

4.9

Comentarios (16)

Efrén Martín

Bilbao, España

Conferencista | Capacitador | Coach | Docente

País de residencia: España

Nacionalidad: España

Idiomas: Español

Áreas de conocimiento

COMPORTAMIENTO ORGANIZACIONAL, MOTIVACIÓN, COMUNICACIÓN, LIDERAZGO, EFECTIVIDAD, NEGOCIACIÓN.

Descripción del perfil

Efrén es Psicólogo Industrial, Máster en Dirección de RR.HH. y Gerente de su propia firma de consultoría de RR.HH. especializada en Selección de Personal y Formación Directiva. También es profesor de la Universidad de Deusto y ha colaborado en diferentes postgrados, siendo elegido Mejor Ponente en el Máster GECEM. Ha sido conferenciante TED y es autor de 6 libros de desarrollo personal y profesional. Recientemente ha sido nombrado Socio-Director de Reddin Assessments para España de esta firma líder en evaluación del liderazgo y ha sido elegido por Euskalit (Fundación Vasca para la Excelencia) como Formador de sus programas “Liderazgo Avanzado” y "Motivación en el trabajo".

Conferencias, Cursos o Talleres

LIDERAZGO: INFLUENCIA POSITIVA

Flexible

PARADOJA: “Quien quiera ser el primero, sea el último de todos”. El liderazgo es servicio y su misión crear nuevos líderes (al menos de sí mismos). Es preciso desarrollar una nueva forma de mirar la realidad profesional, porque: “Cuando cambias la forma en que miras las cosas (y a las personas), aquello que miras, cambia”. Dado que las personas somos entes perceptivo-activos, hay dos grandes aspectos a considerar: Visión y Acción. Programa: • Todos somos líderes • Modelo 3-D • Más allá de las expectativas • Antecedentes históricos • El deseo de agradar • Adecuarse al área de libertad • Adecuarse al nivel de desarrollo • Delegación paulatina Diseño Formativo: 1 jornada de 8 horas. Destinatarios: Directivos, mandos intermedios y facilitadores de empresa. Metodología La formación es práctica y participativa, con realización de ejercicios individuales y grupales, debates y videos. Documentación Manual para cada asistente. E-mails Para mantener la atención en los temas tratados y ampliar el impacto de la acción formativa, enviaremos e-mails posteriores. Más de 25 años de experiencia, aportando soluciones a empresas de todos los tamaños y sectores. Aspiramos a ser un impacto POSITIVO, INTENSO, PROFUNDO y DURADERO en el camino de líderes y colaboradores, ya que todos necesitamos un

pequeño empujón. La satisfacción de nuestros clientes siempre ha conducido a la ampliación de servicios

EFECTIVIDAD

Flexible

Paradoja: “No es cuestión de trabajar más, sino con más inteligencia” Aunque resulte sorprendente, no nos han enseñado una forma correcta de trabajar, ni en la escuela ni en la empresa, tanto a nivel individual como de equipo. Pero si algo es necesario para ser competitivos es incrementar la eficiencia, lo que no significa trabajar más, sino mejor. Estrés y Productividad están INVERSAMENTE relacionados: a más estrés menor eficacia. Si aumentamos la eficacia reduciremos el estrés, ya que éste es el exceso de activación que aparece cuando nos desbordan las situaciones sin control. Programa: • Estrés y Desempeño • Ladrones de Tiempo • Orden: Mesa, archivo, papelera • Agrupar, Agenda y Listas • Proactividad • Sistema de captura • Campo Emocional Positivo • Reuniones Diseño Formativo: 1 jornada de 8 horas. Destinatarios: Directivos, mandos intermedios y facilitadores de empresa. Metodología La formación es práctica y participativa, con realización de ejercicios individuales y grupales, debates y videos. Documentación Manual para cada asistente. E-mails Para mantener la atención en los temas tratados y ampliar el impacto de la acción formativa, enviaremos e-mails posteriores. Más de 25 años de experiencia, aportando soluciones a empresas de todos los tamaños y sectores. Aspiramos a ser un impacto POSITIVO, INTENSO, PROFUNDO y DURADERO en el camino de líderes y colaboradores, ya que todos necesitamos un pequeño empujón. La satisfacción de nuestros clientes siempre ha conducido a la ampliación de

