TEMARIO:

1. Metahabilidad Madurez Emocional

– Facilidad de Expresión

– Identificar emociones y sensaciones

– Favorecer la reacción positiva y asertiva

2. Metahabilidad Empoderamiento Personal

– Apropiación corporal

– Capacidad de elegir

– Establecer una red de ayuda

3. Metahabilidad Liderazgo Positivo

– Promover la sana elección

– Concientizar para postergar