

TÚ VS TÚ

LA LUCHA INTERNA CONTINUA, QUE MUCHOS VAN PERDIENDO

CONFERENCIA PRESENCIAL Y VÍA STREAMING

Fecha: sábado 28 de septiembre de 2024.

Horario: De 12:00 a 13:50 Hrs.

Perfil de público al que va dirigido: Público interesado en el tema, público en general (adultos, jóvenes, adolescentes).

Entrada libre. No hay cupo limitado.

Uriel Gutiérrez Regules

Docente de licenciatura en dos universidades en el Estado de México. Universidad de estudios superiores Atenea; experiencia en las siguientes licenciaturas: Derecho, Administración, Contaduría, Pedagogía y Psicología. Docente de licenciatura en Universidad Univer Milenium; Experiencia en las siguientes áreas: docencia en la licenciatura en Pedagogía desde primer cuatrimestre hasta noveno cuatrimestre y ponente con dos talleres en el segundo congreso anual de la Universidad Univer Milenium.

Diplomado en terapia de pareja con enfoque sistémico, actualmente dando terapia en el Centro de atención psicológica y bienestar humano "reevoluciona" con enfoque clínico impartiendo terapia a adultos, jóvenes y adolescentes.

Objetivos de aprendizaje

Objetivo general: Promover el amor propio, autoconocimiento y autoestima, generando una percepción personal de aceptación, en el que el participante concientice la responsabilidad social, familia y educativa desempeñando un mejor rol en cada área de su vida.



TÚ VS TÚ

LA LUCHA INTERNA CONTINUA, QUE MUCHOS VAN PERDIENDO

La autoestima es uno de los pilares del ser humano en el aspecto psicológico para el logro y alcance de metas, a menor autoestima, mayor índice de fracaso personal, laboral, académico y relacional. Los sentimientos que se desencadenan de una mala percepción y auto aceptación, deriva principalmente de los pensamientos, mismos que se generan de las experiencias individuales. Es importante reestructurar los pensamientos que distorsionan la percepción y aceptación individual, mismos que detonan una percepción de insuficiencia e incluso gestionar las emociones que surgen a través de los fracasos, mismos que deberíamos gestionar y obtener un aprendizaje.

La evolución mental viene de la adaptación a las circunstancias en las que cada uno de nosotros nos vamos desarrollando, mismo ambiente que influye en nosotros y que vamos repitiendo distintos patrones de manera inconsciente, siendo nosotros mismos auto críticos severos que desaprovechan cada vez más nuestros logros. La importancia de generar una narrativa distinta de aprobación, reconocimiento y valor propio, así como un establecimiento de metas a corto plazo y realistas provocará una constante búsqueda de logros a través de la misma sensación de logro que por mucho tiempo se nos arrebatado por comentarios externos a los cuáles muchas de las personas han aceptado. Por ello la importancia de trabajar en este tema, fortalecer la autoestima, amor propio, auto concepto y que puedan no solo generar la sensación de logro, sino que logren también sus objetivos personales, laborales, relacionales y/o educativos, generando una mayor conciencia social e impactando de manera positiva en cada uno de los asistentes generando una mayor critica constructiva desarrollando diferentes percepciones.

Es necesario conocerse a sí mismo para entonces lograr diferentes conceptos, ampliar la capacidad de movernos de lugares donde no podemos desarrollarnos adecuadamente, por ello es importante trabajar de manera interna y después generar cambios en el exterior.

En esta actividad no se genera constancia de participación



IMPORTANTE

Te invitamos a leer las siguientes **políticas de funcionamiento**, las cuales te ayudarán a tener una mejor estancia dentro del Centro Educativo:

1. Todas nuestras actividades son gratuitas. No es necesario pagar un acceso/boleto en taquilla.
2. Tu inscripción tiene fines informativos, con ella podrás recibir: nuestro boletín mensual, avisos de las actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción **NO ASEGURA TU LUGAR**. Es importante llegar con el tiempo que consideres necesario para alcanzar lugar. Recuerda que todos nuestros espacios tienen un cupo limitado de asistentes.
4. El Centro Educativo está sujeto a la disponibilidad de espacios según la operación del museo. Los espacios pueden cambiar sin previo aviso.
5. Las inscripciones sólo se harán a través de nuestra página web. No se tramitarán inscripciones por otro medio (correo electrónico, teléfono, redes sociales o físicamente en el Centro).
6. Para obtener la constancia de participación es obligatorio cubrir el 80% de asistencias de los cursos de cuatro sesiones; para cursos de tres sesiones debes cubrir el 100%. No aplica para conferencias o actividades únicas. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir todas las actividades del mes.
7. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es con tu firma en las listas. No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
8. El acceso a las aulas será conforme al orden de llegada y estará sujeto a la operación del museo.
9. No se permite apartar ni reservar lugares en las unifilas o en las aulas (te invitamos a no poner mochilas u objetos en lugares que estén desocupados).
10. Está prohibido entrar con alimentos y/o bebidas que puedan caerse o derramarse fácil. Por favor trae tu bebida en un termo.
11. Una vez completo el aforo del aula, por motivos de seguridad **NO SE PERMITIRÁ EL ACCESO** (no puedes permanecer de pie ni sentado en el piso).
12. Está permitido ingresar al aula una vez iniciada la sesión, pero sólo se podrá acceder si hay lugares disponibles.