servicios

GESTIÓN DE CONFLICTOS

Flexible

Paradoja: “Convertir al oponente en aliado”. Vivimos en un mundo cambiante y conflictivo, donde al reto de la Gestión del Cambio se ha de sumar el reto de la Gestión del Conflicto, que surge por el DESACUERDO en el QUÉ y el CÓMO cambiar. Trabajaremos un sistema para crear ACUERDOS, con la filosofía implícita de convertir al oponente en aliado. Una solución conjunta de problemas que resulte beneficiosa para los INTERESES de ambas partes; que deberán estar dispuestas a cambiar sus POSICIONES mediante la estrategia “ganar-ganar, o no hay trato”. Programa: MI POSICIÓN E INTERESES • Tomar perspectiva • Atribución • Disonancia cognitiva y justificación TU POSICIÓN E INTERESES • Idoneidad de estilos • Competir o Colaborar • Preguntar y escuchar LA 3ª ALTERNATIVA • Creatividad • Obtener ideas de otros EL 3er LADO • Trato justo y Libertad • Cuenta bancaria emocional Diseño Formativo: 1 jornada de 8 horas. Destinatarios: Directivos, mandos intermedios y facilitadores de empresa. Metodología La formación es práctica y participativa, con realización de ejercicios individuales y grupales, debates y videos. Documentación Manual para cada asistente. E-mails Para mantener la atención en los temas tratados y ampliar el impacto de la acción formativa, enviaremos e-mails posteriores. Más de 25 años de experiencia, aportando soluciones a empresas de todos los tamaños y sectores. Aspiramos a ser un impacto POSITIVO, INTENSO, PROFUNDO y DURADERO en el camino de líderes y colaboradores, ya que

todos necesitamos un pequeño empujón. La satisfacción de nuestros clientes siempre ha conducido a la ampliación de servicios

COMUNICACIÓN

Flexible

Paradoja: “Es imposible no comunicarse”. En esta sesión trataremos la comunicación, con sus 5 axiomas básicos, como herramienta fundamental para generar confianza. A su vez, la CONFIANZA depende de dos factores: CARÁCTER y COMPETENCIA. Aunque todas las competencias son útiles, destacaremos la relevancia de la empatía y la escucha activa. Programa: AXIOMAS • Imposibilidad de no comunicar • Ciclo de intercambios: Reciprocidad • Contenido y Relación • Credibilidad: digital y analógica • Poder y Comunicación No Violenta CARÁCTER • Tipologías • Dominantes-Afables • Expresivos-Analíticos COMPETENCIAS • Flexibilidad • Creencias, equívocos, rumores y mentiras • Silencio • Empatía • Diálogo • Asertividad • Competencia en Contenidos Diseño Formativo: 1 jornada de 8 horas. Destinatarios: Directivos, mandos intermedios y facilitadores de empresa. Metodología La formación es práctica y participativa, con realización de ejercicios individuales y grupales, debates y videos. Documentación Manual para cada asistente. E-mails Para mantener la atención en los temas tratados y ampliar el impacto de la acción formativa, enviaremos e-mails posteriores. Más de 25 años de experiencia, aportando soluciones a empresas de todos los tamaños y sectores. Aspiramos a ser un impacto POSITIVO,

INTENSO, PROFUNDO y DURADERO en el camino de líderes y colaboradores, ya que todos necesitamos un pequeño empujón. La satisfacción de nuestros clientes siempre ha conducido a la ampliación de servicios

