

# MANUAL DEL DOCENTE

Elaborado por el CEPA San Ildefonso – La Granja

DISCOVER  
&  
EMPOWER



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the National Agency. Neither the European Union nor National Agency can be held responsible for them. Project Number: 2023-1-LT01-KA220-ADU-000156443

## Contenido

1. Introducción	2
2. Resumen del Proyecto	3
2.1. Objetivos del proyecto.	3
2.2. Productos y resultados del proyecto	4
2.3. Organizaciones participantes	5
3. Estructura y Objetivos de este Manual.	6
4. Los CMS y su Importancia en el Mundo Laboral del Siglo XXI	9
5. Enseñar y Motivar a la Generación Y: Estrategias para una Experiencia de Aprendizaje Atractiva y un Desarrollo Profesional Sólido	11
5.1. Necesidades profesionales de la generación Y.	11
5.2. Estrategias de enseñanza efectivas con los Milenials.	12
5.3. La Motivación es la Clave.	15
5.4. Prácticas de orientación profesional.	17
6. Las 8 Competencias Clave para la Generación Y	19
7. Herramientas de Aprendizaje Interactivo para la Generación Y	22
7.1. WebQuests	22
7.2. Cuestionarios	24
7.1. Podcasts.	29
7.2. Vídeos y pósters	31

## 1. Introducción

Este manual ha sido diseñado para proporcionar al personal docente las herramientas, metodologías y estrategias pedagógicas eficaces orientadas a fomentar las competencias interpersonales en la generación Y.

Este manual establece las directrices clave para implementar enfoques pedagógicos eficaces que fomenten competencias esenciales como la comunicación, la resolución de problemas, la adaptabilidad, el *Networking*, la autoeficacia y la autoconciencia, así como el establecimiento de objetivos, la planificación y la organización, y la toma de decisiones. Actúa como una guía práctica para el profesorado, garantizando un enfoque unificado a la hora de apoyar a los jóvenes en su proceso de desarrollo profesional.

Además, el manual ayuda al personal docente a integrar métodos de enseñanza y recursos digitales innovadores en el aula, haciendo que el proceso de aprendizaje sea más atractivo e interactivo. Proporciona orientaciones sobre estrategias de evaluación, buenas prácticas y aplicaciones reales para mejorar la eficacia de la formación en competencias interpersonales.

Como resultado, este manual ofrece toda la información necesaria para que los docentes generen un impacto significativo en el crecimiento personal y profesional de su alumnado. Siguiendo las estrategias aquí propuestas, el profesorado desempeñará un papel crucial a la hora de dotar a los jóvenes de las habilidades necesarias para desenvolverse en un mercado laboral en constante evolución y contribuir de forma activa a la sociedad.

Este manual es, por lo tanto, una guía para todo el personal docente implicado en el proyecto [DISCOVER&EMPOWER](#), y acompaña sus esfuerzos por preparar a la Generación Y para desarrollar carreras profesionales de éxito. Ha sido revisado y actualizado para garantizar su pertinencia y eficacia a lo largo del ciclo de vida del proyecto.

# DISCOVER & EMPOWER



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the National Agency. Neither the European Union nor National Agency can be held responsible for them. Project Number: 2023-1-LT01-KA220-ADU-000156443

## 2. Resumen del Proyecto

El proyecto [DISCOVER&EMPOWER](#) es un modelo innovador de orientación profesional diseñado para ayudar a jóvenes adultos (de 18 a 35 años, conocidos como Generación Y) a descubrir sus futuras trayectorias profesionales. El proyecto está financiado por el programa Erasmus+ KA220-ADU – Asociaciones de cooperación en educación de personas adultas y está liderado por el **Vilnius Gabriele Petkevičaitė-Bitė Adult Education Center** en Lituania. Participan en él seis organizaciones socias de distintos países europeos y se ha desarrollado a lo largo de dos años.

[DISCOVER&EMPOWER](#) tiene como objetivo ayudar a los jóvenes a identificar sus fortalezas, intereses y valores, explorar opciones profesionales y desarrollar la confianza y las habilidades necesarias para alcanzar sus metas laborales. El proyecto también fomenta un mayor compromiso cívico a nivel local, nacional y de la UE, al tiempo que promueve la orientación profesional a lo largo de toda la vida y su integración en las estructuras de aprendizaje permanente.

El proyecto se dirige a dos grupos clave: jóvenes de la Generación Y, que buscan orientar sus carreras profesionales, y educadores que los acompañan en este proceso. El manual proporciona a los docentes las herramientas y metodologías necesarias para ayudar a los jóvenes a desarrollar competencias interpersonales esenciales como la comunicación, la toma de decisiones, la resolución de problemas y la adaptabilidad. Estas habilidades son fundamentales para mejorar la empleabilidad y el éxito profesional.

### 2.1. Objetivos del proyecto.

Los [objetivos principales](#) del proyecto DISCOVER&EMPOWER son:

- mejorar la conexión entre la orientación profesional a lo largo de la vida y los sistemas y proveedores de aprendizaje permanente;
- potenciar la prestación de orientación para capacitar a los jóvenes en la gestión de su carrera;

- apoyar a los jóvenes adultos en el desarrollo de su adaptabilidad profesional y de sus competencias de gestión de carrera (*Career Management Skills - CMS*);;
- proporcionar información actualizada sobre el mercado laboral que ayude a las personas adultas a orientarse mejor, comprender la evolución de las demandas de cualificaciones y encontrar empleo con mayor facilidad;
- aumentar las competencias del personal docente y de educación de personas adultas para motivar a los participantes y favorecer la continuidad en el aprendizaje;
- incrementar el uso de recursos online y páginas web gratuitos para implementar la formación combinada (*blended learning*) y aumentar la flexibilidad de los programas formativos;
- favorecer el aprendizaje autodirigido;
- desarrollar estrategias de TIC y recursos interactivos en la prestación de orientación profesional a lo largo de toda la vida;
- crear más sinergias para promover la gestión de la carrera profesional entre educadores, profesionales y PYME;
- apoyar el intercambio de buenas prácticas y experiencias entre el personal de educación de personas adultas.

## 2.2. Productos y resultados del proyecto

Esta asociación de cooperación dará lugar a los siguientes resultados clave:

- [Portal de conocimientos DISCOVER&EMPOWER](#), que incluirá:
  - módulos de aprendizaje sobre las 8 competencias CMS más importantes para los jóvenes adultos

- pruebas de autoevaluación que orienten a los participantes hacia el modulo más adecuado.
- [DISCOVER&EMPOWER Toolbox](#), con un enfoque basado en la participación activa, que incluirá:
  - [WebQuests](#)
  - [Cuestionarios \(Quizzes\)](#)
- 8 talleres presenciales de un día de duración.
- Material DISCOVER&EMPOWER para educadores, que incluirá:
  - Manual del profesorado
  - Un taller de formación para el personal docente.
- Estrategias de promoción 'STEP UP for DISCOVER&EMPOWER' en cada país, relacionadas con los módulos de la CMS, que incluirá:
  - podcasts
  - vídeos
  - carteles
  - eventos multiplicadores.

