Aula de Cultura DV - El papel de la Autoestima y la Asertividad en el bienestar personal

Ira. 03 2018

Kod. J12-18

Mod.:
Aurrez aurrekoa

Edizioa
2018

Jarduera mota
Jarduera irekia

Data
Ira. 03 2018

Kokalekua
Miramar Jauregia

Hizkuntzak
Gaztelera

Antolakuntza Batzordea

Azalpena

Aforo completo. Se ha habilitado otra sala en el Palacio Miramar y se retransmitirá la conferencia por circuito cerrado. Es necesaria la inscripción.

La autoestima y la manera en la que una persona se comunica están estrechamente relacionadas. Las personas con una autoestima sana se aceptan tal y como son, no tienen problemas a la hora de plantear sus necesidades o expresarse ante los demás cuando algo no les parece correcto, o les hace daño. No necesitan la aprobación de su entorno, porque ya se reconocen como valiosas por sí mismas y consiguen mayores niveles de bienestar. Es decir, las personas con un buen nivel de autoestima son capaces de comunicarse asertivamente.

Helburuak

.

Ikastaroaren laguntzaile espezifikoak

EL DIARIO VASCO

Programa

2018-09-03

19:00 - 20:00	“Aula de Cultura DV - El papel de la Autoestima y la Asertividad en el bienestar personal“ **Begoña Ibarrola López de Davalillo** Psicóloga y escritora

Matrikula prezioak

ERRESERBA	2018-09-03 ARTE
GONBIDAPENA	0 EUR

Kokalekua

Miramar Jauregia

Mirakontxa pasealekua 48, 20007 Donostia

Gipuzkoa