

# ARROWBREAKING

Actividad de Alto Impacto



“

**Mi deseo más profundo es que mejoréis vuestra vida y superéis esos límites que os separan de vuestra mejor versión.**



# MÓNICA GALÁN BRAVO

Coach y conferenciante especializada en comunicación, motivación y liderazgo. Autora del best seller el "Método BRAVO". Experta en mejorar habilidades escénicas y de oratoria, acompañando a profesionales de la comunicación, política, etc. Formadora en distintos Másteres de Desarrollo Personal en materias de Motivación, Inteligencia Emocional y Programación Neurolingüística.

Experta en Marketing y publicidad por la Universidad de Alcalá ha organizado y gestionado eventos multitudinarios por toda Europa con la compañía CFT Success Resources , facilitando la formación de más de 20.000 personas en programas como: Mission to Millions, Guerrilla Business Intensive, Train the Trainers y Millionaire Mind Intensive.

Ha sido productora del programa de psicología práctica "Pensamiento Positivo" en ABC Punto Radio y colaboradora del espacio radiofónico "La voz de la Noche" junto a Mariló López Garrido en la Cadena Ser.

Es Instructora Certificada de Firewalking y Formación de Alto Impacto a través del Instituto Firewalking EEUU. Posee experiencia como facilitadora de estas técnicas con grupos de directivos, equipos de trabajo y formadores profesionales.

# NO ROMPEN FLECHAS, ROMPEN LÍMITES

Todos nos autolimitamos y nuestra mente recrea una y otra vez los fracasos padecidos a lo largo de la vida. Ello frena considerablemente la actitud proactiva ante nuevos problemas, dificultades especiales, o situaciones más o menos complejas.

En la actividad de **Alto Impacto Arrowbreaking** se obtiene una extraordinaria lección acerca del poder de la mente y del efecto que los pensamientos y creencias tienen sobre nuestra visión de la realidad.

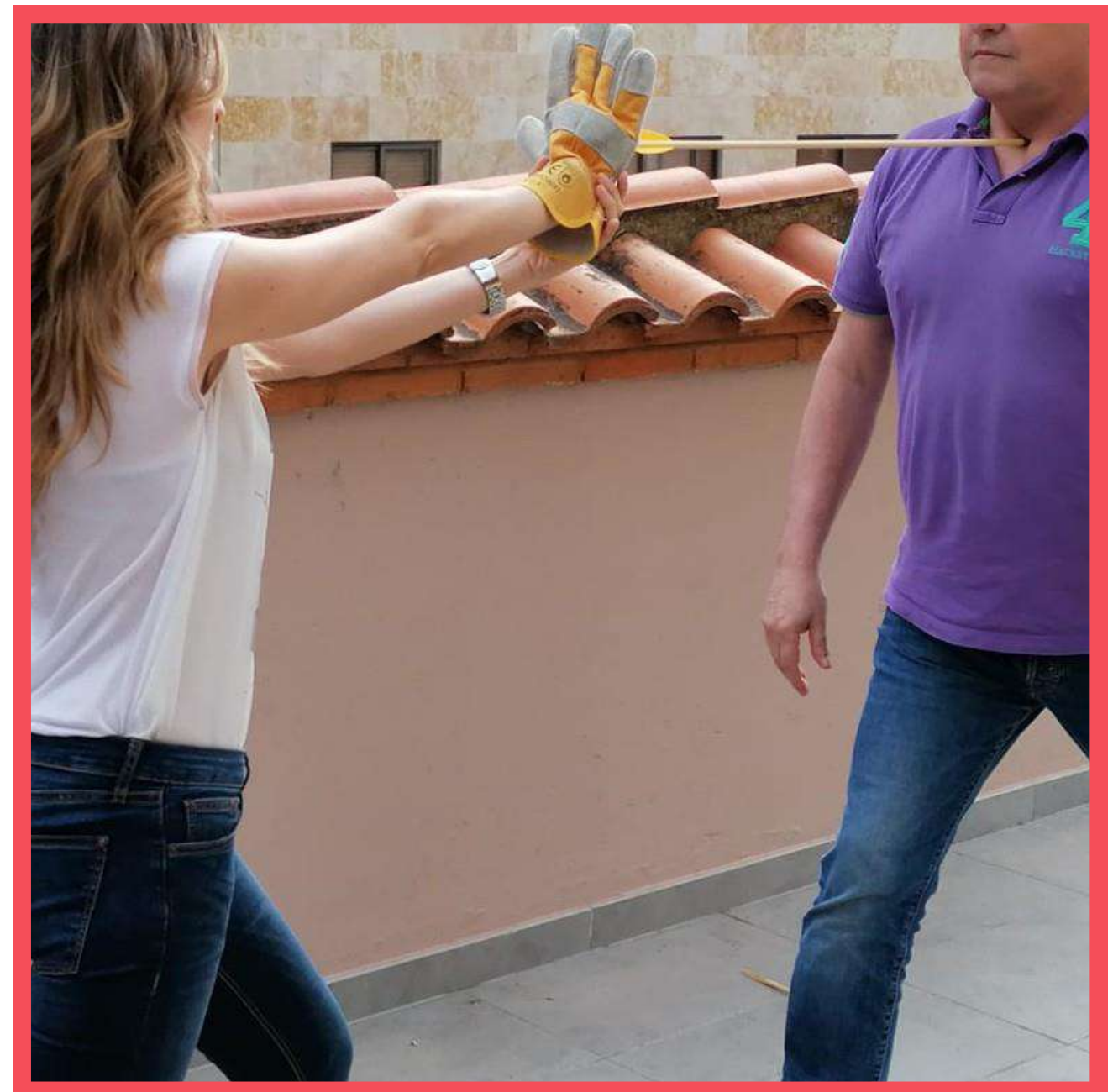
Romper una flecha con la garganta se convierte en una poderosa metáfora sobre nuestra capacidad para enfrentarnos a nuevos retos y nos devuelve una nueva idea sobre lo extraordinario de nuestro potencial.



# ¿POR QUÉ NO?

Muchas personas acotan sus propias capacidades. Esta práctica de alto impacto está orientada a modificar los paradigmas mentales produciendo una fuerza y energía interior que les permitirá el cambio hacia la búsqueda de la superación y así lograr los mejores resultados a nivel profesional y personal.

Los equipos motivados comienzan por la construcción de la creencia de la autosuperación. El Arrowbreaking genera el impacto necesario y crea una impronta positiva que permanece en el cerebro durante mucho tiempo como un aliado para impulsarnos a hacernos la pregunta **¿Por qué no?**



## FASES DE LA ACTIVIDAD

**1ª Etapa.** Concienciación y transferencia del modelo GRITA, con el que las personas comprenden lo que sucede en su mente cuando se enfrentan a un obstáculo o miedo y conocen la técnica para superarlo sin daño ni agresión.

**2ª Etapa.** Proceso de Arrowbreaking supervisado y dirigido por Mónica Galán para minimizar los riesgos. Aumento de la emoción sentimiento de gratitud y empoderamiento.

**3ª Etapa.** Transferencia final llena de emoción y con los mensajes de anclaje que la compañía estime oportuno



# EJEMPLO DE LA ACTIVIDAD





SONY



idealista

CALVIN KLEIN



CLIENTES  
SATISFECHOS



"CONOCIMIENTO ES SABERLO,  
SABIDURÍA ES APLICARLO"

Mónica Galán

Contacto y contratación: Helpers Speakers

[info@helpersconsulting.com](mailto:info@helpersconsulting.com)

Tel: 687 446 187