La lista de recursos no es en absoluto definitiva y podría ampliarse a lo largo de la ejecución del proyecto.

### 2.3. Organizaciones participantes

- [Vilnius Gabriele Petkevicaite-Bite Adult Education Center \(BITE\)](#) (Vilnius, LT)
- [Znam i Moga \(KNOW&CAN\)](#) (Sofia, BGR)
- [Ustanova za obrazovanje odraslih Dante \(DANTE\)](#) (Rijeka, HRV)

- [CENTRO DE EDUCACIÓN DE PERSONAS ADULTAS \(CEPA\) San Ildefonso - La Granja](#) (R. S. San Ildefonso, Segovia, ESP)
- [Escuela Internacional de Idiomas \(ILS\)](#) (Roma, ITA)
- [MIMIRSIMENNTUN EH \(MÍMIR\)](#) (Reykjavik, ISL)

### 3. Estructura y Objetivos de este Manual.

Este manual ha sido diseñado para guiar al personal docente en el desarrollo y la aplicación de estrategias pedagógicas eficaces orientadas a fomentar las competencias interpersonales en la Generación Y.

Dado que estas competencias son cada vez más necesarias tanto en el entorno laboral como en el social, es fundamental que el profesorado esté equipado con las herramientas y metodologías adecuadas para enseñarlas de manera efectiva.

Los objetivos de este manual son diversos y van más allá de informar: buscan dotar a los educadores de estrategias prácticas. En concreto, se pretende:

- sensibilizar al profesorado sobre la importancia crítica de las competencias interpersonales en el desarrollo profesional y personal de la Generación Y.
- proporcionar estrategias de enseñanza basadas en metodologías activas y de aprendizaje experiencial, que ayuden al alumnado a mejorar habilidades clave como la resolución de problemas, la comunicación, la adaptabilidad y la toma de decisiones, entre otras.
- fomentar el uso de herramientas educativas innovadoras, como [cuestionarios](#), podcasts, vídeos y carteles, para que el aprendizaje sea más dinámico, motivador e interactivo.
- ofrecer ejemplos prácticos y actividades que puedan implementarse en el aula para enseñar competencias interpersonales de una manera eficaz y atractiva.
- promover experiencias de aprendizaje significativas y aplicables que ayuden al alumnado a desarrollar habilidades transferibles en diversos contextos académicos y profesionales.
- proporcionar herramientas de evaluación y seguimiento que permitan al profesorado medir el progreso del alumnado y adaptar sus métodos de enseñanza en función de las necesidades individuales o de grupo.

Además, este manual ofrece una gran cantidad de contenidos que el personal docente puede aplicar directamente en su práctica docente. El profesorado encontrará una visión global de las principales competencias interpersonales necesarias para desenvolverse en el mundo actual, como la comunicación, la resolución de problemas, la adaptabilidad, el *Neworking*, la autoeficacia y la autoconciencia, el establecimiento de objetivos, la planificación y organización, y la toma de decisiones. Estas habilidades son fundamentales para el crecimiento personal y profesional del alumnado, y comprender cómo enseñarlas de forma efectiva constituye el núcleo de este manual.

Para ayudar al profesorado a implementar estas competencias de forma eficaz, el manual incluye:

- Orientaciones prácticas para diseñar clases centradas específicamente en el desarrollo de las competencias interpersonales: instrucciones paso a paso, marcos adaptables y sugerencias para integrarlas de forma fluida en la rutina docente diaria.
- Estrategias y actividades didácticas dinámicas y centradas en el alumnado que fomenten su participación activa.
- Recomendaciones para utilizar recursos digitales como [cuestionarios](#), podcasts, vídeos y carteles, para mejorar el aprendizaje, haciéndolo más interactivo, accesible y atractivo para todos.
- Herramientas de evaluación eficaces para medir el progreso del alumnado en el desarrollo de las competencias interpersonales, junto con métodos para valorar el éxito de las diferentes estrategias de enseñanza, de forma que el profesorado pueda ajustar su enfoque según las necesidades de su alumnado.
- Ejemplos que muestran cómo aplicar las competencias interpersonales en diversos contextos académicos y profesionales, ofreciendo al alumnado una visión práctica de cómo trasladarlas a situaciones reales.

- Un conjunto de buenas prácticas y recomendaciones para fomentar un entorno de aprendizaje motivador y de apoyo en el que el alumnado se sienta animado a desarrollar y perfeccionar estas competencias esenciales.

En definitiva, este manual no se centra únicamente en contenidos teóricos, sino en empoderar al profesorado para que equipe a su alumnado con las competencias interpersonales clave necesarias para prosperar en sus carreras profesionales y en su vida diaria. Al finalizar esta guía, el personal docente estará preparado para formar una generación competente y preparada para el futuro, capaz de afrontar con éxito los retos y las oportunidades del mundo actual.

## 4. Los CMS y su Importancia en el Mundo Laboral del Siglo XXI

En el cambiante mercado laboral del siglo XXI, las CMS se han convertido en un elemento indispensable para desenvolverse con éxito en el ámbito profesional. Estas competencias engloban un conjunto de habilidades que permiten planificar, ejecutar y evaluar la trayectoria profesional, garantizando la adaptabilidad y la resiliencia ante cambios constantes.

La pandemia de la COVID-19 aceleró la adopción de tecnologías digitales en todos los sectores, provocando cambios significativos en los roles laborales y en las competencias requeridas. Muchas personas adultas se vieron desplazadas de sus puestos de trabajo y necesitaron apoyo para explorar opciones profesionales en este nuevo contexto. Los servicios de orientación profesional han desempeñado un papel clave ayudando a las personas a reevaluar sus habilidades, descubrir nuevas oportunidades y adaptarse a las demandas cambiantes del mercado laboral. Esto subraya la necesidad de mantener una actitud positiva hacia la formación continua, ya que el aprendizaje permanente se ha convertido en un componente esencial de la gestión de la carrera profesional.

Además, el mercado laboral actual se caracteriza por una mayor movilidad: las personas buscan oportunidades laborales atractivas, estables y con proyección de futuro en toda Europa. Los jóvenes adultos, en particular, a menudo se encuentran en una encrucijada, viéndose obligados a renunciar a sus aspiraciones por falta de orientación e información. Una asesoría profesional eficaz puede cubrir esta carencia, ofreciendo el apoyo necesario para que puedan alcanzar su potencial y cumplir sus objetivos.

