Inteligencia emocional control del estrés

Autor

Interconsulting Bureau S.L

Sinopsis

El propósito de este manual es el de ser una guía útil para el aprendizaje, siendo eminentemente práctica y didáctica: Trata los siguientes temas: Inteligencia y emociones La inteligencia Las emociones Inteligencia emocional aplicada al entorno laboral Concepto y evaluación de la inteligencia emocional El liderazgo Los equipos de trabajo Estrés, ansiedad y habilidades sociales. El estrés laboral La autoestima: concepto clave para luchar contra el estrés La autoestima en las relaciones interpersonales Técnicas de autocontrol Técnicas de autocontrol emocional Técnicas cognitivas

IB

Sobre el autor

Interconsulting Bureau S.L



IBD

Año de publicación: 2015

Presentación: Tapa blanda o Bolsillo

Tamaño: 24 x 17 cm

Número de páginas del contenido principal: 282 Páginas

ISBN13: 9789587624069

Palabras clave

Psicología; Emociones; Habilidades

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen