

A woman with voluminous, curly reddish-brown hair is smiling and speaking into a small black lapel microphone. She is wearing a black top with a ruffled collar and a dark, sequined jacket. A blue lanyard with a white tag that says "people do" is around her neck. She is holding a black smartphone in her right hand. The background is a solid dark purple color. To the right of the woman, the name "SILVIA" is written in a large, white, serif font, and "Escribano" is written below it in a white, cursive script font.

SILVIA *Escribano*

¿Quién soy?

Speaker internacional, Impulsora del bienestar integral y la resiliencia. Promotora de la felicidad organizacional. Arquitecto emocional y Neurocoach
Speaker en TEDx.

Más de 25 años de experiencia profesional impulsando cambios organizacionales en empresas del sector Banca, Seguros, Energía, Tecnología, Lujo, Salud y Automoción entre otros. Profesora de habilidades de liderazgo, gestión de equipos, inteligencia emocional, mindfulness y comunicación en Universidades y Escuelas de Negocios así como en empresas a nivel nacional e internacional.



Elegida entre los **TOP FIVE HUMAN RESOURCES INFLUENCERS 2020 en España** y TOP ONE HR INFLUENCERS en 2021

Actualmente, es Chief Happiness Officer y Directora de la Especialización en Mindfulness y Bienestar de ADEN Business School.

Autora de “NEUROCOACHING. Entre la ciencia y la vida” (ED. PLANETA) y de EL BIENESTAR EGOISTA (ED PINOLIA)

Licenciado en Derecho y Máster en Asesoría Jurídica de Empresas por el Instituto de Empresa. Técnico Superior en PRL, y Auditor de Sistemas de Gestión de PRL por el INSTITUTO EUROPEO DE BIENESTAR SOCIAL.

Cuenta con distintas especializaciones en coaching, mindfulness y neurociencia en la EEC, CRR, NEWFIELD, NIRAKARA y MIT

Mis logros profesionales

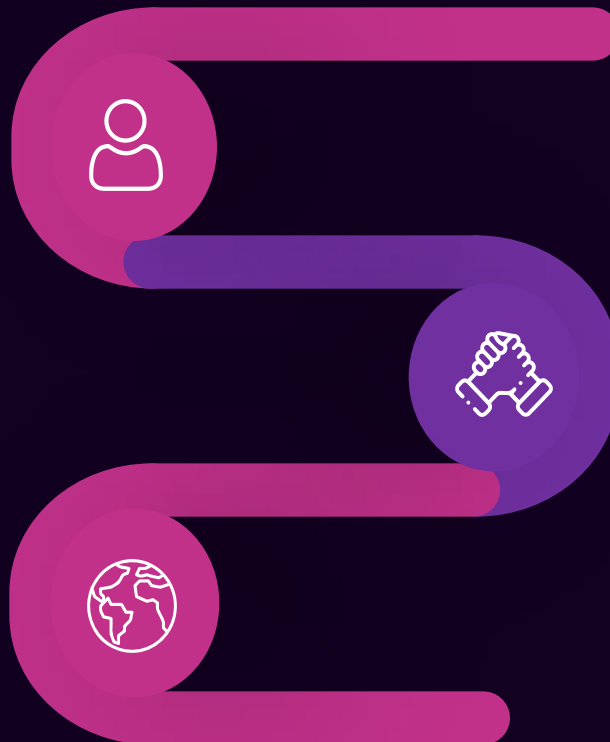
Experiencia nacional e internacional en más de 1.000 eventos.

**Más de 30.000 participantes en 15 países
SPEAKER EN TEDX España**

Elegida entre los TOP 100 conferenciantes de España por THINKING HEADS.

Más de 5000 horas de ejercicio profesional como COACH

Autora de “NEUROCOACHING. ENTRE LA CIENCIA Y LA VIDA” y “EL BIENESTAR EGOÍSTA”.



EVENTOS DESTACADOS

- Cumbre de mujeres juristas: “La igualdad es responsabilidad de mujeres y hombres” ICAM
- Ponente en FIVE INSPIRATION FORUM junto a Daniel Goleman, 2018.
- Ponente en la Guardia Real, en el Palacio de El Pardo, como ponente experta en Liderazgo e Inteligencia Emocional. 2018
- Ponente en HUMANOS EN LA OFICINA. Primer show de RRHH en España. 2018
- Ponente en FEDERACION NACIONAL DE GESTION HUMANA – ACRIP NACIONAL sobre Salud mental y Bienestar como retos de la empresa del sXXI. 2020
- Ponente en el Congreso de Mujeres líderes guatemaltecas, como ponente experta en Felicidad
- HR Summit Argentina 2021. ¿Cómo aumentar la implicación de los colaboradores?
- HR Day Latinoamérica- Red RRHH Junio 2022
- Ponente en PEOPLE DAY by BUK en Chile y Perú. 2023

