

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BIENESTAR SUBJETIVO EN LA EDAD ADULTA AVANZADA

VICENTE ALFONSO BENLLIURE

DEPT. PSICOLOGIA EVOLUTIVA I DE L'EDUCACIÓ

CURSO EN LÍNEA

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BIENESTAR SUBJETIVO EN LA EDAD ADULTA AVANZADA

La etapa de la edad adulta avanzada es un momento evolutivo con unas peculiaridades y necesidades específicas que es importante conocer, y en el que el desarrollo de la inteligencia emocional puede resultar clave para la calidad de vida y el bienestar personal.

CONTENIDOS:

- Inteligencia emocional y bienestar subjetivo en el marco de la Psicología Positiva.
- Reconocimiento de las propias emociones.
- Gestión inteligente de las emociones.
- Automotivación: Tomo las riendas de mi vida.
- Los demás y mi bienestar: Empatía y Relaciones sociales.



INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BIENESTAR SUBJETIVO EN LA EDAD ADULTA AVANZADA

Horario:

Jueves de 17:00 a
19:00 horas

- Blackboard Collaborate
- Aula Virtual UV

Fechas:

- 4, 11, 18, 25 de febrero
- 4, 11, 25 de marzo
- y 15 de abril
- 4 horas de trabajo no en línea

- Idioma: Castellano
- 20 horas
- 51,46€