

MINI CURSO EMPODERAMIENTO PERSONAL



Vigilada Mineducación

HABLEMOS DE EMPODERAMIENTO PERSONAL

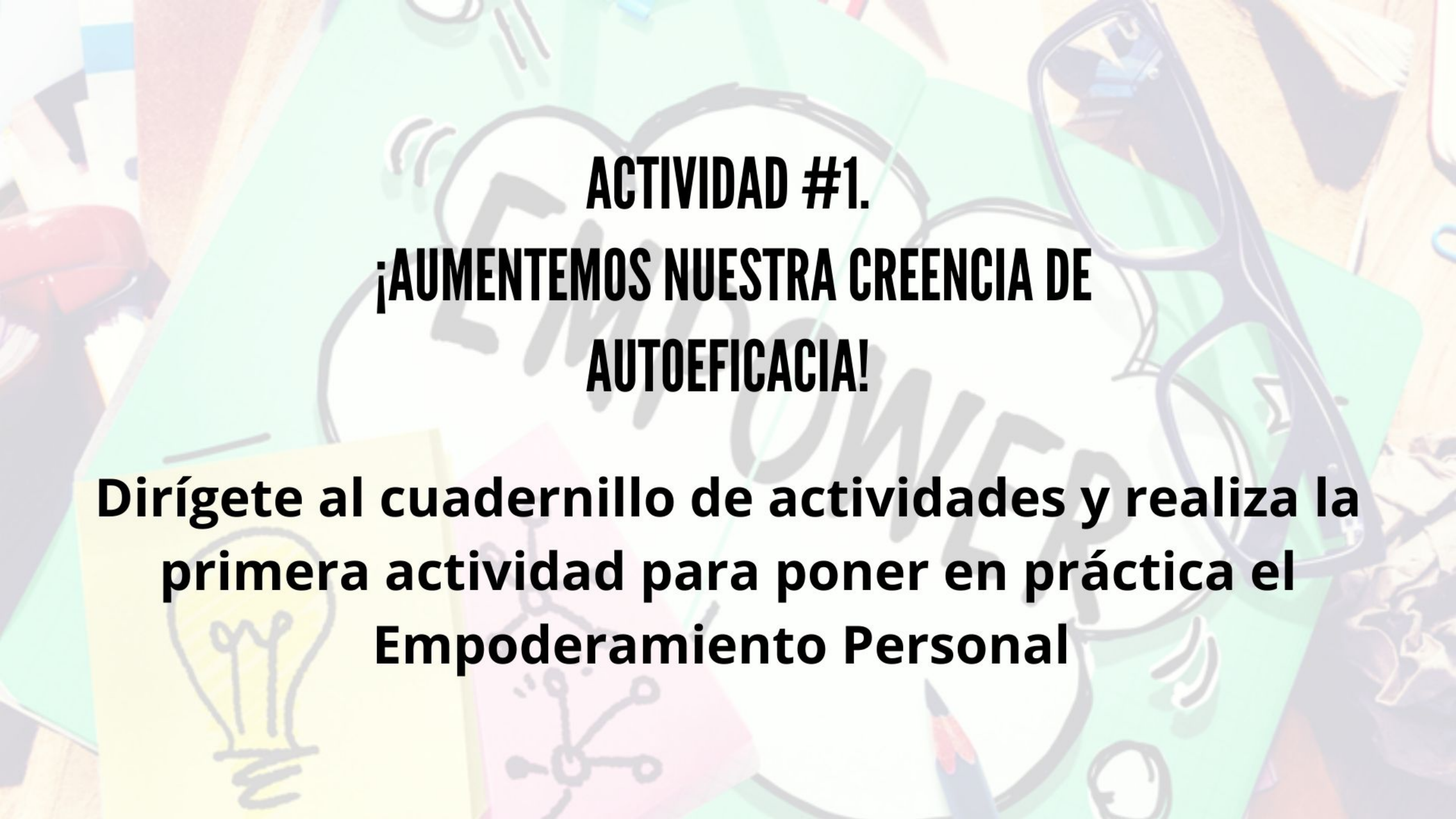
¿Te ha pasado alguna vez que te sentiste incapaz de tomar una decisión o afrontar alguna situación?

CONOCE MÁS EN ESTE
[VIDEO](#)

1

AUTOEFICACIA

CONOCE MÁS EN ESTE
VIDEO

The background is a collage of various school and office supplies including a red stapler, a blue pencil, a green notebook, a pair of glasses, and a yellow sticky note with a lightbulb drawing. A large, semi-transparent watermark of the word 'EMPOWER' is centered in the background.

ACTIVIDAD #1.
¡AUMENTEMOS NUESTRA CREENCIA DE
AUTOEFICACIA!

Dirígete al cuadernillo de actividades y realiza la primera actividad para poner en práctica el Empoderamiento Personal

2 HABILIDADES Y COMPETENCIAS

CONOCE MÁS EN ESTE
VIDEO



ACTIVIDAD #2.
**HABILIDADES Y COMPETENCIAS: ¡IDENTIFICA Y
DESARROLLA HABILIDADES!**

**Dirígete al cuadernillo de actividades y realiza la
segunda actividad para poner en práctica el
Empoderamiento Personal**

3

HERRAMIENTAS Y RECURSOS

CONOCE MÁS EN ESTE
[VIDEO](#)

ACTIVIDAD #3.

HERRAMIENTAS Y RECURSOS: IDENTIFICA TUS HERRAMIENTAS, RECURSOS Y REDES DE APOYO

**Dirígete al cuadernillo de actividades y realiza la
tercera actividad para poner en práctica el
Empoderamiento Personal**

4

MOTIVACIÓN INTRÍNSECA

CONOCE MÁS EN ESTE
VIDEO



**ACTIVIDAD #4. MOTIVACIÓN INTRÍNSECA:
LO QUE ME MOTIVA A EMPODERARME ES...**

**Dirígete al cuadernillo de actividades y realiza la
cuarta actividad para poner en práctica el
Empoderamiento Personal**

5 CUIDA TUS PENSAMIENTOS

CONOCE MÁS EN ESTE
VIDEO



ACTIVIDAD #5.

CUIDA TUS PENSAMIENTOS: MIS CREENCIAS LIMITANTES SON...

Dirígete al cuadernillo de actividades y realiza la quinta actividad para poner en práctica el Empoderamiento Personal

FINAL

CONOCE MÁS EN ESTE
VIDEO



PREPÁRATE PARA DAR
LO MEJOR QUE TIENES...
¡PORQUE YA LO TIENES!