

Catálogo DGOAE

Agosto 2021



Secretaría General

Dirección General de Orientación y Atención Educativa

Dirección General de Orientación y Atención Educativa

Dr. Germán Álvarez Díaz de León

Director General

Mtra. Telma Ríos Condado

Directora de Orientación Educativa

Lic. Claudia Navarrete García

Directora de Servicio Social

Dr. Mauricio Reyna Lara

Director de Becas y Enlace con la Comunidad

Lic. Laura Patricia Montoya Jiménez

Directora de Planeación

Lic. José Antonio Sánchez Yllanez

Director de Apoyo Técnico

Ing. Antonio Baruch Cuevas Ortiz

Coordinador de Sistemas

Mtra. Wendy Abigail Bautista Montoya

Coordinadora del Centro de Orientación Educativa

Federico García Ramos

Secretario Auxiliar

Mtro. José Alfredo Tapia Galicia

Jefe de la Unidad Administrativa

Coordinación General

Lic. José Antonio Sánchez Yllanez

Director de Apoyo Técnico

Diseño de Portada y Editorial

Lic. Jaime Monroy Galindo

Formación

Lic. Miguel García Hernández

Lic. Carlos Pérez

Agosto 2021

Esta publicación no puede ser reproducida, ni en todo, ni en parte, ni registrada en o transmitida por un sistema de recuperación de información, en ninguna forma, ni por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electro-óptico, por fotocopia o cualquier otro, sin permiso por escrito de la UNAM.

Oferta Educativa y Apoyo a Distancia COE



Solicitud de actividades:
dgoae.correspondencia@unam.mx

Regístrate en: <https://orienta.unam.mx/oferta/CursosOnLi->

SITIO DGOAE TE ORIENTA

- Atención en línea por orientadores y especialistas de la DGOAE
<https://www.dgoae.servicios.unam.mx/COE/TeOrienta/>
- Catálogo de cursos, talleres y webinar en línea DGOAE te orienta a distancia:
<https://orienta.unam.mx/oferta/CursosOnLine/>
- Información de las áreas que integran la DGOAE, dudas o comentarios Contacto COE:
<https://www.dgoae.servicios.unam.mx/COE/TeOrienta/>
- Sitio DGOAE TE ORIENTA:
<https://www.dgoae.servicios.unam.mx/COE/TeOrienta/>
- Instrumentos de orientación vocacional:
https://www.orienta.unam.mx/UNAMORIENTA/COE/ovoca_instrumentos.html

Sitio de orientación especializada en línea atendido por orientadores del COE.

Dirigido a Alumnado de bachillerato y licenciatura

Orientación especializada

SITIO DGOAE Te orienta

Regístrate en: <https://orienta.unam.mx/oferta/CursosOnLine/>

Objetivo

Enfrentar y resolver dificultades a lo largo del proceso de enseñanza y aprendizaje.

Lograr una mayor comprensión de sí mismo y del entorno.

Manejar positivamente aspectos emocionales que interfieran en el rendimiento académico y en la adaptación e incorporación al medio escolar.

Lograr mejorar la calidad de permanencia en la UNAM.

Temario

1. Atención en línea por orientadores y especialistas de la DGOAE. <https://www.dgoae.servicios.unam.mx/COE/TeOrienta/>
2. Catálogo de cursos, talleres y webinar en línea DGOAE te orienta a distancia: <https://orienta.unam.mx/oferta/CursosOnLine/>
3. Información de las áreas que integran la DGOAE, dudas o comentarios Contacto COE: <https://www.dgoae.servicios.unam.mx/COE/TeOrienta/>
4. Sitio DGOAE TE ORIENTA:
5. <https://www.dgoae.servicios.unam.mx/COE/TeOrienta/>
6. Instrumentos de orientación vocacional: https://www.orienta.unam.mx/UNAMORIENTA/COE/ovoca_instrumentos.html

Imparten

Especialistas en las áreas de:

- Orientación Vocacional
- Orientación Escolar
- Orientación Personal
- Orientación Profesional
- Escuela para Padres

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Modalidad

En línea, videocnferencia.

Duración

Sesiones de 1 hora a máximo 2 horas

Ciclo de Videoconferencias DGOAE Te orienta

Regístrate en: <https://orienta.unam.mx/oferta/CursosOnLine/>

Objetivo

Apoyar a los jóvenes, padres, madres de familia y profesores a través de especialistas en diferentes temáticas que apoyan el desarrollo integral de los jóvenes.

Temario

- Orientación Educativa

Imparten

Especialistas en las áreas de:

- Orientación Vocacional
- Orientación Escolar
- Orientación Personal
- Orientación Profesional
- Escuela para Padres

Modalidad

En línea a través de Facebook de la DGOAE y de la plataforma Zoom

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura, así como a padres de familia, profesores y público interesado

Duración

DGOAE te orienta Jóvenes: lunes de 17:00 a 19:00 horas, Facebook: Orientación y Atención Educativa.

