



CENTRO DE  
ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA

# MÁSTER EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE + MÁSTER EN INTELIGENCIA EMOCIONAL Y AUTOCONOCIMIENTO PARA EL LIDERAZGO

PSIC025

[www.cepsicologia.com](http://www.cepsicologia.com)



Certificación universitaria internacional



Escuela asociada a:





## DESTINATARIOS

El **Máster en Psicología Deportiva + Máster en Inteligencia Emocional y Autoconocimiento para el Liderazgo** va dirigido a todas aquellas personas que deseen ampliar sus conocimientos en el campo de la psicología aplicada en el ámbito del deporte. Durante la primera mitad de esta titulación, el estudiante conocerá los principios de la psicología deportiva, las bases neurológicas del movimiento y las habilidades motrices del cuerpo humano y cómo potenciarlas. Una vez adquiridos estos conocimientos, el alumno podrá planificar un entrenamiento deportivo junto con un programa de preparación psicológica. A lo largo de la formación, el estudiante aprenderá a aplicar técnicas y métodos para controlar las distintas emociones que influyen en un entrenamiento, como el estrés, la ansiedad, la autoestima, la autoconfianza o la motivación. En la segunda mitad del temario, el alumno podrá formarse en la importancia del autoconocimiento, la conciencia y la autonomía emocional. Además, será instruido en el desarrollo de la inteligencia emocional, su medición y su vinculación con el liderazgo.



## MODALIDAD

• **ONLINE:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu correo electrónico las claves de acceso a nuestro Campus Virtual donde encontrarás todo el material de estudio.

El alumno recibirá acceso a un **CURSO INICIAL** donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre Grupo Inenka Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **CLASES EN DIRECTO**.



## DURACIÓN

La duración del curso es de 1500h, reconocidas con 60 ECTS.



## IMPORTE

Importe Original: ~~4240€~~

**Importe Actual: 620€**



## CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el "MÁSTER EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE + MÁSTER EN INTELIGENCIA EMOCIONAL Y AUTOCONOCIMIENTO PARA EL LIDERAZGO", avalada por nuestra condición de socios de la CECAP, máxima institución española en formación y de calidad.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez de los contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

El alumno tiene la opción de solicitar junto a su diploma un Carné Acreditativo de la formación firmado y sellado por la escuela, válido para demostrar los contenidos adquiridos.

Además, podrá solicitar una Certificación Universitaria Internacional de la Universidad Católica de Cuyo-DQ con un reconocimiento de 60 ECTS.

*\*El contenido del curso se encuentra orientado hacia la adquisición de formación teórica complementaria. Ciertas profesiones requieren una titulación universitaria u oficial que puedes consultar en la web del Ministerio de Educación y en el Instituto Nacional de Cualificaciones.*



### PARTE 1. MÁSTER EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

#### INTRODUCCIÓN

#### MÓDULO 1. FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. PSICOLOGÍA Y DEPORTE

- Definición de psicología
  - Psicología básica
  - Psicología aplicada
- Psicología del deporte
  - Influencia de la psicología en el deporte
  - Influencia del deporte en la psicología

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. DESARROLLO HISTÓRICO

- Evolución del deporte
- Evolución de la psicología del deporte
- Organizaciones profesionales

##### UNIDAD DIDÁCTICA 3. MODELOS DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA

- Orientación psicofisiológica
- Orientación sociopsicológica
- Orientación cognitivo-conductual

##### UNIDAD DIDÁCTICA 4. PSICOLOGÍA DEPORTIVA EN LA ACTUALIDAD

- Psicología cultural del deporte

*Resumen*

*Espacio didáctico*

#### MÓDULO 2. FIGURA DEL PSICÓLOGO DEL DEPORTE

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO Y DEFINICIÓN

- Evaluación y diagnóstico
  - Instrumentos de evaluación
- Planificación y asesoramiento
- Investigación
- Formación
- Intervención

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO

- Diseño de un programa de entrenamiento psicológico
  - Evaluación inicial
  - Planificación
  - Programación
  - Evaluación continua y/o final

##### UNIDAD DIDÁCTICA 3. ÁMBITOS DE ACTUACIÓN

- Deporte de rendimiento
- Deporte de base o iniciación
- Deporte de ocio, salud y tiempo libre

##### UNIDAD DIDÁCTICA 4. ÉTICA Y CÓDIGO DEONTOLÓGICO

- Deporte y moral
- Práctica profesional

##### UNIDAD DIDÁCTICA 5. PSICÓLOGO DEPORTIVO VS. COACH DEPORTIVO

- Conocimientos
- Funciones

*Resumen*

*Espacio didáctico*

#### MÓDULO 3. PSICOLOGÍA DEL DEPORTISTA

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. PERSONALIDAD Y DEPORTE

- Definición de personalidad
- Teorías de la personalidad
  - Teoría psicodinámica
  - Teoría de aprendizaje social
  - Teoría humanista
  - Teoría de los rasgos
- Personalidad y rendimiento deportivo
  - Deportistas vs. no deportistas
- Perfiles de personalidad en deportistas
- Medición de la personalidad
  - Escalas de calificación
  - Técnicas proyectivas no estructuradas
  - Cuestionarios estructurados

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTADO DE ÁNIMO DEL DEPORTISTA

- Medición de estados de ánimo
  - Perfil de estados de ánimo (POMS)

