

the future begins here

# Autoliderazgo

Impulsa tu potencial para trascender tus incertidumbres personales y profesionales.

## ¿Cómo lo vas a lograr?

Cambiando tu mirada hacia tus conflictos y miedos, y potenciando tu capacidad de interacción cuerpo-mente y comunicación.

Para ello te proponemos un curso completo de **3 talleres experienciales** de 4 horas de duración cada uno, en los que aprenderás cómo lograr avanzar hacia estos objetivos y te llevarás herramientas prácticas que puedas aplicar en tu día a día.

## itinerario #powerskills HABILIDADES DEL FUTURO CURSO AUTOLIDERAZGO 4.0

impulsa tu potencial para trascender tus incertidumbres personales y profesionales

08/10/2021 DE 16:30 a 20:30

### RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

- EL CONFLICTO TE PERTENECE
- DESIDENTIFICACIÓN: LOS PUNTOS DE VISTA
- REACCIÓN VERSUS RESPUESTA
- LA PARADA Y EL AVISO



**ISABEL LAURA GIL DOCAMPO**  
COACH PERSONAL Y EJECUTIVA  
EXPERTA EN REPROGRAMACIÓN CONSCIENTE

15/10/2021 DE 16:30 a 20:30

### TRANSCENDER EL MIEDO

- EL MENSAJE DEL MIEDO
- LA TRIADA DEL MIEDO
- LA GRATITUD Y LA SEGURIDAD.
- LAS ANTÍTESIS DEL MIEDO
- ENTENDER A NUESTRO REPTILIANO
- LA MAGIA DE LA DISOCIACIÓN



**KIKE ABAL**  
COACH ESTRATÉGICO  
EXPERTO EN PNL

22/10/2021 DE 16:30 a 20:30

### COMUNICACIÓN EMOCIONAL CONSCIENTE HACIA EL LIDERAZGO

- BIOLOGÍA EMOCIONAL
- DINÁMICA MENTAL
- COMUNICACIÓN EMOCIONAL  
CONSCIENTE Y ASERTIVA
- NEUROLENGUAJE - HERRAMIENTAS  
LINGÜÍSTICAS



**EDUARDO JORGE MÉNDEZ SANJURJO**  
COACH PROFESIONAL Y EJECUTIVO  
TERAPEUTA PSICO-CORPORAL

**CURSO COMPLETO 120€ PRESENCIAL**

inscripción en [ivigo.es](http://ivigo.es)

## **Isabel Laura Gil Docampo**

Coach Personal y Ejecutivo, Experta en Inteligencia Emocional, Facilitadora Sistémica, Máster en Educación Emocional, Social y de la Creatividad, Ingeniero Superior Industrial Mecánico, Máster en Administración de Empresas, Técnico Superior de Prevención de Riesgos Laborales.

Con cerca de 14 años trabajando en los sectores de automoción y mecosoldadura, su experiencia como Ingeniera de Proceso, Jefe de Proyectos y Directora de Proyectos, le aportan una experiencia que le posibilita trabajar con las personas y transmitir conocimientos desde su propia vivencia personal.

Tras experimentar la Inteligencia Emocional decidió dar un vuelco a su carrera profesional para dedicarlo a llevar a las personas y organizaciones todos esos conocimientos que pueden aumentar su bienestar y felicidad y como consecuencia su productividad.

Cree en el potencial de las personas, equipos y sistemas y en la necesidad de actuar sobre dicho potencial del que, en general, poco nos han dado a conocer. Considera que, hoy en día, especialmente derivado de los entornos en los que nos encontramos, su desarrollo es fundamental para poder continuar avanzando y alcanzar la excelencia.



### **• Resolución de Conflictos**

La tendencia general que tenemos ante un conflicto es la huida, pues se muestra a través de emociones desagradables (enfado, rabia, tristeza, ...). Sin embargo, tomar el conflicto, es mucho más recomendable que escapar de él.

En general nos desempoderaron contándonos que los conflictos están fuera, que en función de lo que nos suceda, así nos hemos de sentir. Sin embargo, veremos que, suceda lo que nos suceda, es nuestra elección la actitud que tomemos, dar una respuesta en lugar de reaccionar, así como elegir qué estado emocional queremos para dar dicha respuesta.

