

0.0

Comentarios (0)

Karina Arenas Torrado

Cúcuta, Colombia
Conferencista | Capacitador | Coach

País de residencia: Colombia

Nacionalidad: Colombia

Idiomas: Español

Áreas de conocimiento

Crecimiento personal, Mentalidad y gestión emocional, Emprendimiento con propósito, Marca personal (emprendedores), Ventas conscientes.

Descripción del perfil

Me definen tres palabras: Valentía, Libertad y Determinación. Soy una mujer emprendedora y enfocada al logro, la vida me ha enseñado a ser fuerte mental y emocionalmente, y he podido alcanzar mis metas personales y profesionales con una especial disposición a servir, apoyada en mi formación académica, mis mentores y mi maestría de vida (así le llamo a lo que aprendo de mis propias vivencias). En el año 2018, la vida me dio lo que llamo “un sacudón”, de manera inesperada comencé un viaje de autoconocimiento -mi viaje de NO RETORNO- y desde entonces, inicié mi camino de REINVENCIÓN personal y profesional. Me despedí con agradecimiento de mi primera profesión (Profesional en Comercio exterior), tomé la decisión de profesionalizar mi pasión: me certifiqué como Coach de Vida y Mentora de marca personal y un par de años más tarde renuncié a un contrato indefinido con un cargo directivo en el sector de la educación superior y empecé mi nuevo camino como transformadora de vidas y emprendedora digital. En el 2020 creé mi empresa de formación: Tu Mejor Versión Academy, y con ello, mi propósito es ayudar a las personas a descubrir su PODER PERSONAL, expandir sus habilidades, conectar con su Propósito de vida y guiarles, como lo hice yo, a avanzar en la vida sin ser bloqueados por los miedos... trabajando en el cambio de malos hábitos (de pensamiento y comportamiento) y forjando un carácter coherente y alineado al logro de los sueños y de su Mejor Versión! Estudios profesionales: - Coach profesional, especialista en Psicología del Éxito - Certificación internacional | Universidad CES (Medellín, Antioquia) y Training Skills, expertos en Coaching y PNL. - Master en Marca personal - Certificación internacional | Kuestiona, España. - Magíster en Gerencia de empresas | Universidad Francisco de Paula Santander - Especialista en Gerencia de Marketing | Universidad de Santander UDES - Especialista en Gestión de Empresas | Universidad Politécnica de Valencia, España. - Diplomado en Programación Neurolingüística | Universidad del Rosario - Profesional en Comercio Exterior | Universidad de Santander UDES Trayectoria profesional: - Mentora y conferencista para el programa: OPEN ENGLISH BUSINESS | PROYECTO PREMIUM PROGRAM – en temas de crecimiento personal, liderazgo y habilidades blandas para líderes empresariales de Latam. | Grupo Empresarial Open English. - Mentora y conferencista para el programa de desarrollo personal de la escuela de marketing digital Nextu del Grupo Empresarial Open English. - Formadora y conferencista invitada en Universidades reconocidas de Colombia, algunas: Universidad Externado de Colombia (Bogotá), Ceipa Business School (Antioquia), Universidad de Santander UDES, Universidad Simón Bolívar, Universidad Francisco de Paula Santander, entre otras. 11 años de experiencia. En el pasado (antes de descubrir mi propósito de vida): - Directora de Maestría en Administración de empresas e innovación. (Enero 2018 - Mayo 2021) en Universidad Simón Bolívar. - Directora de Especialización en Gerencia e innovación, Especialización en Gerencia Social. (Enero 2018 - Mayo 2021) en Universidad Simón Bolívar. - Docente de los posgrados: Maestría en Administración de empresas e innovación, Especialización en Gerencia e innovación, Especialización en Gerencia Social. (Enero 2018 - Mayo 2021). en Universidad Simón Bolívar. - Docente de los programas de pregrado: Administración de empresas y Comercio y Negocios Internacionales. (Abril 2015 - junio 2021) en Universidad Simón Bolívar. - Docente y coordinadora de autoevaluación del programa Comercio Exterior (junio 2013 - noviembre 2015) en Universidad de Santander UDES.

Conferencias, Cursos o Talleres

“Resetea tu mente y transforma tu vida”

De 1 Hora a 2 Horas

Embárcate en un viaje transformador que te permitirá resetear tu mente y reinventar tu realidad. Aprende a cultivar el bienestar mental y emocional para tomar decisiones más acertadas, fortalecer tus relaciones y alcanzar una vida plena. Esta conferencia te proporcionará herramientas prácticas para un cambio profundo y duradero en tu vida que apalanque tus logros personales y profesionales.

"La Huella del Líder: El Poder de una Marca Personal que Inspira"

De 1 Hora a 2 Horas

Esta conferencia se centra en la importancia de la marca personal en el liderazgo y cómo esta puede influir en la inspiración, la toma de acción y la productividad de los equipos de trabajo. Los líderes empresariales serán guiados a través de un proceso de autoevaluación para reconocer la marca personal que han establecido y cómo su ejemplo diario impacta en su entorno laboral. Aprenderán estrategias efectivas para construir y proyectar una marca personal consciente y auténtica, que no solo inspire a sus equipos, sino que también potencie un ambiente de trabajo dinámico y productivo.

