



# PROGRAMA

## Bienestar emocional

4 al 8 de Septiembre

4ª JORNADA DE APRENDIZAJE



UN ACERCAMIENTO  
ENTRE PROFESIONALES  
DE LA PSICOLOGÍA



# EN LÍNEA

Conferencias 10:00 a 12:00  
Registro en PROSAP

Microtalleres 12:00 a 15:00  
Convocatoria

<https://suayed.iztacala.unam.mx/wp-content/uploads/2023/08/microtalleres.pdf>

## 9:45 Inauguración

### Bienestar emocional

Dra. Carolina Santillan Torres Torija

### Manejo de emociones con narrativa

Dra. Oralia Espinoza Montiel

### Comunicación no violenta

Lic. Alicia Ivet Flores Elvira

### Promoviendo el respeto en espacios educativos virtuales

Dr. Mario Ernesto Morales Ruiz

### Bienestar emocional y familia

Dra. Blanca Estela Barcelata Eguiarte

### Estrategias para disminuir estrés y ansiedad académico

Lic. Judith Rivera Baños

### Descubriendo la importancia de los Telómeros. Modificación de hábitos para un Bienestar Óptimo.

Dra. Lorena Alejandra Flores Plata



## Bienestar emocional y escuela

Mtra. Cintia Melissa Salas Bermúdez

### La máscara

Mtra. María de los Ángeles Herrera Romero

### Espacio Protegido del Diálogo

Lic. Elizabeth Montecillos Peña

### Manejo de estrés

Mtra. Mirna Elizabeth Quezada

6

## Bienestar emocional y trabajo

Mtra. Erika Souza Colín

### Sin estrés, donde estés

Lic. Mabel Goretty Chala Trujillo

### Trabajo psicocorporal para el bienestar emocional

Mtro. Julio Israel Flores González

### Cuando cuentas cuentos... Las historias que nos contamos

Mtra. Christian Sandoval Espinoza

7

## Bienestar emocional y sociedad

Dra. Esther Alvarez Bolaños

12:00 Clausura

8