

TRANSFORMACIÓN INTERNA PARA EQUIPOS DE ALTO DESEMPEÑO

CLARIDAD MENTAL, GESTIÓN EMOCIONAL Y
BIENESTAR APLICADO AL TRABAJO



GABRIELA JUVERA - ESPECIALISTA EN
DESEMPEÑO HUMANO CONSCIENTE EN
ENTORNOS CORPORATIVOS



GABRIELA JUVERA

ESPECIALISTA EN DESEMPEÑO
HUMANO CONSCIENTE EN
ENTORNOS CORPORATIVOS

Después de años trabajando en entornos de alta exigencia, viví de primera mano el impacto del estrés, la presión y el piloto automático.

Mi camino personal me llevó a comprender cómo funciona la mente, las emociones y los patrones que dirigen nuestra vida.

Hoy integro ambos mundos para ayudar a otros a trabajar mejor, desde un lugar más consciente

GABRIELA JUVERA

Hay muchas personas que trabajan desde el cansancio mental, la presión constante y el piloto automático.

Esto impacta directamente en:

- la toma de decisiones
- la claridad
- la comunicación
- el bienestar
- los resultados

El problema no es la falta de capacidad, Es el estado interno.



GABRIELA JUVERA

Mi trabajo no se enfoca
solo en habilidades. Se
enfoca en la raíz:

- patrones inconscientes
- gestión emocional
- claridad mental
- identidad

**Los resultados externos
son consecuencia del
estado interno.**



GABRIELA JUVERA

**FACILITO CONFERENCIAS Y
TALLERES DONDE LAS
PERSONAS APRENDEN A:**

- SALIR DEL PILOTO AUTOMÁTICO
- GESTIONAR EMOCIONES BAJO PRESIÓN
- TOMAR DECISIONES CON CLARIDAD
- DESARROLLAR PRESENCIA Y ENFOQUE
- MEJORAR SU MANERA DE TRABAJAR
- DEJAR DE OPERAR DESDE LA SOBREVIVENCIA

05 - PORTAFOLIO



GABRIELA JUVERA

TALLERES DISPONIBLES:

DE LA REACCIÓN A LA CONCIENCIA.

Cómo salir del piloto automático en el trabajo

GESTIÓN EMOCIONAL EN ENTORNOS DE ALTA PRESIÓN.

Inteligencia emocional aplicada: rendimiento bajo presión sin desgaste.

PATRONES INVISIBLES QUE AFECTAN EL DESEMPEÑO.

Lo que no ves te dirige: patrones inconscientes en el trabajo

LÍMITES SANOS Y COMUNICACIÓN CLARA.

