

0.0

Comentarios (0)

Helena Carrizosa

Bogotá, Colombia
Conferencista | Capacitador | Coach

País de residencia: Colombia

Nacionalidad: Colombia, Italia

Idiomas: Español, Francés, Inglés

Áreas de conocimiento

Coaching, Comunicación, Liderazgo, Trabajo en equipo, Inteligencia Emocional, Sotenibilidad, Motivación, Adaptación al cambio.

Descripción del perfil

Me apasiona la transformación hacia una consciencia mas expansiva, y de manera harmoniosa y sostenible desarrollar el potencial humano y de las empresas. Inicié mi carrera como diseñadora y estilista de modas y como consultora creativa para empresas en Londres y Paris. Esta experiencia complementada con varios años de coaching me ayuda a tener una mejor comunicación y entendimiento mas profundo para poder servir de manera mas efectiva y crear un mayor impacto! Con un gran enfoque en el concepto de "Sostenibilidad Interna", el cual creo es la clave para crear un futuro mas prospero. Este concepto se enfoca en desarrollar la sostenibilidad desde el núcleo que se encuentra dentro de cada individuo, y en donde empieza un efecto domino que crea un impacto a nivel macro en las empresas y en la sociedad. Creo que para crear un mundo mas sostenible, se empieza por un SER mas sostenible. Me apasiona contribuir al desarrollo humano y al mismo tiempo desarrollar nuestro ser intuitivo que nos guía y conecta con la red colectiva y cuántica. De esta manera logramos tener acceso a todo nuestro potencial y además a las infinitas posibilidades que están disponibles para crear un mejor mundo para todos, empezando por expandir el mini-mundo que llevamos dentro. Para lograr una manera de vivir y trabajar mas harmoniosa, considero necesario incluir todas las facetas de las que estamos compuestos como nuestra mente, las emociones, el cuerpo y el alma. Un mayor entendimiento sobre cada una de ellas nos invita a vivir de manera mas responsable creando un impacto a nivel personal y colectivo para una sociedad y mundo mas sostenible. "No se trata de cantidad, pero si de calidad" Mi trabajo como coach, capacitador y conferencista consiste en una combinación de muchas formaciones, herramientas, y filosofías, tales como el Coaching, PNL, Adaptacion al Cambio, Estoicismo, Sostenibilidad, Mindfulness, y ACT (Acceptance Commitment Therapy), para nombrar las mas principales. Sigue mi podcast en Ingles " The Flow of Life" disponible en Spotify y Youtube.

Conferencias, Cursos o Talleres

Sostenibilidad Interna: La clave del exito duradero.

Flexible

Este concepto se enfoca en crear una transformacion de consciencia donde se permite desarrolar la sostenibilidad desde el núcleo que se encuentra dentro de cada individuo. "Creo que para crear un mundo mas sostenible, se empieza por un ser mas sostenible" Para lograr una manera de vivir y trabajar mas harmoniosa, considero necesario incluir todas las facetas de las que estamos compuestos como nuestra mente, las emociones, el cuerpo, el alma y el espiritu. Tener un mayor entendimiento sobre cada una de ellas nos invita a vivir de manera mas responsable, creando un mayor impacto a nivel personal y colectivo, y que nos permite evolucionar como humanos

en harmonia con nuestro mundo interior y exterior. "No se trata de cantidad, pero si de calidad"

Intuiticion: Para mayor rendimiento y eficacia laboral.

