

Terapia de Regulación Emocional

ENTRENAMIENTO CLÍNICO

Versión Otoño 2025

Certificado por
Sociedad de Desarrollo Emocional

Presentación

La Terapia de Regulación Emocional (ERT) es una herramienta moderna y práctica en psicología clínica, diseñada para entender y trabajar con las emociones que generan malestar. Basada en los últimos avances en ciencias de la afectividad, la ERT ofrece un enfoque flexible que puede usarse de forma independiente o como complemento de otros tipos de terapia.

El Entrenamiento Clínico en ERT busca formar a los terapeutas en el manejo de las emociones desde una perspectiva clara y práctica, con un objetivo diferenciador: **“Comprender para Intervenir”**. Al entender cómo se forman y regulan las emociones, los terapeutas podrán diseñar intervenciones más efectivas, ayudando a sus pacientes a superar desafíos emocionales como la ansiedad, la depresión y el estrés en general..

¿Por qué la Terapia de Regulación Emocional es diferente?

El enfoque de ERT se basa en tres pilares esenciales:

1.- *Un modelo claro y completo de las emociones humanas*: Este modelo explica cómo nuestras experiencias, desde la infancia hasta la adultez, moldean nuestras emociones y cómo estas influyen en nuestra vida diaria. Al aprenderlo, los terapeutas podrán entender mejor a sus pacientes y las raíces de su malestar .

2.- *Un enfoque centrado en lo común entre distintos problemas emocionales (Enfoque Transdiagnóstico)*: En lugar de enfocarse solo en síntomas específicos, la ERT se centra en los mecanismos que están detrás de diversos problemas emocionales, permitiendo intervenciones más profundas y adaptables .

3.- *Técnicas prácticas para trabajar con emociones complejas*: Las estrategias terapéuticas se enfocan en enseñar a los pacientes a conocerse mejor, manejar sus emociones con flexibilidad y enfrentar situaciones difíciles en sus relaciones .

¿Qué ganarás con este entrenamiento?

Un enfoque simple pero efectivo: La ERT combina ideas claras con técnicas prácticas que se pueden aplicar fácilmente en diferentes contextos terapéuticos.

Resultados comprobados: La ERT ha demostrado ser efectiva para ayudar a personas con ansiedad, tristeza o estrés, y también para mejorar habilidades emocionales en general .

¿Cómo funciona el entrenamiento?

El programa está diseñado a partir de dos estrategias didácticas presentes desde la primera clase:

Aprender los fundamentos: Se explicarán los conceptos clave sobre cómo se forman y regulan las emociones, basados en evidencia científica.

Observar casos reales: Se revisarán situaciones clínicas y se aplicarán las técnicas aprendidas para resolver problemas concretos.

Además, recibirás materiales de apoyo exclusivo, como videos, lecturas y una completa guía práctica que te ayudarán a consolidar lo aprendido .

Comprender para Intervenir

El objetivo del Entrenamiento Clínico en ERT es claro: ayudarte a comprender las emociones para que puedas intervenir de manera efectiva. Este enfoque te permitirá acompañar a tus pacientes con mayor confianza, ofreciéndoles soluciones que realmente funcionen y mejoren su calidad de vida.

Este entrenamiento no solo ampliará tus herramientas como terapeuta, sino que también te permitirá crecer profesionalmente, ofreciéndote la flexibilidad y las habilidades necesarias para abordar una amplia variedad de problemas emocionales.

En definitiva este programa pretende transformar tu práctica clínica, comprender mejor a tus pacientes y aprender a intervenir de forma efectiva.

Programa dirigido a

Profesionales de la psicología clínica y la psiquiatría. También profesionales con necesidades de intervención en regulación emocional. Cupo de 20 participantes.

Características del programa

Formato: En línea, mediante plataforma Zoom.

Idioma de las sesiones: Español

Evaluaciones: Prueba teórica, bibliográfica (entrega en la 5ta sesión). Trabajo en una viñeta o paciente clínico aplicando el formato de intervención (entrega al finalizar el programa).

