



MÓNICA ESGUEVA

Coach Internacional y experta en desarrollo personal.
Autora del libro "Cuando sea feliz"

Viajera infatigable, Mónica L. Esgueva, ha recorrido más de 70 países diferentes, vivió en Londres y muchos años en París; y aunque ahora tiene fijada su residencia en España, pasa largas temporadas en Asia donde se dedica a estudiar el desarrollo de la mente con grandes lamas y maestros tibetanos.

Especializada en temas de desarrollo personal y felicidad, en liderazgo, motivación y felicidad en el trabajo, Mónica es autora del libro *“Cuando sea feliz”* y ha dado charlas e impartido conferencias en países como Argentina, Chile, España, Francia, India y Filipinas.



Licenciada en Ciencias Económicas por la Universidad Complutense de Madrid, Master en Comercio Exterior y en Programación Neurolingüística, trabajó durante años en la prestigiosa escuela de negocios Insead, especializándose en programas de liderazgo para directivos internacionales, donde además fue elegida para cursar el postgrado YMP.

Coach internacional, además de dedicarse al coaching ejecutivo, también se dedica al coaching personal y ayuda a las empresas a potenciar su talento humano a través del coaching de equipo y talleres especializados.

Asimismo, Mónica colabora con ABC Punto Radio, del programa “L’ofici de viure” de Catalunya Radio y de la revista argentina “Psicología Positiva”.

Aunque también cabe destacar su labor como docente en el MBA de la Universidad San Pablo CEU en las ramas de Inteligencia Emocional y liderazgo.

“El **futuro** es de los que se centran en las **oportunidades**”



REVOLUCIONARIA de la autoayuda

- 1 “El optimismo no borra las dificultades, pero hace que te focalices en la solución de los problemas, no en hundirte”.
- 2 “Alimenta tu confianza en ti y en los demás: ello amplía tu serenidad”.
- 3 “No cedas al desaliento. Una vez metida en la espiral de la negatividad te será muy difícil luchar”.
- 4 “Despide a la imaginación como asesora, más cuando se toman los fracasos de ayer para calcular tu mañana”.
- 5 “Refuerza tus fortalezas. No te flageles por tus errores; presta atención a lo que haces bien, y felicítate por ello”.
- 6 “Justo antes de dormir, deja de repasar todos los problemas que tienes y las tareas inconclusas”.
- 7 Agradece cinco cosas al día, por escrito y durante varias semanas. Tu percepción del mundo irá variando”.
- 8 “No te dejes desalentar por las malas noticias. El futuro es de aquellos que se centran en las oportunidades en medio de las dificultades”.

Excelente comunicadora, Mónica ayuda a su audiencia a ver el mundo con una nueva perspectiva de lo que realmente es importante en su vida. Sus charlas son dinámicas, retadoras para el pensamiento, elocuentes, informativas y entretenidas.



Travel

España



Link video

<http://www.youtube.com/watch?v=XcB0rDbb5XM>

Topics



Desarrollo Personal

Felicidad personal y empresarial

Liderazgo

Motivación

Inteligencia Emocional

Talento humano

Coaching