

QUIENES SOMOS

Somos 3 profesionales del mundo del diseño, el derecho y la gestión de la innovación quienes hemos encontrado nuestro camino para el desarrollo y cuidado de nuestro. SER a través de la creatividad.

Creamos Ser Esencia con el objetivo de construir una plataforma para compartir nuestras prácticas y técnicas de Bienestar Creativo.





SER ESENCIA

Somos una plataforma de Bienestar Creativo:

"Trabajamos en el desarrollo del SER mediante actividades creativas que nos permiten estar más tranquilos, SER más felices, y conectarnos con nuestra ESENCIA".

Usamos técnicas de escritura, art journaling, consciencia creativa y productividad para ayudar a nuestros clientes a replantear problemas con nuevas perspectivas, mejorar la capacidad de observación, tomar riesgos conceptuales y desarrollar competencias.

Bienestar Creativo

El uso de herramientas derivadas del arte es una practica empresarial para el desarrollo de competencias tales como: Creatividad, trabajo en equipo, gestión de cambio, comunicación efectiva y generación de ideas.

Actualmente mas de 400 empresas del "Fortune 500 companies" hacen uso de estas herramientas para potenciar el pensamiento creativo y fortalecer los procesos de innovación.

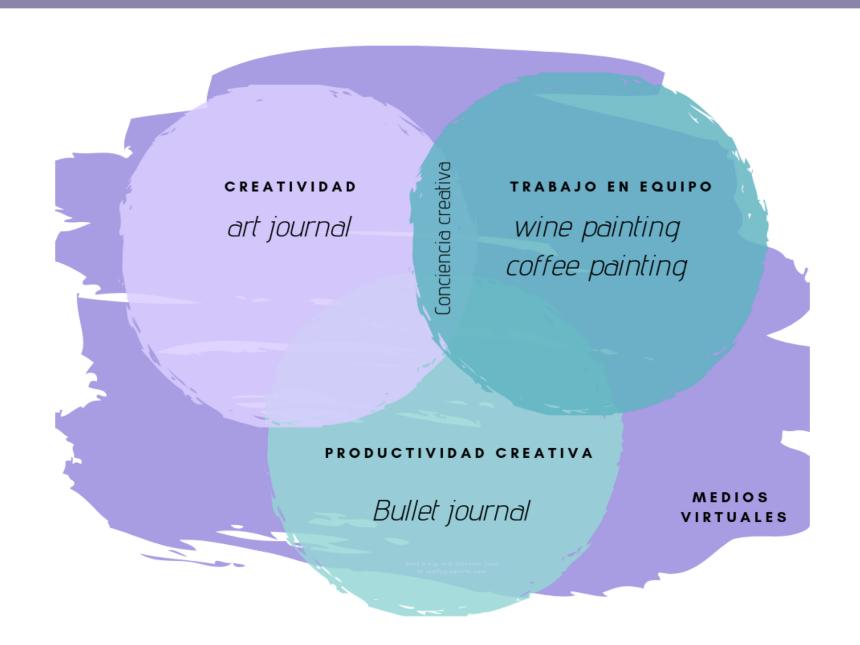


Bienestar Creativo

- Las actividades de bienestar creativo son una estrategia para crear un ambiente seguro, construir confianza, encontrar valores comunes y un espacio para expresar libremente emociones y pensamientos.
- El proceso artístico "saca" a los ejecutivos del pensamiento analítico y los lleva al mundo de la intuición.
- El arte crea espacios para la colaboración: dibujar, pintar y escribir nos muestra que tan distinto vemos las realidades cada uno.



Nuestros Servicios





Art Journal

Un Art journal es un cuaderno que algunos artistas llevan para dejar un registro gráfico o escrito de lo que los inspira. Representa un espacio inestructurado que contrasta con el mundo formal empresarial. Texturas, colores y materiales nos conectan con el mundo de los sentidos.

Art journal para el bienestar emocional:

Herramienta de meditación y autoconocimiento Permite hacer afirmaciones positivas sobre el Ser Espacio para plasmar sueños y ambiciones Herramienta de gestión de sentimientos y emociones

Art Journal para el bienestar intelectual:

Herramienta de afirmaciones positivas sobre la creatividad y el cambio Espacio para plasmar ideas sueltas de nuevos productos, servicios o mejoras Espacio para hacer "prototipos" gráficos o escritos



Consciencia creativa

La consciencia creativa es una herramienta que nos permite hacer consciente lo inconsciente a través de ejercicios de creatividad tales como dibujo, acuarela, lettering y escritura para el ser.

En este proceso se logra la expresión de sentimientos y emociones de forma segura y controlada.

Es una herramienta poderosa para:

Gestión de cambio
Trabajo en equipo
Autoconocimiento
Desarrollo de capacidades creativas



Bullet Journal

"Es un sistema que te permite rastrear el pasado, ordenar el presente y diseñar el futuro" RC. En un mundo donde lo digital nos rodea, el Bullet Journal nos conecta con los sentidos a través del uso de materiales tradicionales.

El bullet journal moviliza herramientas específicas que permiten:

- Mindfulness para hacer consciencia del acá y el ahora.
- Organizar de forma holística la vida personal y laboral en un solo cuaderno
- Facilitar la memoria al ser un método análogo (escrito). (Psychological Science)
- Planeación de metas concretas: da una visión integral de los plazos y eventos laborales
- Desarrollar habilidades para plasmar ideas, problemas y soluciones de proyectos específicos, mediante herramientas creativas como medidores de hábitos o financieros, garabateo (doodling) y colecciones.



Wine Painting-Coffee Painting

Son espacios diseñados para el bienestar emocional, la socialización, comunicación creativa, fortalecimiento de equipos, y el desarrollo de habilidades creativas.

En estos espacios organizamos proyectos "libres" o "dirigidos" utilizando herramientas artísticas como: acrílico, acuarela, collage, pour painting, journaling entre otros.



Medios Virtuales

Promovemos conversaciones sobre bienestar creativo con artículos en nuestra página web y en nuestra página de Instagram

Generamos contenido para sitios web empresariales relacionados con el bienestar creativo, bienestar laboral, creatividad, aprendizaje a través del arte.

https://ser-esencia.com/

https://www.instagram.com/seresencia_se/



Nuestra forma de trabajo

Para cada taller desarrollamos y entregamos a la Compañía una guía metodológica con el contexto teórico de los ejercicios, la bibliografía relevante y el paso a paso del taller. Garantizamos que en cada taller, al menos dos de nuestras socias están presentes.

Nos encargamos de todos los implementos necesarios para el desarrollo del taller. En la propuesta comercial se especifica aquellos elementos de propiedad de Ser Esencia, y cuales elementos se entregan como parte del material a los participantes.

En caso que alguno de los implementos no este incluido dentro del costo, esto será especificado en la propuesta comercial

Camila Echavarría

Abogada de la universidad de EAFIT; con una maestría en mercadeo. Ha realizado estudios y trabajo personalizado relacionado con el desarrollo del ser. Entre ellos psicoanálisis y, trabajo en coaching ontológico.

- "Herramientas de Arteterapia", Aurora Luna Walss. Avalado por el Centro de Artes Visuales de la Universidad Autónoma de Coahuila
- Curso de meditación trascendental con Maria Orlanda Bedoya, acreditada por el centro de MT Maharishi mahesh.
- Curso de reiki con la Doctora y Bionergetica Angela Gomez del Sanam.
- Fundadora del blog: https://www.instagram.com/reflexionesdelser/

"Desde que tengo uso de razón me ha gustado escribir, tener mil libretas, hacer diarios, y reflexionar sobre el ser. Aprendo, leo y hago prácticas que ayuden a desarrollar mi ser.

Investigo para obtener herramientas que me enseñen a entender el funcionamiento de la mente humana, y así entregar mi mejor versión .Entendí que cuando yo cambio, el mundo alrededor mío cambia ".





Natalia Mesa

Ingeniera de Diseño de Producto, con un MBA de la Universidad EAFIT. Profesora del pre-grado y postgrado en Diseño y asesora en mercadeo.

- Diplomado en PNL y Coaching Ontológico con Luis Carlos Barboto
- Fundadora del blog La Gallina y los pollitos (<u>www.lagallinaylospollitos.com</u>) y
 Mesa en Blanco (<u>https://mesaenblanco.com</u>)
- Asesora de proyectos de generación de contenido digital
- Diseñadora y artista de los productos "Mesa en Blanco"

"Me he dado cuenta la gran necesidad que tenemos las personas de encontrar espacios personales en los que podamos conectarnos con nosotros mismos y con otros y desconectarnos de la rutina, el estrés y las cosas que nos hacen alejar de nuestra esencia. Amo pintar, hacer manualidades y cosas con mis manos".





Natalia Arbeláez

Ingeniera civil de la Escuela de Ingeniría de Antioquia con una maestría en Gestión de la Tecnología y la Innovación y otra en Ciencias Cognitivas de la Université de Technologie de Compiègne, Francia. Trabajó en Grupo Nutresa como Directora de Innovación y Sostenibilidad y ha realizado asesorias empresariales en Innovación

- Curso de "Strategy Driven Innovation" 2016 Stanford University.
- Formación en Estrategia de Innovación, 2013 Babson University, 2013
- Formación en Prospectiva, 2013, Profesor Michelle Godet
- Curso de Design to Value, 2012, McKinsey&Company, DTV Lab, Atlanta
- Seminario Innovación en Servicios, 2010, Universidad de Leipzig
- Diplomado en Gestión de la Innovación Orientada al Mercado 2008
- Curso de Creatividad , University of NY (en proceso)

"Cuando dejé mi trabajo corporativo me compré un libro de mandalas y una caja de colores. El objetivo era entretenerme, y "pintar", pintaba bien. Un camino que empezó con colores se convirtió en una herramienta de mindfulness y de expresión, gracias a mi blog

https://www.instagram.com/atonofcolors/



