



El lenguaje puede cambiar tu vida

El **lenguaje** es una de las **herramientas comunicativas** más importantes, pero además es una de las herramientas que tienes para **sentirte bien**, y no solo a nivel **social**, sino a nivel **físico** y a nivel **personal**.

Descubre de la mano de una de las **figuras clave de la psiquiatría** mundial cómo usar el lenguaje para **proteger tu autoestima**, **gestionar tu programa vital**, disfrutar de la **convivencia** y las **relaciones afectivas**.

Luis Rojas Marcos tuvo un papel crucial en la atención de las víctimas del atentado del 11-S en Nueva York.



¿Sabías que las personas que más **hablan** son más **felices** y **viven más años**? Adéntrate en un curso en el que aprenderás cómo puede ayudarte el lenguaje a estar mejor gracias a la experiencia de **Luis Rojas Marcos**.



Duración

1 hora



Formato

Videocurso



Inicio

Ahora mismo

Objetivos

Los **objetivos** del curso son:

- Mejorar la **autoestima**
- Tomar conciencia de la **importancia del lenguaje**

- Conocer las **propiedades** que tiene el lenguaje para hacerte sentir mejor

Programa

UNIDAD

01

LA IMPORTANCIA DE HABLAR

- Origen del lenguaje
- Lenguaje social

UNIDAD

02

EL PODER TERAPÉUTICO DE HABLARNOS

- Lenguaje privado

UNIDAD

03

TOMA CONSCIENCIA

- Analiza
- Entrena
- Prepara

UNIDAD

04

LOS MIEDOS

- Expresa tus miedos y penas
- Comparte

UNIDAD

05

EL PODER DEL SILENCIO

-Aprende también a callar

UNIDAD

06

EJEMPLOS

-Lecciones prácticas

Recomendado para

Este curso está pensado para todas las personas que quieran **sentirse bien** y conocer el **poder terapéutico del lenguaje**. A través de este curso podrás aprender cómo **mejorar en tus relaciones sociales** y a **sentirte mejor contigo**. Este curso es perfecto también para **profesionales clínicos** y profesionales que se dediquen al **desarrollo personal**.

Metodología

Los videocursos de **Cursiva** se basan en un sistema aprendizaje **inmersivo**, donde el alumno escoge el momento en que inicia el curso y cuándo lo quiere acabar. Son vídeos donde el tutor conversa con la cámara, de tú a tú, por lo que es como si te lo explicara directamente a ti. Además el reproductor de vídeo te ofrece una experiencia **transmedia** donde podrás encontrar archivos complementarios que refuerzan el discurso del profesor. Finalmente, podrás compartir todas tus dudas y ejercicios con el resto de compañeros y el equipo de Cursiva a través de los foros habilitados en el **aula virtual**. Busca tu momento, y dale al play.

PROCEDIMIENTO

El curso empieza en el mismo momento en el que se formaliza la matrícula. El alumno recibirá un mail con una guía que detalla de una manera fácil y clara el funcionamiento del aula virtual de **Cursiva** en general y de los videocursos en particular. Una vez comprado, el alumno tiene un acceso de dos meses a la plataforma, pudiendo ver los vídeos y los materiales complementarios tantas veces como quiera. Finalizados los dos meses de acceso, el acceso al curso expirará.

REQUISITOS TÉCNICOS

Se recomienda conectarse desde un ordenador más o menos actual con conexión a **internet**. Serán necesarios altavoces o auriculares para escuchar alguno de los vídeos que se recomienden y se

Profesor

Luis Rojas Marcos nació en Sevilla en 1943, de madre cántabra (Valle de Liendo) y padre sevillano. Fue un niño de **temperamento inquieto, distraído y curioso** y tuvo problemas de aprendizaje.

Desde muy joven tuvo **vocación de médico** fomentada por las historias que su madre le contaba sobre su abuelo materno, médico rural en Santander.

