.
- Se realizarán mediante Zoom a través del campus virtual.



## 2.3. Calendario general

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Semana 1			<b>Inicio Curso</b>	3pm Webinar técnico	Clases teórico-prácticas 1ª Clase 3pm 2ª Clase 5pm	Clases teórico-prácticas 3ª Clase 3pm 4ª Clase 5pm	Clases teórico-prácticas 5ª Clase 3pm 6ª Clase 5pm
Semana 2			Tutorías De 3pm a 6pm	Tutorías De 3pm a 6pm			

## 2.4. Recursos y Herramientas para el aprendizaje

El curso incluye los siguientes recursos pedagógicos para favorecer el aprendizaje:

- **Clases virtuales en directo** llevadas a cabo por Enric Corbera y su equipo docente. Estas clases disponen de chat en directo, con capacidad de conexión por audio e imagen. Posteriormente, se suben al Campus Virtual para que el alumno las pueda revisar.
- **Repositorio de clases virtuales** impartidas exclusivamente por Enric Corbera sobre temas relacionados con la formación.
- **Repositorio de clases presenciales grabadas**, impartidas por Enric Corbera y docentes de su equipo.
- **Repositorio de consultas grupales online**, impartidas por Enric Corbera y docentes de su equipo, en las que se expondrán diferentes casos prácticos reales.
- **Contenido teórico del curso** en formato PDF descargable, junto con las presentaciones utilizadas durante las clases virtuales en directo.



Durante los 30 días de conexión al Campus Virtual, estará a disposición del alumnado el material anterior. Además, estarán habilitadas en todo momento las siguientes herramientas de interacción online:

- **Mail interno:** para realizar consultas de carácter privado y ofrecer orientación académica.
- **Foro de dudas:** Se habilitará en el campus virtual un foro de dudas para realizar consultas relacionadas con el material académico.

\* NOTA: Las dudas relacionadas con casos personales no podrán ser respondidas a través de foros o del mail interno, pues la naturaleza del método de la Bioneuroemoción no permite dar respuestas sin realizar una indagación personal en directo y disponiendo de toda la información.

### 2.5. Certificación

Para superar la formación es necesario:

- Visualizar todas las clases teóricas.
- Participar en una de las tutorías.

Una vez finalice el acceso al Curso, se emitirá un certificado de participación de Enric Corbera Institute que tendrá un coste de 15€. Además, cualquier alumno/a que haya realizado la formación contará con la posibilidad de solicitar el aval correspondiente a la Universidad Nacional del Nordeste de Argentina (coste adicional de 20€). El certificado que se entregará será en formato digital.

### 3. Equipo docente y colaboradores



- Enric Corbera Institute está formado por un equipo multidisciplinar de docentes altamente capacitados y especialistas en Bioneuroemoción y formados en otras disciplinas científicas y humanistas.
- Es un equipo docente comprometido con el desarrollo de una visión del bienestar desde la relación inseparable entre cuerpo, mente y emociones.
- Varios expertos impartirán las clases y realizarán tutorías en grupos reducidos.
- Estarán disponibles durante los días de duración del curso e interactuarán a diario con el grupo, a través de un foro y del mail interno, para resolver las dudas que vayan surgiendo.

Puedes consultar las personas que integran el equipo haciendo click [aquí](#).

# ¿Alguna pregunta?



Para más información contactar con el Departamento de Atención al Cliente:

## **Enric Corbera Institute**

### **Llámanos**

+34 935 222 500

### **Visítanos**

[enriccorberainstitute.com](http://enriccorberainstitute.com)

### **Escríbenos**

[info@enriccorberainstitute.com](mailto:info@enriccorberainstitute.com)