Inteligencia Emocional, por Antonio Corredor

Enviado por editor el Mié, 07/02/2018 - 22:38

En la tarde del 7 de febrero se reanudaron las Conferencias en el Mayor. Repitió la Comisión de Biosanitarias que gestiona el colegial Javier Morales Domínguez, que nos proporcionó la oportunidad de acercarnos a nuestro propio autoconocimiento.

Tuvimos con nosotros a D. Antonio Corredor, licenciado en Filosofía y Ciencias de la Educación por la Universidad de Deusto, con amplia experiencia en la divulgación de temas relacionados con la psicología, filosofía, literatura o deporte, tanto a través de su profesión de profesor de Humanidades, como por su habitual colaboración con distintas instituciones (Cáritas, Centros Culturales municipales, ONGs).

El cisne negro
de la creatividad
CISNE
NEGRO

En esta ocasión nos trajo "Nociones básicas de Inteligencia Emocional". En su disertación, D. Antonio nos propuso diferentes herramientas emocionales que podemos usar en nuestro día a día, con el objetivo de lograr la felicidad. Conceptos como optimismo, asertividad, motivación, creatividad, resiliencia, autoestima e incluso endorfinas (las sustancias naturales del bienestar) nos ayudan a lograr lo que se ha llamado "autorrealización". Sin embargo, no basta con saber que están ahí: es necesario conocerlas y cultivarlas.

Esperamos que esta conferencia sirviera para sembrar la semilla de un conocimiento posterior más profundo en los asistentes.

Tras la conferencia, D. Antonio Corredor firmó el Libro de Honor del Mayor y recibió un presente institucional en agradecimiento por su asistencia. Agradecemos también a Javier Morales por las gestiones que realizó para conseguir traernos esta Conferencia.

[1] [1] [1]

URL de la fuente: https://www.jaimedelamo.org/noticia/inteligencia-emocional-antonio-corredor

Enlaces
[1] http://www.addthis.com/bookmark.php?v=250