

981 90 53 42 | 604 03 54 11

info@institutosiac.es



Dossier de

# Curso de Risoterapia



## **Aprende cómo aplicar la risoterapia para promover la salud mental, reducir la ansiedad y crear un ambiente positivo.**

El Curso de Risoterapia **destaca la importancia de la risa en el mantenimiento del bienestar físico y mental en adultos**, explorando en profundidad sus beneficios para la salud integral.

A lo largo del curso, aprenderás **cómo la risa puede tener un impacto positivo en la salud física y emocional**, y descubrirás técnicas de relajación que podrás aplicar de forma efectiva en la vida diaria. El enfoque práctico te permitirá integrar estas estrategias en tu rutina cotidiana.

Además, tendrás acceso a una amplia gama de herramientas, dinámicas y juegos diseñados para fomentar la risa de manera natural, **los cuales podrás adaptar a diferentes situaciones y contextos para obtener los mejores resultados.**

Al finalizar el curso, contarás con las habilidades necesarias para diseñar y liderar talleres de risoterapia de alta calidad, **brindando bienestar y salud a otros a través de la risa.**

## Objetivos del curso

- Aprenderás **los principios esenciales, la historia y las aplicaciones de la risoterapia** y cómo impacta en el bienestar de los/as adultos/as para aplicarla de manera efectiva.
- Te adentrarás en los aspectos físicos y mentales de la risa. Aprendiendo **cómo la risa afecta tu cuerpo y mente**, y cómo estos efectos pueden contribuir a tu salud física y mental.
- Reconocerás la **conexión entre la risoterapia, la autoestima y el autoconcepto**, desarrollando habilidades para utilizar la risa como una herramienta para fortalecer tanto tu percepción personal y confianza, como en el resto de personas.
- Desarrollarás **habilidades prácticas en la aplicación de una variedad de juegos y técnicas** de risoterapia y aprenderás a crear intervenciones efectivas y a adaptarlas a tus propias situaciones y entornos.
- Podrás **planificar y dirigir sesiones de risoterapia** con estrategias eficientes.

# Temario

## Módulo 1. RISOTERAPIA Y HUMOR

1. El concepto de Risoterapia
2. El lado bueno de la risa
3. El humor y sus beneficios en las personas
4. El estrés y la risa

## Módulo 2. LAS EMOCIONES

1. Significado de las emociones
2. Gestión de emociones
3. Expresión de las emociones
4. Estilo de vida positiva

## Módulo 3. SESIONES DE RISOTERAPIA

1. Inicio de la sesión de risoterapia
2. Desarrollo de la sesión
3. La importancia de la relajación
4. Cierre de la sesión y actividades

## A quién va dirigido

El Curso de Risoterapia está diseñado para **profesionales** de diversas áreas que **buscan incorporar la risoterapia como una herramienta eficaz en su trabajo con personas adultas.**

Está dirigido especialmente a **psicólogos/os, terapeutas ocupacionales, trabajadoras/es sociales, profesionales de la salud mental, coaches, formadores de desarrollo personal y cualquier persona interesada** en explorar el impacto positivo de la risoterapia en el bienestar integral.

Si eres alguien que reconoce la importancia de la risa como un componente clave para promover la salud mental y física, este curso es para ti. Ya seas un profesional de la salud mental que busca enriquecer su **enfoque terapéutico o un coach que desea agregar herramientas innovadoras a su práctica**, este curso te proporcionará los conocimientos y habilidades necesarios para integrar la risoterapia de manera efectiva.

Imagina poder diseñar y liderar sesiones de **risoterapia que no solo alivien el estrés y promuevan la relajación**, sino que también fortalezcan las conexiones emocionales y contribuyan al bienestar general.



La Directora, de acuerdo con la Jefatura de Estudios, de  
**Instituto Superior de Intervención y Acción Social - INSTITUTO SIAC-**

certifica que

**Nombre y Apellidos del Alumno/a**

con DNI 00000000X

ha superado con éxito los objetivos pedagógicos establecidos para el

**Título de la Acción Formativa**

con la calificación final de:

Realizado de (fecha de inicio) al (fecha final).

Con un total de XX horas lectivas repartidas en los bloques de contenidos que figuran en el dorso.

Para que así conste y surta los efectos oportunos expido el presente Diploma en A Coruña a (fecha).

