ICEDA
EMOTIONAL EDUCATION
SCHOOL

Seminario
Internacional

TEENS COACHING

Programa Intensivo Internacional para adolescentes de 12 a 17 años

Liderazgo · Comunicación · Inteligencia Emocional

AVALADO POR

ORGANIZADO POR

ICEDA EMOTIONAL EDUCATION SCHOOL

Edificio Plaza Guijarros, piso 5, Colonia Lomas del Guijarro, Tegucigalpa, Honduras.

icedaemotionaledu@gmail.com
+504 9442 - 3788

Descubre quién eres. Encuentra tu voz.

Lidera tu futuro.

Teens Coaching es una experiencia de desarrollo personal diseñada para acompañar a los adolescentes en una de las etapas más importantes de su vida: la construcción de su identidad, su confianza y su independencia.

A través de herramientas de coaching, comunicación, liderazgo e inteligencia emocional, los participantes aprenderán a conocerse mejor, expresar sus ideas con seguridad, gestionar sus emociones y tomar decisiones conscientes frente a los desafíos de su entorno.

El programa combina experiencias vivenciales, desafíos individuales, dinámicas grupales y situaciones de la vida real, promoviendo habilidades que van más allá de la educación tradicional.

¿A QUIEN VA DIRIGIDO?

El curso va dirigido para adolescentes de 12 a 17 años que quieran potenciarse para un mejor futuro

METODOLOGÍA

Teens Coaching utiliza una metodología práctica, participativa y experiencial, que transforma los conceptos en habilidades aplicables a la vida cotidiana.

La experiencia integra:

- Dinámicas de autoconocimiento y reflexión personal.
- Herramientas de coaching adaptadas a adolescentes.
- Simulaciones de situaciones reales.
- Retos individuales y desafíos en equipo.
- Ejercicios de comunicación y hablar en público.
- Estrategias prácticas de gestión emocional.
- Actividades de liderazgo y toma de decisiones.

El aprendizaje se desarrolla en un entorno de respeto, participación y confianza, donde cada adolescente puede explorar sus capacidades, expresar sus opiniones y aprender de sus experiencias.

Buscamos desarrollar su capacidad para pensar por sí mismos, comunicarse con seguridad y tomar mejores decisiones.

ACERCA DEL:

PROGRAMA

- **MÓDULO 1: Liderazgo.**
  Descubre quién eres, confía en tu potencial y aprende a tomar decisiones.

- **MÓDULO 2: Comunicación.**
  Comunica tus ideas con seguridad, influye positivamente y conecta con los demás.

- **MÓDULO 3: Inteligencia Emocional.**
  Conócete, gestiona lo que sientes y fortalece tu seguridad personal.

¿QUÉ APRENDERÁN?

- Aumentar la confianza en uno mismo.
- Superar el miedo y la timidez
- Mantener una actitud positiva y optimista.
- Estar enfocado en tiempos de desafío
- Toma mejores decisiones
- Manejar el estrés y la preocupación
- Estar motivado y entusiasmado
- Desarrolla sólidas habilidades interpersonales.
- Comunicarse de manera más efectiva
- Desarrolle habilidades de liderazgo más sólidas... ¡y más!

PROGRAMA COMPLETO:

MÓDULO 1 – LIDERAZGO:

LIDERA TU VIDA: *DESCUBRE QUIÉN ERES, CONFÍA EN TU POTENCIAL Y APRENDE A TOMAR DECISIONES.*

Objetivos: Desarrollar autoconocimiento, confianza personal, pensamiento crítico y liderazgo, fortaleciendo la capacidad de tomar decisiones, afrontar desafíos e influir positivamente en su entorno.

Descubre quién eres

- ¿Quién soy más allá de lo que otros piensan de mí?
- Identifica tus talentos, fortalezas y capacidades.
- Reconoce tus valores y lo que realmente es importante para ti.
- Construye tu identidad y desarrolla confianza en ti mismo.

Desarrolla una mentalidad de líder

- Liderazgo personal: aprende a liderarte antes de liderar a otros.
- Mentalidad de crecimiento frente a los desafíos.
- Cómo afrontar el miedo al fracaso y la equivocación.
- Responsabilidad, iniciativa y autodisciplina.

Toma decisiones con seguridad

- Aprende a pensar por ti mismo.
- Cómo manejar la presión de grupo.
- Identifica las consecuencias de tus decisiones.
- Desarrolla pensamiento crítico y resolución de problemas.

Influye y lidera positivamente

- Liderazgo e influencia positiva.
- Trabajo en equipo y colaboración.
- Cómo inspirar y motivar a otros.
- Resolver desacuerdos y asumir responsabilidades.

RETO FINAL: THE LEADERSHIP CHALLENGE

Los participantes enfrentarán un desafío grupal en el que deberán asumir diferentes roles, resolver problemas, tomar decisiones y demostrar sus habilidades de liderazgo.

