

INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

Cursos 100% subvencionats

La intel·ligència emocional et permetrà millorar la teva capacitat de reconèixer, acceptar i canalitzar les teves emocions per aconseguir els teus objectius i compartir-los amb els demés.

Identificar les pròpies emocions t'ajudarà a descobrir noves formes per a comunicar de forma més efectiva. A través d'una proposta formativa en format workshop, podràs desenvolupar les teves habilitats socials, tot treballant des de l'empatia i l'assertivitat. Seràs capaç d'identificar l'impacte de les emocions en primera persona i et donarem recursos que et permetran identificar les emocions alienes.

Adreçats a treballadors en actiu i autònoms

Preu: Totalment subvencionat per a treballadors del règim general o bé autònoms.

Quan? Del 16/09/19 al 17/10/2019

Quantes hores? 30h Dilluns i dijous de 18.00 a 21:00

Quina titulació obtindré? Un certificat de formació contínua amb el detall de les hores realitzades y el contingut del curs.

On? Grup CIEF Reus c/Alcalde Joan Bertran, 34-38 1a planta 43202 REUS

Número de places: 10

Continguts:

1. Intel·ligència Emocional. Marc conceptual i orígens
2. Consciència emocional .
3. Habilitats socials
4. Ecologia emocional i salut
5. Principals aplicacions de la Intel·ligència emocional en l'entorn laboral