

EMPOWER

Programa

Sesión #1 · 09/09/2026 · Aprendizaje socioemocional I

Crear las condiciones para aprender: El aprendizaje comienza mucho antes que los contenidos. En esta primera sesión exploraremos qué necesitan las personas para sentirse seguras, motivadas y capaces de aprender.

- Motivación y necesidades psicológicas básicas.
- Crear entornos de confianza.
- El papel de las emociones en el aprendizaje.

Sesión #2 · 16/09/2026 · Aprendizaje socioemocional II

Bienestar, relaciones y autorregulación: Las relaciones son uno de los factores que más influyen en el aprendizaje.

- Empatía y escucha activa.
- Autorregulación emocional.
- Conversaciones difíciles.
- Feedback que ayuda a crecer.
- Construcción de relaciones de confianza.

Sesión #3 · 23/09/2026 · Aprendizaje autodirigido I

Desarrollar la autonomía: ¿Cómo desarrollar habilidades que ayuden (a uno mismo y a los demás) aprender desde la motivación y la autonomía?

- Motivación intrínseca.
- Autonomía y responsabilidad.
- Toma de decisiones y metas personales.
- El papel del facilitador como acompañante.

Sesión #4 • 30/09/2026 • Aprendizaje autodirigido II

Aprender a aprender, y la importancia de reflexionar sobre nuestros propios procesos.

- Metacognición.
- Autoevaluación.
- Feedback entre pares
- Aprendizaje continuo.

Sesión #5 • 07/10/2026 • Alfabetización e inclusión digital I

Tecnología con (buen) propósito: Las herramientas digitales ofrecen enormes oportunidades, pero también plantean importantes desafíos según el “cómo, cuándo y para qué”.

- Bienestar digital.
- Uso responsable de la tecnología.
- Inteligencia artificial aplicada al aprendizaje.
- Pensamiento crítico.
- Herramientas digitales para aprender y colaborar.

Sesión #6 • 14/10/2026 • Alfabetización e inclusión digital II

Integración y próximos pasos: Integraremos lo aprendido para tomar decisiones informadas en contextos digitales. Analizaremos situaciones reales y definiremos criterios, límites y acuerdos para acompañar a otros con responsabilidad.

- Síntesis de aprendizajes.
- Compartir experiencias.
- Reflexión colectiva.
- Diseño de un plan de acción.
- Próximos pasos para seguir aprendiendo.

Cada taller combina:

- **90 minutos** de aprendizaje colaborativo, reflexión, dinámicas participativas y trabajo en pequeños grupos.
- **30 minutos** de diseño individual para adaptar los aprendizajes a tu contexto y definir una acción concreta que pondrás en práctica antes de la siguiente sesión.

Entre sesiones, se propondrán pequeños retos voluntarios para experimentar, observar y reflexionar sobre la aplicación de los aprendizajes en la vida cotidiana o profesional. El programa está diseñado para que el verdadero aprendizaje ocurra no solo durante los talleres, sino también entre ellos.