

0.0

Comentarios (0)

Federico Payró

Puebla De Zaragoza, México
Conferencista | Capacitador | Coach

País de residencia: México

Nacionalidad: México

Idiomas: Español, Inglés

Áreas de conocimiento

Felicidad, Ingeniería Industrial, Felicidad en el trabajo, Organizaciones Positivas, Administración de Proyectos.

Descripción del perfil

Soy ingeniero industrial y de sistemas del ITESM, consultor internacional por más de 15 años. Maestro en Liderazgo Positivo por el Instituto de Ciencias de la Felicidad del TecMilenio, y certificaciones como Coach de Negocios y de Equipos de Alto Desempeño, Coaching con Psicología Positiva y de Fortalezas de Carácter, La Ciencia de la Felicidad en el Trabajo y el Dale Carnegie Training®, entre otros. Autor del libro “Gestión Positiva de Proyectos” y conferencista invitado de foros internacionales como Felicidad 360 y el Gross Global Happiness, me desempeño como Conferencista de Felicidad y Consultor de Bienestar Empresarial.

Conferencias, Cursos o Talleres

El Secreto de la felicidad

Flexible

La ciencia ha demostrado que las personas positivas son 31% más productivas, tienen 23% más energía, son tres veces más creativas y venden 37% más. El participante conocerá las últimas investigaciones y estrategias científicamente comprobadas que lo entrenen a afrontar los riesgos y dificultades aprovechando su creatividad, fortalezas, oportunidades y recursos para tener éxito.

Relaciones Positivas

De 1 Hora a 2 Horas

Las relaciones positivas son el principal predictor de felicidad y bienestar. Aprenderás los beneficios que tienen para tu vida, cómo cultivar mejores relaciones y los cuatro comportamientos que la ciencia a encontrado que debes evitar para mantenerlas positivas.

Haz del estrés tu mejor amigo

De 1 Hora a 2 Horas

Aprenderás a reevaluar y mejorar tu respuesta al estrés para utilizarlo a tu favor, logrando que se convierta en un catalizador de desempeño, salud y bienestar al reducir tu afectación por sucesos inesperados, incrementar tu confianza para hacerte cargo de las cosas importantes y mejorar tu eficacia en la resolución de problemas.

Mentalidad de éxito frente al cambio

Sin especificar

Aprende a desarrollar una mentalidad de éxito, entrenar la mente para afrontar los cambios desde tus fortalezas, habilidades y capacidades para tener una vida más eficiente, productiva y feliz.

Resiliencia y optimismo

De 1 Hora a 2 Horas

Resiliencia es la capacidad de sobreponerte a la adversidad, aprende como desarrollar esta habilidad para prepararte para un futuro incierto, sortear las dificultades de la vida y crecer ante eventos inesperados.

Emociones Positivas en familia

Menos de 1 Hora

Las emociones no son buenas ni malas, todas existen por una razón y como seres humanos tenemos un amplio rango de ellas. Sin embargo, las llamadas “Emociones Positivas” favorecen las relaciones, mejoran nuestra creatividad, memoria, manejo del estrés y salud en general. En esta conferencia descubriremos cómo funcionan, cuáles son, los beneficios de experimentarlas y cómo podemos cultivarlas más y mejor para incrementar nuestro bienestar y el de los demás.

Bienestar Integral

4 Horas o más

Basado principalmente en Psicología Positiva, Neurociencia y Coaching, este taller habilita a las personas a descubrir su propósito de vida, qué significa realmente la felicidad, cuáles son sus fortalezas y recursos y cómo avanzar hacia una vida más plena con pasos firmes y planes específicos. Las herramientas que el taller entrega se viven a través de la reflexión, la introspección y práctica; el participante debe asistir con una mente abierta al cambio, con el deseo de crecer y desarrollarse como ser humano. Al término del taller, el participante habrá vivido un proceso de alineación integral como persona durante el cual se hará consciente de sus propios procesos automáticos, diseñará una ruta de crecimiento, retará sus creencias limitantes a través del desarrollo de nuevos esquemas de pensamiento y conocerá métodos científicamente comprobados para desarrollar su resiliencia, aumentando así su felicidad, autoconocimiento y desempeño personal y laboral.

Cultivando las Fortalezas del Equipo

4 Horas o más

Cada persona tiene un carácter único, determinado por su conducta, su genética y todas las personas a su alrededor. Las últimas investigaciones han demostrado que desarrollar las fortalezas de carácter tiene un efecto positivo en el bienestar, desempeño laboral y satisfacción con la vida, y además se pueden desarrollar en los demás al apreciarlas en ellos.

Estudios

Maestro en Liderazgo Positivo

TecMilenio

2017

Ingeniero Industrial y de Sistemas

ITESM

2003

Libros

Gestión Positiva de Proyectos: personas Comprometidas, resultados exitosos.

Diseñada para complementar tus habilidades como líder de proyecto, es una guía práctica que te ayudará a generar mejores experiencias de proyecto. Para incrementar el bienestar de los participantes al mismo tiempo que aumentas tus probabilidades de éxito. Cada estrategia está fundamentada en la investigación científica y su eficacia ha sido comprobada empíricamente por el autor y otros gerentes de proyectos, demostrando su utilidad y aplicabilidad en el mundo real. Con ejemplos concretos y herramientas prácticas, el libro te va llevando desde la conceptualización y venta del proyecto, pasando por la planeación y ejecución hasta lograr un cierre positivo en el que los participantes son capaces de reconocer en integrar los aprendizajes y beneficios que el proyecto aportó a sus vidas para que puedan capitalizarlos y desarrollarse tanto profesional como personalmente.

Artículos

Ingeniería para la felicidad

Perfil del autor, por Mundo Hispánico. 2020

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/federico-payro