ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Toma de Perspectiva y Flexibilidad Mental ante los Problemas

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 este programa diseñado para profesionales que buscan desarrollar competencias fundamentales en el ámbito del pensamiento adaptativo y la comprensión de perspectivas ajenas. En ICUFOR ofrecemos una formación especializada que responde a las demandas actuales de entornos laborales, educativos y clínicos donde la capacidad de adaptación cognitiva resulta determinante para el éxito profesional y personal.

A lo largo del programa, profundizarás en los fundamentos neuropsicológicos de la flexibilidad cognitiva y la toma de perspectiva, explorando modelos teóricos consolidados y técnicas de intervención basadas en evidencia científica.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Fundamentar los principios teóricos y neuropsicológicos de la toma de perspectiva y la flexibilidad mental, relacionando los principales paradigmas explicativos con las bases cerebrales y cognitivas que los sustentan.

Identificar los sesgos cognitivos, los patrones de rigidez mental y las barreras emocionales que obstaculizan el pensamiento flexible y la adopción de perspectivas ajenas, utilizando herramientas de autoobservación y registro sistemático.

Aplicar las técnicas de reestructuración cognitiva, pensamiento lateral y regulación emocional dirigidas al entrenamiento de la flexibilidad mental, diseñando ejercicios graduados adaptados al perfil de los destinatarios.

Diferenciar las dimensiones, componentes y modelos de la toma de perspectiva y de la flexibilidad cognitiva, identificando los procesos implicados en cada constructo y sus interacciones recíprocas.

Dominar las estrategias y técnicas de entrenamiento en toma de perspectiva, aplicando procedimientos de simulación, descentramiento cognitivo, escucha empática y técnicas narrativo-dialógicas en contextos individuales y grupales.

Integrar la toma de perspectiva y la flexibilidad mental en el proceso de resolución de problemas, implementando modelos estructurados que abarquen desde la definición multiperspectiva del problema hasta la monitorización flexible de las soluciones adoptadas.

Objetivos del curso

Desarrollar la capacidad de transferir las competencias de perspectiva y flexibilidad a contextos interpersonales, educativos, organizacionales, clínicos y comunitarios, elaborando propuestas de intervención ajustadas a las necesidades específicas de cada ámbito.

Conocer los instrumentos de evaluación psicométrica y ecológica de ambas competencias, diseñando planes personalizados de autorregulación metacognitiva y mantenimiento a largo plazo del pensamiento flexible.

Temario

01 Fundamentos teóricos y conceptuales de la toma de perspectiva y la flexibilidad mental

1.1. Delimitación conceptual de la toma de perspectiva en el marco de la psicología contemporánea
1.2. Delimitación conceptual de la flexibilidad mental y su relación con las funciones ejecutivas
1.3. Evolución histórica del estudio de la toma de perspectiva y la flexibilidad cognitiva
1.4. Paradigmas teóricos fundamentales en el estudio de la perspectiva y la flexibilidad
1.5. Relación entre toma de perspectiva, flexibilidad mental y resolución de problemas

02 Bases neuropsicológicas y cognitivas de la toma de perspectiva y la flexibilidad mental

2.1. Arquitectura cerebral implicada en la toma de perspectiva
2.2. Sustratos neurológicos de la flexibilidad cognitiva
2.3. Procesos cognitivos compartidos entre toma de perspectiva y flexibilidad mental
2.4. Desarrollo ontogenético de la toma de perspectiva y la flexibilidad cognitiva
2.5. Neuroplasticidad y posibilidades de entrenamiento cognitivo a lo largo de la vida
2.6. Factores neurobiológicos moduladores: estrés, emociones y estados fisiológicos

Temario

03 La toma de perspectiva: dimensiones, modelos y procesos implicados

3.1. Dimensiones de la toma de perspectiva: componentes cognitivo, afectivo y perceptual
3.2. Modelos teóricos explicativos de la toma de perspectiva
3.3. Teoría de la mente avanzada y su relación con la toma de perspectiva en adultos
3.4. Procesos cognitivos implicados en la adopción de perspectivas ajenas
3.5. Toma de perspectiva en contextos de conflicto y negociación
3.6. Variables individuales y contextuales que modulan la capacidad de adoptar otras perspectivas
3.7. Diferencias interindividuales en la toma de perspectiva: personalidad, cultura y género

