

ACTIVA TU LÍDER INTERIOR

*Taller de liderazgo y
Empoderamiento
profesional*

¡E-motívate!

OBJETIVO:

Descubrir y **ACTIVAR** tu liderazgo interior

2

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- **Revitalizar tu propio proyecto** profesional
- Conexión y **empoderamiento** interior
- **Dejar atrás tus miedos y limitaciones**
- **Claridad, seguridad y valentía** a la hora de tomar decisiones y actuar
- **Dar el siguiente paso** en tu carrera profesional
- **Sentirte realizado y satisfecho** contigo mismo
- Elevar tu **autoestima** y conocerte a fondo
- Aumentar la **confianza y seguridad** en ti y en tu proyecto

CONTENIDO

3

- **¿QUÉ VAMOS A HACER?**

La finalidad del curso es TRIPLE:

- Reconnectarte con tu PROPÓSITO (dónde quieres llegar respecto de dónde estás)
- Revitalizar tu ENERGÍA.
- Redefinir tus METAS.

Al completar el curso te llevarás al menos **dos metas** con las que trabajar y una **nueva energía** con la que ponerlas en práctica.

La **DURACIÓN** del curso será de 4 horas

4

- El curso está dirigido a un máximo de **15** empresarios, emprendedores o profesionales
- **Metodología:** se utilizarán herramientas y dinámicas de coaching, Programación Neurolingüística (PNL) y técnicas de liberación emocional

PATRICIA RODRIGUEZ ABELAIRAS

www.emotivacion.es

5

Coach profesional.

Mis pasos profesionales empezaron en el mundo del derecho; me licencié en Derecho Económico en la Universidad de Deusto-Bilbao y posteriormente realicé un Máster en Gestión Urbanística en la Universidad Politécnica de Cataluña (UPC) y así, durante años, me dediqué al urbanismo y ordenación del territorio tanto en empresas privadas como en empresas públicas. Fue a través de mis propias experiencias personales como llegué hasta el Coaching y como finalmente este giró mi vida 180 grados. Cambié mi horizonte vital y alcancé un estado de coherencia, serenidad y felicidad interior anteriormente desconocido para mí.

Desde entonces, he realizado diferentes formaciones:

- Curso Superior de **Experto en Coaching** por el Instituto Europeo de Coaching (IEC)
- **Practitioner en Programación Neuro-Lingüística** (PNL) por el Instituto de Potencial Humano (IPH);
- **Facilitador certificado Sikkhona** (FCS), herramienta de coaching de grupos y equipos (acreditado por ICF), con el Institut 5 fars y The Coaches
- **Técnicas de Liberación Emocional (EFT)** con Luis Bueno de la AHEFT (Asociación Hispana de EFT)
- **Fundamentos de TAT** (herramienta de coaching vinculado a la psicología energética) con la Dra. Kristin Holthuis, DCEP
- **Formación sistémica en Constelaciones laborales y organizacionales** con Marta Ocampo
- Diferentes talleres vivenciales y de formación que tuvieron un profundo impacto sobre mí como UPW (“Unleash the Power Within”- Roma) y DwD (“Date with Destiny”- California) con **Anthony Robbins**, “Descubriendo al niño interior” (Madrid) basado en los principios del método **Louise Hay** y “Abriendo tu corazón” con el consejero psíquico **Tom Heckel**.