

0.0

Comentarios (0)

ALBERTO GARZON GARCIA

Madrid, España
Conferencista | Capacitador | Docente

País de residencia: España

Nacionalidad: España

Idiomas: Español

Áreas de conocimiento

Optimismo, Equipos eficaces, Comunicación, Ansiedad y estres, Liderazgo, Gestión del tiempo, Gestión de conflictos, Orientación al cliente.

Descripción del perfil

De vocación PROTIMISTA. Mi pasión aprender y las personas. A lo largo de mi experiencia profesional y personal he reconocido el auténtico valor del aprendizaje, de la constancia y del trabajo bien hecho. Aprendemos de las personas, de ellos depende nuestro futuro y nuestra felicidad. Product Brand Manager en CESI IBERIA, S.A.U. Psicólogo. Master en intervención en la ansiedad y el estrés. Más de 20 años de experiencia en formación de habilidades: Comunicación, Trabajo en equipo, Gestión del tiempo, Control de estrés y burnout, Gestión de conflictos, Motivación y Compromiso, Dirección estratégica de RRHH. Experto en gestión por competencias y desarrollador del SIEDCO (Sistema Informatizado de Evaluación del Desempeño por Competencias).

Conferencias, Cursos o Talleres

TRANSFORMACIÓN PERSONAL: DEL BIENESTAR AL BUENSER

Flexible

- Reflexionar sobre la realidad, los cotes y los beneficios. - Revisar e interpretar la realidad desde un enfoque optimista. - Reformular las claves para un presente con futuro. - Concebir y dar los primeros pasos para construir el buenser.

GESTIÓN EMOCIONAL Y DEL ESTRÉS

Flexible

- Reconocer el impacte que tiene la mala gestión emocional en la vida laboral y la importancia de gestionar óptimamente nuestras emociones y las de nuestros colaboradores. - Identificar las tres dimensiones de las emociones y conocer las estrategias de afrontamiento. - Describir el estrés como una respuesta del ser humano influenciada por determinados modelos de aprendizaje. - Conocer cuáles son las principales causas de estrés y entender las alteraciones fisiológicas que provoca el estrés laboral. - Poner en práctica las habilidades y competencias necesarias para prevenir la aparición del estrés laboral.

CLAVES PARA TRABAJAR EN EQUIPO

Flexible

- Interiorizar el sentimiento de pertenencia. - Facilitar la integración de las personas en el equipo, promoviendo comportamientos acordes con los valores de servicio público, igualdad efectiva, inclusión, transparencia, responsabilidad, participación e integridad. - Cooperar y participar con otros para alcanzar objetivos comunes, compartiendo experiencias, conocimientos e ideas. - Comprometerse con los compromisos establecidos, tanto grupales como individuales. - Mantener buenas relaciones interpersonales con sus compañeros de trabajo. - Exponer sus ideas de manera constructiva y asertiva. - Practicar la escucha atenta, tanto respecto a sus superiores como con sus pares y en relación con las personas a su cargo. - Respetar y aceptar las opiniones y el comportamiento de los miembros del grupo, aunque sean distintos de los propios. - Buscar el consenso y el acuerdo dentro del grupo, apoyando las decisiones tomadas. - Animar y apoyar a los miembros del grupo cuando surjan problemas o dificultades.

HABILIDADES DIRECTIVAS

Flexible

- Reflexionar sobre el papel y el perfil de competencias que debe tener un líder. - Adaptar su estilo de liderazgo a las diferentes circunstancias y situaciones, de forma que favorezca la conducta productiva de sus colaboradores. - Generar confianza y mover a la Proactividad.

MOTIVADOS PARA MOTIVAR

Sin especificar

- Reilusionarse en el día a día. - Ver posibilidades y oportunidades en el día a día. - Adoptar conductas capaces de influir en su estado de ánimo. - Emprender y enfrentarse a retos con entusiasmo. - Impulsar actitudes de manera más proactiva y optimista. - Enfocar la atención en las actitudes constructivas. - Aumentar y mejorar la motivación de los demás.

COMO LOGRAR LA EFECTIVIDAD PERSONAL Y PROFESIONAL

Flexible

Basado en el modelo de los 7 hábitos de la personas altamente efectivas de F. Covey. - Adoptar conductas globales e integradas de efectividad personal (independencia) e interpersonal (interdependencia). - Integrar los fundamentos de liderazgo personal e interpersonal. - Adquirir una nueva forma de pensar y de trabajar con las otras personas. - Potenciar la propia autoestima a través del logro personal. - Emprender actitudes de manera más proactiva. - Enfocar en los temas sobre los que se tiene control. - Aumentar y mejorar la influencias sobre los demás

COMO REALIZAR PRESENTACIONES EFICACES

4 Horas o más

- Manifestar poseer autocontrol y estabilidad emocional durante sus exposiciones en público. - Comunicar de forma clara y convincente las ideas objeto de la presentación. - Dar muestras claras de confianza en dichas ideas y de seguridad en sí mismos. - Conocer y manejar los elementos clave para una presentación eficaz. - Conocer y manejar los medios auxiliares más eficaces en las presentaciones.

Experiencias

GERENTE, FORMADOR Y PRODUCT BRAN MANAGER

CESI ESCUELA SUPERIOR DE FORMACIÓN

2004 - Actual

CONSULTOR Y FORMADOR

FREELANCE

1998 - 2004

Estudios

MÁSTER EN INTERVENCIÓN EN LA ANSIEDAD Y EL ESTRÉS

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

1998

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

1996

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/alberto-garzon