ESCOLA GALEGA DE ADMINISTRACIÓN PÚBLICA

FICHA DA ACTIVIDADE FORMATIVA
FC26027

1. DATOS DA ACTIVIDADE

NOME: Autoxestión emocional e saúde mental no traballo

CONVOCATORIA: AUTONOMICO, 1ª convocatoria

GRUPO: Cursos Autonómico

ÁREA: Comunicación, organización do traballo e mellora das habilidades

CUALIFICACIÓN:	APROVEITAMENTO	**PLAN:**	F. FINALISTAS	**HORAS:**	30
ADMINISTRACIÓN:	AUTONÓMICA	**ESTADO:**	CONVOCADO	**ANO:**	2026
MOD.IMPARTICIÓN:	TELEFORMACIÓN	**TIPOLOXÍA:**	XERAL	**EDICIÓNS:**	2

DATA MATRÍCULA: Do 19/02/2026 - 09:00h ao 25/02/2026 - 14:00h

2. DESCRICIÓNS

DESCRICIÓN CURSO

Dominar a intelixencia emocional potenciando a autoxestión para protexer a saúde mental no traballo. Ampliar coñecementos e obter as ferramentas necesarias para levalo á práctica.

DESTINATARIOS

Persoal ao servizo da administración xeral da comunidade autónoma de Galicia, das entidades públicas instrumentais e da administración institucional.

PROGRAMA

1. Intelixencia emocional
2. Autocontrol emocional
3. Afrontar o estrés
4. Comunicación
5. Técnicas e xestión

CRITERIOS DE SELECCIÓN

Criterios xerais da EGAP, segundo a Resolución do 10 de maio de 2023, pola que se fan públicas as bases e as condicións xerais de participación nas actividades formativas (DOG núm 96, do 23 de maio de 2023).

3. DATOS EDICIÓNS

T01		
LOCALIDADE: TELEFORMACIÓN		**INICIO / FIN:** 26/05/2026 a 25/06/2026
NUM. PRAZAS: 50	**ESTADO:** NORMAL - (DIPLOMAS EM.)	**DATA EXAME:** 29/06/2026 ás 16:30h
DOCENTES NOMEADOS		
BELEN PENA FUENTES		
LUGAR DE REALIZACIÓN		
Proba final en liña.		

T02		
LOCALIDADE: TELEFORMACIÓN		**INICIO / FIN:** 20/10/2026 a 20/11/2026
NUM. PRAZAS: 50	**ESTADO:** NORMAL - (SELECCIÓN DISP.)	**DATA EXAME:** 24/11/2026 ás 16:30h
DOCENTES NOMEADOS		
BELEN PENA FUENTES		
LUGAR DE REALIZACIÓN		
Proba final en liña.		