**Datos del  
alumno/a**

**Horas de  
formación**

**Firma y sello  
del centro**

DIRECTORA SIAC

JEFA DE ESTUDIOS SIAC

ALUMNA/O

Inscrita en el Registro Mercantil de A Coruña, Tomo 3.564 del Archivo, Sección General, Folio 200, Hoja nº C-53.587, inscripción 1ª



Verifica aquí la validez de tu diploma

**Código CSV**

**Título de la Acción Formativa**

**Modalidad:** online

**Programa formativo:**

**Módulo 1. Nombre del módulo**

1.1. Título

1.2. Título

1.3. Título

1.4. Título

**Módulo 2. Nombre del módulo**

1.1. Título

1.2. Título

1.3. Título

1.4. Título

**Módulo 3. Nombre del módulo**

1.1. Título

1.2. Título

1.3. Título

1.4. Título

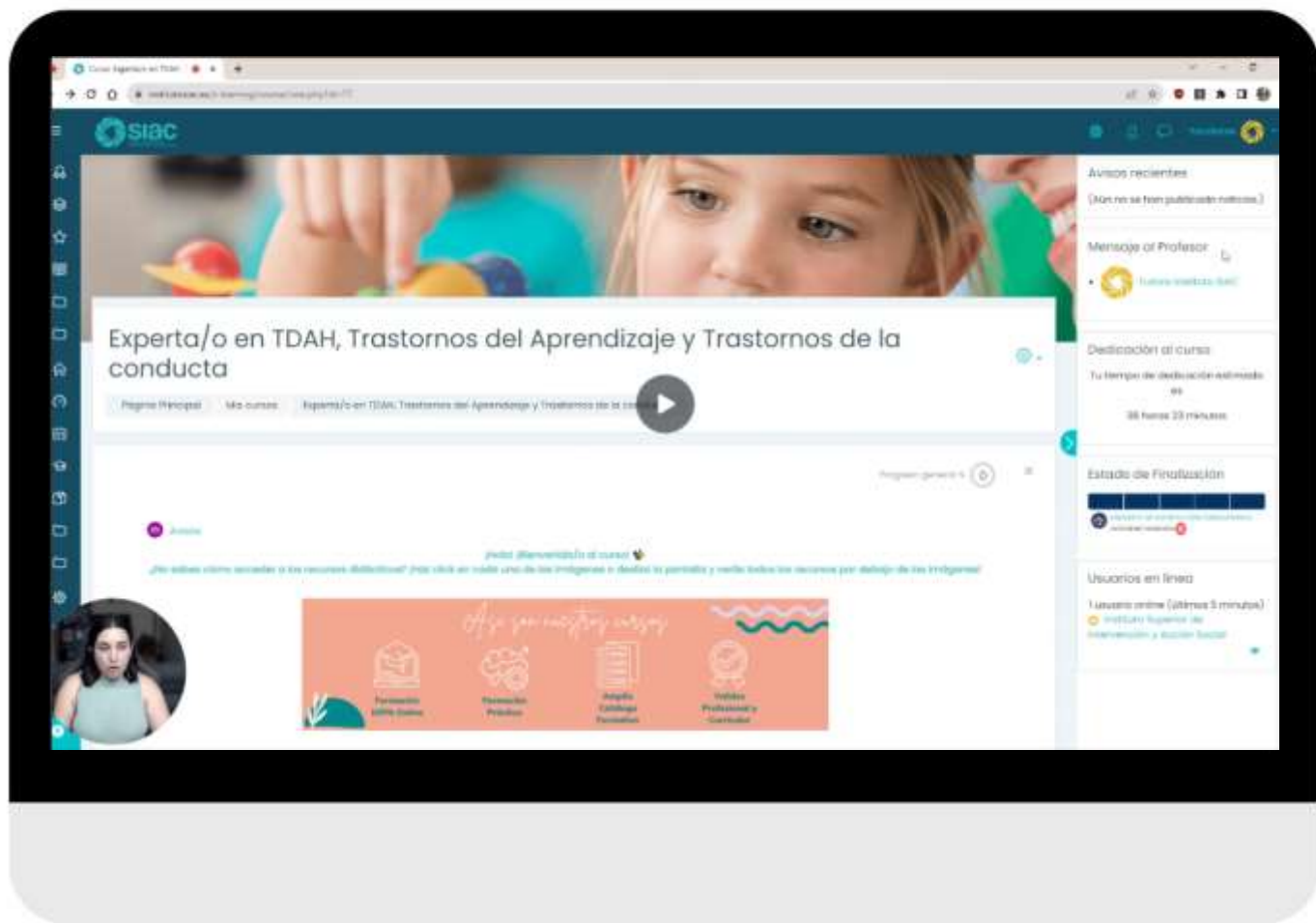
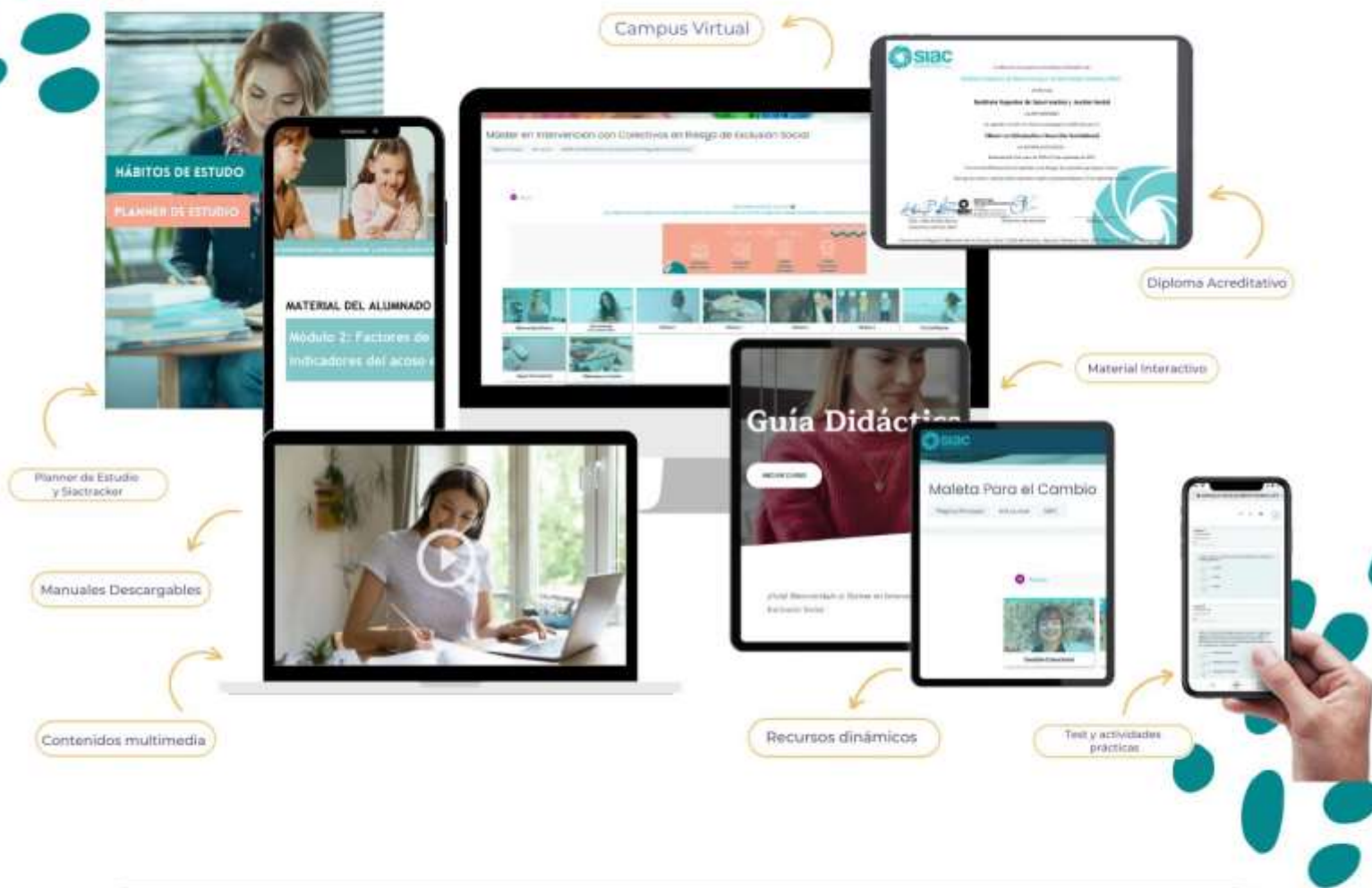