Flexible

Sabias que las personas en un día de trabajo son realmente productivas en promedio 4 horas al día? Y sabias que hay estados en los que logramos entrar y ser mas productivos, sin el agotamiento extremo? Expandir nuestro conocimiento sobre lo que somos capaces de hacer sin correr el riego de agotarnos es muy valioso. Con la ayuda de la herramienta de intuición y activando el estado de "Flow" podemos ser mas productivos, asertivos y creativos. Tener mas consciencia sobre nuestros recursos personales y como usarlos nos ayuda a ser individuos mas sostenibles y responsables creando un impacto a nivel personal y colectivo. Cada vez mas en el sector empresarial están entendiendo la importancia de conectarnos internamente para que esta guía (la intuición) nos ayude a ser exitosos. En el trabajo esta conexión nos permite mejorar nuestra confianza, asertividad, la salud, la

comunicación, y el rendimiento, factores que influyen en la sostenibilidad y éxito de cada empresa.

Experiencias

Coaching y capacitaciones.

Kando Global (Colombia)

2021 - 2022

Gerente de imagen y servicio al cliente.

Denner Cashmere (Londres, GB)

2019 - 2020

Gerente de marca, consultoria de negocios y creativo.

Perle de Lune (Empresa Francesa en Londres, GB)

2011 - 2019

Estudios

Entrenamiento en coaching

Peter Crone

2023

Certificación en coaching y consultoria empresarial.

Evercoach

2022

Certificacion como Consejera Psicologica.

Achology - The Academy of Modern Psychology

2021

Certificación en PNL

Achology - The Academy of Modern Psychology

2021

Certificación en Coaching de Vida

Achology - The Academy of Modern Psychology

2020

Diseño de Modas - Especializacion en Diseno.

Central Saint Martins.

2008

Artículos

5 Reasons Why Intuition Is The Technology Of The Future

Este articulo es una exploración sobre el impacto que la tecnología tiene sobre nuestra evolución como seres humanos. Es un impacto positivo en muchas áreas pero al mismo tiempo viene con un costo grande del cual no estamos completamente conscientes. Al mismo tiempo explico por que creo que la tecnología nunca podrá reemplazar nuestra conexión con algo superior que siempre nos ha guiado, nuestra conexión con nuestra alma que nos esta guiando sobre el mejor camino para cada uno de nosotros y como nuestra intuición es la única herramienta que nos permite percibir, recibir y entender esta guía cósmica.

https://www.brainzmagazine.com/post/5-reasons-why-intuition-is-the-technology-of-the-future

Why You Should Stop "Trying To Be" Spiritual & 5 Ideas To Do Instead

En este articulo hablo sobre como entre mas tratamos de ser espirituales mas nos alejamos de ella y mas impacto negativo tiene sobre nosotros y lo que nos rodea. La mayoría de las veces, la explicación mas simple, es la correcta!

https://www.brainzmagazine.com/post/why-you-should-stop-trying-to-be-spiritual-5-ideas-to-do-instead?fbclid=IwAR0j6tHtPxhCkjKmuNatCjvoglS_hP2e5xavmGWxv8PR4GJ14CcVBKb5giM

Why we are all creative… including you!

Este articulo habla como gran mayoria de las personas olvidan sus origenes y tiene la creencia limitada que no son creativos. La creatividad no se obtiene, se nutre, se desarrolla.

https://www.linkedin.com/pulse/why-we-all-creative-including-you-helena-carrizosa/

The Three Key Factors Impeding Business Authenticity, innovation and Competitive Edge

Es un exploración sobre como las empresas por querer estar al ritmo de sus competidores, se olvidan de seguir su verdad, y pierden autenticidad entre otras cosas que van a afectar su crecimiento y sobretodo su permanencia en el mercado.

https://www.linkedin.com/pulse/three-key-factors-impeding-business-authenticity-edge-carrizosa/

Inner-Sustainability: The Key to unlocking sustainable change & growth in Companies

En este articulo hablo sobre un concepto que empece a desarrolar llamado "Sostenibilidad Interna". Este concepto nos ayuda a adaptarnos a los cambios, y nos ayuda a entender que la sostenibilidad del mundo depende de seres sostenibles.

https://www.linkedin.com/pulse/inner-sustainability-key-unlocking-sustainable-change-carrizosa/

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/helena-carrizosa