

Control del Estrés

INGENIERÍA *para las* EMOCIONES



***Soluciones para gestionar el
estrés y la ansiedad en la
empresa***

Control del Estrés

INGENIERÍA para las EMOCIONES



¿Conoce las pérdidas que ocasiona el estrés desatendido en su empresa?



La disfuncionalidad en los equipos de trabajo originada por el estrés, tiene una importante repercusión en la productividad, ya que interfiere con el correcto desempeño de la labor y afecta consecuentemente a los resultados económicos de la organización.

Es posible dotar a los miembros del equipo de herramientas útiles y efectivas, que les permitan identificar, afrontar y superar aquellos factores que están propiciando la respuesta de estrés, y hacerlo desde la serenidad, el autocontrol, la confianza y el autocuidado.

Control del Estrés

INGENIERÍA *para las* EMOCIONES



Podemos ayudarle

Diseñaremos un programa de reducción de estrés a medida de sus necesidades.

Podemos ofrecerle desde cursos básicos de entrenamiento en relajación, hasta programas integrales multidisciplinares de reducción de estrés, que engloban distintas técnicas, talleres, sesiones periódicas y tratamientos individuales, coaching, psicoterapia o control de hábitos no saludables.

En su propia ubicación o de modo residencial en entornos naturales.

- ◆ Nuestro objetivo es la autogestión del estrés
- ◆ Diseñamos programas a medida para personas o equipos
- ◆ Ofrecemos soluciones concretas para problemas concretos
- ◆ Disponemos de un equipo multidisciplinar

Control del Estrés

INGENIERÍA *para las* EMOCIONES



¿le gustaría conocernos?

Déjenos conocer cuales son los retos a los que se enfrenta su organización, y le presentaremos un plan de acción a su medida.