



FUNDACIÓN Humanae

PDP: Programa de Desarrollo Personal

DESARROLLO DE LA AFECTIVIDAD

En el mundo de hoy, las personas estamos muy acostumbradas a utilizar la razón y dejar de lado las emociones para superar los retos de cada día. Bloquear las emociones es una estrategia defensiva que, a largo plazo, puede producir consecuencias negativas en las personas. Las emociones nos informan de que algo nos está ocurriendo. Por ejemplo, la emoción primaria del miedo nos indica que hay un peligro e invita a la persona a la huida. Restar importancia a nuestras emociones supone no atender a nuestras necesidades. Debemos aprender a escuchar nuestros sentimientos, pues nos indicarán cuáles son nuestras necesidades. Desarrollar la afectividad es así, una forma de ser más plenos y vivir más intensamente.

Fechas: 16 de Octubre 2010

Sede: Fundación Humanae.
Calle Velázquez, 21, 5º Drcha
28001 Madrid
Telf. 91 154 1313
info@fundacionhumanae.org

Ponente: Noelia Mata. Psicóloga Clínica
Especialista en Inteligencia Emocional
Universidad Camilo José Cela

Coordinadora: Dra. Santos. Psiquiatra
Instituto Español Investigaciones Psiquiátricas

Coste: Donativo deducible 35€

Horarios: Sábado de 17:00 a 19:00h
Secretaría Técnica: Beatriz Lavilla