



# Cursos para jóvenes



**Venezuela**  
**Contacto: 0412-6913486**



Instagram  
**@LeaVzla**



# Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos



## Sobre el curso

Inspirado en el libro "**Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos**" de Sean Covey, este curso tiene como objetivo ayudarte a desarrollar habilidades y hábitos que te permitirán alcanzar una vida más efectiva y significativa.

A lo largo de las sesiones, exploraremos cada uno de los siete hábitos que facilitan la toma consciente de decisiones, el proponerse metas significativas y el desarrollo de relaciones saludables. Estos hábitos no solo fomentan la responsabilidad personal, la autodisciplina y la colaboración, sino que también ofrecen un marco para enfrentar los cambios y desafíos típicos de esta etapa.

El curso se dividirá en dos bloques. En el primer módulo nos dedicaremos a conocer lo que Covey llama **La Victoria Personal** y el segundo módulo **La Victoria Pública**.



# Metodología

El curso se desarrollará a través de **sesiones interactivas, talleres prácticos y dinámicas grupales que fomentan el aprendizaje colaborativo.** Se utilizarán materiales de apoyo y se llevarán a cabo ejercicios de reflexión que permitirán a los participantes aplicar los conceptos en su vida diaria.

**Duración de las sesiones:** 60 min (1h) cada una.

# Objetivos

## Autoconocimiento

Ayudar a los adolescentes a descubrir sus valores y metas personales.

## Habilidades Sociales

Fomentar la comunicación efectiva y la cooperación con los demás

## Gestión del Tiempo

Proporcionar herramientas para organizar y priorizar tareas de manera eficiente

## Resolución de problemas

Estimular el pensamiento crítico y la toma de decisiones responsables.





I Módulo

# La Victoria Privada

En este Primer Módulo aprenderás a **establecer un enfoque proactivo en la vida, desarrollando la autodisciplina y la autoconciencia necesarias para lograr una victoria personal.** Crearemos un espacio para la reflexión y el crecimiento, centrado en cómo los hábitos pueden transformar tu forma de ser y actuar. Este módulo consta de 5 sesiones.

## I Paradigmas y Personalidad

Entender que nuestros pensamientos y creencias forman nuestra realidad es crucial para desarrollar un liderazgo efectivo. Reflexionaremos sobre **cómo cambiar paradigmas puede abrir nuevas oportunidades** y mejorar nuestras interacciones y decisiones.

## II La Victoria Personal

La victoria privada se refiere al desarrollo interior que precede a la victoria pública. En este módulo, los participantes aprenderán a **establecer metas personales y a desarrollar la autodisciplina**, habilidades necesarias para el crecimiento personal. A través de ejercicios de autorreflexión, se fomentará la alineación de valores y acciones.

## III Sé Proactivo

Discutiremos la diferencia entre ser reactivo y proactivo, y **cómo adoptar una mentalidad proactiva puede influir en nuestras decisiones diarias.** Se realizarán actividades que ayuden a identificar áreas donde se puede ejercer control y toma de decisiones.



## IV Empieza con el final en mente

Aprenderemos a **definir nuestra misión personal y establecer metas significativas.** A través de dinámicas de visualización, los participantes crearán un "mapa de sueños" que los guiará hacia sus aspiraciones.

## V Poner Primero lo Primero

Exploraremos **cómo establecer prioridades en función de nuestras metas y valores.** Utilizaremos herramientas de planificación y evaluación para ayudar a los participantes a enfocarse en lo que realmente importa, evitando la trampa de la urgencia.





II Módulo

# La Victoria Pública

En este Segundo Módulo comprenderás la repercusión que tienen tus acciones y actitudes en el entorno y en las demás personas que te rodean. Una vez consciente de la primera batalla -la privada-, ahora estarás listo para salir a dejar tu huella y convertirte en un verdadero líder.

## I La Victoria Pública

En esta primera sesión comprenderás la importancia de la confianza y la reputación en el liderazgo. Realizaremos un ejercicio práctico donde descubrirás cómo la confianza afecta los resultados del trabajo en equipo.



## II Piensa “Yo gano, tú ganas”

Aprenderás a construir una mentalidad de colaboración. Realizaremos un juego de rol, donde deberás solucionar un problema desde distintos enfoques, y tendremos una discusión grupal sobre cómo aplicar este hábito en situaciones del día a día.

## III Busca Comprender y luego ser Comprendido

Te daremos herramientas, a través de actividades prácticas, para ayudarte a mejorar tu habilidad de comprensión y empatía.

## IV Haz sinergia

En esta sesión realizaremos una reflexión y una actividad sobre el trabajo en equipo, en la que deberás identificar las fortalezas y las debilidades del grupo.

## V Afila la Sierra

El curso termina con el hábito de renovación que te ayudará a vivir en una mejora continua. Aquí aprenderás a no desgastarte y a mantenerte activo e ilusionado en el esfuerzo por crecer personalmente y dar lo mejor de ti.



## **M. Sc. Gabriel Capriles**

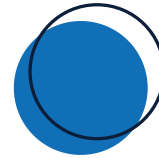
Profesor del Curso

El M.Sc. Gabriel Capriles es Licenciado en Comunicación Social por la Universidad Monteávila (UMA), tiene un Diplomado en Fundamentos y Aplicaciones de Logoterapia con el Instituto Colombiano de Análisis Existencial y Logoterapia Victor Frankl, es Especialista en Antropología Personalista por la Universidad a Distancia de Madrid (UDIMA) y Magíster en Filosofía por la Universidad Anáhuac, México. Actualmente cursa el Programa de Doctorado de la Universidad Villanueva de Madrid en Sostenibilidad en la Sociedad Digital, en el que continúa su investigación sobre el tema de la confianza, desde el punto de vista antropológico. Ha presentado ponencias en el I Congreso Mundial de Personalismo (México) y en el VII Congreso Iberoamericano de Personalismo (Costa Rica).

Trabajó dos años en la empresa de ingeniería Vepica, como Coordinador de Marketing Digital, y en los últimos 7 años se ha desempeñado en el área educativa como educador y tutor en el Liceo Los Robles y en La Escuela Técnica Los Molinos. Actualmente dicta clases de Ética en el Liceo Los Robles y da clases de Filosofía en el colegio Los Molinos. También es Coordinador de actividades de acción social y escribe en su blog personal: [repensarelmundodehoy.wordpress.com](http://repensarelmundodehoy.wordpress.com)



# Gracias



Teléfono

**+58 412-6913486**

Instagram

**@LeaVzla**

Correo

***liderazgoyeducacionalalternativa@gmail.com***

