

LLAMADO A INSCRIPCIÓN PARA SEMINARIO WEB

El Departamento de Formación de la Dirección Sectorial de Gestión Humana y la Dirección Sectorial de Salud del CODICEN comunican a funcionarios y funcionarias de todos los escalafones, pasantes, becarios/as y a personas que desarrollan tareas en dependencias, programas o proyectos de la Administración Nacional de Educación Pública en todo el país, que se encuentran abiertas las inscripciones para el siguiente seminario web:

GESTIÓN DE LAS EMOCIONES EN EL ÁMBITO LABORAL

(Grupo 1)

Modalidad: virtual (webconferencia)

DESTINATARIOS:

Funcionarios y funcionarias de todos los escalafones, pasantes, becarios/as y a personas que desarrollan tareas en dependencias, programas o proyectos de la Administración Nacional de Educación Pública en todo el país.

FECHA / HORARIO:

Jueves 10 de setiembre de 2026
9:30 a 11:00 hs.

LUGAR:

Plataforma Zoom y
Plataforma Educativa de Formación

Cierre de inscripciones: 25 de agosto de 2026

OBJETIVOS:

- Facilitar la comprensión conceptual de las emociones -sus funciones adaptativas, sociales y motivacionales, y su diferenciación de los sentimientos- estableciendo las bases teóricas para fundamentar la importancia de su gestión en el ámbito laboral.

Departamento de Formación

Av. Libertador Juan Antonio Lavalleja 1409, piso 4.
Montevideo, Uruguay. CP 11100 | +598 2900 7070 int. 4415/4416/4417
gestionhumana@anep.edu.uy | www.anep.edu.uy

- Guiar el reconocimiento de las emociones básicas, analizando sus manifestaciones físicas y conductuales, así como su valor adaptativo en las personas.
- Analizar la influencia de la dinámica emocional en el entorno de trabajo -su impacto en el clima laboral, la productividad, la comunicación, el ausentismo y la rotación- e introducir el concepto de inteligencia emocional como una competencia factible de ser entrenada.
- Proporcionar herramientas prácticas que permitan identificar situaciones disparadoras, diferenciar la emoción de la reacción y aplicar estrategias de gestión emocional en el trabajo cotidiano.
- Promover los beneficios integrales del bienestar emocional en las esferas personal, social y laboral, destacando el uso de la risa como recurso natural para la regulación emocional y la conexión interpersonal.

TEMÁTICA / CONTENIDOS:

- Las emociones y su rol en el bienestar laboral. Qué son las emociones, cuáles son sus funciones adaptativas, sociales y motivacionales, y cómo se diferencian de los sentimientos. Un recorrido conceptual que sienta las bases para entender por qué gestionarlas es clave en el entorno de trabajo.
- Emociones básicas y su expresión. Reconocimiento de las principales emociones (alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa, asco, confianza, anticipación), su función adaptativa y cómo se manifiestan física y conductualmente en las personas.
- Impacto de las emociones en el trabajo. Cómo repercuten en el clima laboral, la productividad, la comunicación, el ausentismo y la rotación, tanto a nivel individual como grupal y organizacional. Se abordará también el concepto de inteligencia emocional y la posibilidad de entrenarla.
- Identificación y gestión de las emociones. Herramientas prácticas para reconocer situaciones disparadoras, nombrar lo que sentimos y diferenciar la emoción de la reacción. A partir de ahí, se presentarán estrategias concretas de gestión emocional aplicables al día a día laboral.
- Beneficios del bienestar emocional y el poder de la risa. Los efectos positivos de gestionar bien las emociones -a nivel personal, social y laboral- y el rol de la risa como herramienta natural de conexión y regulación emocional.

DIRECCIÓN
SECTORIAL
DE GESTIÓN HUMANA



DIRECCIÓN
SECTORIAL
DE SALUD

RESPONSABLES:

Dra. Fabiana Carbajal. Especialista en Salud Ocupacional, Asistente a la Dirección Sectorial Salud.

Mag. Lic. Psic. Romina Laguna. Especialista en Psicología del Trabajo y las Organizaciones, Dirección Sectorial Salud.

REQUISITOS:

- Tener disponibilidad horaria para participar de la actividad.
- Contar con equipo/dispositivo y conexión a internet para acceso a plataforma Zoom donde se desarrollará la web conferencia y acceso a plataforma educativa de Formación para registro de asistencia y descarga de constancia correspondiente.

INSCRIPCIONES:

- Las inscripciones sólo se realizan a través del formulario on-line:

<http://www.anep.edu.uy/formacion/sitio/form.php>

cierre de inscripciones: 25 de agosto de 2026

IMPORTANTE:

- Confirmada la participación del funcionario/a por parte del Departamento de Formación, se le enviará vía correo electrónico los datos para acceder a la plataforma de webconferencias Zoom en la que se desarrollará la actividad y acceso a plataforma educativa de Formación para el registro de asistencia y descarga de la constancia digital correspondiente.
- LUGAR: Plataforma para webconferencias Zoom y Plataforma educativa del Departamento de Formación.
- Requerimientos de uso de la plataforma educativa: El/la funcionario/a participante de actividades de capacitación en la plataforma educativa debe estar debidamente identificado (con foto de perfil y datos personales/funcionales). El relevamiento de datos personales del participante se realizará a los únicos efectos del cumplimiento de los objetivos de la capacitación o curso, dentro del marco de la Ley de Protección de Datos Personales.

Departamento de Formación

Av. Libertador Juan Antonio Lavalleja 1409, piso 4.
Montevideo, Uruguay. CP 11100 | +598 2900 7070 int. 4415/4416/4417
gestionhumana@anep.edu.uy | www.anep.edu.uy



- La actividad será grabada, editada y puesta a disposición de los interesados con acceso no restringido en el repositorio digital del Departamento de Formación.

NOTA: Si no puede acceder a los enlaces, copie y pegue el texto del enlace en la barra de direcciones de su navegador web.

*Por más información comunicarse al Departamento de Formación a través del
tel 2900 7070 - int. 4415, 4416 y 4480 o por correo electrónico a formacion@anep.edu.uy*