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

Certificado digital: Acreditación de 32 horas pedagógicas directas y 60 horas indirectas. Se certifica asistencia y nota de aprobación.

Fechas y horario

Todos los martes (10 sesiones), comenzando el 22 de abril y terminando el 24 de junio (ver cronograma abajo)

De 17:30 a 20:00 hrs (hora de Chile).

Más información

Escríbenos a academia@sdemocional.org

Materiales

El entrenamiento cuenta con diversas herramientas pedagógicas exclusivas para facilitar el aprendizaje y la documentación de las clases impartidas.



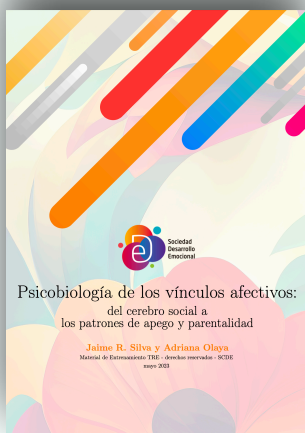
Manual de Formulación de Casos en Terapia de Regulación Emocional: Texto base del entrenamiento.

Se aborda el marco de referencia de TRE, incluyendo el modelo de proceso y contenido de regulación emocional. Se describen las estrategias clínicas y los ingredientes de la formulación de caso en TRE.



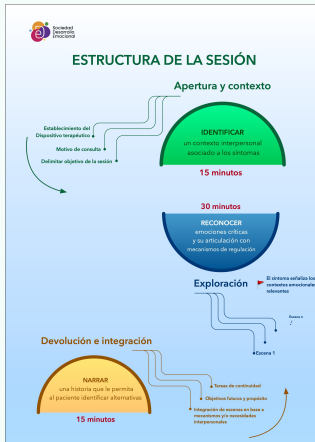
Estilos Socioemocionales

Se describen los estilos socioemocionales en detalle, incluyendo la arquitectura de la mente humana, las trayectorias del desarrollo, el concepto de homeostasis social y la integración teórica de los estilos socioemocionales (Silva & Medina, 2023).



Psicobiología de los vínculos afectivos

Texto que describe cómo el cerebro social se relaciona con los vínculos afectivos, la parentalidad y las trayectorias de desarrollo. Se enfatiza el carácter interpersonal de la regulación del comportamiento y las emociones.



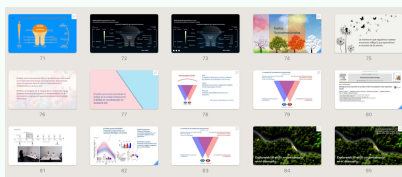
Estructura de las sesiones y estrategia del proceso de intervención

Guía estructurada para sesiones de intervención, diseñada para facilitar una comprensión profunda y sistemática de las dinámicas emocionales del consultante. Proporciona un marco claro para explorar tanto los síntomas y malestares actuales como los contextos interpersonales y escenas críticas que los rodean. Al seguir esta guía, el o la interventora puede asegurar que todos los aspectos relevantes de la experiencia emocional del consultante sean abordados de manera ordenada y meticulosa, promoviendo

así un enfoque más efectivo y personalizado.

Guía para primeras entrevistas: Protocolo.

Fomenta una exploración detallada de los mecanismos de regulación emocional del consultante, permitiendo identificar patrones de comportamiento y respuestas emocionales en diferentes contextos. Orientada para el trabajo práctico en el marco de la estructura de la sesión de intervención.



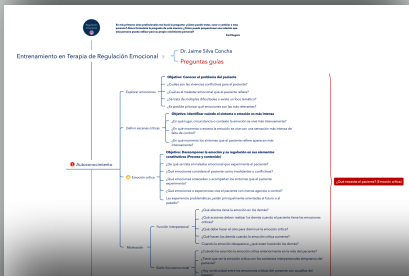
Presentaciones de clases ("PPT")

Los participantes reciben el archivo de las presentaciones en clases en formato pdf. Se actualiza clase a clase.



