

4.9

Comentarios (45)

## Pochocoach Alfonso Vanegas

Ibagué, Colombia

Conferencista | Capacitador | Coach | Docente

País de residencia: Colombia

Nacionalidad: Colombia

Idiomas: Español

## Áreas de conocimiento

Comunicacion Asertiva, Salud Ocupacional, Planes de Emergencia, Factores de riesgo ocupacionales, Seguridad Industrial, Liderazgo, Motivación, Clima Organizacional.

## Descripción del perfil

Me describo como un aprendiz permanente, persona emprendedora con iniciativa, con energía positiva y motivacional, con capacidad de gestión, consiente de la importancia de la inteligencia emocional, entusiasta dispuesta a aceptar los retos que enriquezcan aún más mi vida personal y profesional. Me formé cómo Coach Profesional en Neurocoaching, con NCI Fort Lauderdale EEUU, igualmente titulado como Ingeniero Industrial, con tarjeta profesional, Especialista en Salud Ocupacional (Medicina Preventiva y del Trabajo e Higiene y Seguridad Industrial) con Licencia a nivel Nacional ante la Secretaria de Salud, Diplomados en Habilidades Docentes, DGA en UTB., OSHA 18001, gerencia de proyectos, Gestion del recurso humano, entre otros, Acumulando más de 18 años de vida profesional en gerencias, direcciones, docencia en pre y postgrado, padre y abuelo. Autor de diferentes producciones en temas relacionados con el Coaching crecimiento personal, seguridad industrial y Medio Ambiente publicados en la internet, Libro: Tips para la Resiliencia y algo más. NOTA: Encuentra valiosos aportes en la primera opcion del menu del siguiente link: https://linktr.ee/pochocoach

## Conferencias, Cursos o Talleres

**Mejorando el Clima Organizacional**

De 2 Horas a 4 Horas

Cálida conferencia que sensibiliza el compromiso de las partes para construir con algunos simples tips un mejor ambiente de trabajo.

**Neurocoaching para Ingenieros**

De 2 Horas a 4 Horas

Esta es una invitacion a encontrar otra forma de ver las cosas estimulando aspectos que no solo se fundamenten en la logica y den una mirada a esa parte humana que requerimos tanto en nuestras profesiones. Para ello se

abordaran algunos principios y bases de la Neurociencia aplicada al Coaching haciendo de esta una experienccia dinamica y participativa.

**Herramientas emocionales para tiempos de cambio**

De 1 Hora a 2 Horas

En esta trataremos temas simples pero poderosos que nos ayuden día a día a manejar la actitud frente a lo que ocurre fuera y dentro de cada uno, haciendo especial énfasis en lo que ocurre en nuestro interior que es en lo único donde podemos ejercer el control. Ideas o reflexiones propuestas: • Reconocer la sensibilidad de nuestro cuerpo, cerebro y espíritu • Que lo afecta internamente: nuestras creencias, nuestros pensamientos, nuestra actitud • Externamente: lo que vemos y escuchamos, con quien nos rodeamos, con quienes nos reunimos, de que hablamos • En lugar de preocuparme, me ocupo, identificar espacios y actividades que ayuden a ocuparme y fortalecer una buena actitud, en ella: espacios en familia, espacios con amigos, espacios en el trabajo y tiempo con nosotros mismos • Elaborar planes de acción con definición clara de que hacer, cuando, como, donde •

Evaluar resultados y retroalimentar

**Comunicacion Asertiva**

De 2 Horas a 4 Horas

John Gottman, quien ha realizado estudios sobre relaciones durante más de cuarenta años en la Universidad de Washington, concluyó que lo que más se le dificulta a las personas en una relación es comunicarse efectivamente. Es por esto que cobra gran valor el MEJORAR la forma como nos comunicamos para lograr transmitir nuestras ideas, sentimientos y demás expresiones humanas con los mejores resultados. En esta poderosa conferencia/taller (INTERACTIVA con dinámicas online) abordaremos la temática en cuatro tópicos: 1. Definiciones y FUENTES de información 2. Identificación de los ESTILOS más comunes de comunicación 3. ESTRATEGIAS para mejorar cada uno de los estilos de comunicación 4. EJEMPLOS PRÁCTICOS, de la vida cotidiana que reflejan el cómo se hace de la manera incorrecta y cómo hacerlo con la comunicación asertiva,

(participando con sus propias experiencias personales) La duración de este poderoso taller se estima entre 2 y 4 horas, según participación y dinámicas