A lo largo de su vida laboral, las personas suelen tener que ajustar y desarrollar sus carreras en respuesta a cambios demográficos, digitalización, crisis económicas, competencia global y escasez de competencias. Las organizaciones europeas afrontan cada vez más presión para encontrar y retener talento con las cualificaciones, competencias y motivación adecuadas. En este contexto, la orientación profesional desempeña un papel decisivo para ayudar a las personas a desenvolverse con éxito, mantenerse competitivas y encontrar satisfacción en su carrera profesional.

Sin embargo, la orientación profesional por sí sola no es suficiente: es imprescindible desarrollar y utilizar eficazmente distintas CMS, entre ellas:

- *Planificación y organización*: establecer objetivos profesionales claros y elaborar planes estructurados para alcanzarlos.
- *Toma de decisiones*: evaluar las opciones y tomar decisiones informadas que se alineen a los objetivos profesionales.
- *Autoconciencia y autoeficacia*: comprender las propias fortalezas y debilidades y confiar en la capacidad para tener éxito.
- *Adaptabilidad*: ajustarse con flexibilidad y resiliencia a nuevos retos y entornos.
- *Establecimiento de objetivos*: fijar metas profesionales a corto y largo plazo que aporten orientación y motivación.
- *Networking*: crear y mantener relaciones profesionales que puedan ofrecer apoyo y abrir nuevas oportunidades.
- *Comunicación*: transmitir ideas e información de manera eficaz, tanto oralmente como por escrito, a públicos diversos.
- *Resolución de problemas*: identificar problemas y aplicar soluciones de manera oportuna y eficaz.

Desarrollar recursos educativos innovadores, interactivos y atractivos en materia de orientación profesional para jóvenes adultos es esencial para ayudarlos a alcanzar su máximo potencial. Al facilitarles acceso a materiales y recursos de alta calidad, es más probable que tomen decisiones informadas sobre su futuro laboral, lo que se traduce en mejores resultados y éxito a largo plazo. Dotarles de las competencias y los conocimientos necesarios garantiza que puedan contribuir de forma significativa al mercado laboral y a la economía. Abordar las carencias en la preparación profesional mediante recursos educativos específicos puede ayudar a reducir la brecha de habilidades y reducir las tasas de desempleo juvenil. Además, estos recursos pueden

tener un impacto duradero en las personas y en las comunidades, ofreciendo herramientas e información valiosa que podrán aprovechar durante muchos años.

## 5. Enseñar y Motivar a la Generación Y: Estrategias para una Experiencia de Aprendizaje Atractiva y un Desarrollo Profesional Sólido

¿Cómo enseñar a la generación Y y cómo motivarla Y?

Para el personal docente y de orientación profesional, comprender las preferencias de aprendizaje, las motivaciones y las expectativas profesionales de esta generación es esencial para crear entornos de aprendizaje interactivos adaptados a sus necesidades, impulsando su desarrollo profesional a largo plazo. Esta guía explora metodologías de enseñanza efectivas, técnicas de motivación y buenas prácticas en orientación profesional para asegurar que los milenials se comprometan con su proceso formativo y desarrollos las habilidades esenciales para progresar en su trayectoria profesional.

### 5.1. Necesidades Profesionales de la Generación Y.

Desde la perspectiva del mercado laboral, los milenials se han enfrentado a importantes desafíos derivados de la crisis económica de 2008 y sus consecuencias, que les dificultaron acceder a una estabilidad laboral. Muchos de ellos, incluso con sobrecualificación para muchos empleos, han experimentado esta inseguridad laboral, que les ha llevado a interesarse más por el trabajo flexible, el emprendimiento y la búsqueda de un propósito en sus carreras profesionales. Este cambio en sus expectativas laborales se refleja también en sus prioridades, valorando mucho el equilibrio entre vida laboral y personal, la diversidad de opciones en el lugar de trabajo y, principalmente, el aprendizaje continuo.

La generación Y se caracteriza por su deseo de lograr un trabajo significativo, flexible y con oportunidades de crecimiento personal y profesional. Buscan un equilibrio real

entre la vida laboral y la vida personal y un propósito más allá de la mera retribución económica. Para abordar eficazmente sus necesidades profesionales, es crucial integrar aplicaciones del mundo real en el plan de estudio. Esto implica incorporar el aprendizaje basado en proyectos, las prácticas laborales y la colaboración con profesionales del sector. Estos enfoques ayudan a reforzar la importancia de los programas de aprendizaje en el ámbito laboral, asegurando que vean la relevancia y el impacto directo de su formación en su capacitación profesional.

## 5.2. Estrategias de Enseñanza Efectivas con los Milenials.

La generación Y, comúnmente conocidos como milenials, se refiere a los nacidos entre 1981 y 1996. Han crecido en un entorno de rápida evolución tecnológica, globalización y cambios constantes en el mercado laboral, lo que ha moldeado sus expectativas en cuanto a educación, formación continua y desarrollo profesional. A diferencia de las generación anteriores, los milenials son nativos digitales, acostumbrados a la conectividad constante, al acceso inmediato a la información y a los entornos de aprendizaje interactivos. Son multitarea, están profundamente inmersos en la tecnología y al acceso instantáneo a la información a través de dispositivos digitales. Esta inmediatez ha influido en su preferencia por métodos de enseñanza online, más interactivos y prácticos, más en línea con su estilo de vida digital y acelerado. En lugar de enfoques tradicionales basados en la memorización, los milenials responden mejor a experiencias educativas que impliquen resolución de problemas, trabajo en equipo y uso de herramientas digitales. Estas características, junto con su búsqueda de un trabajo significativo, flexible y con oportunidades de crecimiento profesional, exigen enfoques de enseñanza actualizados y estrategias de orientación profesional que respondan a estas necesidades concretas.

Teniendo esto en cuenta, es esencial adoptar estrategias de enseñanza dinámicas y participativas que fomenten el aprendizaje activo y se adapten a su entorno. Para lograrlo, se deben implementar estrategias que se alineen con la destreza tecnológica de la generación Y, combinando su preferencia por el trabajo colaborativo con su necesidad de autonomía individual. Para ello, el profesorado debe aprovechar:

- *Integrar la tecnología en el aprendizaje.* La generación Y, que ha crecido con Internet y la tecnología digital, necesita que estos formen parte integral de su educación. Incorporar tecnología es fundamental (presentaciones multimedia, discusiones en línea, foros, plataformas de aprendizaje interactivas...) para captar su atención, enriquecer el proceso de enseñanza y aprendizaje y adaptarse a la diversidad de estilos de aprendizaje individuales.

