ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Diálogo Interno y Lenguaje que Usamos con Nosotros Mismos

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



Especialízate con el Curso de Formación Permanente en Diálogo Interno y Lenguaje que Usamos con Nosotros Mismos de ICUFOR, una formación diseñada para profesionales que desean profundizar en uno de los fenómenos psicológicos más influyentes en el bienestar humano. El habla autodirigida configura nuestra experiencia emocional, modula la autoestima y determina cómo afrontamos los desafíos cotidianos, convirtiéndose en un área de intervención esencial para quienes trabajan en salud mental, educación, coaching o desarrollo organizacional.

A lo largo de esta formación explorarás los fundamentos teóricos y neurocognitivos del autodiálogo, analizando desde las bases cerebrales hasta las dimensiones lingüísticas y emocionales que lo caracterizan.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Fundamentar el conocimiento del diálogo interno y el habla autodirigida, delimitando sus bases teóricas, históricas y conceptuales desde los principales marcos de referencia psicológicos y filosóficos.

Analizar las dimensiones lingüísticas y discursivas del lenguaje autodirigido, diferenciando sus propiedades estructurales, metafóricas, pronominales y narrativas en la configuración de la experiencia personal.

Dominar los procedimientos de evaluación, exploración y análisis del diálogo interno, aplicando instrumentos estandarizados, técnicas cualitativas y estrategias de formulación de caso en contextos profesionales.

Comprender las bases neurobiológicas y neurocognitivas del habla interna, identificando las estructuras cerebrales implicadas y los mecanismos de desarrollo ontogenético y neuroplasticidad asociados al autodiálogo.

Describir la dimensión emocional del diálogo interno y sus patrones funcionales y disfuncionales, clasificando las tipologías de autodiálogo —crítico, rumiativo, motivacional y compasivo— y sus repercusiones en la regulación afectiva y el bienestar psicológico.

Conocer los principales modelos terapéuticos y de intervención para la transformación del autodiálogo, distinguiendo las aportaciones cognitivo-conductuales, contextuales, compasivas, dialógicas y narrativas según el perfil del cliente.

Objetivos del curso

Aplicar técnicas y estrategias prácticas de modificación del habla autodirigida, integrando herramientas de metacognición, reestructuración cognitiva, defusión, autocompasión y autodistanciamiento lingüístico en programas personalizados de entrenamiento.

Diseñar, implementar y evaluar programas de intervención sobre el diálogo interno en contextos profesionales específicos —clínico, educativo, organizacional y deportivo—, incorporando criterios basados en la evidencia y consideraciones éticas propias de cada ámbito.

Temario

01 Fundamentos teóricos y conceptuales del diálogo interno y el habla autodirigida

1.1. Delimitación conceptual del diálogo interno: definición, alcance y diferenciación terminológica
1.2. Evolución histórica del estudio del habla interna desde la filosofía clásica hasta la psicología contemporánea
1.3. Principales marcos teóricos para la comprensión del diálogo interno
1.4. Funciones psicológicas fundamentales del habla autodirigida
1.5. Relevancia del estudio del diálogo interno para la práctica profesional

02 Bases neurobiológicas y neurocognitivas del habla interna

2.1. Arquitectura cerebral implicada en la producción del habla interna
2.2. Mecanismos neurocognitivos del procesamiento del lenguaje autodirigido
2.3. Desarrollo ontogenético del habla interna: del habla egocéntrica infantil a la internalización adulta
2.4. Neuroplasticidad y modificación de los patrones neurales asociados al autodiálogo
2.5. Evidencia neurocientífica sobre la relación entre habla interna y estados psicopatológicos
2.6. Técnicas de neuroimagen y registro psicofisiológico aplicadas al estudio del diálogo interno

Temario

03 Dimensiones lingüísticas y discursivas del lenguaje que usamos con nosotros mismos

3.1. Propiedades estructurales del habla interna: sintaxis condensada, elipsis y predicatividad
3.2. Análisis léxico-semántico del autodiálogo: las palabras que elegimos para hablarnos
3.3. El papel de la perspectiva pronominal en el habla autodirigida
3.4. Dimensión metafórica del diálogo interno: cómo las metáforas configuran la experiencia personal
3.5. Narrativas internas y construcción discursiva de la identidad personal
3.6. Dimensión pragmática y performativa del habla autodirigida
3.7. Modalidades del diálogo interno: monológico, dialógico, evaluativo y motivacional
3.8. Influencia de la lengua materna, el bilingüismo y los marcos culturales en el habla autodirigida

