

## Confianza + Resultados

### **Crea tú futuro con Inteligencia Emocional.**

**Objetivo:** Fortalecer modelos mentales enfocados en darle valor a nuestras emociones y mundo emocional como vehículo a un mayor auto-conocimiento, productividad e innovación en nuestra vida personal y profesional.

**Alcances:** Facilitar un espacio para descubrir y reforzar hábitos favorables a nuestra gestión emocional con miras a desempeñarnos a nuestro mejor nivel en procesos de toma de decisiones y creativos.

**Malestares que aliviana:** Síndrome del burnout o agotamiento crónico, expresión de coraje o frustración en formas poco asertivas, pesadez y apatía, claridad a la confusión de... “ya no sé ni qué siento”.

### **Empieza antes de estar listo. *La distancia entre el miedo y la confianza.***

**Objetivo:** Reconocer las barreras invisibles que estropean la iniciativa, toma de acción y logro de resultados.

**Alcances:** Observar el significado de la palabra confianza, cómo te relaciones con tú escéptico interior y cómo reconocer en que estación de vida te encuentras para acercarte a resultados.

**Malestares que aliviana:** Desconfianza, indecisión, excesivo análisis de todo.

### **Comunicación Amigable al Cerebro. *Neurociencia y Habilidades de Conversación.***

**Objetivo:** Conocer principios básicos del funcionamiento del cerebro y su influencia en los procesos de toma de decisión y comunicación.

**Alcances:** Facilitar nuevas perspectivas ante situaciones y relaciones que no funcionan como deseamos o esperamos.

**Malestares que aliviana:** Dificultad para conectar con otras personas, vergüenza o timidez para iniciar/sostener conversaciones.

### **Experiencias de Aprendizaje amigables al Cerebro. *Facilitar el Aprendizaje vs. Dar Indicaciones.***

**Objetivo:** Ofrecer a líderes y profesionistas herramientas que les permitan compartir sus conocimientos en formas que sean fácilmente recibidos y que haya retención de lo compartido.

**Alcances:** Compartir una guía práctica y accesible a la hora de comunicar a otros con la intención de enseñar.

**Malestares que aliviana:** repetir mil veces lo mismo y no ver cambios, acelerar curva de aprendizaje con nuevas prácticas/políticas/procedimientos, auto-concepto “yo no soy maestro”.

### **Estar ocupado no es lo mismo que ser productivo.**

**Objetivo:** Favorecer la observación de nuestra relación con el tiempo, capacidad para priorizar y cómo el enfoque continuo en “hacer” trae una falsa y mal entendida productividad.

**Alcances:** Beneficiar y redefinir el concepto de productividad y enfoque a resultados.

**Malestares que aliviana:** Estrés, dificultad para encontrar quietud interior, pensamientos obsesivos sobre planes y proyectos.

### **Inspiración o Motivación. *Sentido de Propósito y Resultados***

**Objetivo:** Aprender a distinguir si las fuentes de inspiración que usamos como motor para acercarnos a resultados están alineadas a nuestros más profundos deseos y sentido de propósito.

**Alcances:** Conectar con las razones poderosas que nos invitan a actuar y a lograr resultados en forma fluida.

**Malestares que aliviana:** Pérdida o disminución de la pasión por lo que se hace, apatía, pereza, falta de iniciativa y desmotivación.

Cientes en California



Cientes en México





Sitio web orientado a capacitación.

✉ maru.garcia@humanstrategy.net  
www.humanstrategy.net

📘 Human Strategy  
📷 @human\_strategy

Sitio web orientado a Coaching en Liderazgo Femenino

✉ coach@marugarcia.com  
www.marugarcia.com  
📘 Coach Maru García  
📷 @marugarcia\_coach  
📞 + 52 33 1429 4266

📞 USA: +1 510 725 1323  
📞 Mexico: + 52 33 38178941

USA: Deer Run Drive. El Sobrante, California  
México: Romanos 367, Colonia Altamira, Zapopan