

### 1. GESTIÓN EMOCIONAL

Jueves 25 de enero:

- **Psicoeducación**

Jueves 29 de febrero:

- **Manejo emocional**

Jueves 21 de marzo:

- **Estilos de afrontamiento**

Jueves 26 de septiembre:

- **Proceso de comunicación y habilidades básicas**

Jueves 31 de octubre:

- **Malas noticias y "Pacto de Silencio"**

Jueves 28 de noviembre:

- **Asertividad e introducción al counselling**

E

F

C

### 2. FAMILIA

Jueves 25 de abril:

- **Impacto a corto plazo**

Jueves 30 de mayo:

- **Repercusiones a largo plazo**

Jueves 27 de junio:

- **Recursos**

1. COUNSELLING

2. AUTOCAUIDADO

3. VOLUNTARIADO

### 3. HABILIDADES COMUNICACIÓN

FORMARCIÓN 2025