

# Bienestar mental en la relación con tu equipo

---

## OBETIVOS

Refuerzo emocional, habilidades y conversaciones emocionalmente constructivas para personas responsable de equipos.

## DIRIGIDO A

Responsables de equipos y mandos con personas a su cargo.

## 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 del contenido

1. La observación emocional interior.
2. Pautas para una conversación emocionalmente constructiva.
3. Herramientas prácticas en el día a día.

---

## DURACIÓN

4 horas.

## PONENTE

Profesionales con experiencia en potenciar las habilidades emocionales saludables.

## LUGAR

Aula de Mutua Navarra.