

# SANA Y CAMBIA TU HISTORIA. TRANSFORMA TUS HERIDAS EMOCIONALES

CURSO VÍA STREAMING

**Fecha:** sábado 05, 12 y 26 de abril de 2025

**Horario:** De 10:00 a 11:50 horas.

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

**Entrada libre. Cupo limitado.**

## Guardianes

Es una organización dedicada a la promoción de habilidades emocionales y sociales en niñas, niños y adolescentes, desde un enfoque basado en derechos humanos. Su objetivo principal es fomentar un desarrollo integral y saludable, así como propiciar entornos seguros y bien tratantes.

Concentran sus esfuerzos en la prevención de todas las formas de violencia y en el fortalecimiento de la resiliencia frente a la adversidad, contribuyendo a la construcción de comunidades más justas y equitativas.

## Objetivos de aprendizaje

Explorar la historia personal y resignificar el autoconcepto para construir una narrativa familiar renovada, consciente y fortalecida, que favorezca el bienestar emocional y el desarrollo de relaciones más armónicas y auténticas.

## Sesiones

**Sesión 1 Las heridas emocionales:** Identificar y comprender la herida emocional para facilitar el proceso de sanación y reparación, promoviendo el bienestar personal y relacional.

**Sesión 2 Tomando consciencia:** Analizar las secuelas de la herida emocional para fomentar la resiliencia y fortalecer los recursos personales frente a la adversidad.

**Sesión 3 Reescribiendo tu historia:** Reescribir el autoconcepto para construir una narrativa familiar más consciente, equilibrada y enriquecedora, que favorezca el desarrollo personal y las relaciones intergeneracionales.

Se entrega constancia de participación con el **100%** 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 el 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](mailto:centroeducativo@myt.org.mx)

