



**CURSO**

## TÉCNICAS DE CONTENCIÓN EMOCIONAL Y MANEJO DEL ESTRES EN ESTABLECIMIENTOS EDUCACIONALES



**Duración**  
8 horas



**Modalidad**  
E-learning sincrónica



**Inicio**  
A convenir



**Código Sence**  
12 38 0148 02

### Objetivo General

Al finalizar el curso los participantes estarán capacitados para reconocer los factores asociados al estrés crónico, e implementar técnicas que le permitan afrontarlo adecuadamente y guiar a otros a salir de él. Además reconocer y aplicar técnicas básicas para la contención emocional en jóvenes y adultos.

### Metodología de enseñanza

- Las actividades se desarrollarán un enfoque teórico práctico, bajo modalidad e-learning sincrónica con exposiciones interactivas del relator, usando una metodología eminentemente participativa expresando su opinión y experiencia en el tema.
- Para el apartado práctico, se desarrollarán casos de respuesta individual aplicando contenidos y técnicas aprendidas durante el desarrollo del curso.

### Destinado a

Docentes de enseñanza media y personal de apoyo.

### Módulos del curso

- Estrés y sus diferentes tipos
- Técnicas para el afrontamiento del estrés
- Emociones, ¿qué son y cómo se reconocen?
- Técnicas para la contención emocional en jóvenes y adultos

### Valor del curso

**Valor por participante:** \$90.000 (Noventa mil pesos)

**Cupos:** 20 Participantes

La institución se reserva el derecho a no dictar el curso si no cuenta con el cupo mínimo de matriculados para su inicio, así como la devolución de lo pagado.

### Métodos de pago



Orden de compra: presentación carta de compromiso de la Institución.



Al contado, con 3 cheques, transferencia o tarjeta de crédito.

- Condición de pago debe realizarse previo a la primera clase.

### Consulta por Descuentos y Convenios

Hasta **30%**

### Comunícate con nosotros a través de nuestras plataformas



Al Whatsapp  
+56 9 5658 7333



Al correo  
[otec@cftiprosec.cl](mailto:otec@cftiprosec.cl)



Visita nuestra web  
[www.cftiprosec.cl](http://www.cftiprosec.cl)



En todas nuestras redes como **CFT iprosec**