

CURSO MUJER Y LIDERAZGO

TALLER

INTELIGENCIA EMOCIONAL



- ✓ **OBJETIVO:** Este taller te ayudará a identificar tus emociones y serás capaz de detectar de qué forma las expresamos. Aprenderemos a controlarlas y a desarrollar ciertas habilidades sociales como la empatía y la asertividad para regular nuestras emociones.
- ✓ **HORARIO:** MARTES 2 DE FEBRERO DE 18:30 A 19:30 h.
- ✓ **PROFESORADO:** El temario será impartido por **Martina Pendenza**, Promotora de Igualdad y formadora en diversos cursos y seminarios.
- ✓ **TEMARIO:**
 - **¿Qué es la inteligencia emocional?**
 - **Emociones básicas y cómo gestionarlas**
 - **Competencias de la inteligencia emocional**

Organiza



Subvenciona



Colabora