Temario

04 La flexibilidad cognitiva: componentes, modelos explicativos y factores moduladores

4.1. Conceptualización de la flexibilidad cognitiva como función ejecutiva central
4.2. Componentes nucleares de la flexibilidad mental
4.3. Modelos teóricos de la flexibilidad cognitiva
4.4. Relación entre flexibilidad cognitiva, creatividad e innovación en la resolución de problemas
4.5. Factores que promueven y factores que inhiben la flexibilidad mental
4.6. Flexibilidad mental y capacidad de adaptación al cambio en entornos complejos e inciertos

Temario

05 Rigidez cognitiva, sesgos y barreras para el pensamiento flexible y la toma de perspectiva

5.1. Concepto y manifestaciones de la rigidez cognitiva en el afrontamiento de problemas
5.2. Sesgos cognitivos que limitan la capacidad de toma de perspectiva
5.3. Sesgos cognitivos que restringen la flexibilidad mental ante los problemas
5.4. Factores emocionales que operan como barreras para la flexibilidad y la perspectiva
5.5. Interacción entre sesgos cognitivos, factores emocionales y contexto en el mantenimiento de la rigidez
5.6. Factores sociales y culturales que refuerzan la rigidez y el egocentrismo cognitivo
5.7. Identificación y autoevaluación de los propios patrones rígidos de pensamiento

Temario

06 Estrategias y técnicas para el desarrollo de la toma de perspectiva

6.1. Principios metodológicos del entrenamiento en toma de perspectiva
6.2. Técnicas basadas en la simulación y la imaginación dirigida
6.3. Técnicas narrativas y dialógicas para la ampliación de perspectivas
6.4. Entrenamiento en escucha activa y comunicación empática como vías de acceso a la perspectiva ajena
6.5. Técnicas de descentramiento cognitivo procedentes de las terapias de tercera generación
6.6. Estrategias de entrenamiento en contextos grupales y colaborativos
6.7. Diseño de programas de intervención estructurados para la mejora de la toma de perspectiva

Temario

07 Estrategias y técnicas para el entrenamiento de la flexibilidad mental

7.1. Principios del entrenamiento en flexibilidad cognitiva y condiciones facilitadoras del aprendizaje
7.2. Técnicas de reestructuración cognitiva orientadas a la flexibilización del pensamiento
7.3. Entrenamiento en pensamiento lateral y creatividad aplicada a la resolución de problemas
7.4. Estrategias de regulación emocional para favorecer la flexibilidad mental
7.5. Entrenamiento en cambio de set cognitivo mediante tareas estructuradas y ejercicios graduados
7.6. Programas de estimulación cognitiva y uso de tecnologías digitales para el entrenamiento de la flexibilidad

Temario

08 Integración de la toma de perspectiva y la flexibilidad mental en la resolución de problemas

8.1. Modelos de resolución de problemas y su relación con la perspectiva y la flexibilidad
8.2. Orientación positiva hacia el problema y actitud de apertura cognitiva
8.3. El proceso de definición y redefinición del problema desde múltiples perspectivas
8.4. Generación flexible de alternativas de solución ante problemas complejos y mal definidos
8.5. Evaluación multiperspectiva de consecuencias y toma de decisiones informada
8.6. Implementación de soluciones y monitorización flexible de resultados
8.7. Aplicación integrada de perspectiva y flexibilidad ante problemas interpersonales, profesionales y sociales
8.8. Estudio de casos prácticos de resolución de problemas mediante toma de perspectiva y flexibilidad mental

09 Aplicaciones en contextos interpersonales, organizacionales y comunitarios

9.1. Toma de perspectiva y flexibilidad mental en la mejora de las relaciones interpersonales
9.2. Aplicaciones en el ámbito educativo y formativo
9.3. Aplicaciones en el ámbito laboral y organizacional
9.4. Aplicaciones en el ámbito clínico y de la salud mental
9.5. Aplicaciones en contextos comunitarios, interculturales y sociopolíticos

Temario

10 Evaluación, autorregulación y mantenimiento de las competencias de perspectiva y flexibilidad mental

10.1. Instrumentos psicométricos para la evaluación de la toma de perspectiva
10.2. Instrumentos y pruebas para la evaluación de la flexibilidad cognitiva
10.3. Evaluación integrada de la capacidad de afrontamiento flexible de problemas
10.4. Autorregulación, metacognición y desarrollo continuo de las competencias

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.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

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

