

acción empresarial

**Alberto Blázquez** y un equipo de reconocidos profesionales muestran cómo salir airoso ante situaciones de crisis en el trabajo sin morir en el intento.

# EMOCIONES LABORALES



Coordinador: **Alberto Blázquez** • Editorial: **LID Editorial Empresarial**  
Colección: **Acción Empresarial** • ISBN: **9788483567739** • Precio: **19,90 euros** • Formato en centímetros: **15x22 cm** • Encuadernación: **Rústica** • Número de páginas: **224**

## El coordinador

**Alberto Blázquez** es doctor en Ciencias del Deporte. Premio Extraordinario de doctorado 2012. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (UEX Cáceres), especialidad en Gestión Deportiva y máster en Prevención de Riesgos Laborales. Máster en Drogodependencias. Director de Ocio y Tiempo Libre, ha escrito varios artículos científicos en revistas nacionales e internacionales y el manual Dirección y gestión de entidades deportivas y animador deportivo de la tercera edad. Además, ha coordinado publicaciones como Marketing deportivo en trece historias. Aprendizaje cooperativo a través de las TICs.



## Los autores

Alberto Blázquez, Mar Asenjo, Javier Zamora, Marta M. Ferrer, Ramón Fuentes, María Langa, Pablo García, Juana María Gutiérrez, Álvaro Merino, Pedro Díaz, Mar Cárdenas y Ana Cristina Domínguez.

## Índice

Algo más que un libro

Buscando el origen de mis conflictos. Alberto Blázquez Manzano.

Los jefes también lloran. Juana María Gutiérrez Caballero.

Cuando un puesto no es cuestión de valía profesional. María Langa Ramo.

Terceras personas. Juana María Gutiérrez Caballero y Alberto Blázquez Manzano.

Tocando fondo: en busca de mi identidad perdida. Javier Zamora Saborit.

Alguien nuevo en la oficina: seguro que es mejor que yo. Marta M<sup>a</sup> Ferrer González.

Miedo a soñar: un lujo no permitido. Mar Cárdenas.

Malas noticias. Juana María Gutiérrez Caballero y Alberto Blázquez Manzano.

Donde digo sí, quiero decir no. María Langa Ramos y Alberto Blázquez Manzano.

Decisión irrevocable. Ana Cristina Domínguez.

Caracteres incompatibles. Álvaro Merino y Pedro Díaz.

Talento invisible. Mar Cárdenas Muñoz.

Enviado especial: la incertidumbre de lo desconocido. Ramón Fuentes de Juan.

Lo que la sonrisa esconde. Marta M<sup>a</sup> Ferrer González.

La soledad en la gestión del cambio. Pablo García Sampedro.

El tatuaje del despido. Mar Asenjo Vilares.

Galería de autores



## La obra

**Emociones laborales** es un manual con las claves para afrontar las dificultades que a menudo surgen en el trabajo. Un libro de fácil lectura basado en la experiencia de diversos profesionales que han desarrollado su trayectoria laboral en diferentes ámbitos como los medios de comunicación, los recursos humanos, el sector textil...

Un conjunto de ideas con un único objetivo: ayudarnos a entender el mundo emocional que se crea en el entorno laboral e intentar convencernos de que se puede ser feliz en el trabajo sabiendo sortear esos obstáculos que se nos presentan en el día a día.

*Emociones laborales* ayuda a poner en la balanza corazón y profesión haciendo hincapié en el aprendizaje que podemos obtener en el ámbito laboral a través de las emociones.

El coordinador de la obra, **Alberto Blázquez Manzano**, ha estado acompañado en la elaboración de la obra por un amplio equipo de profesionales que indagan en las causas que con frecuencia nos provocan malestar en el trabajo.

Entre los autores se encuentra **Juana María Gutiérrez Caballero**, quien nos explica cómo un cambio en nuestra privada puede repercutir en nuestra vida profesional. Además, los colaboradores nos invitan a alejarnos de todas aquellas terceras personas que sólo buscan desprestigiarnos, incapaces de alegrarse por la felicidad ajena. **María Langa Ramos** nos recuerda la importancia de mantener vivas las relaciones familiares y saber poner freno a los compañeros que solamente se mueven por interés.

**Javier Zamora Saborit** nos anima a ser fieles a nosotros mismos huyendo de miedos y voces que nos impiden hacer lo que queramos. **Marta M<sup>a</sup> Ferrer González**, por su parte, reflexiona sobre la perseverancia, como forma de lograr tus objetivos en lo profesional sin dejarse llevar por sentimientos como la envidia o la inseguridad. La autora recomienda la sonrisa como la mejor manera de afrontar las relaciones tanto personales como profesionales.

**Mar Cadénas** nos anima a continuar y nunca dejar de soñar, además de apostar siempre por el talento. **Ana Cristina Domínguez** aborda el tema de las decisiones recalcando la necesidad de tomarlas sin importar cual sea el resultado y sin permitir que nos invada la incertidumbre.

**Álvaro Merino y Pedro Díaz** se adentran en la incompatibilidad de caracteres que a menudo sufren muchas personas con sus compañeros de trabajo mientras que **Ramón Fuentes de Juan** nos cuenta su experiencia profesional en momentos de presión en los que hay que trabajar en equipo. **Pablo García Sampedro** describe situaciones en las que afrontar cambios y cómo llevarlas a cabo en soledad.

Por último, **Mar Asenjo** comparte su propia historia laboral y nos recuerda que las experiencias de la vida no son más que puertas abiertas a nuevas oportunidades.

«Se trata de darnos cuenta de que para tener es necesario hacer y de que para hacer es necesario ser. Tomar conciencia de lo que somos nos dará las herramientas para enfrentarnos a los cambios de nuestro entorno».

Los autores



**Para más información:**  
[laura.diez@lideditorial.com](mailto:laura.diez@lideditorial.com)  
[beatriz.raso@lideditorial.com](mailto:beatriz.raso@lideditorial.com)  
**91 372 90 03**

