



Taller presencial y streaming: Bienestar Emocional



Miércoles, 8 de noviembre de 2023, de 10:00 a 11:30 horas.

Objetivo:

Lograr ser emocionalmente competentes. La importancia del desarrollo emocional en la relación con nosotros mismos y con los demás.

Programa:

- Conocer cómo las emociones pueden determinar nuestro éxito.
- Aprender a gestionar las emociones desde la propia experiencia.
- Entender por qué nos cuesta tanto lograr el equilibrio emocional.
- Conocer cómo la relación con nosotros mismos media en la relación con los demás.

Ponente:

Claudia Badenes Tejado.
Psicóloga General Sanitaria.

Inscripción:

Actividad gratuita y exclusiva para colegiados.

Colabora:



Inscripción
Streaming

Inscripción
Presencial

