



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
ESCUELA NACIONAL DE TRABAJO SOCIAL

# Inteligencia emocional y resiliencia en tiempos de cambio



## OBJETIVO GENERAL:

Proporcionar los elementos teórico-prácticos para reconocer fortalezas y oportunidades propias, ante los cambios derivados de la pandemia por COVID-19 así como aplicar las técnicas de relajación y liberación de emociones.



**Ponente:**

Mtra. Miriam Ávila Uribe



**Duración:**

Del 29 de enero al 19 de febrero de 2022

20 horas. Modalidad híbrida

Miércoles de 19 a 21 horas vía zoom

Sábado 9 a 13 horas (5 y 19 de febrero sesión presencial)



**Dirigido a:**

Profesionales de trabajo social y de áreas afines o interesados en el tema



**Medio:** Vía Zoom



**Requisitos generales de ingreso:**

Tener estudios de nivel licenciatura

Inversión: \$1,600.00 por curso



**Informes e inscripciones:**

Lic. Ivonne Valadez Cortés

ivaladezc@unam.mx