Temario

04 Dimensión emocional del diálogo interno y su influencia en la regulación afectiva

4.1. Relación bidireccional entre emociones y autoverbalizaciones: cómo se retroalimentan mutuamente
4.2. El diálogo interno como mediador de la experiencia emocional según el modelo cognitivo
4.3. Funciones de regulación emocional del habla autodirigida
4.4. El tono afectivo del diálogo interno: calidez, neutralidad, hostilidad y frialdad emocional
4.5. Diálogo interno y autoestima: cómo el lenguaje autodirigido configura la valoración personal
4.6. Relación entre el diálogo interno emocional y los vínculos de apego tempranos

Temario

05 Patrones, tipologías y perfiles del diálogo interno

5.1. Clasificación funcional del diálogo interno: adaptativo frente a desadaptativo
5.2. El autodiálogo crítico y autocrítico: características, orígenes y mecanismos de mantenimiento
5.3. La rumiación como patrón recurrente del diálogo interno disfuncional
5.4. El autodiálogo motivacional y de instrucción: habla interna orientada al rendimiento
5.5. El autodiálogo compasivo: características del lenguaje autodirigido basado en la amabilidad
5.6. Perfiles individuales de diálogo interno: variabilidad interindividual y factores moduladores
5.7. El diálogo interno en poblaciones específicas: diferencias de género, edad y contexto sociocultural

Temario

06 Evaluación, exploración y análisis del diálogo interno en contextos profesionales

6.1. Principios metodológicos para la evaluación del habla interna y los autodiálogos
6.2. Instrumentos estandarizados de evaluación del diálogo interno
6.3. Técnicas cualitativas y experienciales de exploración del autodiálogo
6.4. Análisis de contenido y análisis discursivo del material recogido
6.5. Formulación de caso centrada en el diálogo interno e integración de los datos evaluativos

Temario

07 Modelos terapéuticos y de intervención para la transformación del diálogo interno

7.1. Fundamentos comunes y principios transversales de los modelos de intervención sobre el autodiálogo
7.2. Perspectiva cognitivo-conductual: identificación y reestructuración de autoverbalizaciones disfuncionales
7.3. Terapias contextuales y de tercera generación en la relación con el habla interna
7.4. Terapia centrada en la compasión (CFT) de Paul Gilbert y la construcción del autodiálogo compasivo
7.5. Enfoques dialógicos y gestálticos en el trabajo con las voces internas
7.6. Perspectiva narrativa: reescritura de las historias que nos contamos sobre nosotros mismos
7.7. Criterios para la selección del modelo de intervención en función del perfil del cliente y del contexto

Temario

08 Técnicas y estrategias prácticas para la modificación del autodiálogo

8.1. Desarrollo de la metacognición y la autoobservación como primer paso para el cambio
8.2. Técnicas de reestructuración y sustitución del lenguaje autodirigido disfuncional
8.3. Prácticas de autocompasión aplicadas a la transformación del diálogo interno
8.4. Técnicas de defusión cognitiva para modificar la relación con los pensamientos
8.5. Uso del diálogo interno instruccional y motivacional como herramienta de rendimiento y afrontamiento
8.6. Integración de las técnicas en programas personalizados de entrenamiento del autodiálogo

09 Aplicaciones del trabajo con el diálogo interno en contextos profesionales específicos

9.1. Aplicaciones en el ámbito clínico y de la salud mental
9.2. Aplicaciones en el ámbito educativo y de la orientación escolar
9.3. Aplicaciones en el ámbito organizacional, del liderazgo y del desarrollo profesional
9.4. Aplicaciones en el rendimiento deportivo, el coaching y el desarrollo personal
9.5. Consideraciones éticas y límites de la intervención sobre el diálogo interno según el contexto profesional

Temario

10 Diseño, implementación y evaluación de programas de intervención sobre el diálogo interno

10.1. Principios y estrategias para el diseño de programas de intervención centrados en el habla autodirigida
10.2. Integración de recursos y soportes tecnológicos en la intervención
10.3. Evaluación de la eficacia y la efectividad de las intervenciones sobre el diálogo interno
10.4. Líneas actuales de investigación y tendencias emergentes en el estudio del diálogo interno

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