"El Juego del Manejo del Tiempo: Redefiniendo tu Mindset para Más Productividad"

De 1 Hora a 2 Horas

Esta conferencia explora cómo los líderes empresariales pueden transformar su relación con el tiempo al redefinir su mentalidad y superar creencias limitantes como "no me alcanza el tiempo" o "necesito más horas al día". A través de un enfoque lúdico e innovador, los participantes aprenderán estrategias prácticas y herramientas efectivas para organizarse mejor, optimizar su tiempo y aumentar su productividad, logrando un equilibrio más efectivo en su vida profesional.

“Descubre el SER PODEROSO que hay en ti”

De 1 Hora a 2 Horas

Experimenta un viaje transformador que te ayudará a superar los resultados promedio y desbloquear tu verdadero potencial. Aprende a maximizar tu autoconfianza, elevar tu rendimiento y llevar tus resultados al siguiente nivel. Esta conferencia te guiará en la transformación de tu mentalidad, emociones, empoderamiento inteligente y liderazgo personal, brindándote las herramientas necesarias para alcanzar el éxito extraordinario en tus objetivos.

“Diseña tu Destino: Visualiza y Materializa tu siguiente año ideal”

De 1 Hora a 2 Horas

Vive una experiencia de aprendizaje transformadora que te permitirá visualizar con claridad y planificar de manera efectiva el año que deseas vivir. Descubre cómo convertir tus sueños en realidad a través de estrategias prácticas y acción intencional. Esta conferencia te ayudará a crear un plan concreto y alcanzable para diseñar el destino que realmente quieres.

“Explora tus Emociones: Una Aventura INTENSAMENTE Inspiradora"

De 2 Horas a 4 Horas

En este taller experiencial, nos sumergiremos en el mundo emocional inspirado en la película de Disney "Intensamente". A través de actividades prácticas y dinámicas interactivas, exploraremos cómo nuestras emociones afectan nuestro comportamiento y relaciones en el entorno laboral. Aprenderemos a identificar, gestionar y comunicar nuestras emociones de manera efectiva para mejorar la colaboración y el bienestar en el equipo. Al

finalizar, los participantes habrán vivido una experiencia transformadora que les permitirá aplicar lo aprendido en su vida diaria y profesional.

Experiencias

Directora de Maestría en Administración de empresas e innovación

Universidad Simón Bolívar

2018 - 2021

Directora de especialización en Gerencia e Innovación y Especialización en Gerencia Social

Universidad Simón Bolívar

2018 - 2021

Docente de pregrado y posgrados

Universidad Simón Bolívar

2015 - 2021

Docente consultora invitada de la Facultad de administración y negocios

Ceipa Business School

2018 - 2021

Docente de posgrados

Universidad Externado de Colombia

2018 - 2021

Docente y coordinadora de autoevaluación del programa Comercio Exterior

Universidad de Santander UDES

2013 - 2015

Estudios

Master en Marca personal

Kuestiona, España

2021

Coach profesional - Certificación internacional

Universidad CES y Training Skills

2021

Magíster en Gerencia de Empresas

Universidad Francisco de Paula Santander

2017

Especialista en Gerencia de Marketing

Universidad de Santander UDES

2013

Especialista en Gestión de Empresas

Universidad Poltécnica de Valencia, España

2013

Profesional en Comercio Exterior

Universidad de Santander UDES

2012

Libros

MANUAL DE VIDA PLENA

Descubre cómo RE-INVENTARTE y ¡crea la vida que deseas tener! ¿Estás seguro que quieres un cambio de vida pero no sabes cómo, ni por dónde empezar? Con el Manual de Vida Plena descubrirás cómo RE-INVENTARTE y crear la vida que deseas tener. El Manual de Vida Plena te ayudará a: • Entender y dominar el mecanismo de la mente • Identificar tus frenos mentales (Creencias limitantes) y reemplazarlos por creencias que te empoderen en tu camino hacia el éxito • Conectar con tu esencia y Propósito de Vida • Tener claridad para saber qué hacer con tu vida • Encontrarle trabajo a tu talento • Vivir tu viaje de autoconocimiento • Descubrir tu lugar en el mundo • Aprovechar el poder de tu marca personal para dejar una huella positiva imborrable • Desarrollar ideas para crear tus propias oportunidades profesionales • Desbloquear tu autoconfianza para ser imparable

en el camino hacia el logro de tus sueños • Descubrir cómo monetizar tus conocimientos y experiencia • Definir de manera efectiva tus metas, objetivos y el plan para lograrlas

La Guía definitiva para tomar el control de Tu Vida

Aprende el juego del manejo del tiempo, enfócate, gestiona tu tiempo como las personas más eficientes del planeta y aumenta X3 la velocidad en que logras tus metas. Con La Guía definitiva para tomar el control de Tu Vida aprenderás las claves para DOMINAR el manejo del tiempo y lograr más, más rápido; aprendiendo a organizar tu tiempo de forma oportuna y efectiva, ejecutando en menos tiempo tus actividades, aumentando tu

productividad y garantizando tu tranquilidad mental y emocional.

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/karina-arenas