



Profesorado con EXPERIENCIA

MERCEDES GALÁN GONZÁLEZ

Nº COL: EX00747

Psicóloga Generalista Sanitaria

Licenciada en Psicología por la Universidad Pontificia de Salamanca

Máster en Terapia Cognitivo Conductual

Especialista Universitario en Psicología Legal y Forense

EZEQUIEL MELÉNDEZ TEODORO

Nº COL: EX01362

Licenciado en Psicología con especialidad de Psicología del Trabajo y las Organizaciones y Psicología Clínica por la UNED

Profesor Tutor Grado de Psicología en C.A. de la UNED (Aula Universitaria de Badajoz)

Experto en formación 3.0



Escuela de Excelencia Personal

Fórmate en INTELIGENCIA EMOCIONAL y conoce las principales Habilidades Sociales

Únete a nuestro canal de WhatsApp



Escuela de Inteligencia Emocional Mercedes Galán – Ezequiel Meléndez



**LAS SESIONES SE IMPARTIRÁN EN:
C/ GODOFREDO ORTEGA Y MUÑOZ, 1
Salón Social Club Familiar Don Bosco
BADAJOZ**

Contacto

mercedesgalanpsicologia.com

info@psicologiamercedesgalan.com



Mercedes Galán

Bienvenidos a la ESCUELA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL



Sesiones impartidas por:

**MERCEDES GALÁN
EZEQUIEL MELÉNDEZ**

Una oportunidad para conocer una de las herramientas más potentes para afrontar el día a día

Hay veces que en nuestra vida diaria pueden surgir **acontecimientos** para los que necesitamos disponer de **herramientas** de gestión personal que nos ayuden a hacer frente a situaciones **difíciles** o con una carga emocional muy intensa de la forma más **eficaz** posible



¿A QUÉ NOS PUEDE AYUDAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?

- Aprender a **identificar y gestionar** nuestras **emociones** y las de los demás
- Poder entender el porqué de determinadas respuestas y **conductas**
- Mayor capacidad de **afrentar situaciones** personales **complicadas** o difíciles
- **Bienestar emocional** y psicológico
- Aumentar nuestra **autoestima** y **motivación**

ESCUELA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Programa

15/10/2024	Presentación: Psicología, Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales
22/10/2024	EMOCIONES I: Miedo, alegría y enfado
29/10/2024	EMOCIONES II: Sorpresa, tristeza y asco
05/11/2024	EMOCIONES III: Emociones complejas, orgullo, vergüenza y culpa La Regulación Emocional
12/11/2024	Autoestima
19/11/2024	Motivación
26/11/2024	Ansiedad
03/12/2024	Habilidades de Comunicación I: El lenguaje verbal
10/12/2024	Habilidades de Comunicación II: El lenguaje NO verbal
17/12/2024	Toma de decisiones y gestión del cambio



Mercedes Galán

Con la colaboración de



DEL 15 DE OCTUBRE AL 17 DE DICIEMBRE
SESIONES, MARTES DE 19:00 A 20:30

Sesión individual por 10€
BONO 10 SESIONES por 80€

SE PUEDE ASISTIR A SESIONES SUeltas
AFORO REDUCIDO Y LIMITADO

INSCRIPCIÓN



<https://mercedesgalanpsicologia.com>