ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Autoeficacia y Confianza en las Propias Capacidades

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Amplía tu formación con el Curso de Formación Permanente en Autoeficacia y Confianza en las Propias Capacidades de ICUFOR, una propuesta académica diseñada para quienes desean profundizar en uno de los constructos más relevantes de la psicología contemporánea. La autoeficacia, entendida como la percepción que cada persona tiene sobre su capacidad para afrontar desafíos y alcanzar metas, influye directamente en la motivación, el bienestar emocional y el rendimiento en múltiples ámbitos de la vida.

A lo largo del programa, explorarás los fundamentos teóricos de la autoeficacia desde la perspectiva de Albert Bandura, sus fuentes de construcción, y su relación con procesos cognitivos, emocionales y motivacionales.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos teóricos y conceptuales de la autoeficacia y la confianza personal, diferenciando este constructo de otros conceptos psicológicos afines como la autoestima, el autoconcepto y el locus de control.

Analizar la influencia de la autoeficacia sobre los procesos cognitivos, emocionales y motivacionales, describiendo su papel en la autorregulación del comportamiento y la construcción de la resiliencia personal.

Fundamentar la relevancia de la autoeficacia en los ámbitos educativo, laboral y de la salud, relacionando las creencias de eficacia con el rendimiento académico, el desempeño profesional y la adopción de conductas saludables.

Diseñar programas integrales de desarrollo de la autoeficacia, adaptando su estructura, implementación y evaluación a diferentes poblaciones y contextos de aplicación.

Identificar las fuentes y mecanismos de construcción de las creencias de autoeficacia, analizando su desarrollo evolutivo a lo largo del ciclo vital y los factores que intervienen en su consolidación y deterioro.

Conocer los principales instrumentos y métodos de evaluación de la autoeficacia, aplicando criterios de calidad psicométrica y directrices para la construcción de escalas específicas por dominios de funcionamiento.

Dominar las estrategias y técnicas de intervención para el fortalecimiento de la autoeficacia, integrando enfoques cognitivo-conductuales, de aprendizaje vicario, de regulación emocional y de psicología positiva.

Distinguir las particularidades de la autoeficacia en contextos de diversidad y dominios específicos de rendimiento, identificando líneas de investigación emergentes y perspectivas de futuro en el campo.

Temario

01 Fundamentos teóricos y conceptuales de la autoeficacia y la confianza personal

1.1. Aproximación histórica al estudio de la autoeficacia y la confianza en las propias capacidades
1.2. La teoría social cognitiva de Albert Bandura como marco fundacional de la autoeficacia
1.3. Definición, naturaleza y características de la autoeficacia percibida
1.4. Diferenciación entre autoeficacia y otros constructos psicológicos afines
1.5. La confianza en las propias capacidades como fenómeno psicológico multidimensional y su relevancia en el funcionamiento humano

02 Fuentes, mecanismos y procesos de construcción de la autoeficacia

2.1. Las cuatro fuentes principales de información de autoeficacia según Bandura
2.2. Procesamiento cognitivo e integración de la información procedente de las diversas fuentes
2.3. Factores moduladores en la formación y consolidación de las creencias de autoeficacia
2.4. Desarrollo evolutivo de la autoeficacia a lo largo del ciclo vital
2.5. Autoeficacia individual y autoeficacia colectiva: relaciones y diferencias
2.6. Mecanismos de deterioro, erosión y recuperación de las creencias de autoeficacia

Temario

03 Autoeficacia y su relación con los procesos cognitivos, emocionales y motivacionales

3.1. Influencia de la autoeficacia sobre los procesos cognitivos y el pensamiento
3.2. Autoeficacia y regulación emocional
3.3. Autoeficacia y procesos motivacionales
3.4. Autoeficacia y autorregulación del comportamiento
3.5. Procesos selectivos: cómo la autoeficacia condiciona la elección de actividades, entornos y trayectorias vitales
3.6. El papel de la autoeficacia en la construcción de la resiliencia personal
3.7. Autoeficacia y pensamiento autorreferente: diálogo interno, atribuciones causales y expectativas de resultado

