

TEMARIO DEL CURSO ONLINE

1. Introducción

Módulo I - Psicología

2. ¿Qué es la ansiedad?
3. La fisiología de la ansiedad
4. Psicofármacos y alcohol
5. El perfil de personalidad
6. Cómo hemos llegado hasta aquí
7. Los días antes de un vuelo
8. Cuestionario ATAVA
9. “El cortocircuito”
10. El miedo al miedo
11. Las ideas irracionales

Módulo II - Parte técnica

12. Protocolos de seguridad
13. El despegue
14. Los aviones planean
15. Despresurización
16. Pruebas de seguridad
17. Rayos y truenos
18. Las turbulencias
19. ¿Por qué vuela un avión?
20. Secuencia de vuelo
21. El controlador aéreo

Módulo III - Aplicación práctica

22. Plan de 4 pasos
23. La práctica de lo aprendido
24. Conclusión y pautas para hacer la lista definitiva de ideas positivas
25. Conclusiones