REGULACIÓN EMOCIONAL DESDE UNA APROXIMACIÓN CLÍNICA

Aula per a Majors de la

Seu del Camp de Morvedre

Curso académico 2019/2020

Prof. Nieves Fuentes Sánchez

Prof. Mamen Pastor Verchili (Coordinadora)

Regulación Emocional desde una Aproximación Clínica

Profesorado

- Sesiones I-V: Introducción & Clausura

  Mamen Pastor (Área de Psicología Básica – Universitat Jaume I)

- Sesiones II, III, IV: Aplicaciones clínicas

  Nieves Fuentes (Área de Psicología Básica – Universitat Jaume I)

Regulación Emocional desde una Aproximación Clínica

❑ Prof. Mamen Pastor Verchili (Coordinadora)

- Coordinadora del Grupo de investigación MPAGER (UJI)
- Profesora Postgrado (Univ. Majors) → UJI, Segorbe, Vinaroz, Sant Mateu
- Profesora Grado Psicología & Criminología (UJI)
- Profesora Máster Investigación en Cerebro y Conducta (UJI)
- Profesora Máster de Intervención y Mediación
- Tutora de TFM en Máster en Psicología General Sanitaria (UJI)
- Vicedecana de Ordenación Académica de la FCS (UJI)

Regulación Emocional desde una Aproximación Clínica

❑ Prof. Nieves Fuentes Sánchez

- Graduada en Psicología (UJI)
- Miembro del Grupo de investigación MPAGER (UJI)
- Doctoranda del Programa de Doctorado en Psicología (UJI)
- Supervisora de prácticas en el grupo de investigación MPAGER
- Profesora Postgrado (Univ. Majors) → Vinaroz, Sant Mateu
- Profesora Grado Psicología & Criminología (UJI)
- Máster de Investigación en Cerebro y Conducta

Regulación Emocional desde una Aproximación Clínica

Objetivos

- Mostrar cómo los procesos afectivos y la manera que tenemos de afrontar las situaciones conflictivas y/o estresantes de nuestra vida diaria pueden influir en el **bienestar de las personas**.
- Explorar distintas patologías en las que la **desregulación emocional** es una cuestión central, tanto para su desarrollo como su mantenimiento.
- Conocer las bases neurobiológicas de los procesos de regulación emocional.
- Explorar diferencias individuales en la implementación de estrategias de regulación emocional (principalmente por edad y género).
- Identificar determinadas estrategias de regulación emocional aplicables a nuestro día a día.

CONTENIDOS

1. Regulación emocional: bases neurobiológicas y estrategias específicas ***(Prof. Mamen Pastor)***
2. Diferencias individuales en regulación emocional: edad, sexo, estereotipos y roles de género ***(Prof. Nieves Fuentes)***
3. Trastornos del estado de ánimo: Ansiedad y Depresión ***(Prof. Nieves Fuentes)***
4. Consecuencias emocionales de patologías asociadas al envejecimiento: Estrategias de afrontamiento y regulación emocional ***(Prof. Mamen Pastor)***

CRONOGRAMA

Descanso
17:15h – 17:45h

	Data	Horari	
Mamen	27 Septiembre	16:00-19:00	Concepto & Bases neurobiológicas
Nieves	4 Octubre	16:00-19:00	Diferencias individuales (edad y sexo)
Nieves	11 Octubre	16:00-19:00	Trast. estado ánimo: ansiedad
Nieves	25 Octubre	16:00-19:00	Trast. estado ánimo: depresión
Mamen	8 Noviembre	16:00-19:00	Envejecimiento y regulación del afecto

BIBLIOGRAFÍA (Artículos y Libros)

Hervás, G., Vázquez C. (2006). La regulación afectiva: modelos investigación e implicaciones para la salud mental y física. *Revista de psicología general y aplicada 2006*. Vol. 59, núm. 1-2, pp. 9-36.

Martínez Sánchez, F., Fernández-Abascal, E.G., y Palmero Cantero, F. (2019). Todo lo que usted siempre quiso saber sobre las emociones (y nunca se atrevió a preguntar). Madrid, España: Pirámide

Silva, J.R. (2008). Neuroanatomía funcional de las emociones. En Slachevsky, A., Manes, F., Labos, E., & Fuentes, P. Tratado de Neuropsicología y Neuropsiquiatría Clínica.

Tirapu, J. (2008). *¿Para qué sirve el cerebro? Manual para principiantes*. Bilbao: Descleé de Brouwer.

Punset, E. (2012). *Una mochila para el universo: 21 rutas para vivir con nuestras emociones.* Barcelona: Ediciones Destino.

Morgado, I. (2010). *Emociones e inteligencia social*. Barcelona: Ariel.