



29 de marzo de 2017

Online o
presencial

Jornada Informativa: Inteligencia Emocional, metodología práctica. Tu eje emocional. Presentación de la Especialidad en Inteligencia Emocional y Gestión del Talento Promoción 2017

Pontevedra

Extensión universitaria

Las emociones determinan cómo respondemos, nos comunicamos y nos comportamos.

Aunque no nos demos cuenta, las personas elegimos con el corazón y justificamos con la razón. La raíz de la palabra emoción remite al movimiento ya que las emociones son las que nos mueven, nos llevan a entrar en acción.

En esta intensa formación, veremos que estamos hechos de emociones y la mayor parte de las personas nos hemos esforzado en encerrarlas. Para alcanzar el equilibrio en la vida, tenemos la opción de aprender a gestionar adecuadamente nuestras emociones sustituyendo reacciones automáticas por respuestas elegidas.

Así mismo presentaremos el programa de Especialidad en Inteligencia Emocional y Gestión del Talento Promoción 2017 que comienza el viernes 31 de Marzo en UNED Pontevedra, al que se podrá asistir de forma presencial, por streaming y diferido: <https://extension.uned.es/actividad/idactividad/13707>

Lugar y fechas

29 de marzo de 2017

De 18:00 a 20:00 h.

Espacios en los que se desarrolla: **AULA 001**

Lugar:

Centro Asociado de la UNED en Pontevedra

Horas lectivas

Horas lectivas: 2

Programa

miércoles, 29 de marzo

18:00-20:00 h. Inteligencia emocional, que es.

Identificación emocional

Identificación y reconocimiento del miedo, la tristeza y el enfado

Gestión emocional, primera aproximación

Inscripción

	MATRÍCULA ORDINARIA
ASISTENCIA AL CENTRO ASOCIADO	Gratuita
ASISTENCIA EN DIRECTO POR STREAMING	Gratuita

[Matrícula online](#)

Ponente

Yolanda Villar

Especialista en Construcción de Líderes, Coaching Ejecutivo para desarrollo de Liderazgo y Mediación.

Objetivos

Conocer los conceptos relacionados con la inteligencia emocional para manejar óptimamente las emociones y crecer tanto profesional como personalmente.

Descubrir las emociones y los sentimientos propios

Reconocer las emociones y los sentimientos propios

Manejar las emociones y los sentimientos propios

Colaboradores

Organiza



EEL Escuela Europea de Lideres

Más información

*UNED Pontevedra
Rúa de Portugal 1
36004 Pontevedra Pontevedra
986851850 / negociadodealumnos@pontevedra.uned.es*