

RECURSOS (1)

CURSO: *GESTIÓN PRÁCTICA DE EMOCIONES EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS (CURSO MOOC-EASP)*

MASIVO, **GRATUITO**, ACCESIBLE HASTA JUNIO 2021

<https://www.easp.es/project/gestion-practica-de-emociones-en-tiempos-de-coronavirus>



Gestión práctica de emociones en tiempos de coronavirus

RECURSOS (2)

“LAS EMOCIONES SE CONTAGIAN”

“LOS COMPORTAMIENTOS, TAMBIÉN”



Y PARA NEGOCIAR... RECURSOS (3)

“RECTÁNGULO DEL PODER”

Prólogo de **Albert Jovell**

El autor cede sus beneficios económicos por la venta de *yo decido*, a **Asociación Música para Despertar** (asociación que promueve el uso terapéutico de la música en personas con Alzheimer y otras demencias)



RECURSOS (4)

*Un libro que es un canto de amor a la vida.
A una vida imperfecta y bella.
A veces, dolorosa y siempre... apasionante*

El autor cede sus beneficios económicos por la venta de *Vosotros no tenéis la culpa*, a ACCU Granada (Asociación de Crohn y Colitis Ulcerosa de Granada)

**Vosotros no
tenéis la culpa**
En torno al suicidio

José Luis Bimbela Pedrola



El amor y la aceptación como
afirmación de la vida y consuelo

FRENTE A LA TRAMPA DE LA DISYUNTIVA (LA "O")
FRENTE A LA TOXICIDAD DE LA ADVERSATIVA (EL "PERO")

AYUDA
ACOMPañAR



CONTROL
FACILITAR

0 FRENTE A LA TRAMPA DEL TODO / NADA 100

RECURSOS (5)

PGP

Por favor

Gracias

Perdón