

**MÓDULOS – MATERIAL POR SESIÓN**

<b>MÓDULO</b>	<b>HORAS</b>	<b>TIPO DE TRABAJO</b>	<b>PRESENTACIÓN PARA REVISAR</b>	<b>TEXTOS Y TEST</b>	<b>VIDEOS</b>
<b>I. AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL.</b>	<b>2</b>	Sincrónico Día Lunes 26 De Octubre.	Sincrónico	- H. Maturana. Qué Queremos De La Educación.	No Hay.
<b>II. MANEJO DE EMOCIONES</b>	<b>1</b>	Trabajo Individual	II. MANEJO DE EMOCIONES Y ESTRÉS.	- Pausas Activas. - Autocuidado – Emociones.	- Como Convertir El Estrés En Tu Amigo.
<b>III. ADMINISTRACIÓN DE TIEMPO Y EMOCIÓN.</b>	<b>1</b>	Trabajo Individual	III. ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO Y EMOCIÓN.	- Test Organización De Tiempo.	No Hay.
<b>IV. AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL HACÍA SI MISMOS Y OTROS.</b>	<b>1</b>	Trabajo Individual	IV. AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL HACÍA SI MISMOS Y OTROS.	- Ética Laboral Y Comunicación. - Test De Comunicación. - Barreras De La Comunicación.	- El Poder De Las Palabras. - Barreras De La Comunicación.
<b>V. AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL HACÍA SI MISMOS Y OTROS.</b>	<b>1</b>	Trabajo Individual	V. AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL HACÍA SI MISMOS Y OTROS.	- Felicidad Laboral. - Emociones Covid.	- Primeros Auxilios Emocionales. - Motivación.