

CONSTRUCCIÓN DE RELACIONES INTERPERSONALES DESDE EL AMOR Y NO DESDE EL APEGO

CURSO VÍA STREAMING

Fecha: martes 4, 11, 18 y 25 de febrero de 2025.

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

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

Entrada libre. Cupo limitado.

Alejandra Pérez Luviano

Es conferencista, consultora empresarial y psicoterapeuta con 20 años de experiencia, especializada en liderazgo, mentoring y habilidades socioemocionales. Ha trabajado con organizaciones y líderes para mejorar su desempeño personal y profesional. Certificada en Australia y Nueva York, su enfoque integra mindfulness y budismo para promover el bienestar integral y el éxito en entornos laborales y personales.

Objetivos de aprendizaje

Analizar y concientizar la construcción de relaciones interpersonales basadas en el amor y como diferenciarlas del apego insano e inseguro.

Sesiones

Sesión 1 ¿Cómo?, ¿Para qué?, y ¿Por qué se forman las relaciones interpersonales?, ¿son necesarias?: Reflexionar sobre la formación de las relaciones humanas desde la biología, antropología, psicología y sociología.

Sesión 2 Las relaciones como constructo desde la conciencia: Analizar el desarrollo cerebral y la neuroplasticidad en la toma de decisiones y la práctica de valores.

Sesión 3 Las relaciones basadas desde el apego y sus resultados: Analizar la autoestima como herramienta para identificar los valores, sentimientos y apegos en las relaciones actuales.

Sesión 4 Los valores que constituyen las relaciones interpersonales sanas: Reflexionar sobre los valores aplicados en la psicodinámica de relaciones sanas y relaciones de apego.

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