En 1968, a los veinticuatro años y recién **licenciado en Medicina** por la Universidad de Sevilla, emigró a **Nueva York**, donde reside desde entonces. **Doctor en Medicina y Cirugía** por la **Universidad de Bilbao** (1975) y en **Ciencias Médicas por la Universidad del Estado de Nueva York** (1977), se especializó en **psiquiatría en el Hospital Bellevue y la Universidad de Nueva York** (1969-1972).

En 1972 fue premiado por el **Instituto Nacional de Salud Mental** estadounidense con una beca de tres años para **investigar los efectos de la barrera del lenguaje** en inmigrantes enfermos mentales que tenían dificultad en expresarse en inglés. Sus estudios pioneros demostraron que la barrera del **lenguaje distorsiona la comunicación** de estos inmigrantes, hasta el punto de que los exámenes realizados por psiquiatras en inglés sin ayuda de intérpretes no son fiables y dan lugar a diagnósticos inexactos y tratamientos erróneos. Sus investigaciones fueron publicadas en las **revistas científicas** más prestigiosas de Estados Unidos.

La **divulgación** de sus estudios, unida a su labor para **concienciar a los legisladores** del problema, lograron que el Municipio de la ciudad de **Nueva York** promulgara la **Ley de Intérpretes en las Urgencias**, por la que se obliga a todos los hospitales de la ciudad a disponer de intérpretes para que los médicos puedan comunicarse con los pacientes inmigrantes en su lengua materna.

En 1981, **fue nombrado por el alcalde de Nueva York, Edward Koch, Director de los Servicios Psiquiátricos** de los once hospitales generales, servicios de urgencias y ambulatorios de la gran urbe. La contribución más reconocida de **Rojas Marcos** en este cargo fue la creación de **Proyecto Ayuda (Project HELP)**, el **primer servicio médico móvil** para atender y hospitalizar a enfermos mentales graves sin techo.

En 1992 el entonces alcalde de la ciudad, **David Dinkins**, designó a **Rojas Marcos Commissioner of Mental Health** o **máximo responsable de los servicios municipales de salud mental, alcoholismo y drogas**.

En 1995 **Rojas Marcos** fue nombrado por un tercer alcalde – **Rudolph Giuliani**– para **presidir el Sistema de Salud y Hospitales Públicos de Nueva York**. Por ser miembro del **Consejo de Control de Emergencias** de la ciudad, **Rojas Marcos** vivió muy de cerca los **devastadores ataques terroristas del 11 de septiembre** de 2001 contra las **Torres Gemelas**. Como responsable del Sistema de Salud y Hospitales Públicos jugó **un papel fundamental en las atenciones médicas y psicológicas a las víctimas y a sus familiares**. Posteriormente plasmó su experiencia personal en la obra **Más allá del 11 de septiembre**.

Con su reconocida claridad expositiva, **Rojas Marcos** ha sabido **divulgar los retos** a que se enfrenta el bienestar de los pueblos, como la violencia, las drogas, la pobreza, el racismo, el terrorismo y el estigma de la enfermedad mental. Sus más de **120 artículos de opinión y ensayos**, en su mayoría publicados en el diario **El País**, han sido recopilados en tres volúmenes: **La ciudad y sus desafíos**, **Latidos de fin de siglo** y **Antídotos de la nostalgia**.

Igualmente, las obras publicadas de **Rojas Marcos** confirman los beneficios de la **perspectiva optimista a**

la hora de superar las adversidades. En España, **Rojas Marcos** asesora a instituciones dedicadas a **temas sociales** y de **salud pública**. Ha sido **patrono** de la **Fundación La Caixa** (2000-2010) y actualmente es **patrono de honor de la Fundación ADANA** (Ayuda Déficit Atención Niños, Adolescentes y Adultos). Precisamente, el **trastorno por déficit de atención o TDAH** es un tema de especial interés personal para **Rojas Marcos**, pues lo sufrió en su propia infancia y adolescencia.