## Experiencias

**Docente pre y postgrado**

Universidad tecnológica de Bolívar

2005 - 2006

**Gerente**

Gestionphva

2008 - Actual

**Director depto salud ocupacional**

SENA regional tolima

2002 - 2005

## Estudios

**Diplomado en GESTION DEL TALENTO HUMANO**

COMFENALCO ANTIOQUIA

2020

**Diplomado Gerencia de Poryectos**

Comfenalco Medellin

2019

**Diplomado Sistemas de Gestion OSHA 18001**

Comfenalco Cartagena

2007

**Diplomado en Pedagogia (Habilidades Docentes)**

Universidad Teccnologica de Bolivar

2004

**Especialista Salud Ocupacional**

Universidad del Tolima

2002

**Ingeniero Industrial**

Universidad de Ibague

1999

**Coach Profesional en Neurocoaching**

NCI Fort Lauderdale EEUU

2014

## Libros

**Tips para la Resiliencia**

## Artículos

**La Importancia de Ser Diferentes**

Este artículo te llevará en un viaje de autodescubrimiento y celebración de la singularidad. Explora cómo nuestras diferencias nos hacen únicos y cómo estas singularidades contribuyen a la riqueza y diversidad del mundo. Descubre cómo, al abrazar nuestras diferencias, podemos fomentar la empatía, el respeto y la comprensión mutua. ¡No te pierdas esta oportunidad de celebrar la diversidad y la individualidad! ¡Haz clic y sumérgete en la lectura ahora

https://www.scribd.com/document/721835195/La-Importancia-de-Ser-Diferentes

**El Poder de Los Recuerdos La memoria Un Viaje por la Mente Humana**

“El Poder de los Recuerdos: La Memoria”. Este artículo te llevará a través de los misteriosos senderos de nuestros recuerdos, explorando cómo se forman, se almacenan y se recuperan. Descubrirás cómo nuestros recuerdos moldean nuestra identidad y cómo pueden ser una poderosa herramienta para el crecimiento personal. No te pierdas esta oportunidad de entender mejor la increíble capacidad de tu mente. ¡Feliz lectura!

https://www.scribd.com/document/719759354/El-Poder-de-Los-Recuerdos-La-memoria-Un-Viaje-por-la-Mente-Humana

**Creer, Esperar y Triunfar El Poder Transformador de La Fe**

¿Alguna vez te has preguntado sobre el verdadero poder de la fe y la esperanza? Te invitamos a descubrirlo en nuestro artículo 'Creer, Esperar y Triunfar: El Poder Transformador de la Fe'. Sumérgete en un viaje inspirador que te llevará a través de la importancia de creer, tener fe y siempre esperar lo mejor. ¡No te pierdas esta oportunidad de transformar tu vida y alcanzar tus sueños!

https://www.scribd.com/document/717413199/Creer-Esperar-y-Triunfar-El-Poder-Transformador-de-La-Fe

**Pensamiento Positivo La Influencia Transformadora**

Motivante articulo que nos invita a tomar consciencia sobre la importancia y efectos en nuestra vida de cultivar el pensamiento y actitud positiva

https://www.scribd.com/document/716805289/Pensamiento-Positivo-La-Influencia-Transformadora

**La Competencia Interior**

Descubre el poder de la competencia interna y cómo puede transformar tu vida. Este artículo te llevará a un viaje de autodescubrimiento, mostrándote cómo competir contigo mismo puede ser la clave para desbloquear tu máximo potencial. Aprende cómo la competencia interna puede ser tu mayor aliado en la búsqueda de la excelencia. ¡No te pierdas esta oportunidad de crecimiento personal y profesional!

https://www.scribd.com/document/716175187/La-Competencia-Interior

**¿Que cara usaremos hoy? Nuestro Camuflaje Cotidiano y la Búsqueda de la Autenticidad**

Este artículo aborda cómo todos utilizamos máscaras en algún momento para adaptarnos a ciertas circunstancias y seguir adelante, sin embargo la mejor opción es mantener una que nos identifique frente a cualquier circunstancia.

https://www.scribd.com/document/722202931/Que-cara-usaremos-hoy-Nuestro-Camuflaje-Cotidiano-y-la-Busqueda-de-la-Autenticidad

**Tips para la Resiliencia**

Recopilacion de reflexiones de vida que ayudan a ver esa luz al final del camino en momentos difíciles.

https://www.amazon.com/TIPS-PARA-RESILIENCIA-ALGO-Spanish-ebook/dp/B01LAAZ38W

**Sientes mas calor que antes?**

Artículo de reflexión que invita a cuidar nuestro medio ambiente

http://www.lulu.com/shop/alfonso-vanegas/sientes-mas-calor-que-antes/ebook/product-5561525.html?ppn=1

**Aprovecha los obstaculos**

Poderosa reflexión que nos invita a rescatar lo mejor de cada experiencia.

https://www.yumpu.com/es/document/view/27364064/aprovecha-los-obstaculospdf

**Registro Patente Unidad de Salvamento en Tsunamis**

Registro ante industria y comercio patente con idea de diseño unidad de Salvamento en tsunamis

http://www.inventosnuevos.com/2011/04/unidad-de-salvamento-en-tsunamis/

**Perfil en Mentes a la Carta**

https://mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/alfonso-vanegas