

BIENESTAR DOCENTE

CURSO DE GESTIÓN EMOCIONAL Y DOCENCIA



**TÓMATE TIEMPO PARA PENSAR EN TI
Y RECUPERA LA SATISFACCIÓN
DE SER DOCENTE**

FORMATOS Y HORARIOS FLEXIBLES

Amparo Ureña

Lda. Psicología

Experta en Mediación

Docente y Familiar



fecerval

FEDERACIÓN DE CENTROS
DE ENSEÑANZA



EMERPROTEC

www.emerprotec.com

BIENESTAR DOCENTE

TÓMATE TU TIEMPO PARA PENSAR EN TI



CURSO DE GESTIÓN EMOCIONAL Y DOCENCIA

Con estrés y ansiedad todos descuidamos nuestra salud y es muy difícil ofrecer al mundo nuestra mejor versión.

El objetivo de este curso es que pienses en ti, en cómo te sientes y ayudarte a identificar tus emociones para controlar sus efectos en tu vida personal y laboral.

CONTENIDOS:

Las emociones y su relación con la salud mental
Autocuidado y bienestar docente
Autoestima y mentalidad de crecimiento
Inteligencia emocional en la docencia
Empatía y asertividad

METODOLOGÍA:

El curso se desarrolla en 6 sesiones de 2 horas para grupos de 10-15 asistentes. El formato y los horarios se adaptarán a las indicaciones del cliente.

Estas sesiones serán fundamentalmente prácticas, donde se llevará a cabo un intercambio de experiencias y actividades en el grupo de trabajo.

Curso impartido por especialista en Psicología Escolar y Mediación docente y familiar.

RECUPERA LA SATISFACCIÓN DE SER DOCENTE