Competencias: Liderazgo personal, Autoconfianza, Pensamiento crítico, Toma de decisiones, Responsabilidad y Trabajo en equipo.

MÓDULO 2 – COMUNICACIÓN:

HAZ QUE TU VOZ CUENTE: *COMUNICA TUS IDEAS CON SEGURIDAD, INFLUYE POSITIVAMENTE Y CONECTA CON LOS DEMÁS.*

Objetivos: Fortalecer la expresión verbal y no verbal, la escucha activa, la comunicación asertiva y la capacidad de hablar frente a otras personas, desarrollando seguridad para expresar pensamientos, opiniones y necesidades.

Descubre el poder de tu comunicación

- Lo que dices y cómo lo dices.
- El impacto de tus palabras en los demás.
- Lenguaje verbal, tono de voz y expresión corporal.
- Cómo proyectar confianza y autenticidad.

Comunícate con seguridad y asertividad

- Aprende a expresar lo que piensas sin miedo.
- Cómo decir «no» sin sentir culpa.
- Establece límites personales de manera respetuosa.
- Defiende tus opiniones sin necesidad de atacar.
- Aprende a pedir ayuda y expresar tus necesidades.

Conecta y construye mejores relaciones

- Escucha activa y empatía en la comunicación.
- Aprende a comprender diferentes puntos de vista.
- Cómo manejar críticas, desacuerdos y conversaciones difíciles.
- Comunicación saludable con amigos y familiares.
- El impacto de la comunicación en redes sociales.

Conecta y construye mejores relaciones

- Cómo superar los nervios al hablar frente a otros.
- Organiza tus ideas para comunicar mensajes claros.
- Técnicas de presentación y lenguaje corporal.
- Cómo captar la atención y conectar con tu audiencia.
- Expresa tus ideas con convicción y naturalidad.

RETO FINAL: MY VOICE, MY MESSAGE

Cada adolescente preparará y presentará un mensaje sobre un tema que considere importante, utilizando herramientas de comunicación, lenguaje corporal y expresión para conectar con su audiencia.

Competencias: Comunicación asertiva, Expresión verbal, Escucha activa, Hablar en público, Seguridad personal y Relaciones interpersonales.

MÓDULO 3 – INTELIGENCIA EMOCIONAL:

DOMINA TUS EMOCIONES: *CONÓCETE, GESTIONA LO QUE SIENTES Y FORTALECE TU SEGURIDAD PERSONAL.*

Objetivos: Desarrollar conciencia emocional, autorregulación, autoestima, empatía y resiliencia, proporcionando herramientas prácticas para afrontar situaciones de presión, frustración, inseguridad y conflictos cotidianos.

Comprende tu mundo emocional

- ¿Qué son las emociones y por qué son importantes?
- Reconoce lo que sientes y aprende a ponerle nombre.
- Identifica qué situaciones activan tus emociones.
- La relación entre pensamientos, emociones y comportamientos.
- Aprende a reconocer las señales emocionales de tu cuerpo.

Aprende a gestionar tus emociones

- Cómo actuar frente al enojo, la frustración y la tristeza.
- Estrategias para manejar el estrés y los nervios.
- Aprende a responder en lugar de reaccionar impulsivamente.
- Técnicas de respiración, pausa y regulación emocional.
- Cómo afrontar situaciones que están fuera de tu control.

Fortalece tu autoestima y seguridad personal

- Construye una relación más positiva contigo mismo.
- Reconoce tus fortalezas y acepta tus áreas de mejora.
- Aprende a manejar la crítica y el rechazo.
- Comparación social: cómo evitar que la opinión de otros defina tu valor.
- Desarrolla resiliencia frente a errores y dificultades.