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. MODELO INTERRELACIONAL

*Resumen*

*Espacio didáctico*

## MÓDULO 4. PROCESOS PSICOLÓGICOS BÁSICOS EN EL DEPORTE

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. MOTIVACIÓN

1. Teorías de la motivación
  - Teoría de los impulsos
  - Teoría de la motivación intrínseca-extrínseca
  - Teoría de la necesidad de logro
  - Teoría de la perspectiva de meta
  - Teoría de la atribución causal
2. Enfoques de la motivación
3. Motivación positiva en cinco pautas
4. Autoconfianza
  - Modelos de autoconfianza
  - Evaluación de la autoconfianza

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ACTIVACIÓN

1. Medición de la activación

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANSIEDAD Y ESTRÉS

1. Medición de la ansiedad y el estrés
2. Tratamiento de la ansiedad y el estrés
3. Relación de la autoestima con la ansiedad y el estrés

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. AGRESIVIDAD

1. Teorías de la agresividad
2. Control de la agresividad

*Resumen*

*Espacio didáctico*

## MÓDULO 5. RELACIONES INTERPERSONALES Y DE GRUPO

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. DINÁMICA DE GRUPO Y EQUIPO

1. Diferencia entre grupo y equipo
2. Cohesión de grupo
  - Cohesión y rendimiento
  - Medición de la cohesión
  - Estrategias para aumentar la cohesión

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. COMUNICACIÓN

1. Proceso comunicativo
2. Comunicación eficaz
  - Envío de mensajes
  - Recepción de mensajes

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. LIDERAZGO

1. Modelo multidimensional de liderazgo
2. Componentes del liderazgo eficaz

*Resumen*

*Espacio didáctico*

## MÓDULO 6. TÉCNICAS PSICOLÓGICAS PARA DEPORTISTAS

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. REFUERZO Y CASTIGO

1. Aplicación del refuerzo
2. Aplicación del castigo

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTABLECIMIENTO DE OBJETIVOS

1. Tipos de objetivos
2. Principios básicos del establecimiento de objetivos
3. Programas de establecimiento de objetivos
4. Problemas en el establecimiento de objetivos

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. CONCENTRACIÓN

1. Problemas de concentración
2. Evaluación de la concentración
3. Técnicas para mejorar la concentración
  - Auto-habla

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. VISUALIZACIÓN

1. Teorías de la visualización
2. Usos de la visualización
3. Programas de entrenamiento en visualización
  - Desarrollo de programas de entrenamiento

*Resumen*

*Espacio didáctico*

## MÓDULO 7. DEPORTE, SALUD Y BIENESTAR

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. EJERCICIO FÍSICO Y SALUD

1. Práctica de ejercicio físico
2. Estrategias de adhesión y mantenimiento

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. LESIONES DEPORTIVAS

1. Causas de las lesiones
2. Reacciones psicológicas a las lesiones
3. Técnicas psicológicas en la rehabilitación de lesiones

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. AGOTAMIENTO Y SOBREENENTRENAMIENTO

1. Modelo de agotamiento
  - Fases del agotamiento
  - Tratamiento y prevención del agotamiento

## UNIDAD DIDÁCTICA 4. TRASTORNOS DE ALIMENTACIÓN

1. Anorexia nerviosa y bulimia

## UNIDAD DIDÁCTICA 5. CONSUMO DE SUSTANCIAS

1. Categorías de drogas y sus efectos
2. Razones para el consumo de drogas en deportistas
3. Técnicas para evitar el consumo de drogas

*Resumen*

*Espacio didáctico*

## SOLUCIONARIO BIBLIOGRAFÍA

# PARTE 2. MÁSTER EN INTELIGENCIA EMOCIONAL Y AUTOCONOCIMIENTO PARA EL LIDERAZGO

## UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL PODER DEL AUTOCONOCIMIENTO

1. Definición de Autoconocimiento
2. Importancia del Autoconocimiento
3. Fases del Autoconocimiento
4. Autoconocimiento personal
5. Autoconocimiento profesional

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. CONCIENCIA EMOCIONAL

1. La competencia emocional es la conciencia emocional
2. Conocimiento de las propias emociones
3. Desarrollar la conciencia emocional
4. Inteligencia emocional y conciencia emocional

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. REGULACIÓN Y AUTONOMÍA EMOCIONAL

1. Conceptualización de la Autonomía Emocional
2. La vinculación afectiva
3. La teoría del apego
4. Educación de la Autonomía Emocional
5. Por qué desarrollar la autonomía emocional
6. Características de la Dependencia Emocional

## UNIDAD DIDÁCTICA 4. DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Qué es la Inteligencia Emocional
2. Principios de la Inteligencia Emocional
3. Componentes de la Inteligencia Emocional
4. Dominios de la Inteligencia Emocional y competencias asociadas
5. Relación entre Liderazgo e Inteligencia Emocional
6. El Inventario de Prácticas de Liderazgo
7. El instrumento desarrollado por Wong y Law para medir la Inteligencia emocional

## UNIDAD DIDÁCTICA 5. ESTILOS DE COMUNICACIÓN Y ESTRATEGIAS

1. La importancia de saber comunicar
2. El estilo de comunicación Pasivo o Inhibido
3. El estilo de comunicación Agresivo
4. El estilo de comunicación Asertivo
5. La escucha activa
6. La empatía
7. Mensaje YO
8. Estrategias de comunicación de empresarial

## UNIDAD DIDÁCTICA 6. APTITUDES DE COMUNICACIÓN

1. Comunicación, la aptitud más valorada
2. Aptitudes del comunicador
3. Comunicación oral efectiva
4. Importancia de la comunicación en el liderazgo