



AUTOMOTIVACIÓN Y PRODUCTIVIDAD

Objetivos			
El alumno será capaz de entrenar habilidades propias de la Inteligencia Emocional y la Gestión del Tiempo que favorecen la motivación académica/profesional y el aprovechamiento del tiempo.			
Duración		Modalidad	
25 hora/s lectiva/s		On-line	
Destinatarios		Requisitos	
Todo el PDI de la UCLM			
Campus	Sala	Convocatoria	Fechas y horario
Internet	Internet	Internet 1C	Del 4 de noviembre de 2024 al 14 de enero de 2025 (De 00:00 a 00:00)
Internet	Internet	Internet 2C	Del 2 de abril de 2025 al 9 de junio de 2025 (De 00:00 a 00:00)
Programa			
<ul style="list-style-type: none">• La motivación.• Herramientas para la automotivación.• Introducción a la gestión.• Sistemas de gestión del tiempo: Eisenhower y GTD.• Hábitos, estrés y autoestima.			
Diploma		Evaluación	
Aptitud		Superar los elementos de evaluación marcados en la guía docente.	
Profesorado			
ANA ISABEL CALLEJAS ALBIÑANA MARÍA STAVRAKI			