



Clases Intesivas de Poder. A tu ritmo.

1. Descripción

Clases Intensivas de Poder es un curso de formación y autoexploración diseñado para acompañar mejor a la adolescencia y, en general, a todas las etapas de la vida. A través de 10 módulos temáticos y un módulo especial sobre la adolescencia, el curso propone un viaje al mundo interno, ofreciendo herramientas prácticas, imágenes transformadoras y dinámicas vivenciales que permiten comprender y acompañar con mayor profundidad.

2. Destinatarios

- Docentes de Educación Secundaria y Bachillerato.
 - Familias que conviven con adolescentes.
 - Educadores, terapeutas y profesionales de la intervención social.
 - Personas interesadas en su crecimiento personal y en el acompañamiento consciente de la juventud.
-

3. Requisitos

- Conexión a internet estable para acceder a la plataforma Moodle.
 - Disposición para la autoexploración y la reflexión personal.
 - No se requieren conocimientos previos, pero sí compromiso con el proceso formativo.
-

4. Objetivos

- Conocer los cambios fundamentales que ocurren entre los 14 y 21 años.
 - Reconocer barreras y fortalezas que bloquean o impulsan al adolescente y a quien lo acompaña.
 - Practicar la autoindagación y el autoconocimiento para acompañar desde la experiencia propia.
 - Trabajar con imágenes asociadas a conceptos abstractos (autoestima, identidad, poder, bienestar, sentido de pertenencia) como herramientas de bienestar.
 - Conectar el proceso de acompañamiento con los objetivos de la Educación Secundaria: autonomía, responsabilidad, convivencia y pensamiento crítico.
 - Aplicar lo aprendido en contextos familiares, escolares y sociales.
-

5. Contenidos

El curso está estructurado en 10 módulos que recorren los siguientes contenidos:

- Módulo 0. Adolescencia.
- Módulo 1. ¿qué necesitas?
- Módulo 2. El diamante que duerme entre las brasas
- Módulo 3. El valor de las experiencias
- Módulo 4. Decir - no decir /hacer - no hacer
- Módulo 5. La peli

- Módulo 6. El mapa artemágico
- Módulo 7. El podio de la autoestima
- Módulo 8. Las partidas de ping pong
- Módulo 9. Los jardines
- Módulo 10. Y a ti ¿qué te pasa?

Módulo adicional: la adolescencia como etapa crítica y oportunidad de transformación.

Materiales: **Cuaderno de Exploración y Libro de referencia**, incluidos en el curso.



6. Agenda

- Duración total: 6 meses.
- Inicio. Tras el proceso de matriculación.
- Estudio y práctica personal a través de la plataforma Moodle.
- Participación en foros de cada módulo.

El formato online y flexible permite avanzar a tu propio ritmo, revisando los contenidos cuando lo necesites e integrando los aprendizajes en la vida cotidiana.

7. Metodología

- **Enfoque vivencial:** trabajo personal con el [Cuaderno de Exploración](#) y el Libro.
 - **Aprendizaje activo:** actividades de autoindagación y reflexión.
 - **Clases en directo** con la tutora Lule Soler para profundizar en los temas y aclarar dudas.
 - **Foros de intercambio** entre participantes para compartir experiencias y aprendizajes.
 - **Tutorías individuales** cuando sea necesario, a través de la plataforma Moodle.
-

8. Tutoría

A lo largo del curso dispondrás de una tutora cuya función es orientar, asesorar, apoyar, resolver tus dudas, ayudarte a evaluar tus tareas y decidir acerca de la integración del curso.

Al comienzo de la actividad tu tutora se podrá en contacto contigo y te ofrecerá unas primeras indicaciones a través del foro "Nos presentamos" dentro de este Bloque.

Puedes contactar con tutora en cualquier momento utilizando la mensajería integrada en el aula virtual. No obstante, si crees que tu duda o consulta puede resultar de interés para el grupo, sería recomendable que la planteases en los diferentes foros propuestos en cada módulo de trabajo.

En estos foros también podrás obtener ayuda de tus compañeros y compañeras de curso y, por supuesto, podrás publicar las aportaciones que creas que puedan ayudar al resto de participantes. De este modo, contribuirás a que el grupo se constituya como una comunidad de aprendizaje que investiga y descubre conjuntamente.

La tutora de este curso asume el compromiso de contestar cualquier duda, intervención en los foros en el plazo máximo de 48 horas.

Los y las participantes cuentan también con el apoyo técnico de una asesora o asesora de Octaedro Learning para solucionar cualquier problema o dudas sobre el uso de la plataforma de trabajo.

9. Evaluación

Al acabar el curso, que podrás hacer a tu ritmo, tienes la posibilidad de realizar una autoevaluación para conocer hasta qué punto has integrado los conceptos y estrategias del curso.

Te agradeceríamos que evaluaras también el curso y a su docente para seguir mejorando.

10. Tabla comparativa de los dos cursos:

Característica	Clases Intensivas de Poder (con acompañamiento)	Clases Intensivas de Poder. A tu ritmo
Modalidad	Formación online con acompañamiento	Autoformación online
Acceso a contenidos	Sí	Sí
Módulos del curso	10 módulos + módulo especial sobre adolescencia	10 módulos + módulo especial sobre adolescencia
Clases en directo	8 sesiones en directo	No
Acompañamiento	Tutora online durante el curso	Parcial (aprendizaje autónomo)
Ritmo de aprendizaje	Calendario con sesiones programadas	Totalmente flexible, a tu ritmo
Interacción con grupo	Sí, en las clases en directo	No
Precio	Modalidad completa	Precio reducido