

HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES PARA EL ÉXITO DE UNA RELACIÓN EN PAREJA

CURSO VÍA STREAMING

Fecha: Martes 01,8,15,22 de julio del 2025.

Horario: De 12:00 A 13:50 Hrs

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

Entrada libre. Cupo limitado.

Mtra. Alejandra Pérez Luviano

Conferencista, Consultora empresarial y Psicoterapeuta con 20 años de experiencia. Especialista en temas de Liderazgo, Mentoring, Habilidades Socioemocionales, Habilidades para la Alta Dirección. Mindfulness y Budismo. Certificada en Australia, Nueva York.

Objetivos de aprendizaje

Dar a conocer que se requiere incorporar herramientas psicológicas y emocionales para que se puedan mejorar las relaciones de pareja. El curso ayudará a las personas a derrumbar la creencia *“Así soy y nadie me puede cambiar”*

Sesiones

Sesión 1

Habilidades socioemocionales y cómo se incorporan en el ser

El participante entenderá y comprenderá que son las habilidades socioemocionales a través del uso de Inteligencia emocional y del conocimiento de sus emociones.

Sesión 2

Comunicación y Apertura al diálogo

El participante comprenderá la importancia del poder de la vulnerabilidad como puente de apertura para el descubrimiento de sentir, confiar y crear lazos afectivos a través de explorar y crear nuevas experiencias en la relación de pareja.



Sesión 3

Comprender es Comprender: Desarrollo de la empatía, y acompañamiento para salir del Egoísmo

Un lema cotidiano es –“ponte en mis zapatos” para mucho es difícil comprender al otro. En esta clase con dinámicas de grupo se pondrá en marcha la empatía de la audiencia para llevarlo como ejercicio a la pareja.

Sesión 4

Manejo del conflicto y negociación constructiva

La audiencia conocerá las diferencias de una negociación egoísta y llena de resentimiento de una negociación constructiva que lleva a la colaboración y alcance de resultados en pareja.

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 las 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

