

Mentalidad de Crecimiento para Aprender Inglés: Cómo Superar Bloqueos y Miedos para Avanzar con Confianza.

Duración total: 1 hora

Modalidad: Asincrónica

Dirigido a: Estudiantes de inglés de cualquier nivel que experimentan inseguridad, frustración o bloqueos al aprender o hablar inglés.

Descripción general:

Este curso está diseñado para ayudar a los estudiantes a desarrollar una mentalidad de crecimiento frente al aprendizaje del inglés, transformando el miedo al error, la autoexigencia excesiva y la inseguridad en motivación, autoconfianza y ganas de seguir aprendiendo.

Mediante actividades prácticas, autorreflexión y técnicas de coaching educativo, los participantes aprenderán a reconocer sus creencias limitantes, reformular sus pensamientos y enfocarse en el proceso más que en la perfección. El objetivo principal es desbloquear el potencial lingüístico que ya poseen, desde una perspectiva emocional y cognitiva.

Objetivos del curso:

- Reconocer y desafiar creencias limitantes relacionadas con el aprendizaje del inglés.
- Fomentar una actitud positiva y resiliente frente a los errores y dificultades.
- Desarrollar estrategias de autoconfianza y motivación para hablar inglés sin miedo.
- Identificar herramientas prácticas para fortalecer la mentalidad de crecimiento.

Aprendizajes esperados:

Al finalizar el curso, los participantes serán capaces de:

- Identificar pensamientos automáticos que afectan su rendimiento en inglés.
- Reemplazar el miedo al juicio o al error por una actitud exploratoria y valiente.
- Aplicar pequeñas acciones diarias que potencien su aprendizaje continuo.
- Tomar conciencia de sus avances y celebrarlos como parte de su crecimiento.

Estructura del curso: 4 módulos breves (15 minutos cada uno)

Módulo 1: “Lo que Pienso vs. Lo que Logro”

Introducción a las creencias limitantes más comunes al aprender inglés. Reflexión sobre experiencias personales de fracaso o bloqueo y cómo influyen en la actitud frente al idioma.

Módulo 2: “Del Error al Aprendizaje”

Trabajo con el miedo a equivocarse: cómo reinterpretar el error como parte natural del proceso. Actividades para reprogramar el pensamiento perfeccionista.

Módulo 3: “Activa tu Potencial”

Técnicas de visualización, afirmaciones y mini-retos para activar la confianza al hablar y al participar. Ejercicios breves de autoafirmación y motivación.

Módulo 4: “Yo También Puedo”

Construcción de un plan personal de crecimiento con objetivos realistas y sostenibles. Cierre con una actividad de proyección positiva.