



ACENA
CENTRO DE FORMACIÓN

CURSO SUPERIOR
DE RISOTERAPIA



CURSO SUPERIOR DE RISOTERAPIA

DESCRIPCION

Con los años vamos perdiendo la capacidad de hallar el lado positivo y divertido de la vida, nos vamos llenando de recuerdos serios y la risa es cada vez más costosa. Por tanto, una de las actividades más sanas que podemos realizar es reírnos con frecuencia. No es ningún secreto que la risa es un método muy natural para levantar el ánimo. Por ello, este curso proporciona los conocimientos necesarios para la adquisición de los múltiples beneficios que nos puede aportar una simple carcajada, y como por medio de la risoterapia podemos lograr ver la vida desde otra perspectiva más alegre, sana y positiva.

A QUIEN VA DIRIGIDO

Este curso está dirigido a todas las personas interesadas en el campo de la Risoterapia, quienes deseen utilizar la risa como vehículo de bienestar, tanto a nivel personal como a nivel profesional.

Así, también se dirige a profesionales del campo de la Educación, la Psicología, la Psicopedagogía, el Trabajo Social y Personal Médico que quiera ampliar sus conocimientos en este tema.

OBJETIVOS

- Conocer los beneficios y la finalidad de la risoterapia.
- Impulsar la risa y el sentido del humor.
- Desarrollar la libertad de expresión de nuestras emociones y sentimientos.
- Emplear técnicas de autocontrol emocional.
- Facilitar la visualización, la relajación y la respiración, por medio de diversas técnicas.
- Aprender a realizar una sesión de risoterapia.

ACENA – CENTRO DE FORMACIÓN



CURSO SUPERIOR DE RISOTERAPIA

- Conocer el papel que tiene el juego en risoterapia.

PARA QUE TE PREPARA

Este curso te prepara en la adquisición de las habilidades necesarias para el desarrollo de la risa por medio de la risoterapia, teniendo en cuenta el papel que tienen las emociones, la autoestima, el autoconcepto, etc. La risa es fundamental, para comprender la esencia de la risoterapia, por medio de diversas dinámicas y juegos que nos harán sentirnos mejor. En definitiva, te proporciona conocimientos básicos sobre como aplicar la risa en tu vida cotidiana.

SALIDAS LABORALES

Psicólogos, Psicopedagogos, Pedagogos, Terapeutas, Coachs, Educadores, Maestros, Socioanimadores, Personal Sanitario y otros profesionales que buscan ampliar sus conocimientos en el ámbito de la Risoterapia.

PROGRAMACION DEL CURSO

MÓDULO 1. RISOTERAPIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA RISOTERAPIA

1. Introducción
2. Concepto de risoterapia
3. Finalidad de la risoterapia
4. Beneficios de la risoterapia

ACENA – CENTRO DE FORMACIÓN



CURSO SUPERIOR DE RISOTERAPIA

UNIDAD DIDÁCTICA 2. HISTORIA DE LA RISOTERAPIA

1. Introducción
2. Consideraciones etimológicas de la risa
3. Primeros vestigios de la risoterapia
4. Risa y cultura
5. Risoterapia en la actualidad

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLÓGÍA DE LA RISA

1. Introducción
2. Fisiología
3. Las endorfinas
4. Bases Psico-Fisiológicas de la risa

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA RISA Y EL SER HUMANO

1. Introducción
2. Concepto de risa
3. Efectos de la risa
4. Tipos de risa
5. Beneficios de la risa

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LAS EMOCIONES

1. La emoción
2. Funciones de las emociones
3. Emociones básicas
4. Teorías sobre la emoción
5. El cerebro, asiento de las emociones
6. El sistema límbico
7. Relación entre emoción y salud

UNIDAD DIDÁCTICA 6. RISOTERAPIA Y ESTRÉS

1. Introducción
2. Concepto de estrés
3. Desencadenantes y causas del estrés



CURSO SUPERIOR DE RISOTERAPIA

4. Tipos de estrés
5. Síntomas del estrés
6. Consecuencias del estrés

UNIDAD DIDÁCTICA 7. AUTOESTIMA Y AUTOCONCEPTO

1. Introducción
2. ¿Qué es la autoestima?
3. Desarrollo de la autoestima
4. Importancia de la autoestima positiva
5. Indicadores de autoestima
6. ¿Qué es el autoconcepto?
7. Evaluación del autoconcepto
8. Programas de intervención
9. Distorsiones cognitivas

UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL HUMOR EN RISOTERAPIA

1. Introducción
2. Definición de humor
3. Principales teorías sobre el humor
4. Dimensiones del humor
5. El sentido del humor
6. Indicadores para el buen uso del humor

UNIDAD DIDÁCTICA 9. LA SESIÓN DE RISOTERAPIA

1. Introducción
2. La sesión de risoterapia
3. Duración de la sesión
4. Fases de la sesión de risoterapia
5. Objetivos de una sesión de risoterapia
6. Taller de risoterapia

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL

1. Introducción



CURSO SUPERIOR DE RISOTERAPIA

2. Imaginación/Visualización
3. Entrenamiento asertivo
4. Técnica de control de la respiración
5. La relajación

UNIDAD DIDÁCTICA 11. ESQUEMA Y EXPRESIÓN CORPORAL EN RISOTERAPIA

1. Introducción
2. El esquema corporal
3. La expresión corporal
4. Manifestaciones expresivas

UNIDAD DIDÁCTICA 12. JUEGOS DE RISOTERAPIA

1. Introducción
2. Dinámica de grupos
3. El juego en risoterapia

DURACIÓN DEL CURSO

Puede estudiar a su ritmo al tratarse de un curso a distancia.
Está valorado en 20 Créditos equivalente a 200 horas lectivas.

MATERIAL DEL CURSO

- Guía del Alumno
- 1 Manual teórico (282 pags) "Risoterapia"
- 1 Cuaderno de ejercicios (24 pags) "Risoterapia"

ACENA – CENTRO DE FORMACIÓN



CURSO SUPERIOR DE RISOTERAPIA

MODALIDAD DE ENSEÑANZA

A distancia

TUTORIAS

Al comenzar el programa del curso se asignará al alumno el tutor del área correspondiente, con el que seguirá el programa del curso hasta su finalización. Para ello se pone a su disposición el correo electrónico, que el tutor atenderá de manera personalizada.

TITULACION

Al finalizar el curso el alumno recibirá por parte de ACENA Centro de Formación el **Diploma de Risoterapia** que Certifica que ha superado con éxito los objetivos del programa formativo.

PRECIO

Curso completo al contado:	UE€ 170
Curso completo fraccionado:	UE€ 250
2 Plazos a	UE€ 125

GASTOS DE ENVÍO: ESPAÑA UE€ 20 - INTERNACIONAL UE€ 35

ACENA – CENTRO DE FORMACIÓN



CURSO SUPERIOR DE RISOTERAPIA

FORMA DE PAGO

- Tarjeta de Crédito
- Transferencia bancaria
- PayPal

MATRICULATE AHORA

Rellene el **FORMULARIO DE INSCRIPCION** con los datos completos y remítalos a la dirección de ACENA Centro de Formación.

ACENA – CENTRO DE FORMACIÓN