



Col·legi Oficial de Doctors  
i Llicenciats en Filosofia i Lletres  
i en Ciències de les Illes Balears\*

## **Curs: INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL**

**Adreçat a:** Professorat.  
10 hores = 1 crèdit.

**Professores:** Catalina Calafat Villalonga, psicòloga.

### **Objectius:**

- Oferir una visió professional de la intel·ligència emocional des de la psicologia actual.
- Facilitar eines d'aplicació, habilitats bàsiques i instruments per intervenir en el dia a dia de la seva tasca docent.
- Entendre les bases de la intel·ligència emocional i poder adaptar-ho al context educatiu.
- Millorar la resolució de problemes a l'aula i aprendre a gestionar els estats d'ànim.
- Conèixer tècniques de comunicació per facilitar les relacions a l'aula.

### **Continguts:**

- Introducció: context general i continguts del curs. La intel·ligència emocional
- Eines per l'educació: escolta activa. Què vol dir escoltar?
- Eines per l'educació: la comunicació assertiva.
- Autoconeixement: entendre els nostres sentiments. Relació entre pensament, emoció i conducta.
- Ajustar expectatives: entendre les demandes del context i el potencial de les nostres accions.

**Dies, horari i lloc:** Els dies 25,26,27 i 31 de març i el 3 d'abril de 2020, de 17,30 a 19,30h. al CDLIB.

**Places:** 20

**Inscripció:** Fins dia 23 de març de 2020- Col·legi de Doctors i Llicenciats de 12:00 a 13:30 i de 17:00 a 20:30 hores.

Inscripció on-line: [www.cdlbalears.es](http://www.cdlbalears.es)

→ Col·legiats/des CDL: 15 € / Altres: 45 €.

(La Caixa, 2100-0345-91-0200135257).

**Coordinadora:** Lourdes Rodríguez

**Per obtenir la certificació cal assistir al 80% de les sessions.**