El presente Diploma de formación ha sido expedido de conformidad con las normas académicas establecidas por el Consejo de Dirección del Instituto SIAC, quedando registrado según la normativa vigente.



Fdo. Alba Pardo Servia  
**DIRECTORA INSTITUTO SIAC**  
**INSTITUTO DE SUPERIOR DE INTERVENCIÓN Y ACCIÓN SOCIAL**

Inscrita en el Registro Mercantil de A Coruña, Tomo 3.564 del Archivo, Sección General, Folio 200, Hoja nº C-53.587, inscripción 1ª



## CÓMO FUNCIONA ESTE CURSO



### A TU RITMO

Desde el principio tendrás acceso a todos los materiales. No hay tiempos mínimos ni máximos de conexión, puedes avanzar a tu ritmo y en el horario que tú elijas.



### PRÁCTICO Y 100% ONLINE

Nuestra metodología es flexible, práctica y totalmente online. Podrás estudiar dónde y cuando quieras, con acceso al Campus Virtual disponible 24 horas. Tenemos un enfoque totalmente práctico para que puedas aplicar lo aprendido en tu día a día.



### MATERIALES DE ESTUDIO

En cada Módulo encontrarás el Material del Alumno/a, el Material Complementario, el Test y una Actividad Práctica. El contenido incluye diferentes recursos didácticos (material didáctico, vídeos, herramientas, dinámicas, etc.) que facilitarán tu aprendizaje.



### EVALUACIÓN

Para superar esta acción formativa tendrás que aprobar los Test asociados a cada módulo y el Test Final. De forma opcional podrás realizar el Trabajo Final de Curso (TFC) y las Actividades Prácticas (voluntarias) de cada módulo que te permitirán desarrollar tus conocimientos y llevarlos a la práctica.



### TUTOR/A PERSONAL

En todo momento tendrás a tu lado un/a tutor/a que te acompañará en todo este proceso formativo para que puedas preguntar todas tus dudas y ayudarte en todo lo necesites. Podrás comunicarte con tu tutor/a desde el propio Campus Virtual o email.



### DIPLOMA ACREDITATIVO

Al finalizar este Curso podrás descargar de forma inmediata tu diploma acreditativo. Este diploma tiene plena validez curricular y profesional y, sin duda, te servirá para seguir avanzando profesionalmente.

## Qué incluye este curso

Esta acción formativa tiene las siguientes características:



#### ACCESO MULTIPLATAFORMA

Aprende desde tu Pc, tablet o smartphone



#### APUNTES EN FORMATO PDF

Materiales para imprimirlos si lo deseas



#### ACTIVIDADES PRÁCTICAS (OPTATIVAS)

Para que pongas en práctica lo aprendido



#### EJERCICIOS Y SUPUESTOS PRÁCTICOS

Para que pongas en práctica lo aprendido



#### EXÁMENES TIPO TEST (OBLIGATORIOS)

Pruebas ágiles y objetivas para evaluarte



#### FORMACIÓN ESPECIALIZADA

Desarrolla conocimientos específicos e interdisciplinares



#### MATERIAL COMPLEMENTARIO DESCARGABLE

Descarga todo el contenido para ampliar tu información



#### TUTOR/A PERSONAL

Para resolver todas tus dudas



## Pack 1

### 4 CURSOS

Con cualquiera de los 2 puedes elegir

+ 2 cursos de regalo

CUPÓN:  
PACK1

## Pack 2

### 2 EXPERTOS

Con cualquiera de los 2 puedes elegir

+ 2 cursos de regalo

CUPÓN:  
PACK2

## Pack 3

### 2 MÁSTERS

Con cualquiera de los 2 puedes elegir

+ 2 cursos de regalo

CUPÓN:  
PACK3

## AGENCIA DE COLOCACIÓN

Nos esforzamos para que alcances tus metas, por eso al inscribirte en cualquiera de nuestros cursos, obtendrás acceso GRATUITO a nuestra Agencia de Colocación, una herramienta que te respaldará para fortalecer tu perfil profesional y lograr el empleo que deseas.

### CURRÍCULUM BRILLANTE

Perfecciona tu **CV** y aprende a elaborar una **carta de presentación** que te haga destacar entre los/as demás candidatos/as



### ENTREVISTAS QUE IMPACTAN

Domina las claves para **entrevistas exitosas** y asegura tu lugar en la empresa de tus sueños.



### BÚSQUEDA DE EMPLEO EFECTIVA

Descubre **cómo utilizar portales de empleo** de una manera ágil y eficaz. Tu trabajo ideal está a un clic de distancia.



### ASESORAMIENTO PERSONALIZADO

Te guiaremos paso a paso en el camino hacia tu nuevo empleo, para que puedas dar un **impulso a tu trayectoria profesional**.

*Siempre he estado interesada en poder realizar sesiones de risoterapia con diferentes colectivos. Con la realización de este curso me siento totalmente capacitada para realizar mis propios talleres. Curso interesante y práctico. Muy recomendable*



**Pedro Cañas**

*Trabajo en un centro de protección de menores y gracias a este curso estoy realizando un taller de risoterapia que funcionan muy bien con mis usuarios. Son increíbles los beneficios de la risa. Además, de ser un curso muy completo y práctico, tiene un precio muy asequible.*



**María Santaescolástica**

*Curso completo y práctico. La tutora resuelve rápidamente todas tus dudas. 100% recomendable.*



**Natalia Troncoso**

## Formación de calidad

Somos un centro **comprometido con la calidad** de todas las acciones formativas que ofrecemos. Por eso, contamos con el sello de calidad ISO, el reconocimiento de Emagister y el Premio Excelencia Educativa.



**¿Quieres conocernos más?  
¡Mira las reseñas de nuestro alumnado!**



Valoración de 4,9 en reseñas de Google

981 90 53 42 | 604 03 54 11

[info@institutosiac.es](mailto:info@institutosiac.es)