Ejemplos de recursos:

- o [Recursos multimedia](#) (videos, podcasts...).
- o Plataformas de aprendizaje en línea que posibiliten diferentes ritmos de aprendizaje (Google Classroom, Moodle...).
- o Gamificación mediante aplicaciones como Kahoot o Quizlet para hacer el aprendizaje más interactivo.

Por ejemplo, en lugar de las clases tradicionales, se puede utilizar el modelo de aula invertida (*flipped classroom*) en las que el alumnado trabaja los contenidos teóricos en casa a través de recursos digitales y el tiempo en el aula se dedica a actividades prácticas sobre el mismo.

- *Potenciar el aprendizaje colaborativo.* Los milenials trabajan bien en entornos colaborativos donde puedan compartir ideas, trabajar en equipo y aprender de sus compañeros.

Recomendaciones:

- o Diseñar proyectos grupales que simulen contextos reales de colaboración en el entorno laboral.
- o Utilizar estrategias de aprendizaje entre pares, como *think-pair-share*, y debate enfocados la resolución de problemas.
- o Potenciar los estudios de caso en equipo para que el alumnad anilice y presente desafíos empresariales reales. (MATERIAL DE D&E NO SUBIDO)

Por ejemplo, en una actividad de discusión en grupo, los estudiantes podrían trabajar en equipo para identificar las habilidades clave necesarias para afrontar

con garantías una entrevista de trabajo. Cada estudiante aportaría ideas, compartiría experiencias y harían *role playing* con preguntas comunes en entrevistas.

- *Desarrollar el pensamiento crítico y la capacidad de resolver problemas.* La generación Y se caracteriza por su pensamiento crítico y disposición a enfrentarse a los problemas. Se deben crear, por tanto, oportunidades para que el alumnado analice casos reales, participe activamente en debates realistas, desarrolle sus propias soluciones a los problemas planteados y participe en debates constructivos sobre ellas. (MATERIAL D&E NO CARGADO).

Por ejemplo, plantear un escenario laboral realista, como un conflicto entre miembros de un equipo de trabajo o un cambio inesperado en una fecha de entrega, y pedir al alumando que proponga distintas soluciones, valorando ventajas e inconvenientes, hasta elegir la más adecuada

### 5.3. La Motivación es la Clave.

La motivación es fundamental para involucrar a los estudiantes de la generación Y en sus propios procesos de aprendizaje. A continuación, se presentan algunas estrategias eficaces para fomentar su motivación, teniendo en cuenta sus características y necesidades generales:

- *Fomentar la autonomía.* Dejar que el alumnado controle su proceso de aprendizaje aumenta su motivación y compromiso. El profesorado puede presentar diferentes opciones en las tareas, como permitir que elijan entre redactar un informe o crear un video. También debe animarlos a establecer sus propias metas personales de aprendizaje y hacer un seguimiento de su progreso. Además, proporcionar rutas de aprendizaje flexibles permite a los estudiantes explorar temas relacionados con sus intereses profesionales. Cuando sienten que tienen control sobre su propio proceso de aprendizaje, se fomenta un mayor compromiso e implicación en el mismo.
- *Establecer objetivos claros.* La generación Y necesita metas y objetivos bien definidos que respondan a sus expectativas. Como docentes, debemos plantear objetivos de aprendizaje claros y proporcionar retroalimentación continua sobre su progreso. Esta claridad en los objetivos a alcanzar ayuda a los alumnos a comprender la relevancia de sus esfuerzos y los motiva a esforzarse para lograr las metas propuestas.



- *Reconocer los avances y logros.* Reconocer y celebrar los logros es una poderosa herramienta de motivación para la generación Y. El reconocimiento,

ya sea a través de elogios verbales, certificados o la exposición de trabajos, refuerza el esfuerzo de los estudiantes, fomenta un ambiente de aprendizaje positivo y estimula un compromiso continuo con sus procesos formativos. Además, herramientas de retroalimentación instantánea como Google Forms, encuestas o evaluaciones entre pares pueden utilizarse para mantener a los alumnos informados sobre su progreso.

Para crear un ambiente de trabajo interactivo y motivador, profesorado y educadores deben integrar estrategias que fomenten la motivación y la participación activa, como por ejemplo:

- *Gamificación.* Utilizar técnicas de enseñanza y aprendizaje basadas en el juego para hacer las clases más dinámicas y atractivas. Incorporar elementos como puntos, insignias y clasificaciones puede motivar a los alumnos a participar activamente y a mejorar su propio proceso de aprendizaje.
- *Escenarios realistas de aprendizaje.* Conectar los temas a trabajar con aplicaciones reales. Estudios de caso, simulaciones y charlas con profesionales de diferentes sectores pueden ofrecer al alumnado una perspectiva práctica y hacer que el aprendizaje sea más relevante (**MATERIAL D&E NO CARGADO**).
- *Creatividad.* Permitir que los estudiantes expresen su creatividad a través de proyectos, presentaciones y debates. Proporcionar oportunidades para actividades creativas favorece una participación más profunda y experiencias de aprendizaje más amenas que favorecen la implicación en su proceso de aprendizaje.

Al hacer que las clases sean dinámicas, interactivas y conectadas con las aspiraciones personales y profesionales de los estudiantes, el profesorado puede crear una experiencia de aprendizaje más efectiva y motivante para los milenials.

## 5.4. Prácticas de Orientación Profesional.

La orientación profesional efectiva es absolutamente esencial para ayudar a la generación Y a conocer sus posibilidades y tomar el control de su trayectoria formativa y profesional. A continuación, se presentan algunas buenas prácticas:

- *Fomentar la reflexión y la autoevaluación.* Una de las prácticas más efectivas en orientación profesional es incentivar la autoevaluación y la reflexión. El profesorado debe proporcionar herramientas y recursos que ayuden al alumnado a identificar sus fortalezas, áreas de mejora, intereses y valores propios. Actividades como evaluaciones de personalidad, inventarios de habilidades y diarios de reflexión pueden ayudar a los estudiantes a que comprendan mejor sus aspiraciones profesionales. Al fomentar el autoconocimiento, los educadores pueden orientar a los milenials hacia trayectorias formativas y laborales según sus propios objetivos personales y profesionales.
- *Proporcionar experiencias del mundo real.* Los milenials valoran la experiencia práctica y las aplicaciones reales de su formación. Se deben brindar oportunidades como las prácticas, los programas de aprendizaje por observación (*job shadowing*) y el trabajo voluntario. Colaborar con empresas y organizaciones locales abre caminos a que los estudiantes adquieran experiencia directa en sus áreas de interés. Estas experiencias no solo enriquecen sus currículos, sino que también les ofrecen una visión valiosa de la realidad del entorno laboral al que se quieren incorporar, ayudándolos a tomar decisiones formativas y profesionales fundamentadas.
- *Promover el Networking y la tutoría.* La creación de redes es esencial en el desarrollo profesional de los Milenials. Se debe motivar al alumnado a construir relaciones profesionales organizando eventos de *Networking*, talleres y sesiones con ponentes invitados. Además, establecer programas de tutoría y acompañamiento en el proceso de aprendizaje que conecten a los estudiantes con profesionales del sector puede brindar orientación, apoyo y conocimientos valiosos sobre distintas trayectorias profesionales. Este mentorazgo fomenta

un sentido de comunidad y puede influir significativamente en la confianza y preparación laboral de los alumnos.

