

## Como educar as emocións?

### Educación Emocional

#### CONTIDOS

#### Xestión das emocións

Prioridades educativas { Adquisición de valores  
Competencias curriculares

En que consiste a Intelixencia Emocional?

Percepción emocional  
Facilitación emocional do pensamento: creatividade  
Comprensión emocional  
Regulación emocional

a importancia dos  
sentimentos

Intelixencia Emocional nos Medios de Comunicación

Claves

Emocións, por defecto.  
Curiosidade  
Na pel de outras persoas.  
Como se forxa a Intelixencia Emocional?  
Prevención primaria inespecífica

Exemplos nos que a adquisición de competencias emocionais minimiza a vulnerabilidade dunha persoa:

*Bullying / Cyberbullying*  
*Acoso sexual / Sextorsión ou Grooming*  
Prevención de conductas de risco:  
Adicións  
Sexo  
Imprudencia  
Depresión