Para ello, las claves que vamos a ver en este taller son:

- ✓ El Conflicto Te Pertenece
- ✓ Desidentificación; los Puntos de Vista
- ✓ Reacción versus Respuesta
- ✓ La Parada y el Aviso

## **Eduardo Jorge Méndez Sanjurjo**

Coach Personal, Profesional y Educativo, formado en inteligencia Emocional y Programación Neuro-lingüística, Terapeuta Psico-corporal y Experto en Técnicas de Relajación y Desarrollo interior.

Maestro en distintas actividades Psico- Físicas, Yoga (hatha), Taichi, Chikung, Kung-Fu, especialista en modalidades de desarrollo corporal, siendo técnico superior en el método Pilates y la Gimnasia Abdominal Hipopresiva.

Su propósito de la vida ha estado centrado en la capacitación, eficiencia y mejora de la calidad de vida de las personas, a lo largo de más de 35 años de trayectoria profesional como empresario, docente y formador de formadores.



Ha desarrollado una labor de estudio e investigación incansable, en la relación mente- cuerpo; en como el pensamiento es responsable de nuestra dinámica mental y así mismo como éste se puede convertir en un vehículo de consciencia, en una herramienta de cambio y superación, siendo la Neurocomunicación el nexo de unión que permite transformar de forma eficiente y perdurable capacidades del ser humano como el liderazgo, la motivación y la consecución objetivos.

Es creador de los métodos:

C.E.C.A: Comunicación Emocional Consciente y Asertiva

SAN – AMARTE: Método de Sanación y Reprogramación Cuerpo – Mente

### • **Comunicación Emocional Consciente hacia el Liderazgo**

- ✓ **Biología Emocional:** El poder de las emociones y su impacto en nuestra vida. El cuerpo como el resultado metabólico de nuestras experiencias.
- ✓ **Dinámica Mental:** Comprender procesos que establece nuestra manera de pensar, sentir y actuar y como condicionan nuestra predisposición hacia la acción y la toma de decisiones.
- ✓ **Comunicación Emocional Consciente y Asertiva:** Comprender los mecanismos que dirigen tus procesos de comunicación y sumergirte en la comunicación emocional consciente y asertiva, una forma de hablar diferente, ecológica y empática, que te conecta contigo mismo/a y con tu entorno.
- ✓ **Neurolenguaje – Herramientas Lingüísticas:** La comunicación como herramienta de cambio y transformación poniendo en orden tus palabras y destruyendo los autosabotajes lingüísticos.

## **Kike Abal**

Coach Estratégico experto en PNL, ayudo a hombres y mujeres a sentir mucha más seguridad y confianza en sí mismos, a liberarse de sus miedos y transformar sus creencias limitantes, a creer en sí mismos y sacar todo su potencial.

- ✓ Practitioner en PNL (Programación Neuro Lingüística)
- ✓ Máster Practitioner en PNL por American Union of NLP
- ✓ Postgrado en Coaching Ejecutivo por la Universidad de A Coruña
- ✓ Certificación en Coaching de Intervención estratégica

Llevo 6 años dedicándome a mi pasión El coaching, **he realizado más de 1400 sesiones de Coaching hasta la fecha y más de 500 horas** impartiendo talleres, formaciones y mentorías de crecimiento personal y profesional.

- ✓ Coautor del Libro Manual Técnico De Coaching Estratégico.
- ✓ Mentor en diferentes programas de Emprendimiento y Crecimiento Profesional.
- ✓ Participante en Conferencias Internacionales de Crecimiento Personal y Profesional.
- ✓ Formo parte del Departamento de Coaching de Tino Fernández Coaching.
- ✓ Creador del Programa Expande Tu Vida.
- ✓ Creador del Método SanAcción.



### • **Transcender El Miedo**

La mala gestión del miedo es el mayor saboteador que tenemos en nuestra vida. Lo que te separa de manifestar los cambios y resultados que quieres en tu vida es la gestión de tus miedos.

Aquí vas a descubrir claves muy efectivas para poder gestionarlos y que éstos no dirijan tu vida.

Para ello, las claves que vamos a ver en este taller son:

- ✓ El mensaje del miedo.
- ✓ La tríada del miedo.
- ✓ La gratitud y la seguridad, las antítesis del miedo.
- ✓ Entender a nuestro reptiliano.
- ✓ La magia de la disociación.