- *Integrar la tecnología y los recursos en línea.* La generación Y ha crecido y vive en un mundo crecientemente digital, y depende en gran medida de los recursos digitales para obtener información. El profesorado debe aprovechar la tecnología para mejorar la orientación profesional. Esto puede incluir el uso de herramientas en línea de evaluación profesional, ferias de empleo virtuales y plataformas como Linkedin para establecer contactos profesionales.  
Proporcionar acceso a cursos en línea y seminarios web también puede ayudar a que el alumnado desarrolle habilidades relevantes para sus aspiraciones profesionales. Al integrar la tecnología en la orientación profesional, los docentes pueden conectar con los milenials en su propio entorno digital y proporcionarles los recursos que necesitan para alcanzar sus objetivos.
- *Fomentar la formación continua y la adaptabilidad.* En un mercado laboral en constante cambio, la capacidad de adaptarse y comprometerse con el aprendizaje a lo largo de la vida es fundamental. Los educadores deben fomentar una mentalidad de crecimiento, destacando la importancia del desarrollo permanente de habilidades y de la adaptabilidad. Promover la participación en talleres, certificaciones y formación adicional puede preparar a los milenials para las cambiantes demandas laborales. Al promover una cultura de aprendizaje permanente, el profesorado puede brindar a los estudiantes las herramientas necesarias para avanzar en sus carreras.

En resumen, una orientación profesional efectiva para la generación Y precisa un enfoque multifacético para responder con éxito a sus necesidades y aspiraciones particulares. Al fomentar la autoevaluación, ofrecer experiencias del mundo real, enfatizar el *Networking*, integrar la tecnología y promover el aprendizaje continuo, los docentes pueden ayudar a los milenials a gestionar adecuadamente su trayectoria profesional. A medida que se preparan para acceder al mundo laboral, estas prácticas educativas los ayudarán a desarrollar las habilidades, los conocimientos y la confianza personal necesarios para alcanzar sus propios objetivos personales y profesionales.

## 6. Las 8 Competencias Clave para la Generación Y

Los estudiantes milenials, que crecen en un mundo digital en rápida evolución, se enfrentan a desafíos y oportunidades únicos tanto en su trayectoria educativa como profesional. Los educadores desempeñan un papel crucial para capacitarlos con las competencias esenciales que les permitirán prosperar en un panorama en constante cambio, en todos los niveles.

Hay ocho competencias clave esenciales para los estudiantes de la generación Y: resolución de problemas, comunicación, *Networking*, adaptabilidad, autoconciencia y autoeficacia, establecimiento de objetivos, planificación y organización, y toma de decisiones.

### *Resolución de problemas*

Todos tenemos acceso a una gran cantidad de información, pero a estos estudiantes se les debe enseñar cómo analizarla y aplicarla de manera efectiva. Los educadores deben fomentar el pensamiento crítico a través de actividades de resolución de problemas del mundo real. Los estudios de casos, el aprendizaje basado en proyectos y las actividades interactivas de resolución de problemas ayuda al alumnado a desarrollar habilidades analíticas y pensamiento innovador.

### *Comunicación*

La comunicación efectiva es esencial para el éxito personal y profesional. Los estudiantes de la generación Y a menudo confían en la comunicación digital, que a veces puede carecer de profundidad. El profesorado debe enfatizar las habilidades de comunicación verbal, escrita y no verbal a través de actividades como hablar en público, tareas de escritura y presentaciones orales, *roleplays*... Fomentar la escucha activa, la empatía y participar en los intercambios orales es igualmente importante para desarrollar habilidades de comunicación activa.

### *Networking*

En un mundo cada vez más interconectado, el *Networking* es una habilidad clave para abrir puertas a nuevas oportunidades. A los milenials se les debe enseñar cómo construir y mantener relaciones profesionales tanto en línea como fuera de línea. Los

educadores deben integrar ejercicios de *Networking*, programas de tutoría y proyectos de colaboración para inculcar la importancia de establecer conexiones significativas.

### *Adaptabilidad*

El cambio es una constante en el mundo actual. Es esencial, pues, enseñar a los estudiantes milenials cómo aceptar el cambio como una oportunidad y permanecer flexibles en situaciones inciertas. Los educadores deben fomentar una mentalidad de crecimiento alentando al alumnado a salir de su zonas de confort, experimentar con nuevos métodos de aprendizaje y participar en estudios interdisciplinarios centrados en sus metas y objetivos profesionales.

### *Autoconciencia y autoeficacia*

Comprender las fortalezas, debilidades y motivaciones de uno es clave para el desarrollo personal y profesional. Los educadores deben ayudar a sus estudiantes a desarrollar la autoconciencia a través de ejercicios reflexivos, evaluaciones de personalidad y comentarios de sus compañeros. Fomentar la autoeficacia, la creencia del alumnado en su propia capacidad para lograr sus metas, se puede lograr estableciendo desafíos realistas y celebrando incluso los pequeños logros.

### *Establecimiento de objetivos*

Definir objetivos claros y alcanzables ayuda a los estudiantes de la generación Y a mantenerse motivados y enfocados en lo que de verdad necesitan y desean. El personal docente puede apoyarse en el modelo de metas SMART (específicas, medibles, alcanzables, relevantes y con un plazo definido) para enseñarles a planificar mejor. Orientar a los milenials sobre cómo ser realistas, cómo marcarse metas, revisarlas de manera continua y ajustarlas cuando sea necesario, refuerza su sentido de propósito y dirección. De esta forma, su proceso de aprendizaje resulta mucho más práctico y conectado con la realidad.