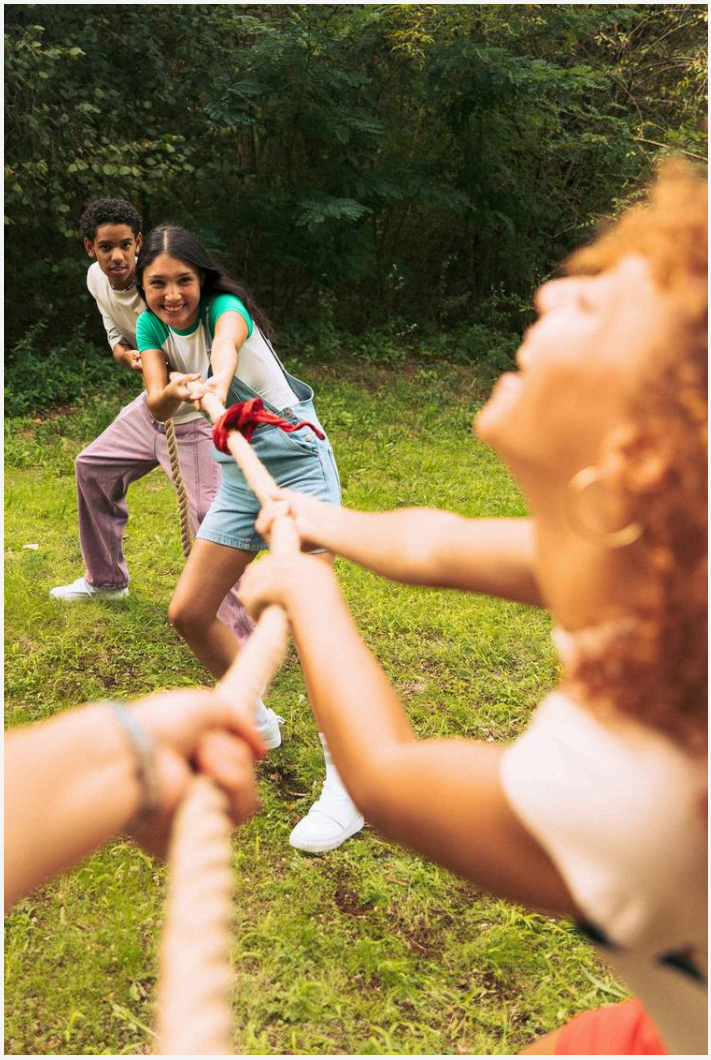
Construye relaciones emocionalmente saludables

- Empatía: comprende tus emociones y las de los demás.
- Aprende a reconocer y establecer límites saludables.
- Maneja desacuerdos y conflictos con respeto.
- - Cómo afrontar la presión social.
- - Identifica cuándo necesitas apoyo y a quién acudir.

RETO FINAL: MY EMOTIONAL TOOLKIT

Cada participante diseñará su propio kit de herramientas emocionales, identificando sus principales desafíos y creando estrategias personales para gestionar emociones, afrontar situaciones difíciles y tomar mejores decisiones.

Competencias: Inteligencia emocional, Autorregulación, Autoestima, Resiliencia, Empatía y Manejo de conflictos.



"El futuro pertenece a aquellos que creen en la belleza de sus sueños." — Eleanor Roosevelt

IMPARTEN:

Ernesto Mendizabal

COACH DE VIDA PARA ADOLESCENTES

- Experto en Método Silva y meditación.
- Director General de ICEDA.
- Máster Trainer en Coaching ejecutivo, empresarial y Programación Neurolingüística
- Formado con Jhon Grinder co-creador de la PNL.

Paola Estrada

MÁSTER PRACTITIONER EN PNL.

- Psicopedagoga y experta en neuro aprendizaje infantil.
- Maestría en Neurociencias.
- Máster Trainer en Coaching ejecutivo, empresarial.
- Programación Neurolingüística.
- Directora en Coordinación de ICEDA.

SEMINARIO INTERNACIONAL

INSCRIPCIONES ABIERTAS

FECHAS: 12, 13, 19 Y 20 DE DICIEMBRE
12 horas lectivas - 4 Días Presenciales

HORARIO:
Día de por medio de 2:00am a 5:00pm

Para adolescentes de 12 a 17 años

INVERSIÓN TOTAL

L 4,997

Incluye material didáctico, CoffeeBreak y grupo de WhatsApp de seguimiento.

PRECIO MATRÍCULA

~~L 1,500~~ **L 750**

PROMOCIÓN

Reserva tu lugar con la matrícula de la próxima convocatoria.

PRECIO PROMOCIÓN

Material + WhatsApp

La promoción aplica según disponibilidad de espacios y cupos.

HABLA CON NUESTRO STAFF AQUÍ

RESERVA AHORA

Diploma Avalado Internacional por:

LUGAR:
Al par del Ministerio Público, edificio Plaza Guijarros, piso 5, Colonia Lomas del Guijarro, Tegucigalpa, Honduras.

Parque Cristo del Picacho. VER UBICACIÓN AQUÍ

FORMAS DE PAGO:
Depósito, transferencia, Compra Click, Tarjeta de débito o crédito Banco BAC Credomatic a nombre de "International Coaching School S. de R. L de C.V."
Cuenta en Lempiras: 741485961
Cuenta en Dólares: 741486001

Política de Cancelaciones y Reservas

ICEDA EMOTIONAL EDUCATION SCHOOL

ICEDA Emotional School forma a profesionales y facilitadores del cambio humano a través de un método experiencial, ético y profundamente práctico. Acompaña a terapeutas, coaches, psicólogos y personas en transformación a desarrollar las herramientas emocionales, comunicativas y técnicas necesarias para acompañar procesos reales de cambio, sin manipulación y con propósito.

«DOMINA EL LENGUAJE INCONSCIENTE Y TRANSFORMA TU FORMA DE ACOMPAÑAR A LAS PERSONAS.»

ICEDA
EMOTIONAL EDUCATION SCHOOL

© 2026 ICEDA Emotional Education School – Todos los derechos reservados.
Honduras | Panamá | Guatemala
icedaemotionaledu.com