

<b>Lugar de celebración:</b>	Hospital da Coruña, 4ª Pl. - Aula 2 - (al lado del salón de actos) <b>(CORUÑA, A)</b>
<b>Datas:</b>	os días 23 e 24 de setembro de 2019
<b>Horario:</b>	16:30 - 20:30
<b>Destinatarios:</b>	Todos os profesionais do Servizo Galego de Saúde.

<b>Programador/a Docente:</b>	NURIA DE CASTRO-ACUÑA IGLESIAS - Xefa do Servizo Central de Prevención de Riscos Laborais e Condicións de Traballo
-------------------------------	--

## **PROGRAMA**

### **Luns - 23/09/2019**

- 16:30 a 20:30 h.**      Introducción á intelixencia emocional: os dous cerebros. Intelixencia emocional. Definición e características. Para que nos vale a intelixencia emocional? As cinco dimensións da intelixencia emocional:  
Dimensión 1: Conciencia dun mesmo, o coñecemento das propias emocións.  
Dimensión 2: Autorregulación, a capacidade de controlar as emocións.
- Relatores:**      NURIA DE CASTRO-ACUÑA IGLESIAS - Xefa do Servizo Central de Prevención de Riscos Laborais e Condicións de Traballo

### **Martes - 24/09/2019**

- 16:30 a 20:30 h.**      Dimensión 3: Automotivación, a capacidade de motivarse a un mesmo.  
Dimensión 4: Empatía, o recoñecemento das emocións alleas.  
Dimensión 5: Habilidades sociais, o control das relacións.
- Relatores:**      LARA ARRIBAS SÁNCHEZ - Psicóloga, mediadora e coach persoal e de equipos.