



# Regulación Emocional

ENFOQUES Y HERRAMIENTAS EN SALUD METAL

PROGRAMA 2024

## **Presentación**

La **regulación emocional**, es decir la capacidad de modular la reactividad, expresión y/o experiencia emocional es uno de los componentes centrales del funcionamiento psíquico y, sin lugar a dudas, uno de las funciones mentales esenciales en la generación, mantenimiento y remisión de psicopatología. Dada esta crucial relevancia, **en las últimas décadas la investigación básica y clínica en este ámbito ha tenido un crecimiento exponencial**, siendo además una de las temáticas que más han impulsado el nuevo contexto científico de las ciencias del comportamiento denominado "*Afectivismo*" (Dukes et al.; Nature Human Behaviour, 2021). En consecuencia, diversos enfoques y herramientas de intervención se han desarrollado al alero de estas nuevas conceptualizaciones.

Cuando se adopta una mirada de la psicopatología del desarrollo, la regulación emocional aparece como uno de los **factores claves en la conformación de trayectorias adaptativas y desadaptativas del desarrollo**. En ese marco, la consideración de aspectos psicobiológicos, vinculares, contextuales y sociales parece ser la estrategia científica predominante en la actualidad, otorgado a este campo de estudio un particular estatus integrativo de las diferentes disciplinas interesadas por la mente humana, la psicología del desarrollo, la salud mental y la psicopatología.

El manejo conceptual y el dominio de herramientas de intervención que derivan de considerar a la regulación emocional como un factor donde convergen diferentes aspectos constitutivos de la psicopatología, son **una importante competencia clínica que los profesionales que trabajan con emociones requieren y deben desarrollar en su formación**. Estas conceptualizaciones y destrezas la mayor parte de las veces se imparten de manera aislada, atomizada y en el contexto de otras temáticas protagónicas, limitando la integración y la adecuada comprensión clínica de su relevancia y utilidad.

**El curso Regulación Emocional pretende entregar competencias teóricas y clínicas a través de un enfoque multidisciplinario y multinivel**, integrando los distintos elementos que constituyen las habilidades de regulación emocional en las trayectorias del desarrollo y sus contextos vinculares e interpersonales. Para lograr este objetivo se abordan **tres preguntas que guían el proceso de formación**; 1) ¿Qué es la regulación emocional?; 2) ¿Cómo se afecta la regulación emocional en la psicopatología?; 3) ¿Cómo se interviene clínicamente la regulación emocional?.

Cada una de estas preguntas se responde temáticamente a lo largo del programa.

## **Objetivos**

- Comprender y conocer modelos y enfoques actuales sobre psicobiología, desarrollo y trayectorias adaptativas/desadaptativas de la regulación emocional
- Identificar las principales características y contribuciones de la regulación emocional en contextos de psicopatología
- Conocer, comprender y aplicar herramientas clínicas basadas en regulación emocional en el manejo de pacientes con dificultades en salud mental

## **Programa dirigido a**

Personas con necesidades profesionales en salud mental. Cupo de 40 participantes.

## **Características del programa**

**Formato:** En línea, mediante plataforma Zoom.

**Idioma de las sesiones:** Español

**El material e información adicional se comparten mediante el uso de plataforma Google Classroom**

**Certificado digital:** acreditación de 6 horas pedagógicas directas y 6 horas indirectas. Se certifica asistencia y nota de aprobación.

## **Fechas y horario**

Miércoles 24 y jueves 25 de Enero de 2024  
De 18:00 a 20:00 hrs. (Hora de Chile)

## Académico del curso

### **Dr. Jaime R. Silva**



Psicólogo, Doctor en Psicobiología, Universidad Complutense de Madrid

Profesor Titular y Director del Instituto de Bienestar Socio-emocional (IBEM-UDD).  
Facultad de Psicología, Universidad del Desarrollo.

Psicólogo Clínico en Clínica Alemana de Santiago.  
Director Académico Sociedad Desarrollo Emocional

El Dr. Silva lidera un programa de investigación en regulación emocional, estrés y salud mental, en adultos y niños, por más de 18 años, siendo autor de numerosos artículos científicos en revistas internacionales. Sus publicaciones se han destacado en medios de comunicación de Chile y el mundo. Paralelamente, ha cultivado un quehacer clínico en el contexto de programas de manejo de condiciones de salud mental, en la Clínica Alemana de Santiago. También ha desarrollado numerosos programas de intervención para el fomento del manejo de estrés en diferentes ámbitos de aplicación (Salud, Educación, entre otros). Ha sido invitado en diversas ocasiones como consultor para informar políticas públicas relacionadas a salud mental en Chile. Actualmente lidera la formación en Terapia de Regulación Emocional en Latinoamérica.