### *Planificación y organización*

Los estudiantes de la generación Y a menudo deben equilibrar múltiples responsabilidades, lo que hace que las habilidades organizativas sean vitales para sus propios procesos de aprendizaje. El profesorado debe integrar técnicas de gestión del

tiempo, métodos de priorización de tareas y herramientas de planificación digital en los programas formativos. Alentar al alumnado milenial a crear planes de estudio y usar aplicaciones de productividad puede ayudarlo a desarrollar hábitos organizacionales más fuertes y útiles.

### *Toma de decisiones*

Tener buenas habilidades para la toma de decisiones permite a los estudiantes elegir con criterio y confianza. Para fomentar esta competencia, es útil presentarles situaciones reales, animarles a participar en debates dinámicos y enseñarles modelos eficaces de toma de decisiones, como el análisis DAFO (Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades).

Al integrar activamente estas ocho competencias clave en los procesos de enseñanza y aprendizaje, el profesorado puede preparar mejor a los estudiantes milenials para las complejidades de nuestro mundo cambiante. Para lograrlo, como maestros y educadores, es fundamental reflexionar sobre nuestra experiencia docente para obtener una combinación de estrategias de enseñanza tradicionales e innovadoras para ayudar con éxito a la generación Y a desarrollar las habilidades esenciales de aprendizaje permanente que les permitan alcanzar el éxito académico, profesional y personal.

## 7. Herramientas de Aprendizaje Interactivo para la Generación Y

Las herramientas de aprendizaje interactivo han revolucionado la educación, haciendo que las clases sean más atractivas y adecuadas para las preferencias de aprendizaje de la generación Y, nativos digitales que prosperan con experiencias dinámicas e impulsadas por la tecnología. Las [WebQuests](#) alientan a los estudiantes a explorar y analizar información a través de la investigación guiada en línea, fomentando el pensamiento crítico. Los [cuestionarios](#) proporcionan una forma interactiva de evaluar el conocimiento y reforzar el aprendizaje. Los [podcasts](#) ofrecen una experiencia de aprendizaje auditivo, lo que permite a los estudiantes absorber información sobre la marcha. Los [videos](#) dan vida a los conceptos con explicaciones visuales, mejorando la comprensión. Los [carteles](#) sirven como herramientas creativas para resumir y presentar ideas clave de manera efectiva. Al integrar estas herramientas, los educadores pueden crear un entorno de aprendizaje más estimulante e inclusivo que se adapte a diversos estilos de aprendizaje.

Todos estos recursos adicionales se pueden encontrar en el sitio web de [Discover&Empower](#). En las siguientes secciones, exploraremos cada una de estas herramientas con más detalle y veremos cómo incorporarlas de manera efectiva en las clases como materiales complementarios.

### 7.1. WebQuests

Una [WebQuest](#) es una actividad de aprendizaje basada en la investigación en la que los estudiantes trabajan en grupo para explorar un tema utilizando recursos de Internet. Favorece el aprendizaje activo, la colaboración y la resolución de problemas, lo que la convierte en una excelente plataforma para desarrollar y mejorar las ocho habilidades interpersonales básicas necesarias para el éxito profesional.

#### *Estructura básica de una [WebQuest](#)*

- *Introducción:* presenta el tema y capta el interés del alumnado.
- *Tarea:* describe claramente el producto final que deben elaborar.

- *Proceso*: explica los pasos a seguir y ofrece recursos seleccionados (enlaces web, documentos, videos).
- *Recursos*: materiales digitales seleccionados para evitar la sobrecarga de información.
- *Evaluación*: rúbricas o criterios de valoración del trabajo final.
- *Conclusión*: reflexión sobre lo aprendido y su aplicación práctica.

### *¿Por qué usar WebQuests?*

Las [WebQuests](#) son herramientas efectivas comprobadas para fomentar el desarrollo de CMS en este grupo de edad específico por las siguientes razones:

- Familiaridad con los entornos digitales y las herramientas en línea.
- Preferencia por experiencias de aprendizaje prácticas y visuales.
- Motivación a través de tareas reales y colaborativas.
- Uso natural de Internet como fuente de información e interacción.

### *Cómo usar WebQuests en el aula*

Hay una [WebQuest](#) en cada uno de los módulos del proyecto Discover & Empower. Su uso está abierto al estilo de enseñanza de cada docente pero, en general, podemos considerar 3 fases del uso de WebQuest:

- *Antes de la lección*, para dar a conocer posibles recursos y reducir el riesgo de infoxicación.
- *Durante la lección*, para promover el pensamiento crítico y la autonomía, involucrar a los estudiantes en el proceso de toma de decisiones para aumentar el número de OTR (oportunidades para responder); brindar oportunidades para desarrollar roles específicos; fomentar la comunicación y la colaboración.
- *Después de la lección*, para proporcionar una visión clara del nivel de adquisición después de la actividad y/o módulo.

También es posible hacer que sus estudiantes diseñen su propia WebQuest.

### Herramientas útiles

- Diseño y publicación de WebQuests: [PHP WebQuests, 1, 2, 3 tu WebQuest gratis](#)
- Tutoriales: [Cómo crear una tarea de WebQuest, 6 formas sorprendentes de usar WebQuests en tu salón de clases.](#)

## 7.2. Cuestionarios

Los cuestionarios son pruebas o evaluaciones breves que se utilizan para medir el conocimiento o las habilidades de una persona en un tema en particular. Se pueden usar con fines educativos para revisar y reforzar contenidos o en entornos profesionales para medir habilidades y conocimientos en áreas específicas. Suelen incluir preguntas de opción múltiple, verdadero/falso y/o preguntas de respuesta corta.

Hay un cuestionario en cada uno de los módulos de este proyecto Discover & Powerpower, concebido como una auto-evaluación para que los participantes valoren su nivel de preparación y confianza respecto a las ocho competencias trabajadas.

### *¿Por qué usar cuestionarios?*

El uso de cuestionarios es un método excelente para que el alumnado milenario se prepare para las habilidades esenciales requeridas en el entorno laboral, ya que ofrecen varios beneficios significativos:

- *Refuerza de habilidades clave* ayudando a solidificar habilidades cruciales como la toma de decisiones, la comunicación y la resolución de problemas.
- *Mejora de la autoconciencia* permitiendo identificar fortalezas y áreas de mejora, fomentando así una mayor autoeficacia y autoconciencia, las cuales son vitales para el éxito en cualquier entorno profesional.

