1.0

Comentarios (1)

## Xarles González

Valladolid, España

Conferencista | Capacitador | Coach | Docente | Panelista

País de residencia: España

Nacionalidad: España

Idiomas: Español, Inglés

## Áreas de conocimiento

Optimismo, Bienestar emocional, Mindfulness, Actitud positiva, Motivación, Estrés, Liderazgo emocional, Inteligencia Emocional.

## Descripción del perfil

«La coherencia y el equilibro entre razón y corazón es el principio del liderazgo.» Emprendedor. Formador en Liderazgo Transformacional. Coach ejecutivo y personal. Mindfulness Trainer. Docente de la Universidad de Valladolid en el Programa de Formación Continua de Coaching. Ayudo a las personas a acceder a un estado distinto de conciencia para desde ahí avanzar hacia una nueva percepción de la realidad. Desarrollo estrategias para alcanzar la serenidad emocional y ejercer un liderazgo cercano e inspirador a través del arte de la comunicación. Logrando que mis clientes vivan una vida plena y sin estrés. Experto en Coaching, Inteligencia Emocional y PNL, Coach Personal y Executive Coach. Coach certificado en WingWave. Mindfulness Trainer. Instructor de Meditación Conductual. Profesor de Yoga. Licenciado en Filología Inglesa.

## Conferencias, Cursos o Talleres

**El poder del Mindfulness en el Liderazgo**

4 Horas o más

Un taller en el que aprenderás a vivir el liderazgo desde tu poder interior. Buscando una manera diferente de empoderarte y de conocerte a ti mismo para después poder ayudar a otros desde la consciencia y el ejemplo personal.

**Optimismo Estratégico: Cómo poner a tu favor el poder de la mente**

De 1 Hora a 2 Horas

Una conferencia que habla del cambio, de la resiliencia, de que el fracaso es necesario para crecer y ser quienes somos. Son las experiencias que vivimos las que acaban dando sentido y profundidad a nuestras vidas.

Mantener una actitud optimista enfocada en el aprendizaje es lo que marca la diferencia. Una conferencia inspiradora que te ayudará a asomarte a la vida reforzado y dar lo mejor de ti mismo.

**Cómo afectan las emociones y el estrés a nuestro estado de salud**

De 2 Horas a 4 Horas

En este curso/conferencia se habla de que somos seres emocionales y que nuestros estados de ánimo se acaban reflejando tarde o temprano en nuestro cuerpo. El estrés es el mayor detonador de las situaciones de desequilibrio en nuestra vida. En la conferencia se ven en detalle cuáles son los 21 errores que acaban alimentando nuestro estrés y lo vuelven crónico.

**Inteligencia Emocional para la empresa**

4 Horas o más

Descubre en este taller cómo entender y manejar las emociones para ponerlas a tu servicio. Aprenderás a manejar las 3 caras del triángulo que determina tu estado de ánimo para influir en ti mismo y en los demás. Un taller imprescindible para conocer tu puntos débiles y fortalezas como ser profesional.

## Artículos

**Liderazgo emocional: El arte de liderar emociones en la empresa**

Miembros del Fórum de Jóvenes celebraron durante los días 7 y 8 de febrero pasados la segunda parte del 3er módulo del curso Liderazgo 360º titulado “Liderazgo emocional: El arte de liderar emociones en la empresa“. Se trata de una actividad más del programa que iniciaron hace tres años y que les ha llevado a establecer lazos personales y profesionales cimentados en el desarrollo personal y la profundidad de las relaciones humanas.

https://www.adefan.es/2020/02/12/segunda-parte-del-modulo-3-del-curso-360o-para-el-forum-de-jovenes/

**Hablemos- Revista corporativa FEAPS 2013**

Entrevista sobre mi labor profesional como coach

**La medicina del positivismo**

Artículo sobre mi ponencia en la contraportada del periódico La Nueva España de Asturias en el año 2013.

## Perfil en Mentes a la Carta

https://mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/xarles