

TALLER	INTELIGENCIA EMOCIONAL
ITINERARIO	DESARROLLO COMPETENCIAL (*)

FECHAS	30 Julio	HORARIO	16:30 a 20:00
DURACION	1 tarde	LUGAR	POLA DE SIERO
MATRÍCULA	30 € (*)		

(*) Haciendo todos los cursos del mismo itinerario formativo “DESARROLLO COMPETENCIAL” la matrícula conjunta son 100 €

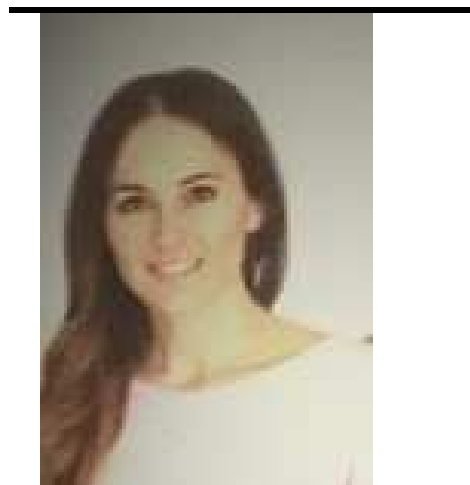
CONTENIDOS FORMATIVOS:

1. Las emociones: las arenas movedizas de la psique
2. La fuerza de la evitación, aceptar la posibilidad de que la evitación experiencial no funcione.
3. Dejar estar las emociones.
4. El problema con los pensamientos y las emociones.
5. “Estar dispuesto”: aprender a saltar.
6. Ejercicios y dinámicas.

IMPARTE:

SEN Global Salud
www.senglobalsalud.es

FORMADORA



URSULA VILLAZON
uvillazon@senglobalsalud.es

Licenciada en Psicología.
 Máster en Psicología General Sanitaria, trabaja desde la Terapia Centrada en Soluciones.
 Psicóloga en SEN Global Salud.
 MBSR basado en Mindfulness.