

De: COGITIVA <administracion@e-copitiva.es>  
Enviado el: martes, 10 de enero de 2017 10:30  
Para: Copitiva  
Asunto: Boletin COGITIVA 10-1-2017 - Proempleoingenieros.es

¿Tiene problemas para ver este correo electrónico? [Ver en su explorador](#)



Enero 2017

## Boletín diciembre Proempleoingenieros.es

### Cómo evitar el 'desempleo interior'

09/12/2016



Una de las cosas más dramáticas que nos pueden ocurrir a nivel profesional es "caer" en un proceso de zombificación laboral, entrar en lo que se llama "un despido interior".

¿Cómo llegamos a este punto? Imagínate que empiezas un nuevo reto profesional. Tu expectación y motivación al inicio son altas, tu aprendizaje está alerta, afines la creatividad, te entregas y te comprometes. Progresivamente, la realidad nos modela estas actitudes....

[Leer post](#)

### 10 formas de agilizar tu búsqueda de empleo

09/12/2016



#### 1. Actualiza tus redes sociales

Todo el mundo lo sabe: una de las primeras fuentes a la que los *recruiters* acuden para obtener información sobre ti son las redes sociales. Incorpora todos los cambios de tu currículum a tu perfil de LinkedIn, y revisa el contenido de tus páginas de Facebook, Twitter o Instagram. Comprueba su privacidad, y que lo visible es justo lo que quieres enseñar.

#### 2. Mantente activo online

No basta con introducir cambios en tu perfil. Actualiza tu estad...

[Leer post](#)

## Cómo mantener la calma en el trabajo

15/12/2016



Y es que, no se puede convivir ni rendir bien en un ambiente de trabajo irritable, iracundo y colérico.

Es fundamental aprender a superar esos momentos tensos del trabajo, ya sea porque tu jefe te regaña sin tener la razón, creas que trabajas más que tus compañeros o te han pedido una entrega de última hora, justo cuando quedan 20 minutos para salir de la oficina. Gestionar la ira y el enfado es fundamental. Respira, cuenta hasta diez y lee estos consejos:

[Leer post](#)

[Leer post](#)

## 10 consejos para hablar bien en público

28/12/2016



1. Gestione bien sus emociones.  
Muéstrese siempre sereno, tranquilo, equilibrado. No llegue nunca a la ira o a perder los estribos. La inteligencia emocional ayuda al orador a gestionar bien las emociones y a ser capaz de transmitirlas.  
2. Emplee la postura de 'neutralidad'.  
Es una posición en la que el orador está de pie, con su peso equilibrado en ambas caderas y los brazos colgando. Sus brazos y sus manos se mueven en cuanto comienza a hablar. Es la postura con la que pode...

[Leer post](#)

[Leer post](#)

## 5 técnicas de trabajo que los líderes no pueden permitirse.

19/12/2016



El próximo año promete ser un periodo complejo para el panorama laboral. Pero del éxito de mantener una buena posición de mercado al fracaso de sucumbir a los probables baches y el estancamiento hay, tan solo, cinco pasos. Como lees. He aquí el análisis de las cinco tendencias críticas para afrontar el trabajo en 2017.

1. No inviertas tu plan inicial  
Muchos empresarios están en alibis debido a los cambios políticos y las nuevas directrices económicas que puedan establecerse....

## Consejos para empezar con fuerza el nuevo año:

30/12/2016



Los primeros días de un nuevo año suelen venir acompañados de grandes dosis de entusiasmo, motivación e incluso ganas de cumplir con todas esas cosas o actividades que dejaste pendientes en los 12 meses anteriores. Para aprovechar las energías renovadas, desde Proempleoingenieros.es os aconsejamos realizar cinco actividades muy sencillas para comenzar el año nuevo de la mejor manera posible. ¡Atento!

1. Hacer una lista de objetivos para el año que comienza

Muchos aprove...

Síguenos en las Redes y sé el primero en enterarte de nuestras novedades:





*Copyright © 2017 Cogiti, All rights reserved.*

**Our mailing address is:**

Cogiti  
Avenida de Pablo Iglesias, nº2.  
Madrid. 28003  
España  
Spain