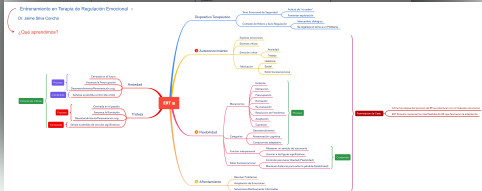
Videos

Todas las clases son grabadas en video y se comparten semana a semana conformando una biblioteca de cerca de 30 hrs. de videos con todas las clases y los pacientes revisados en ellas.



Mapas conceptuales

Mapas conceptuales para organizar el contenido abordado y las preguntas clínicas que orientan la formulación de casos en TRE



Artículos científicos complementarios (en español)

Contamos con artículos científicos relevantes que han sido traducidos al español y están disponibles para nuestros estudiantes.

Director del entrenamiento

Dr. Jaime R. Silva

Psicólogo, Doctor en Psicobiología, Universidad Complutense de Madrid



Profesor Titular y Director del Instituto de Bienestar Socio-emocional (IBEM-UDD).
Ex Director del Doctorado de Ciencias del Desarrollo y Psicopatología.
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 y de forma privada. 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 y fue director de la Sociedad Chilena de Psicología Clínica. Actualmente lidera la formación en Terapia de Regulación Emocional en Latinoamérica.

Algunas publicaciones destacadas

- Silva (2024) Formulación de Caso en Terapia de Regulación Emocional. Caro & Quiñones (2024) Formulación de Caso: Hacia una Psicoterapia de Precisión. Editorial UNED.
- Silva, J. (2024). Detén el Estrés. Diana, Ed. Planeta.
- 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 Mediterraneo.
- Silva, J. (2008). Neuroanatomía funcional de las emociones. En Slachevsky, A., Manes, F., Labos, E., & Fuentes, P. Tratado de Neuropsicología y Neuropsiquiatría Clínica.
- 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.
- 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

Terapia de Regulación Emocional Entrenamiento Clínico - Otoño 2025			
Clase	Tema	Módulo	Fecha (Martes)
I	Introducción a la Psicoterapia de la Regulación Emocional	¿Qué es la Terapia de Regulación Emocional?	22 de abril
		Revisión de caso clínico	
II	Conceptos y bases psicobiológicas de la regulación emocional I	Tipos y familias de estrategias de regulación emocional I	29 de abril
		Revisión de caso clínico	
III	Conceptos y bases psicobiológicas de la regulación emocional II	Tipos y familias de estrategias de regulación emocional II	06 de mayo
		Revisión de caso clínico	

<p style="text-align: center;">Terapia de Regulación Emocional Entrenamiento Clínico - Otoño 2025</p>			
Clase	Tema	Módulo	Fecha (Martes)
IV	Trayectorias del desarrollo y regulación afectiva	Temperamento, apego y regulación emocional	13 de mayo
		Revisión de caso clínico	
V	Estilo Socioemocional y regulación afectiva	Estilo socioemocional, la mirada de la motivación y el contenido de la regulación emocional I	20 de mayo
		Revisión de caso clínico	
VI	Estilo Socioemocional y regulación afectiva	Estilo socioemocional, la mirada de la motivación y el contenido de la regulación emocional II	27 de mayo
		Técnicas seleccionadas	

Terapia de Regulación Emocional Entrenamiento Clínico - Otoño 2025			
Clase	Tema	Módulo	Fecha (Martes)
VII	Terapia de Regulación Emocional y Trastornos Ansiosos y del Ánimo	Enfoque y técnicas	03 de junio
		Revisión de casos	
VIII	Estructura de la sesión y dispositivo clínico	Enfoque y técnicas	10 de junio
		Revisión de casos	
IX	Hacia los mecanismos de regulación interpersonal	Ciclo de Tristeza - Condescendencia y Ciclo de Ansiedad - Coerción Pasiva	17 de junio
		Revisión de casos	
X	Cierre de Curso	Conclusiones y reflexiones finales	24 de junio
		Cierre y despedida	

