

CONFERENCIA “PSICOLOGÍA POSITIVA Y FELICIDAD”

TEMPORALIZACIÓN: 28 Febrero 2019.

DURACIÓN: 19:00 horas a 20:30 horas.

DIRIGIDO A: principalmente a docentes, y familias en el ámbito educativo, a jóvenes que quieran mejorar sus habilidades sociales, a trabajadores y mandos en las empresas y organizaciones, y a toda la sociedad en general.

LUGAR: Ibercaja Obra Social Guadalajara (Calle Dr. Fleming, 2B, 19003 Guadalajara).

INSCRIPCIÓN: Asistencia gratuita previa inscripción en la web de la Obra Social de Ibercaja.

CONTENIDOS:

Todas las personas deseamos ser más felices y estar rodeados de personas alegres y positivas. Para ello tenemos una herramienta que es la psicología. Antes, la psicología solo se utilizaba para recuperar trastornos mentales, pero hoy, gracias a la psicología positiva, nos ayuda también para ser más felices. ¿Cómo? Usando las técnicas que nos propone esta nueva corriente científica nacida en los EE.UU. de la mano del Dr. Martin Seligman. En la conferencia trataremos de encontrar cuáles son nuestros puntos fuertes, habilidades emocionales, y también, los de quienes nos rodean y establecernos pautas de conducta que nos ayuden a mejorar nuestro autoconocimiento, autoestima, control emocional, motivación, empatía, comunicación emocional e incluso, nuestro liderazgo. La conferencia está indicada para todo tipo de personas, docentes, trabajadores, ciudadanos... En ella, encontraremos la manera de sacar de nosotros mismos y de los demás lo mejor que llevamos dentro y que muchas veces ni lo sabemos. Todo ello con una metodología participativa, optimista y alegre.

PONENTE:

CARLOS HUE GARCÍA. Psicólogo y pedagogo. Doctor en Ciencias de la Educación. ExDirector General de Juventud y Deporte del Gobierno de Aragón. Ha sido Asesor técnico en dicho Departamento y Profesor Asociado de la Universidad de Zaragoza en la que continúa como Profesor colaborador en la Universidad de la Experiencia. Especialista en Inteligencia emocional y coach acreditado por AECOPE. Actualmente, imparte cursos y conferencias en España, Portugal y Latinoamérica.