### Algunas publicaciones destacadas

- Silva (en prensa) Formulación de Caso en Terapia de Regulación Emocional. Caro & Quiñones (en prensa) Manual de Formulación de Casos, Desclee de Brouwer, (España)
- Silva, J. & Medina (2023) Socio-Emotional Style; When Affect meets Learning, En Fossa & Cortés (2023) Affectivity and Learning, Editorial Springer, Suiza.
- Carcamo, R. & Silva J. (2021), Apego y Parentalidad. Editorial Mediterráneo, Santiago Chile.
- Silva, J. Ortiz, M., & Medina, F. (2021) Psychophysiology and Psychoneuroendocrinology of Stress and Reward in Depression. En Jiménez, Botto & Fonagy (Eds): Etiopathogenic Theories and Models in Depression, Springer.
- Silva, J. & Olaya, A. (2021). Psicobiología de los vínculos afectivos: Del cerebro social a los patrones de apego y parentalidad. En Cárcamo & Silva (Eds) Apego y Parentalidad: Modelos, Intervención. Edit Mediterráneo.
- Silva, J. (2013). Emociones y cerebro; Una perspectiva de la neurociencia afectiva. Lavados, J. & Slachevsky, A. Neuropsicología: Bases Neuronales de los Procesos Mentales. Edit Mediterráneo.
- Silva, J. (2008). Neuroanatomía funcional de las emociones. En Slachevsky, A., Manes, F., Labos, E., & Fuentes, P. Tratado de Neuropsicología y Neuropsiquiatría Clínica.
- Gabriel Reyes, Anastassia Vivanco-Carlevari, Franco Medina, Carolina Manosalva, Vincent De Gardelle, Jérôme Sackur, Jaime R Silva. (2021) Hydrocortisone decreases metacognitive efficiency independent of perceived stress Scientific Reports, vol 10, 1, 1-10.
- PSA Group. (2021). A multi-country test of brief reappraisal interventions on emotions during the COVID-19 pandemic. Nat Hum Behav. Aug;5(8):1089-1110. doi: 10.1038/s41562-021-01173-x. Epub 2021 Aug 2. PMID: 34341554.
- Silva, J., Vivanco, A., Martínez, C., & Krause, M. (2018). Introjective individuals tend towards anhedonia: Self-report and experimental evidence. Frontiers in psychiatry, 9, 298.
- Silva, J, Vivanco-Carlevari, A., Barrientos, M., Martinez, C., Salazar, L. & Krause, M. (2017). Biological stress reactivity as an index of the two polarities of the experience model. Psychoneuroendocrinology; 84, 83-86.
- Reyes, G, Silva, J., Jaramillo, K, Rehbein L, & Sackur, J. (2015) Self-Knowledge Dim-Out: Stress Impairs Metacognitive Accuracy. PLoS ONE 10(8): e0132320. doi:10.1371/journal.pone.0132320
- Silva, J. (2005). Regulación emocional y psicopatología: El modelo de vulnerabilidad/resiliencia. Revista Chilena de Neuropsiquiatría, 43, 201-209.
- Silva, J. (2003). Biología de la regulación emocional: Su impacto en la psicología del afecto y la psicoterapia. Terapia Psicológica, 21, 163-172.

## Cronograma y Temario

Regulación Emocional ENFOQUES Y HERRAMIENTAS EN SALUD METAL			
Módulo	Tema	Académico	Fecha
I	Introducción a las ciencias afectivas y la Psicología de la Emoción	Dr. Jaime Silva	<b>Miércoles 24 de enero</b>
II	Modelos y enfoques actuales sobre psicobiología, desarrollo y trayectorias adaptativas/desadaptativas de la regulación emocional		
III	Regulación de la afectividad y comportamiento; de las trayectorias normativas a la desadaptación	Dr. Jaime Silva	<b>Miércoles 24 de enero</b>
IV	Contribuciones de la regulación emocional en contextos de psicopatología: El caso de los desórdenes afectivos y el trauma		<b>Jueves 25 de enero</b>
V	Herramientas clínicas basadas en regulación emocional en el manejo de pacientes con dificultades en salud mental	Dr. Jaime Silva	
VI	Herramientas clínicas basadas en regulación emocional en el manejo de pacientes con dificultades en salud mental		



# Regulación Emocional

ENFOQUES Y HERRAMIENTAS EN SALUD METAL