MIS LIBROS

Mi primer libro

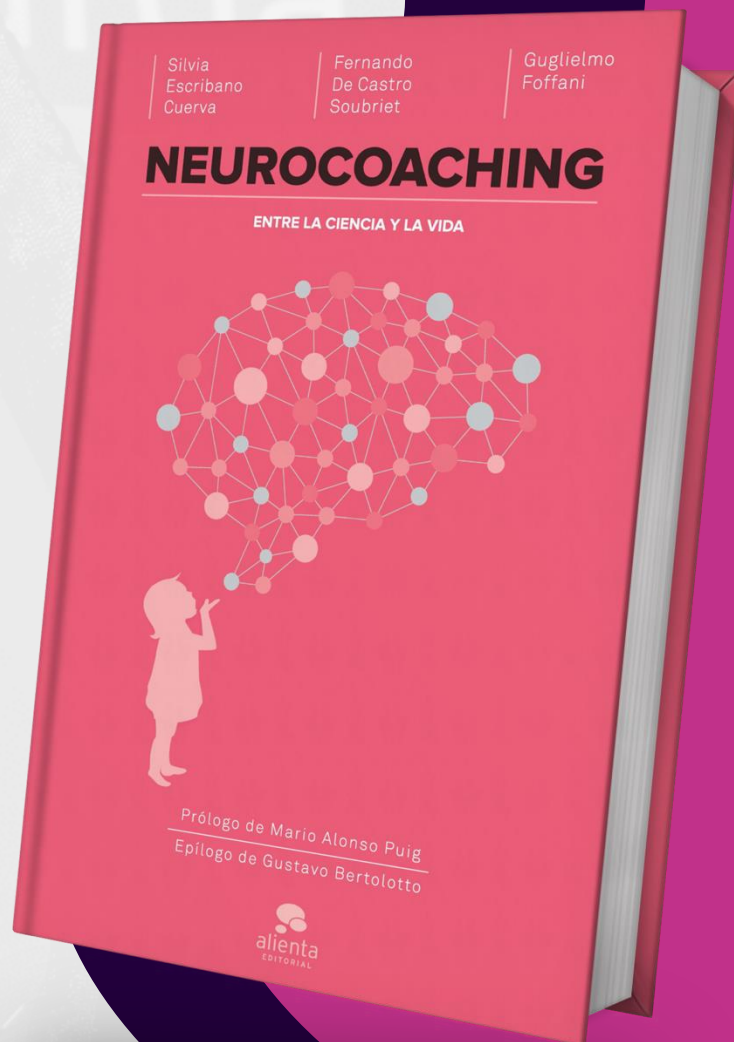
Recuerdas cuándo fue la última vez que te hiciste una “buena pregunta”?

¿Tiene la ciencia respuesta a todas las preguntas?

¿Cómo influyen las emociones en la toma de decisiones?

¿Son realmente nuestras creencias tan inamovibles como creemos?

¿Qué se necesita para cambiar un hábito de forma duradera?



Este libro trata sobre cómo pasar de vivir a comprometerse con vivir y, a través de preguntas inteligentemente elegidas, bucea en lo más profundo del corazón humano ayudándonos a buscar un equilibrio entre pensar y sentir .

“No hay separación entre mente, sentimientos, emociones y cuerpo. Por eso decimos comúnmente que sentimos con el corazón. Mi corazón, y en general mi cuerpo, no me va a recordar permanentemente experiencias pasadas, sino que va a guiarme hacia una percepción más exacta de la realidad. Son las emociones las que intervienen en primer lugar cuando tomo una decisión. Cuanto más utilice mi inteligencia emocional, todo mi interior funcionará de una forma más armónica.”

“¿Qué es el neurocoaching? Se trata de la aplicación de la neurociencia al coaching. Está relacionado con el funcionamiento de las neuronas. Nos ayuda a tomar conciencia de las cosas y decidir si queremos o no cambiarlas.”

MIS LIBROS

lanzamiento mayo 2024

A lo largo de nuestra existencia
atravesamos por diversas circunstancias
que no elegimos, pero sí depende de
nosotros cómo nos relacionamos con ellas.

El verdadero bienestar pasa por ponernos
a nosotros mismos en el centro, por
querernos, por seguir lo que nos dicta el
corazón

Cuando aprendes a colocarte en el centro
de tu vida, hay pocas cosas que puedan
moverte.



La capacidad de sanarte está en ti, y es
una facultad que todos poseemos. Solo
hay que aprender a desarrollarla.

Explorar como el cuidado personal, el
auto descubrimiento y la autorreflexión
pueden conducir a una vida más plena
y significativa.