Límites sin culpa: comunicación efectiva en equipos de alto rendimiento

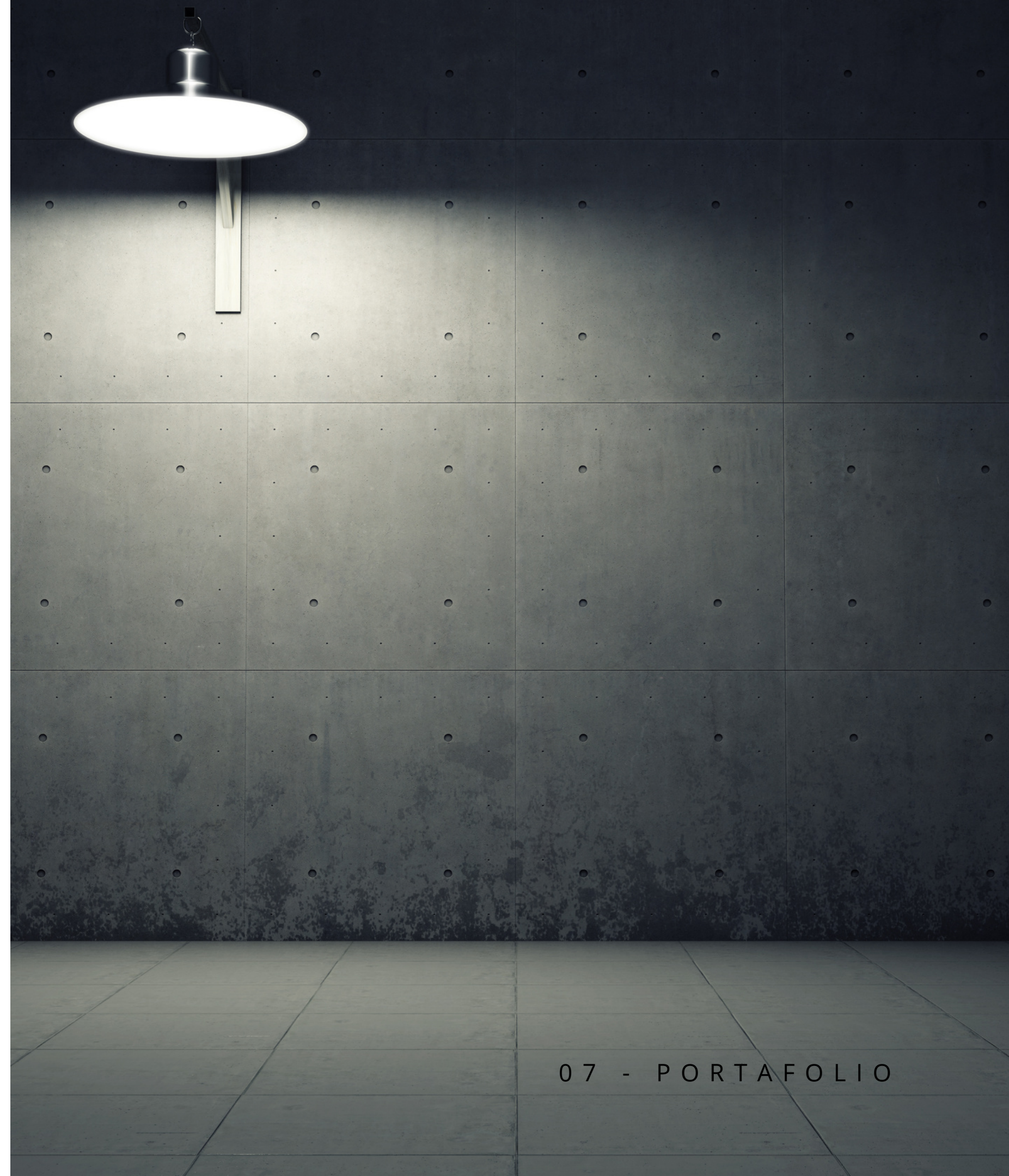
IDENTIDAD Y RENDIMIENTO

Identidad y resultados: cómo dejar de operar desde la supervivencia

GABRIELA JUVERA

BENEFICIOS

MAYOR ENFOQUE
MEJOR TOMA DE DECISIONES
REDUCCIÓN DE ESTRÉS
COMUNICACIÓN CLARA
ESTABILIDAD EMOCIONAL
MAYOR PRODUCTIVIDAD



GABRIELA JUVERA

TALLER INDIVIDUAL

2 HORAS

- SESIÓN EN VIVO
- EJERCICIO PRÁCTICO
- CIERRE CON HERRAMIENTA APLICABLE

PROGRAMA CORPORATIVO

3 SESIONES

TRANSFORMACIÓN INTENSIVA

6 SEMANAS

- IDENTIDAD
- HÁBITOS
- MENTALIDAD
- REGULACIÓN

PRESENCIAL



GABRIELA JUVERA

TRABAJAR MEJOR
NO ES HACER MÁS
ES OPERAR DESDE MAYOR CLARIDAD

AGENDA UNA CONVERSACIÓN CON
GABRIELA JUVERA

56 5741 4295



Gabriela Juvera

GABRIELAJUVERA.COM