

"LA IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA Y SU FUNCIÓN DURANTE NUESTRA VIDA DIARIA"

Alejandra Martinez Contreras

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

MASTER EN DESARROLLO ORGANIZACIONAL, INESPO, MEXICO

MASTER EN PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN PSICOLOGICA EN CONTEXTOS EDUCATIVOS, UCM, ESPAÑA

OBJETIVOS

Con el patrocinio de  **CAIXA GALICIA**

1. La importancia de la Autoestima para el propio desarrollo
2. Autoestima en los momentos difíciles
3. La Autoestima durante los estados de emotividad, pensamiento y acciones cotidianas
4. Diferencia entre Autoestima, Complejos y Ego
5. Crear y aportar estrategias para el fortalecimiento del bienestar personal

Se describirá cómo funciona nuestra personalidad, si ésta influye en la formación de nuestra autoestima y en nuestra actuación en el día a día.

Se combinarán actividades teóricas y prácticas en las que se trabajará de forma individual y otras en pequeños grupos.

El material que se utilizará es de fácil comprensión.

Días y horario

30 de marzo de 2009 de 16 a 19 horas

3 de abril de 17 a 20 horas