**00**

LECTURAS

La recuperación está basada en las páginas 2 a la 18 del libro: “Los 7 hábitos de los Adolescentes Altamente Efectivos” de Sean Covey. (Covey, 2003).

**DESCARGAS**

Las páginas las puedes descargar [aquí](https://drive.google.com/file/d/1P2AzHwwI8ZroKEhyF6X_o3IfFfX5qzSp/view)

o en el siguiente link:

(<https://drive.google.com/file/d/1P2AzHwwI8ZroKEhyF6X_o3IfFfX5qzSp/view>)

¿QUÉ SON EXACTAMENTE LOS HÁBITOS?

Según el libro, ¿que son los hábitos?

***Los hábitos son cosas que hacemos repetidamente. Pero la mayor parte***

***· del tiempo no estamos conscientes de que los tenemos. Están en piloto***

***automático.***

¿QUÉ ES UN PARADIGMA?

Según el libro, ¿qué es un paradigma?

***Un paradigma es la forma en que vemos algo, nuestro punto de vista, marco de referencia o creencia. Como tal vez ya hayas notado, nuestros paradigmas con frecuencia no son acertados y, por consiguiente, crean limitaciones.***

RESUMEN

Haz un resumen de los siguientes paradigmas.

**Paradigma de nosotros mismos**

***Básicamente es como si estuviéramos viendo la vida de una manera errónea, como si estuviéramos equivocados en la manera que vemos la vida, como lo decía el libro como si estuviéramos usando lentes con el aumento equivocado; Considerar la realidad desde otro punto de***

***vista puede producir una gran diferencia en la actitud que tenemos***

***hacia los demás.***

**Paradigma de otros**

***Tenemos paradigmas no sólo de nosotros mismos, sino también de otras***

***personas. Y también pueden estar muy equivocados. Ver las cosas desde***

***un ángulo distinto puede ayudamos a entender por qué los demás***

***actúan de tal forma***

**Paradigma de la vida**

***Lo que sea más importante para ti se convertirá en tu paradigma, tus anteojos o, el centro de tu vida. Algunos de los centros de la vida más populares para los jóvenes son los amigos, las cosas materiales, los novios o las novias, la escuela, los padres, los deportes/pasatiempos, los héroes, los enemigos, uno mismo y el trabajo.***