- *Promueven el aprendizaje activo*, aumentando el compromiso con el contenido y motivando el pensamiento crítico y la toma de decisiones a lo largo del proceso.
- *Entrenan la adaptabilidad*, mediante escenarios hipotéticos que brindan la oportunidad de practicar la flexibilidad y la adaptabilidad en situaciones dinámicas.
- *Simulan situaciones reales* de trabajo o cotidianas, preparando al alumando a abordar desafíos reales en un entorno controlado, lo que lo prepara mejor para situaciones similares en el trabajo.
- *Fomenta la competencia sana*, motivando a las personas a mejorar particularmente en áreas que pueden encontrar más desafiantes.
- *Promocionan el trabajo en equipo*, fomentando la colaboración y mejorando las habilidades de comunicación, negociación y resolución de conflictos, todo lo cual es esencial en cualquier entorno profesional.

En resumen, los cuestionarios ofrecen una forma interactiva y efectiva de prepararse, ayudando al alumnado a desarrollar habilidades clave que se pueden aplicar fácilmente en su vida profesional.

#### *Cómo usar cuestionarios en el aula*

A continuación, se presentan algunos ejemplos concretos de cómo utilizar los [cuestionarios](#) de cada uno de los módulos del Proyecto Discover & Empower:

- *Para la autoevaluación*. Los cuestionarios pueden servir como una herramienta de autoevaluación que ayude a identificar fortalezas y áreas de mejora con respecto a las habilidades requeridas para el empleo.

Ejemplo: Después de completar un cuestionario sobre *habilidades de comunicación*, un estudiante puede evaluar si sus respuestas reflejan una gran capacidad para escuchar activamente y expresarse con claridad. Si no, podrían centrarse en mejorar estos aspectos antes de una entrevista real.

- *En talleres (Desarrollo Profesional):* Los cuestionarios pueden ser parte de un taller o sesión de capacitación diseñada para ayudar a los participantes a desarrollar las habilidades necesarias para asegurar un trabajo.

Ejemplo: después enseñar técnicas efectivas para establecer metas, podría hacer que los participantes respondan preguntas sobre *el establecimiento de objetivos* para facilitar una discusión sobre la importancia de establecer metas SMART y cómo implementarlas en una estrategia de búsqueda de empleo.

- *En simulaciones de entrevistas.* Los cuestionarios ayudan a practicar las respuestas a las preguntas comunes de las entrevistas y a generar confianza.

Ejemplo: en una entrevista simulada, podría usar preguntas de un *cuestionario de autoeficacia* para evaluar cómo un candidato manejaría una pregunta sobre logros y desafíos pasados. Las respuestas proporcionarían información sobre qué tan bien se presentan y su capacidad para mantener una actitud positiva en situaciones desafiantes.

- *En evaluaciones de equipo o grupo:* Los cuestionarios se pueden utilizar para evaluar la dinámica de grupo durante un proceso colaborativo.

Ejemplo: en una actividad grupal centrada en la *resolución de problemas*, cada miembro podría responder a preguntas sobre cómo abordan los problemas y toman decisiones. Después, el grupo puede discutir las respuestas y explorar cómo cada persona puede contribuir de manera más efectiva en situaciones de colaboración.

- *En tareas de seguimiento,* (plan de acción personal). Después de que los participantes completen el cuestionario, puede asignar tareas de seguimiento que les permitan aplicar lo que han aprendido.

Ejemplo: Si alguien enfrenta desafíos con la *adaptabilidad*, el cuestionario podría mostrar que tiende a resistirse al cambio. Como tarea de seguimiento, podrían trabajar en escenarios hipotéticos en los que deben adaptarse a nuevos

entornos de trabajo, como un cambio tecnológico o cambios en las prioridades del equipo.

- *En evaluaciones continuas de desempeño.* Los cuestionarios se pueden utilizar como una herramienta para la evaluación continua de habilidades clave a lo largo del tiempo.

Ejemplo: Después de varios meses en el programa, los participantes podrían completar un cuestionario de habilidades de liderazgo para evaluar si han mejorado en la toma de decisiones, la delegación de tareas y el liderazgo del equipo. Los resultados ayudarían a identificar las áreas que aún necesitan atención, lo que permitiría la creación de un plan de acción.

- *En la gamificación y competencia amistosa:* Puede integrar estos cuestionarios en una estrategia de gamificación, donde se compita para lograr los puntajes más altos o las respuestas más rápidas. Este enfoque puede hacer que el aprendizaje sea más atractivo y dinámico, al mismo tiempo que promueve una competencia sana.

Ejemplo: Organice un "torneo de habilidades en el lugar de trabajo" donde haya que completar cuestionarios sobre resolución de conflictos o gestión de proyectos, añadiendo ganar pequeños premios para motivar la participación activa y la mejora continua.

## Herramientas útiles

Con el objetivo de realizar una variedad de cuestionarios diferentes, se podrían utilizar algunas de las siguientes herramientas:

Formularios de Google, [Kahoot](#), [Quizizz](#), [Typeform](#), [ProProfs](#), [Classmaker](#)

### 7.1. Podcasts.

Los [podcasts](#) son un recurso excelente para implicar a los estudiantes de la generación Y en sus procesos de aprendizaje y para ayudarles a desarrollar las competencias clave necesarias para su crecimiento personal y profesional.

### *¿Por qué utilizar podcasts?*

- Son flexibles y a demanda: los estudiantes pueden escuchar en cualquier momento y lugar, adaptando el aprendizaje a su propio ritmo
- Son relevantes y atractivos: muchos podcasts presentan situaciones reales y ofrecen ideas y consejos de expertos.
- Mejoran la escucha activa y el pensamiento crítico: ayudan a desarrollar competencias de comunicación y resolución de problemas.
- Fomentan el aprendizaje autónomo: los estudiantes asumen un papel protagonista en su propio proceso de aprendizaje.

### *Cómo utilizar los podcasts en el aula*

Cada uno de los ocho módulos de competencias CMS de *Discover & Empower* incluye [podcasts](#). Su uso dependerá del estilo de enseñanza de cada docente, aunque en general se pueden plantear tres fases:

- *Antes de la lección*, para despertar interés: Utilizar fragmentos breves (5–10 min) como actividad previa.

Ejemplo: en temas como *Autoconciencia*, *Adaptabilidad* o *Establecimiento de objetivos*, se puede escuchar un podcast sobre alguien que se adapta a una nueva cultura o supera un fracaso. Después, los estudiantes reflexionan sobre experiencias personales.

- *Durante la lección*, para generar debate. Emplear podcasts como casos prácticos o detonantes de conversación.

Ejemplo: para *Comunicación*, *Resolución de problemas* o *Networking*, escuchar un podcast sobre un problema real, analizarlo en grupo y dramatizar posibles soluciones.

- *Después de la lección*, como tarea final. Invitar a los estudiantes a crear sus propios podcasts.

