4.5

Comentarios (1)

Cynthia Solar Luna

Distrito Federal, México

Conferencista | Capacitador | Coach

País de residencia: México

Nacionalidad: España, México

Idiomas: Inglés

Áreas de conocimiento

Inteligencia Emocional, Creencias limitantes, Ventas y Liderazgo.

Descripción del perfil

Desde que nací fui una niña muy inquieta, y eso se volvió parte de mi personalidad, mi vocación la encontré a mis 17 años cuando fui a una Campaña de Alfabetización en la sierra de Hidalgo, un pequeña comunidad llamada Tepeitic a enseñar a la comunidad en su mayoría campesinos a leer y escribir, ahí encontré mi vocación que me hizo estudiar Psicología Educativa, y ayudar a las personas a estar mejor formadas, educadas, pero sobre todo a ser mas felices, a entenderse y cambiar. Posteriormente me formé como Psicoterapeuta Gestalt y después me certifique como Coach Ontologico, deje una maravillosa Empresa donde tuve la oportunidad durante 16 años de de contribuir al crecimiento económico pero sobre todo emocional a miles de mujeres, desarrollando lo mejor de ellas. Durante mucho tiempo calle un episodio en mi vida que me sucedió a los 30 años, cuando mas energía, vitalidad y estabilidad emocional y económica tenia, mi cuerpo de un día para otro se paralizo junto con mi cara y mis órganos vitales, una extraña enfermedad del sistema inmunológico me ataco sin consideración dejándome paralizada y llevándome a Terapia Intensiva al borde de la muerte.... salí caminando del hospital en menos de 4 meses a pesar de los pesimistas diagnosticos que daban los medico. Un día desperté y me di cuenta que mi historia debía ser escuchada, que es mi mision de vida, sabiendo que el único órgano o musculo que funcionaba y no se desconecto fue mi cerebro y por la tanto mis pensamientos los cuales configure para salvarme y no morir, me reconstruyeron y me sanaron. Después de mis pensamientos vino la fe, la esperanza, y la resiliencia, pero nada de estas emociones se hubieran conectado sino hubiera empezado por mis pensamientos, estoy convencida que la única forma de cambiar y ser felices es monitoreando todo el tiempo lo que nos decimos a través de la mente, esto nos empoderan o nos debilitan. Me he dedicado por mas de 20 años a la formación y desarrollo del ser humano. Certificada en Liderazgo, Empatía, Asertividad y Efectividad, he ayudado a cientos de personas a vencer las programaciones y limitantes mentales adquiridas desde la infancia aplicando técnicas efectivas que trabajan El Cuerpo, Las Emociones y El Lenguaje, que tienen además como beneficio la formación de hábitos de pensamiento dirigidos a reconocer y enaltecer sus dones, habilidades y destrezas, convirtiéndose en individuos asertivos y cambiando el paradigma de su vida.

Conferencias, Cursos o Talleres

LA TORMENTA PERFECTA

De 1 Hora a 2 Horas

Una impactante historia de resiliencia. Cynthia Solar sufrió en unas cuantas horas la parálisis total de su cuerpo y luchó por su vida durante diez días en terapia intensiva por una extraña enfermedad del sistema inmunológico. El pronóstico médico le auguraba no pocas posibilidades de volver a caminar ni mover su cara. En su conferencia, Cynthia, cuenta sobre el poder mental que la hizo recuperarse en un lapso de 4 meses, dándole órdenes al cuerpo para reconectarlo. El aprendizaje que se lleva la audiencia es reflexionar que él verdadero poder esta en tener un dominio total de los pensamientos y la mente y cómo las parálisis mentales, emocionales y físicas que te impiden lograr tus objetivos de vida se pueden erradicar a través de herramientas que en esta poderosa conferencia aprenderás. Cynthia invita a la audiencia a tomar conciencia de los pensamientos que nos pueden

destruir o sanar.

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LOS CUATRO ELEMENTOS

De 2 Horas a 4 Horas

Desarrollar la inteligencia emocional, es una habilidad trascendental y se convierte en el eje central de nuestra vida, si sabemos conocer nuestras emociones en la cotidianidad, nos convertimos en personas asertivas, brillantes y seguras, nos olvidamos de las apariencias y los juicios, nos enfocamos en ser las personas que realmente queremos ser. En este taller conectamos con emociones vinculadas a nuestra naturaleza: LA TIERRA, EL AIRE, EL AGUA y EL FUEGO, elementos que viven en nosotros y al no reconocerlos damos por hecho nuestro carácter y personalidad. Aprenderás que la personalidad TIERRA es la disciplina y el análisis cuidadoso, el AIRE es vital para ser creativos y visionarios, el FUEGO es el que da sentido y pasión a tu vida y el AGUA pone tus cualidades las servicio tuyo y al de los demás. Después que hayas conocido tus valores, habilidades y limitantes,

podrás reconocer que elemento tienen los miembros de tu familia, tu pareja y por supuesto en tu ámbito laboral o de negocio, esto te ayudara a entenderlos mejor y a expresar de una forma más asertiva tus emociones.

CREENCIAS LIMITANTES

De 2 Horas a 4 Horas

La vida gira y va en espiral, en muchas circunstancias desconocemos las razones por las que no podemos crecer, lograr nuestros objetivos y sueños y por más que nos esforzamos llegamos a un punto en el que no podemos seguir adelante. La Espiral Sistémica te ayudará a reconocer y encontrar esas barreras que no te dejan avanzar. Esta es una herramienta del Coaching Ontológico que te ayuda a descubrir patrones y creencias limitantes y

una vez que lo aplicas, tu vida comienza a fluir sin trabas ni miedos.

Experiencias

GERENTA DE CAPACITACIÓN A NIVEL NACIONAL

JAFRA COSMETICS INTERNATIONAL

2014 - 2015

DIRECTORA REGIONAL DE VENTAS

JAFRA COSMETICS INTERNATIONAL

2000 - 2014

DIRECTORA DE CAPACITACION HOTEL BEACH RESORT PUNTA CANA REPUBLICA DOMINICANA

LTI BEACH RESORT PUNTA CANA

1999 - 2000

Estudios

Certificacion en PNL

Joseph Oconnor Institute

2014

Master Coach Emresarial Ontologico

Asociacion Interamericana de Coaches

2013

Psicoterapueta Gestal

Instituto Humanista de psicoterapia Gestalt

2003

LICENCIATURA EN PSICOLOGIA EDUCATIVA

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

1995

Artículos

CONGRESO PODEROSAMENTE

la oporunidad dde oarticipar en un Congreso Virtual desde Argentina, donde hablo sobre el poder de los pensamientos

https://congresopoderosamente.com/?ref=M16950699H

Inteligencia Emocional para empoderarte

Tuve la oportunidad de estar en un programa de radio sonde hablamos sobre la importancia de la Inteligencia Emocional para el éxito y felicidad de cualquier ser humano

https://youtu.be/wSbHRYfLAKc

Programas en el Cnale Expertv El canal de los expertos

Expertv es un canal donde reune expertos en desarrollo humano en el cual fui invitada. Mi programa se llama Pensamiento en Movimiento y abordo temas que ayudan a conscientizar sobre aspectos del desarrollo emocional del ser humano

https://www.youtube.com/results?search_query=cynthia+solar+expertv

Perfil en Mentes a la Carta

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