

UNIBE | PRE-U 



Taller

Core Skills Bootcamp

Habilidades para la vida



Modalidad: Presencial



Duración: 2 semanas

La **Universidad Iberoamericana (UNIBE)**, a través de su Departamento de Educación Continua, ofrece un amplio portafolio de programas orientados a la actualización y especialización de profesionales en diversas áreas del conocimiento. Desarrolla propuestas académicas innovadoras, alineadas con la demanda del mercado laboral nacional y global, enfocadas en el fortalecimiento de competencias para el desarrollo profesional y personal que promuevan la empleabilidad.

Ofrecemos un Aprendizaje a lo Largo de la Vida, con programas Ejecutivos y de Actualización, Salud, formación Preuniversitaria, Capacitaciones Corporativas diseñados a la medida, Microcredenciales Universitarias, Soft Skills Academy y cursos para Adultos Mayores. La integración de metodologías activas, docentes expertos y el uso de ecosistemas de aprendizaje, garantiza una experiencia formativa práctica y transformadora.



Principales Líneas Temáticas



Ejes Clave

Taller Core Skills Bootcamp



Inteligencia emocional y bienestar



Pensamiento crítico



Comunicación y negociación



Productividad y herramientas para el futuro



Finanzas personales



Liderazgo y emprendimiento

Descripción

BootCamp orientado al desarrollo de conocimientos y habilidades blandas o soft skills, imprescindibles para el buen desempeño en todos los ámbitos de la vida, tanto en lo social como en la vida de los futuros profesionales, este programa de manera creativa y divertida, busca concientizar a los adolescentes sobre la importancia de las mismas, ofreciendo herramientas puntuales para el desarrollo de dichas habilidades desde temprana edad.

Objetivo

Ofrecer los conocimientos y herramientas para el sano desarrollo de habilidades blandas clave para la vida, necesarias para su desempeño social y futuro productivo.

Dirigido a

Estudiantes de educación media, o recién graduados que deseen conocer y desarrollar estas habilidades.

Beneficios

Al finalizar este programa el egresado estará capacitado para:

- **Desarrollar** habilidades personales y sociales esenciales para una vida equilibrada y un futuro profesional exitoso.
- **Reconocer y gestionar** las emociones para fortalecer la inteligencia emocional, la empatía y la resiliencia.
- **Fomentar** el pensamiento crítico y analítico para tomar decisiones conscientes y resolver problemas con criterio.
- **Mejorar** la comunicación oral y escrita, la escucha activa y la capacidad de negociación.
- **Ejercitar** el liderazgo positivo y el trabajo en equipo, asumiendo responsabilidades y colaborando con propósito.
- **Estimular** la creatividad y la innovación como base para el emprendimiento y la adaptación al cambio.
- **Aplicar** herramientas prácticas para la vida universitaria y laboral: elaboración de CV, entrevistas, gestión del tiempo y planificación académica.
- **Adoptar** un estilo de vida saludable y una mentalidad de bienestar integral que favorezca el equilibrio personal y profesional.

Contenido

Módulo I:

Inteligencia Emocional

- Comprensión y gestión de las emociones.
- Reconocimiento de las seis emociones básicas.
- Autoconocimiento y autoestima emocional.
- Regulación emocional y control de impulsos.
- Manejo de la frustración y pensamiento positivo.
- Empatía y conexión con los demás.
- Comunicación emocional efectiva.
- Resolución de conflictos desde la calma y el respeto.

Módulo II:

Pensamiento Crítico y Analítico

- Apertura mental y claridad de pensamiento
- Análisis, evaluación e interpretación de información
- Toma de decisiones informadas y resolución de problemas
- Identificación de sesgos, emociones y fuentes poco confiables
- Pensamiento analítico para la comprensión de problemas complejos
- Integración del pensamiento crítico en el trabajo en equipo
- Construcción de soluciones colectivas basadas en evidencia y apertura

Módulo III:

Comunicación Asertiva y Negociación

- Expresión clara y respetuosa de ideas y emociones
- Comunicación equilibrada: entre la pasividad y la agresividad
- Actitud positiva y constructiva en las relaciones interpersonales
- Lenguaje corporal, tono y escucha activa como herramientas comunicativas
- Reciprocidad en la conversación: equilibrio entre hablar y escuchar
- Creación de espacios de diálogo y comprensión mutua
- Estructura de la comunicación asertiva: hechos, impacto, empatía y expectativas
- Negociación empática, respetuosa y orientada a soluciones

Módulo IV:

SMART Tips para tu Futuro

- Plan de estudio personalizado: Análisis de hábitos, planificación de sesiones y definición de objetivos académicos.
- Manejo efectivo del tiempo: Estrategias, herramientas digitales y gestión de prioridades para aprovechar mejor el día.
- CV juvenil: Introducción al currículum como carta de presentación temprana.
- Entrevistas con estilo: Preparación para entrevistas personales: imagen, lenguaje corporal, autenticidad y autoconfianza.
- Mi caja de herramientas

Módulo V:

Productividad y Manejo de Finanzas Personales

- Fundamentos del manejo financiero personal
- Matriz de Eisenhower
- Metas SMART
- Conceptos clave de las finanzas personales
- Reglas de George S. Clason
- Instrumentos de ahorro e inversión
- Elaboración de un presupuesto personal
- Uso responsable de tarjetas de crédito y débito
- Descapitalización y hábitos de consumo
- Deudas buenas y malas
- Reflexión final: libertad financiera

Módulo VI:

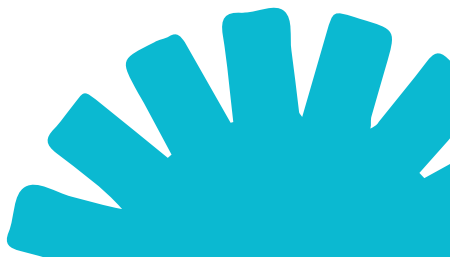
Liderazgo

- Fundamentos del liderazgo auténtico
- Impacto del liderazgo genuino en los equipos
- Autoconocimiento y desarrollo personal
- Percepción vs. realidad
- Estilos de influencia y adaptabilidad
- Comunicación asertiva y escucha activa
- Potenciación de fortalezas
- Trabajo colaborativo y toma de decisiones
- Recursos y herramientas clave
- Más allá del liderazgo

Módulo VIII:

Creatividad, Innovación y Emprendimiento

- Conceptos fundamentales
- Beneficios del pensamiento creativo y emprendedor
- Pensamiento divergente y generación de ideas
- Prototipado rápido y experimentación
- Empatía como punto de partida
- Técnicas estructuradas de innovación
- Entornos seguros para el error
- Dinámicas de co-creación
- Recursos y herramientas digitales






Docentes

El programa cuenta con un equipo docente multidisciplinario altamente calificado, conformado por profesionales como psicólogos, educadores, consultores en liderazgo, especialistas en desarrollo humano, expertos en finanzas personales, comunicadores y emprendedores, todos con sólida trayectoria en áreas como inteligencia emocional, pensamiento crítico, comunicación, liderazgo, productividad, finanzas personales y emprendimiento.

Los docentes combinan experiencia académica con práctica profesional, lo que les permite ofrecer una formación actualizada y alineada con las demandas del entorno personal y laboral. A través de metodologías activas acompañan a los participantes en el desarrollo de habilidades clave para la toma de decisiones, la gestión personal, la comunicación efectiva y la construcción de proyectos de vida con propósito.

Su enfoque se centra en generar experiencias de aprendizaje significativas, promoviendo la adquisición de conocimientos, la transformación personal y el fortalecimiento de competencias para un desempeño integral.



UNIBE | PRE-U

¡Adquiere las **herramientas clave** para destacar en esta apasionante industria!



Para más información
Contáctanos



809-689-4111
Exts.: 2203 y 2407



e.continua@unibe.edu.do

ASISTENTE VIRTUAL
Aurora



809-255-4111



aurora@unibe.edu.do



aurora.unibe.edu.do

educacioncontinua.unibe.edu.do



¡Escanea y comienza hoy!