

**CURSO: HABILIDADES PARA LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL,  
MANEJO AFECTIVO, CANSANCIO MENTAL Y FATIGA EMOCIONAL EN  
EL EJERCICIO DOCENTE EN UN CONTEXTO DE ESTRÉS**

<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Horas E-Learning</b>
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
<b>HORAS</b>	<b>20</b>
<b>CÓDIGO SENCE</b>	<b>1238021698</b>

