

AMOR Y AMISTADES DE APLICACIÓN: CÓMO VIVIRLO DE FORMA SEGURA Y POSITIVA

CURSO VÍA STREAMING

Fecha: miércoles 05, 12, 19 y 26 de febrero de 2025.

Horario: De 16:00 a 17:50 horas.

Perfil de público al que va dirigido: Público interesado en el tema, público en general.

Entrada libre. Cupo limitado.

Fernando Hernández Avilés

Es especialista en liderazgo, resiliencia y cambio. Presidente de la Asociación Mexicana de Resiliencia y Director de Resiliencia Organizacional. Premio Nacional Juvenil de Ciencia y Tecnología y reconocido como joven líder latinoamericano por la UNAM y la Fundación Carolina de España. Psicólogo por la UNAM, con especialización en Dirección Estratégica de Recursos Humanos y Ciencias de la Felicidad. Acreditado en Gestión Pública para el Desarrollo por el BID y en Métodos de Enseñanza Efectivos. En proceso de acreditación en Liderazgo y Comunicación por la Universidad de Harvard.

Objetivos de aprendizaje

Desarrollar habilidades de comunicación efectiva, resolución de conflictos y establecimiento de límites saludables en el entorno digital, fortalecer la autoestima y confianza, y observar y cuidar las manifestaciones de riesgo y tóxicas en la interacción en redes sociales y aplicaciones.

Sesiones

Sesión 1 Relaciones personales, amorosas y casuales en las apps y RRSS: Analizar la evolución de la manera en que nos relacionamos y encontramos personas como amistad y pareja.

Sesión 2 Identificando y superando patrones tóxicos: Identificar patrones y conductas en la comunicación que pueden convertirse en situaciones de relaciones tóxicas.

Sesión 3 Desarrollo de habilidades efectivas y asertivas de comunicación: Desarrollar habilidades en escucha activa, comunicación no verbal, mediación, acuerdos y expresión socioafectiva.

Sesión 4 Construyendo relaciones duraderas y seguras: Analizar el papel del compromiso en las relaciones.

Se entrega constancia de participación con el **80%** de asistencia



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.
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 conectarse con el tiempo que consideres necesario para alcanzar lugar. Recuerda que todos nuestros cursos tienen un cupo limitado de 500 asistentes.
4. Las inscripciones sólo se harán a través de la página web de Zoom. No se tramitarán inscripciones por otro medio (correo electrónico, teléfono, redes sociales o físicamente en el Centro).
5. 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.
6. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es mantenerse en la sesión por lo menos 60 minutos. No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
7. En caso de conectarse más de una persona desde el mismo dispositivo, tendrán que escribir directamente a centroeducativo@myt.org.mx