MOTIVACIÓN

Flexible

Paradoja: “Todo motivar es desmotivar”. Todo motivar es desmotivar, salvo que se busque aumentar la maestría, autonomía y sentido en el trabajo; además de proporcionar un trato justo y respetuoso. Según Peter F. Drucker, los trabajadores del Conocimiento necesitan lo mismo que los Voluntarios: Retos. La libertad requiere responsabilidad, sin ella una persona sería sencillamente un sociópata. Programa: MOTIVACIÓN • El Ser Humano Completo: 4 P´s • Motivación y Satisfacción 1.0- NECESIDADES PRIMARIAS • Seguridad • Dinero • Equidad 2.0- NECESIDADES SECUNDARIAS • Emoción positiva • Anclaje • Refuerzo y Reconocimiento • Modelos 3.0- MOTIVACIÓN INTRÍNSECA: LUZ Y VOZ PROPIA • Entrega y Maestría • Logro • Sentido, finalidad, compromiso, misión, causa, propósito Diseño Formativo: 1 jornada de 8 horas. Destinatarios: Directivos, mandos intermedios y facilitadores de empresa. Metodología La formación es práctica y participativa, con realización de ejercicios individuales y grupales, debates y videos. Documentación Manual para cada asistente. E-mails Para mantener la atención en los temas tratados y ampliar el impacto de la acción formativa, enviaremos e-mails posteriores. Más de 25 años de experiencia, aportando soluciones a empresas de todos los tamaños y sectores.

Aspiramos a ser un impacto POSITIVO, INTENSO, PROFUNDO y DURADERO en el camino de líderes y colaboradores, ya que todos necesitamos un pequeño empujón. La satisfacción de nuestros clientes siempre ha conducido a la ampliación de servicios

Experiencias

GERENTE-CONSULTOR

FVMARTIN

1997 - Actual

Estudios

Licenciado en Psicología Industrial

Universidad de Deusto

1983

Libros

VÍCTIMAS DE LA INTENCIÓN PARADÓJICA

¡CUIDADO CON TUS SOLUCIONES, PUEDEN SER TUS PROBLEMAS! La realidad es frecuentemente CONTRAINTUITIVA y por ello es más probable que encontremos respuestas equivocadas antes que acertadas (geocentrismo y creacionismo, antes que heliocentrismo y evolucionismo). La PARADOJA es la idea central de nuestro sistema conceptual, como puede leerse en nuestro libro dedicado al AUTOSABOTAJE.

TERREMOTO MENTAL

REDUCE TU ESTRÉS EQUILIBRANDO TUS 5 FUENTES DE ENERGÍA. En nuestra época, ha predominado el enfoque multidimensional:•Abraham Maslow sigue inspirando con su Pirámide de Necesidades, aunque no haya recibido respaldo experimental.•Howard Gardner, con sus Inteligencias Múltiples.•Stephen R. Covey con sus prioridades: to live, to love, to learn, and to leave a legacy. •Peter Salovey y John Mayer, con sus factores de Inteligencia Emocional. •Antonio Damasio, con sus niveles de regulación homeostática. •Martin Seligman, con su Psicología Positiva, que nos ha devuelto al optimismo; apuntando al bienestar y el crecimiento en base a cinco dimensiones equivalentes a las de los autores anteriores y que aquí presentamos: compromiso, relaciones, emoción positiva, logros y sentido.En un mundo tenso, con personas tensionadas, Hans Selye nos alertó sobre los peligros del Estrés, que puede dar al traste con todo nuestro potencial. León Festinger descubría después nuestra ilimitada capacidad de justificación para sobrellevar nuestra crónica falta de alineación entre pensamientos y conductas. Pero la justificación es un paliativo, no la respuesta a la integración real de un sistema descompuesto.

VIVIR O SUBSISTIR

HAZ UNA VIDA DE PELÍCULA CON LA PELÍCULA DE TU VIDA. Para Ortega y Gasset: “La vida es quehacer, pues esa vida que nos es dada, no nos es dada hecha”. Pero, ¿cuál es ese quehacer, cómo encontrarlo? Con una línea que enlace el presente con el futuro y marque el rumbo hacia un Proyecto Vital; una meta que no es sino un medio para forjar nuestro CARÁCTER, alineando conductas y valores. Hemos de clarificar nuestros pensamientos, sentimientos y acciones; para construir un carácter excelente, donde brillen las virtudes en lugar de los defectos.Hoy la vida se asemeja, por efecto de la tecnología, más al cine que al teatro. Haciendo referencia a títulos de películas memorables, revisaremos las partes y el proceso de elaboración de una película autobiográfica… la tuya. Porque la forma de gestionar tu vida no sólo es ser protagonista, como Actor, has de ser además: Redactor, Productor, Director, Espectador y Crítico de tu propio Guión