Rojas Marcos es **Doctor Honoris Causa** por las universidades de **Ramón Llull** (2013), del **País Vasco** (2014) y de **Burgos** (2015). En 2013, **Rojas Marcos** recibió el **Premio Gabarrón Internacional de Ciencia e Investigación** “*por sus investigaciones durante cuatro décadas en el campo de la Psiquiatría y sus contribuciones a la ciencia y a la sociedad*”. En 2016 la **Fundación MAPFRE** le concedió el **Premio a la Mejor Iniciativa en Promoción de la Salud** por el programa **Abandonados en las calles de la ciudad: Proyecto Ayuda**.

En la actualidad, **Rojas Marcos** compagina su **labor académica** como **profesor de Psiquiatría de la Universidad de Nueva York** con la gestión, como **director ejecutivo**, de **Médicos Afiliados de Nueva York** (PAGNY), la **organización sin ánimo de lucro** compuesta de 3.500 médicos y profesionales de la salud que prestan sus servicios en seis hospitales públicos y en las diez cárceles de la ciudad.

Obtén tu certificado

Este curso se ha desarrollado para cumplir con los niveles de excelencia profesional **de Penguin Random House Grupo Editorial**. Si quieres añadir a tu currículum un documento que acredite que dispones de esta formación, puedes escoger la opción certificado digital o certificado en papel en el momento de formalizar tu matrícula. La versión en papel viene sellada oficialmente por el grupo editorial, incluye también la versión digital y los gastos de envío.

UN TÍTULO AVALADO POR UN GRAN GRUPO EDITORIAL

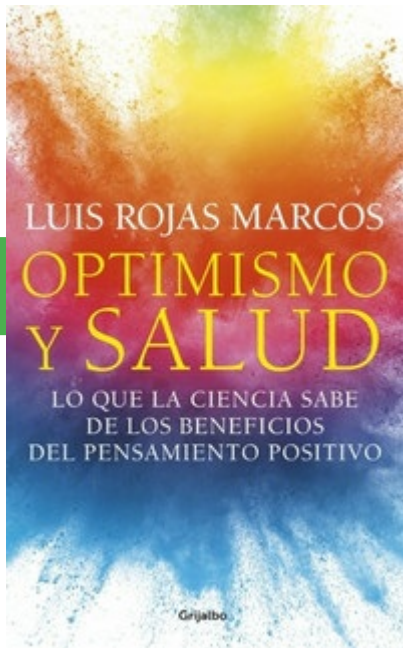
Recibe un certificado avalado por la firma del responsable académico y el logo de la escuela **Cursiva** y de **Penguin Random House Grupo Editorial**, que te permitirá certificar que has seguido con aprovechamiento un curso reconocido por un gran grupo editorial. Para ello el alumno tendrá que haber entregado un mínimo del 70% de los ejercicios pedidos por el profesor.

VERIFICABLE

Tu certificado dispone de un número de identificación único para que cualquier empresa o institución pueda verificar su autenticidad en **Accredible**, el mismo emisor de certificados digitales con el que operan las plataformas de enseñanza a distancia como Edx o Udacity para los cursos online creados por las empresas y universidades más prestigiosas: Google, Harvard University, MIT#

FÁCILMENTE COMPARTIBLE

La versión digital puede añadirse en un solo clic a tu perfil de **LinkedIn** para que puedas darle visibilidad en tu currículum en cuanto acabes el curso. Has aprendido de los mejores: ¡deja que se sepa!



Optimismo y salud

Este es el libro que todos necesitamos leer ahora.

El optimismo es la auténtica vacuna de la felicidad.

«A lo largo de los años, tanto en mi vida personal como en el mundo de la medicina, la psiquiatría y la salud pública, he tenido oportunidad de confirmar, en incontables ocasiones, que la forma de percibir e interpretar las situaciones que nos plantea la vida ejerce un inmenso poder sobre nuestras emociones, decisiones, conductas y juicios. Para disfrutar de una vida saludable y completa, no basta con curar los males que nos aquejan; es igualmente importante conocer y fortificar los aspectos favorables de nuestra naturaleza, que nos ayudan a motivarnos, a superar los retos y a alcanzar nuestras metas.»