

CURSO: MANEJO DEL CANSANCIO MENTAL Y FATIGA EMOCIONAL EN EL EJERCICIO DOCENTE EN UN CONTEXTO DE ESTRÉS

Objetivos Específicos	Horas
Reconocer Las Diferentes Variables Asociadas A La Salud Mental, Considerando Un Contexto Laboral Docente.	5
Identificar Recursos Contenedores Y Movilizadores De Mitigación Del Cansancio Y Estrés Personal Asociado A La Labor Docente, Considerando Los Procesos De Comunicación Intra E Inter Personal.	5
Aplicar Estrategias De Autorregulación Del Cansancio Y La Fatiga En El Ejercicio Docente, Considerando El Ensayo De Habilidades Socioemocionales.	5
Aplicar Estrategias De Autorregulación Emocional, Considerando La Necesidad De Superación De Situaciones Afectivas Conflictivas Y Relevantes En Situaciones Específicas Planteadas.	5
TOTAL HORAS	20
REGISTRO ATE	

