

# Autorregulación:

## Lección 11 Actuar diferente

### Recursos adicionales

En este espacio están a tu disposición videos, infografías, lecturas y evidencias de implementación que te ayudarán a ampliar y profundizar el conocimiento con respecto al tema tratado en la lección. Es el material que se te recomienda en la sección “¿Quieres saber más?” de cada lección.

Para completar la lección consulte los siguientes materiales que se muestran a continuación:

### Recursos de la lección

<b>¿Enojado? No lo tomes como personal de Raúl José Alcázar Olán</b> [ <a href="https://youtu.be/i5zplfrktH0">https://youtu.be/i5zplfrktH0</a> ]	<b>Interés por el bienestar de los demás</b> [ <a href="https://youtu.be/WptVTXMI-BE">https://youtu.be/WptVTXMI-BE</a> ]
<b>Cómo resistir a las tentaciones</b> [ <a href="https://youtu.be/l8dPBsd0Rxc">https://youtu.be/l8dPBsd0Rxc</a> ]	<b>Profesores que dejan marca</b> [ <a href="https://youtu.be/WVEnhecsj3Y">https://youtu.be/WVEnhecsj3Y</a> ]

Ira destructiva daña la salud y las relaciones interpersonales

[[http://ciencia.unam.mx/leer/297/Ira\\_destructiva\\_dana\\_la\\_salud\\_y\\_las\\_relaciones\\_interpersonales](http://ciencia.unam.mx/leer/297/Ira_destructiva_dana_la_salud_y_las_relaciones_interpersonales)]

Estrategias para controlar su enojo

[<https://www.apa.org/centrodeapoyo/estrategias.aspx>]

Los "círculos virtuosos", un enfoque novedoso para la cooperación española  
[[https://www.isglobal.org/new/-/asset\\_publisher/JZ9fGljXnWpl/content/los-circulos-virtuosos-un-enfoque-novedoso-para-la-cooperacion-espanola](https://www.isglobal.org/new/-/asset_publisher/JZ9fGljXnWpl/content/los-circulos-virtuosos-un-enfoque-novedoso-para-la-cooperacion-espanola)]