STOP, LA CONTRAPARADOJA

VENCE LA RESISTENCIA, LO CONTRARIO ES LO CORRECTO. En alguna oportunidad, todos hemos actuado como genios; en el sentido descrito por William James: “El genio no es más que la capacidad de observar la realidad desde perspectivas no ordinarias”.Probablemente la inmensa mayoría de nuestras decisiones han estado influidas por la cultura, la imitación y el consejo de otros. Pero alguna vez, frente a situaciones sin salida aparente, una parte de nosotros se rebeló y tomó un camino que nadie nos habría señalado. Una decisión verdaderamente personal en la que, sin dañar a otros, rompimos supuestos y prejuicios para encontrar una nueva forma de avanzar.Estas excepciones suponen un destello de inteligencia, libre de pensamientos condicionados por la educación y las normas establecidas. Han supuesto un cambio de rumbo significativo en nuestras vidas, una ruptura que nos sirve de referente y de la que nunca nos arrepentiremos.

GPS, CONDUCCIÓN VITAL

ESTE LIBRO ES UN MAPA PARA ORIENTAR VISIÓN Y ACCIÓN, PARA CONDUCIR LA CONDUCTA. Este mapa aporta indicaciones para afrontar problemas personales y profesionales persistentes, que abarquen la vida entera o sólo una parte. Tiene mucho en común con otros Modelos para el Cambio: MRI (problema, soluciones, objetivo, acción); GROW (meta, realidad, opciones, voluntad); PDCA (planificar, hacer, verificar y actuar); GTD (recopilar, procesar, organizar, evaluar, hacer); CIENCIA (observación, hipótesis, experimentación, conclusión); BUDISMO (del dolor, del origen del dolor, de la cesación del dolor y de la vía que conduce a la cesación del dolor).

LIDERAZGO PARA PRINCIPIANTES 3D

Drucker concebía la efectividad como Aristóteles la excelencia: un hábito, una suma de acciones repetidas. Añadía: “Cualquier práctica puede ser asimilada. Todas las prácticas son engañosamente fáciles, pero todas resultan extremadamente arduas. Han de adquirirse como aprendimos la tabla de multiplicar, repitiendo hasta que esta operación se convierta en un mecánico reflejo condicionado y un hábito firmemente arraigado”. Nuestro propósito es repetir y repetir los conceptos básicos del liderazgo para que resulten más fáciles de asimilar y poner en práctica. A la venta en Amazon.

Artículos

¿POR QUÉ TRABAJAR? 4 P´s

La motivación humana depende de 4 factores que han sido llamados de diferentes formas. Stephen R. Covey los definió con 4 L´s, nosotros con 4P´s

https://mentesalacarta.s3.amazonaws.com/articulos/documento_2881.pdf?timestamp=1580665396

JARDÍN MENTAL

El autosabotaje surge de nuestros inevitables pensamientos, en gran medida irracionales

http://www.fvmartin.net

ENVIDIA

Alegrarse por el bien ajeno y entristecerse por su bien, es un envilecimiento de uno de nuestros valores principales: la justicia.

http://www.fvmartin.net

EQUIDAD

No existe un criterio de justicia, sino 4.

http://www.fvmartin.net

EJEMPLOS A IMITAR

Elijamos bien los modelos a imitar

http://www.fvmartin.net

TUTORES

Nuestro desarrollo depende de la influencia de buenos maestros.

http://www.fvmartin.net

IDEAS CLARAS

No hay nada más práctico que una buena teoría, decía Kurt Lewin

http://www.fvmartin.net

ADMIRACIÓN

El mejor antídoto contra la envidia y fundamental para el crecimiento.

http://www.fvmartin.net

ELEGIR

YOISMO: Los seres humanos, como los puercoespines, tenemos espinas con las que sin pretenderlo nos herimos mutuamente. La base de todos los credos que nos enfrentan es el Yo-"ismo". La cuestión es: ¿Lo estamos limando o afilando?

http://www.fvmartin.net

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/efren