Eso, es **BIENESTAR** con mayúsculas.

Es bienestar egoísta. explorar como el
cuidado personal, el auto
descubrimiento y la autorreflexión
pueden conducir a una vida más plena
y significativa.



**Estas son algunas
de mis conferencias**



[Ver Charla](#)

1. SUEÑA A TRAVÉS DEL MINDFULNESS:

Cómo llegar a ser una persona de éxito en el ámbito personal y profesional. Los grandes triunfadores son expertos en crear en su mente un futuro tan inspirador y retador que tira de ellos como un imán.

Alíate con tu mente y construye tu futuro. TEDx en Microsoft España



[Ver Charla](#)

2- CREANDO LÍDERES

Cuántas veces te has preguntado cómo será EL liderazgo en el “futuro”?

¿Hasta qué punto estás preparad@ para seguir siendo un líder en el futuro?

Esto supone que “No puedes ser el mismo, pensar igual y actuar igual si esperas tener éxito en un mundo que no sigue siendo el mismo” (John Maxwell). Convención República Dominicana



[Ver Charla](#)

3. EL ARTE DE SER FELIZ

El autoconocimiento, la buena gestión de las emociones y el aceptarse y respetarse, es fundamental para poder pintar un lienzo que cada día podemos cambiar. El arte de la felicidad es una experiencia sensorial de cada asistente, un viaje con un destino claro, la felicidad.



[Ver Charla](#)

4. LIDERAR CON INTELIGENCIA EMOCIONAL.

¿POR QUÉ LA inteligencia EMOCIONAL ES IMPORTANTE PARA LAS PERSONAS? PORQUE ESTÁ VINCULADO AL ÉXITO. ES EL MANEJO INTELIGENTE DE LAS EMOCIONES LO QUE EVENTUALMENTE VA A GARANTIZARNOS EL ÉXITO PERSONAL Y DENTRO DE LA ORGANIZACIÓN

Congreso de Gestores de conciencia por la paz



[Ver Charla](#)

5. GESTIÓN DEL BIENESTAR EN TIEMPOS DE INCERTIDUMBRE

¡Descubre los secretos para mantener el bienestar en tiempos turbulentos! Estrategias prácticas y herramientas efectivas para gestionar el estrés, cultivar la resiliencia y mantener el equilibrio emocional en medio de la incertidumbre.

Congreso de Bienestar de la Red de RRHH Chile



[Ver Charla](#)

6. Neurocoaching. Entre la ciencia y la vida

El autoconocimiento, la buena gestión de las emociones y el aceptarse y respetarse, es fundamental para poder pintar un lienzo que cada día podemos cambiar. El arte de la felicidad es una experiencia sensorial de cada asistente, un viaje con un destino claro, la felicidad.



Ver Charla

7. El arte de humanizar empresas

Si hay un momento para comprender en profundidad a las organizaciones, es el momento actual. ¿Cuál diría qué es el mundo que se proyecta a través de sus líderes? ¿Cree que esta proyección amplifica o restringe las posibilidades de crecimiento de su organización?

Recinto Ferial de Madrid. Feria Accountex



Ver Charla

8- REINVENTANDO LA DIVERSIDAD

La diversidad es un mosaico de diferencias visibles e invisibles, de similitudes y diferencias que influyen en las actitudes y comportamientos, valores y estrategias de hombres y mujeres en su entorno profesional, personal y social. HABLAR DE DIVERSIDAD ES HABLAR DE RESPETO

Teatro EDP MADRID para la Universidad de Nebrija



9- EL BIENESTAR EGOÍSTA ¡NUEVA CONFERENCIA!

Cuando nos enfocamos en nuestro propio bienestar, nos fortalecemos a nivel emocional, mental y espiritual, lo que nos capacita para enfrentar los desafíos de la vida con mayor resiliencia y comprensión. Al nutrirnos a nosotros mismos, nos convertimos en individuos más equilibrados, felices y llenos de energía, lo que nos permite contribuir de manera más efectiva al bienestar de los demás.

Además, al cuidarnos a nosotros mismos, establecemos un ejemplo positivo para quienes nos rodean, inspirándolos a también priorizar su propio bienestar.

Empresas con las que he trabajado

Cartier



Kellogg's



abbvie



BANCO DE ESPAÑA
Eurosistema



Países donde trabajo



Si quieres saber
algo más de mi
puedes hacerlo en



silvia@silviaescribano.com



+34 609 336 565



[@silviaescribano.neurocoach](https://www.instagram.com/silviaescribano.neurocoach)



<https://www.linkedin.com/in/silviaescribano/>



<https://www.facebook.com/silvia.escribanocuerva>



¡Visita mi web!

SILVIA
Escribano

