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?

En las ciencias de la salud, en particular a las ciencias del comportamiento, se denomina hábito a cualquier conducta repetida regularmente, Algunos hábitos pueden desperdiciar importantes procesos mentales que bien podrían aprovecharse en tareas más exigentes, pero otros fomentan prejuicios o son perjudiciales.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

¿QUÉ ES UN PARADIGMA?

Según el libro, ¿qué es un paradigma?

El concepto de paradigma es utilizado comúnmente como sinónimo de “ejemplo”, también se puede decir que es hacer referencia en caso de algo que se toma como “modelo". En principio se tenía en cuenta en el campo, tema, ámbito, entre dos personalidades u otros..., gramatical y se valoraba desde la retórica\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

RESUMEN

Haz un resumen de los siguientes paradigmas.

**Paradigma de nosotros mismos**

Cuando tenemos un paradigma incompleto acerca de nosotros mismo, de otros, o de la vida en general, es como si usáramos anteojos con el aumento equivocado.

**Paradigma de otros**

diferencian unos de otros debido a la forma de abordar los elementos involucrados en el problema, así como los pasos necesarios para llegar a su solución

**Paradigma de la vida**

vida cotidiana, ya que se refiere a ideas, pensamientos, opiniones, creencias, puntos de vista, percepciones, etcétera, que se asumen como verdaderos o falsos. Incluso, el concepto de paradigma puede referirse, de manera cotidiana, a una creencia u opinión compartida colectivamente