



### **3. Gestión del tiempo**

- ¿Qué es una gestión adecuada del tiempo?
- Planificar y organizar el tiempo
- Ladrones de tiempo
- Resumen

### **4. Aplicación práctica de habilidades sociales**

- Hablar en público: presentaciones efectivas
- Desarrollo de equipos: liderazgo
- Afrontar y prevenir el estrés laboral
- Resumen