

INDICE DE CONTENIDOS DE ACTIVIDAD DE SENSIBILIZACIÓN

Actividad:	Bienestar mental en la relación con tu equipo
Objetivos	Refuerzo emocional, habilidades y conversaciones emocionalmente constructivas para personas responsable de equipos
Duración:	4 horas
Dirigido a:	Responsables de equipos y mandos con personas a su cargo
Ponente:	Profesionales con experiencia en potenciar las habilidades emocionales saludables
Lugar:	Aula de Mutua Navarra
Otros aspectos de interés:	Taller experiencial donde se favorecerá la reflexión de las personas participantes y el debate para favorecer el autoconocimiento y aumentar el compromiso con la acción y el cambio.
Índice	<ol style="list-style-type: none"> 1. La observación emocional interior. 2. Pautas para una conversación emocionalmente constructiva. 3. Herramientas prácticas en el día a día.

Rev 00. Enero 2022