Ejemplo: en módulos de *Planificación y organización*, *Autoeficacia* o *Colaboración*, organizar grupos para diseñar, guionizar y grabar un podcast breve (3–5 min) sobre un tema relacionado con la unidad.

#### *Más ideas de actividades con podcasts para cada competencia CMS*

- *Resolución de problemas*: escuchar un caso práctico, proponer soluciones en grupo y compararlas con lo que ocurrió en la realidad
- *Comunicación*: grabar una reflexión breve (2–3 min) resumiendo un episodio y dando una opinión personal.
- *Networking*: escuchar un podcast sobre redes profesionales y luego simular escenarios de *Networking* o redactar un mensaje de contacto.
- *Adaptabilidad*: tras escuchar un podcast sobre alguien que cambió de carrera, diseñar un “Plan de Adaptabilidad” ante un giro profesional inesperado.
- *Autoconciencia y Autoeficacia*: escribir un diario sobre fortalezas, debilidades y objetivos tras un podcast de desarrollo personal, seguido de un debate en parejas.
- *Establecimiento de objetivos*: tras un episodio sobre productividad, formular objetivos SMART y compartirlos en grupos pequeños.
- *Planificación y organización*: poner en práctica durante una semana un consejo de productividad de un podcast y reflexionar sobre el resultado.
- *Toma de decisiones*: analizar la decisión real de un líder narrada en un podcast y debatir alternativas en grupo.

#### *Herramientas útiles*

- Grabación: [Anchor](#), [Audacity](#), [GarageBand](#), o smartphones.
- Edición de audios: [Audacity](#), [Soundtrap](#).

- Publicación: web de la clase, plataforma educativa o carpetas compartidas.
- Colaboración: Google Docs, [Trello](#), [Padlet](#).

## 7.2. Vídeos y pósters

[Los vídeos y los pósters](#) son recursos valiosos para implicar a los estudiantes de la Generación Y en el desarrollo de las competencias CMS. Como nativos digitales, los Milenials aprenden de forma muy visual y responden especialmente bien a contenidos dinámicos e interactivos. Incorporarlos a las lecciones permite crear un entorno de aprendizaje más estimulante y efectivo, que refuerza los conceptos clave y aumenta la motivación.

### ¿Por qué usar vídeos y pósters?

- Son motivantes y despiertan la atención: los vídeos captan el interés con ejemplos reales, testimonios de expertos o historias que hacen más cercanos los conceptos abstractos. Los pósters actúan como recordatorios visuales y rápidos.
- Mejoran la retención: la combinación de lo visual y lo auditivo mejora la comprensión y la memoria a largo plazo. Mientras que los vídeos proporcionan un contexto y ejemplo, los pósters resumen los puntos claves.
- Son flexibles y accesibles: los vídeos pueden revisarse a ritmo propio, facilitando el aprendizaje personalizado, y los pósters son un apoyo constante en el aula.
- Estimulan el pensamiento crítico y el debate: los vídeos generan conversaciones y los pósters ayudan a organizar ideas y visualizar conceptos.
- Están conectados con la vida real: ambos permiten relacionar lo aprendido con experiencias cotidianas.

### Cómo usarlos en el aula

Cada módulo CMS incluye un [vídeo](#) y un [póster](#). Algunas ideas:

- *Anates de la lección*, para despertar interés. Proyectar un vídeo breve para presentar el tema y motivar al alumnado.
- *Durante la lección*, para generar debate. Usar pósters como apoyo visual de los conceptos clave, expuestos en el aula o distribuidos en papel.
- *Después de la lección*, como tarea final. Asignar vídeos como repaso o tarea independiente; pedir al alumnado que cree resúmenes o que discuta cómo aplicar los contenidos a situaciones reales

#### *Más actividades con vídeos y pósters para cada competencia CMS*

- *Resolución de problemas*: analizar un dilema real mostrado en un vídeo y presentar soluciones en un póster.
- *Comunicación*: crear un vídeo breve o un póster resumiendo la lección con mensajes claros y persuasivos.
- *Networking*: ver una entrevista en vídeo y diseñar un póster con el recorrido profesional de la persona y crear un mapa visual de *Networking* mostrando los contactos profesionales posibles
- *Adaptabilidad*: tras un vídeo sobre alguien que afronta un cambio, diseñar un póster con una línea temporal de cómo gestionar imprevistos.
- *Autoconciencia y Autoeficacia*: ver un vídeo motivador y elaborar un póster con fortalezas, metas y frases inspiradoras.
- *Establecimiento de objetivos*: grabar un vídeo-diario con objetivos SMART o diseñar un póster de seguimiento de progreso.
- *Planificación y organización*: tras un vídeo sobre gestión del tiempo, elaborar un planificador semanal o un póster con consejos de productividad.
- *Toma de decisiones*: analizar un caso en vídeo de un líder tomando una decisión difícil y diseñar un póster con las alternativas posibles

#### *Herramientas útiles*

- Creación de vídeos: [Filmora](#), [InShot](#), [CapCut](#), [iMovie](#), [Adobe Premiere Pro](#), [DaVinci Resolve](#), [genial.ly](#)
- Diseño de pósters: [Canva](#), [Adobe Express](#), [Piktochart](#), [Google Slides](#), [Genial.ly](#).
- Colaboración y feedback: [Padlet](#), Google Docs, [Trello](#).

Integrar vídeos y pósters en el aprendizaje permite que las competencias CMS sean más fáciles de asimilar y mucho más atractivas para los jóvenes de la Generación Y. Además de favorecer la comprensión, estas herramientas invitan a participar, a debatir y ayudan a consolidar a largo plazo las habilidades esenciales

**DISCOVER & EMPOWER**

The right side of the image features a white rectangular area containing logos of six partner organizations. From top-left to bottom-right, the logos are:

- BITÉS SMC**: A logo featuring a stylized figure with wings and the text "BITÉS SMC".
- KNOW AND CAN**: A logo featuring a purple open book and the text "KNOW AND CAN".
- Centro de Educación de Personas Adultas San Ildefonso - La Granja**: A logo featuring a stylized tree growing from an open book with the text "Centro de Educación de Personas Adultas San Ildefonso - La Granja" around it.
- dante**: A logo featuring a purple square with the word "dante" in white and the text "USTANOVА ZA OBРАЗОВАЊЕ CORALSLIH ADULT EDUCATION INSTITUTION" below it.
- BSI British School International**: A logo featuring the British flag and the text "BSI British School International".
- MÍMIR**: A logo featuring a stylized red and yellow 'M' shape with the text "MÍMIR Vertu meira!" below it.

**Co-funded by the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the National Agency. Neither the European Union nor National Agency can be held responsible for them. Project Number: 2023-1-LT01-KA220-ADU-000156443