

# LIDERAZGO PARA TEENS DESARROLLA TU POTENCIAL

## Objetivo de Aprendizaje

- ¿Qué es el liderazgo personal?
- Anatomía del líder: características de un líder que inspira
- El poder del líder adolescente: ventajas y desafíos
- Autoconocimiento y liderazgo

## Sesión 01 Autoconocimiento: Despierta tu líder interior

- > ¿Qué es el liderazgo personal?
- > Anatomía del líder: características de un líder que inspira
- > El modelo de regresión múltiple
- > El poder del líder adolescente: ventajas y desafíos
- > Autoconocimiento y liderazgo

## Sesión 03 Habilidades de Comunicación: ¡Comunica como un Pro!

- > Tipos de comunicación
- > Estilos de comunicación
- > Comunicación en las redes
- > Importancia de las habilidades de comunicación
- > Herramientas de comunicación efectiva

## Sesión 02 Liderazgo con Inteligencia emocional: ¡Desbloquea el poder de tus emociones!

- > Las emociones: Protégete contra el secuestro amigdalino
- > Pilares del desarrollo de la inteligencia emocional.
- > Habilidades socioemocionales del líder.
- > Herramientas de gestión emocional: regulación fisiológica, técnicas cognitivas, emotivas y conductuales.

## Sesión 04 Manejo efectivo de las relaciones: autocontrol en cualquier situación

- > Pilares de las relaciones interpersonales.
- > Interacción: empatía vs simpatía
- > Estilos de manejo de conflictos
- > Consciencia de los demás: visión compasiva
- > Herramientas para gestionar los disparadores emocionales.

## INFORMES E INSCRIPCIONES

T.: (01) 712-7272

[extension@ue.edu.pe](mailto:extension@ue.edu.pe)

<https://www.ue.edu.pe/programa-de-extension-universitaria-cursos-y-talleres>

UNIVERSIDAD ESAN Av. Alonso de Molina 1652, Surco, Lima - Perú



# LIDERAZGO PARA TEENS DESARROLLA TU POTENCIAL



## Sesión 05

### Motivación y liderazgo: sé un líder SMART

- > Motivación intrínseca vs motivación extrínseca
- > Reconocimiento y empatía como motivadores efectivos
- > Del control a la autonomía: delegar vs micro gestionar
- > Delegar de manera efectiva: metodología SMART

## Sesión 06

### Trabajo en equipo: cuando 1 +1 es más que solo 2

- > Diferencias entre grupo y equipo.
- > Mi rol en el equipo
- > El problema de la estacionalidad
- > Importancia de la sinergia en un equipo
- > Características de equipos de alto rendimiento
- > El rol del líder en los equipos de alto rendimiento
- > Importancia del feedback

## INFORMES E INSCRIPCIONES

T.: (01) 712-7272

[extension@ue.edu.pe](mailto:extension@ue.edu.pe)

<https://www.ue.edu.pe/programa-de-extension-universitaria-cursos-y-talleres>

UNIVERSIDAD ESAN Av. Alonso de Molina 1652, Surco, Lima - Perú