04 Evaluación y medición de la autoeficacia y la confianza en las propias capacidades

4.1. Principios metodológicos fundamentales para la evaluación de la autoeficacia
4.2. Instrumentos estandarizados para la medición de la autoeficacia
4.3. Métodos cualitativos y mixtos para la exploración en profundidad de la confianza personal
4.4. Diseño y construcción de instrumentos de evaluación ad hoc
4.5. Interpretación de resultados, elaboración de perfiles y comunicación de hallazgos

Temario

05 Autoeficacia en el ámbito educativo y los procesos de aprendizaje

5.1. Autoeficacia académica: conceptualización, dimensiones y especificidad por materias
5.2. Influencia de la autoeficacia del alumnado en el rendimiento y el logro académico
5.3. Autoeficacia del alumnado en diferentes etapas y contextos educativos
5.4. Autoeficacia docente y su impacto en la calidad de la práctica educativa
5.5. Estrategias pedagógicas para el fortalecimiento de la autoeficacia académica en el aula
5.6. Relación entre autoeficacia y aprendizaje autorregulado en contextos educativos

Temario

06 Autoeficacia en el contexto laboral y organizacional

6.1. Autoeficacia profesional: conceptualización y relevancia estratégica en el mundo del trabajo
6.2. Influencia de la autoeficacia en el desempeño laboral y la productividad individual
6.3. Autoeficacia y desarrollo de la carrera profesional
6.4. Autoeficacia emprendedora y su papel en la iniciativa y la creación empresarial
6.5. Autoeficacia colectiva en equipos de trabajo y en el conjunto de la organización
6.6. La autoeficacia como factor protector frente al síndrome de burnout y el estrés laboral
6.7. Diseño de programas organizacionales para el fortalecimiento de la confianza profesional de los empleados

Temario

07 Autoeficacia, salud y bienestar psicológico

7.1. Marco teórico de la relación entre autoeficacia y comportamientos de salud
7.2. Autoeficacia en la adopción y el mantenimiento de conductas saludables
7.3. Autoeficacia en el afrontamiento y la gestión de enfermedades crónicas
7.4. Autoeficacia y bienestar psicológico: satisfacción vital, sentido de propósito y florecimiento personal
7.5. La autoeficacia como factor protector frente a trastornos psicológicos
7.6. Intervenciones basadas en la autoeficacia para la promoción de la salud y el bienestar integral

Temario

08 Estrategias y técnicas de intervención para el fortalecimiento de la autoeficacia y la confianza personal

8.1. Principios generales que guían la intervención orientada al desarrollo de la autoeficacia
8.2. Técnicas cognitivo-conductuales para el incremento de la confianza en las propias capacidades
8.3. Estrategias basadas en el aprendizaje vicario y el modelado
8.4. Técnicas de retroalimentación, persuasión verbal y coaching de autoeficacia
8.5. Técnicas de regulación emocional y manejo del estado fisiológico
8.6. Establecimiento de metas progresivas, planificación del éxito y celebración de logros
8.7. Intervenciones basadas en fortalezas y en la psicología positiva aplicada
8.8. Integración de técnicas: diseño de planes de intervención individualizados para el desarrollo de la autoeficacia

Temario

09 Diseño, implementación y evaluación de programas de desarrollo de la autoeficacia

9.1. Fundamentos metodológicos para el diseño de programas de intervención en autoeficacia
9.2. Estructura y componentes de un programa integral de desarrollo de la confianza personal
9.3. Adaptación de programas a diferentes poblaciones y contextos de aplicación
9.4. Implementación de programas: competencias del facilitador, dinamización grupal y gestión de procesos
9.5. Evaluación de la eficacia y el impacto de los programas de intervención

10 Autoeficacia en contextos específicos, poblaciones diversas y perspectivas de futuro

10.1. Autoeficacia y diversidad: género, discapacidad e interculturalidad
10.2. Autoeficacia en dominios específicos de rendimiento y competencia
10.3. Líneas de investigación actuales y debates emergentes en el campo de la autoeficacia
10.4. Perspectivas de futuro y retos para la investigación y la práctica profesional en autoeficacia y confianza personal

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06

Contenidos actualizados

Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07

El curso, por escrito

Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08

Autónomo, pero acompañado

Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09

Enseñanza adaptada

Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10

Estudio sencillo e intuitivo

Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

