

***Control de stress,  
inteligencia emocional y  
social en el mundo de la  
empresa.***



## ***La inteligencia emocional es la cualidad más demandada en el mundo laboral***

El Curso de Experto en Inteligencia Emocional y control del stress, **(EMOGESTION)**, busca formar a personas que desean lograr el óptimo desarrollo tanto en el desempeño de sus profesiones como en el conocimiento de sí mismos y en la relación con los demás.

Hoy es necesario aplicar la Inteligencia Emocional en las organizaciones.

Ser inteligente no depende solamente de los conocimientos que poseemos, sino de las conexiones que somos capaces de hacer con el entorno, utilizando la información disponible para lograr la fusión entre el pensar, el sentir y el actuar, y equilibrar nuestra vida y la relación que mantenemos con los demás.

Está diseñado para aquellas personas que quieran aplicar la Inteligencia Emocional al ámbito personal y/o profesional.

Recomendado y de valiosísima utilidad para todos los empleados de una organización.

Obtendrá, entre otros beneficios, un profundo conocimiento de sí mismo, herramientas para canalizar las emociones propias y ajenas, una mejora notable en sus relaciones sociales, un incremento de autoestima y prestigio personal, habilidades y técnicas para la aplicación de la Inteligencia Emocional **EN EL ENTORNO LABORAL y SOBRE TODO UN AUMENTO DE LA PRODUCTIVIDAD, COMPETITIVIDAD Y EN LA CREACION DE UN EXCELENTE AMBIENTE DE TRABAJO.**

Del mismo modo que las luces de un tablero de mandos del automóvil se encienden e indican que ha subido la temperatura o queda poco combustible, cada emoción es una luz de tonalidad específica que se enciende e indica que existe un problema a resolver.

Por lo tanto, las emociones son aprovechadas completamente cuando uno aprende que problema específico detecta cada emoción y que camino seguir para resolver el camino detectado.



## **A quién va dirigido:**

A cualquier profesional que quiera competencias relacionadas con las prácticas de control emocional y control del estrés, a los miembros que conforman la organización, así como a personas que por las relaciones humanas que mantengan, estén interesadas en descubrir cuestiones relacionadas con la inteligencia emocional y el estrés.

## **Objetivos:**

Uno de los objetivos principales será enseñar al alumno los conceptos básicos relacionados con la Inteligencia Emocional y el Estrés, para que sea capaz de identificar las emociones, efectos y acciones que pueda provocar una situación del conflicto. La filosofía de trabajo está basada en el entendimiento de conceptos conductuales y técnicas, así como su correcta aplicación en el mundo laboral.

En consecuencia a los objetivos establecidos el alumno podrá contribuir a la competitividad de las empresas favoreciendo la introducción de las técnicas de control e inteligencia emocional, asegurando la adaptación de los trabajadores a los cambios producidos.

Por último destacar la importancia de la idea que el alumno debe interiorizar, al tratarse de un trabajo o tarea de congruencia directa con personas, las cualidades de empatía, responsabilidad y capacidad de dirección deben ser primordiales en la persona que encarne el perfil en cuestión, por tanto éste es uno de los objetivos del curso más abstracto pero a la vez completamente integrado en el manual.





### **Para que te prepara:**

El curso prepara al alumno para dominar a nivel teórico-práctico las técnicas de control del estrés e inteligencia emocional más eficaces y útiles, estableciendo unas prioridades para que en función de la situación de la que se trate el alumno sea capaz de escoger la técnica que mejor resuelve el conflicto que se desarrolle.

“Las empresas con mejores perspectivas son aquellas que depositan en sus empleados no solo la responsabilidad de sus funciones sino la formación adecuada para desarrollar herramientas internas con que gestionar adecuadamente la presión para sacar lo mejor de uno mismo dentro de una coherencia como seres humanos”.



“Este es el curso con la información y los conocimientos básicos que necesitas para realizar los cambios y la mejora que quieres en tu vida y en tu empresa”

#### **JUAN LOPEZ ZAPATA**

“Del curso impartido por Martín Arévalo, he sacado la oportunidad de profundizar en los conocimientos, capacidades que me pueden servir a nivel personal y empresarial.

Me llevo las ganas de seguir aprendiendo en materias tales como liderazgo, comunicación y motivación.”

#### **PATRICIA RUIZ GALLOSO**

“Una aproximación extraordinaria a un mundo por descubrir.”

#### **JAVIER CERVILLA REAL**

“El curso me parece bastante importante en la vida laboral y personal.

La verdad es que me ha ayudado mucho y me ha enseñado bastantes cosas que no sabía y que me estaban afectando en mi vida personal y laboral.

Sé que a partir de ahora todo será diferente porque pienso poner en práctica todo lo que he aprendido y mi vida mejorará.

Es un privilegio el haber tenido al mismo Martín Arévalo de maestro de este curso.”

#### **JOSE MANUEL CORTES PEREZ**



“El contenido del curso esta muy bien estructurado y enlazado.

Martín es un estupendo comunicador, (claro en sus ejemplos), PERO SOBRE TODO UN MOTIVADOR NATO.

Se incita a la participación de todos, escuchando y compartiendo las experiencias de cada uno.

Eso hace que todos aprendamos y crezcamos.

Espero seguir creciendo con tus enseñanzas!!! Gracias Martín.”

**CRISTINA JIMENEZ MURATORI**



[www.martinarevalo.com](http://www.martinarevalo.com)



**10**  
años  
2002-2012

**Martín Arévalo**  
coach-formador-conferenciante-consultor-escritor  
EQUIPO/SISTEMAS/VENTAS/DIFERENCIACION  
[www.martinarevalo.com](http://www.martinarevalo.com)

CURSO CONTROL DEL STRESS, INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SOCIAL EN EL MUNDO DE LA EMPRESA.

