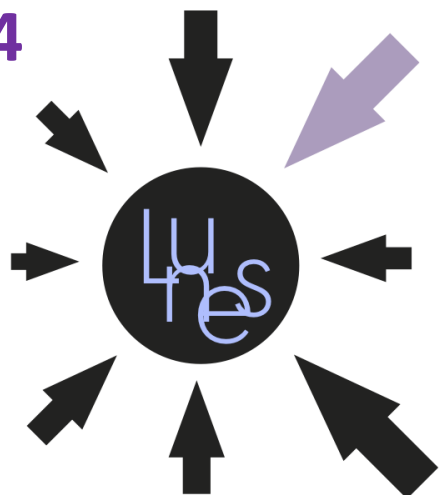


CICLO DE ENCUENTROS

Lunes con sentido

2024



5 de febrero

El valor de la mentalidad en los procesos de cambio personal

Xoan González Soto

Sobre el ponente

Xoan González Soto, es un apasionado del liderazgo, desarrollo personal y potencial humano. Experto en la gestión del talento en organizaciones, es trainer y Coach Ejecutivo Senior (CPS) certificado por ASESICO.

Estudió Económicas, Dirección Comercial y es Máster en Marketing y Comunicación Digital por la Universidad Camilo José Cela. Se ha formado a nivel internacional, con varios de los referentes mundiales en el campo del liderazgo y desarrollo personal. Robert Dilts, Stephen Gilligan, Joe Dispenza, Tony Robbins, Bruce Lipton entre otros. Además es Máster en Programación Neurolingüística y creó su propia marca personal en el año 2014. Coautor del libro "Sueños de Héroes" (2016), autor del libro "Spotlight Leadership: despierta e inspira tu liderazgo" (2020) y "Mentalidad Marathon" (2023). Ha creado su propio programa de liderazgo "OCEAN" en octubre de 2021, al que le acompaña Miguel Lozano (subcampeón del mundo de apnea).

Amante del deporte desde niño, ha cruzado la meta en veinticinco ocasiones en maratón (cuatro de ellas en apenas veinte días, en el proyecto solidario "maratones OCEAN") y es finisher en triatlón distancia IRONMAN en ocho ocasiones. Ha trabajado con más de dos mil profesionales, desde CEOs a equipos de dirección en diferentes empresas, desarrollando habilidades directivas, profesionales y personales.



¿De qué nos hablará?

¿Por qué nos cuesta tanto cambiar y qué podemos hacer al respecto?. Buena parte de la respuesta la encontramos en un solo concepto: MENTALIDAD. Xoan nos invitará a reflexionar como la fuerza mental te puede hacer cambiar y anclar lo aprendido.

La superación personal no trata únicamente de alcanzar metas externas, sino también de cultivar una mentalidad positiva, resiliente y orientada al crecimiento. Es un proceso de transformación interna que os permite encontrar el equilibrio entre nuestro bienestar físico, emocional y espiritual. Como decía Marco Aurelio: "La calidad de tu vida depende de la calidad de tus pensamientos". Sin embargo, la mayoría de nosotros desconocemos como mejorar la calidad de sus pensamientos. Si no somos capaces de enfocar nuestra mente hacia aquello que ansiamos de verdad, lo más probable es que caigamos en las mismas distracciones y tentaciones que en anteriores ocasiones nos hicieron abandonar.

Durante la sesión veremos algunas claves para trabajar esta mentalidad.

Presenta: Antonio Valero Canales. Colaborador de Viktor Frankl Murcia

DONDE: Sesión presencial en el Museo Los Molinos del Río de Murcia.

De resultar posible, se retransmitirá por streaming a través del canal de Youtube:

https://www.youtube.com/channel/UC3bWmiup9An6HIVtD6x_H-w

CUANDO: Lunes 5 de febrero de 2024 de 18.45-20.15

ENTRADA: libre hasta completar aforo en el local (100 p.)

ORGANIZA: Asociación de Voluntariado

Viktor Frankl Región de Murcia

<https://viktorfranklregiondemurcia.org/>

COLABORA EXCMO. AYUNTAMIENTO DE MURCIA