DGOAE te orienta profesores, orientadores y público interesado: jueves de 10:00 a 12:00 horas. Facebook Actualización personal DGOAE

DGOAE te orienta Escuela para padres y madres: viernes de 17:00 a 19:00 horas. Facebook Orientación y Atención Educativa de la DGOAE

¿Cómo establecer relaciones de pareja basadas en el buentrato?

Taller

Objetivo

Promover el modelo de buentrato en las relaciones de pareja de las y los jóvenes, a fin de brindar estrategias y herramientas que promuevan el respeto, la comunicación asertiva, convivencia sana, armoniosa y el autocuidado así como la promoción de los derechos sexuales y reproductivos.

Temario

- Cultura del “buentrato” y buen vivir, perspectiva de género y educación para la paz
- Socialización del amor
- Elementos para construir una pareja
- Dimensiones personal, relacional y social
- Elementos para construir relaciones de “buentrato”
- Estrategias para enfrentar y resolver conflictos
- Derechos humanos, sexuales y reproductivos de los jóvenes
- Masculinidades
- Proyecto de vida

Imparten

Mtra. Marcela Valadés Morales y
Lic. Dalila Luz Ocaña

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y
licenciatura

Duración

3 días de 3 horas

¿Quieres mejorar tu autoestima?

Taller

Objetivo

Conocer los elementos que componen la autoestima y reflexionar sobre la importancia para mejorar tus relaciones interpersonales.

Temario

- Autoestima, elementos de la autoestima, autoestimas baja y alta, empatía asertividad

Imparten

Lic. Dalila Luz Ocaña y
Mtra. Marcela Valadés Morales

Modalidad

Presencial

Dirigido a

Estudiantes bachillerato y
licenciatura

Duración

3 días de 3 horas

Protegiendo mi vida erótica

Taller

Objetivo

Identificar las principales formas de protección e información sobre sexualidad protegida y segura, como medida de prevención para que las y los jóvenes no adquieran una ITS o un embarazo no deseado, que les permita dar continuidad a su plan de vida.

Temario

- Sexo , género y sexualidad
- Sexo protegido y erotismo protegido
- Sensurema
- Estrategias de autocuidado
- Accesorios de condonaría , ITS

Imparten

Mtra. Marcela Valadés Morales

Modalidad

Presencial

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

3 días , de 3 horas

¿Cómo apoyar a mi hijo (a) para que se organice mejor en la escuela?

Taller

Objetivo

“Los padres de familia conocerán y analizarán una propuesta metodológica con la que podrán apoyar a sus hijos (as) para que se organicen más eficazmente en sus actividades escolares”.

Temario

1. Organización,
2. Metodología de estudio,
3. Factores ambientales,
4. Organización del tiempo,
5. Organización del pensamiento

Imparten

Lic. Dora María García
Martínez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Padres de Familia con hijos (as) de preferencia del nivel bachillerato y licenciatura

Duración

2 Sesiones de 3 horas cada una
(de lunes a viernes turno matutino)

¿Cómo ayudar a mi hijo o hija a ser resiliente?

Videoconferencia

Objetivo

Explicar la importancia de la resiliencia en la manera de afrontar los desafíos y situaciones adversas, así como brindar estrategias para la identificación y generación de recursos que promuevan la resiliencia dentro del ámbito familiar.

Temario

1. Resiliencia
2. Factores protectores vs factores de riesgo
3. Recursos que generan resiliencia
4. Familia resiliente

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Familias de estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

90 min

¿Cómo ayudar a mi hijo o hija a ser resiliente?

Taller

Objetivo

Brindar herramientas a las familias para la identificación de factores de riesgo y protectores, así como el reconocimiento y desarrollo de recursos resilientes que permitan afrontar las situaciones difíciles por las que pasan las y los adolescentes.

Temario

Sesión 1. ¿Qué es la resiliencia?

- Qué es la resiliencia y cómo se aplica en el ámbito escolar
- Identificación de factores de riesgo y protectores

Sesión 2: Características de un estudiante resiliente

- Modelo de resiliencia escolar
- Perfil de un estudiante resiliente
- Estilos de afrontamiento ante el estrés

Sesión 3: La importancia de un ambiente familiar positivo

- Comunicación asertiva
- Límites amorosos
- Redes de apoyo

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano

Dirigido a

Familias de estudiantes de bachillerato y licenciatura

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Duración

3 sesiones, de 3 horas cada una

¿Cómo promover el autocuidado en mi hijo o hija?

Videoconferencia

Objetivo

Crear un espacio para la reflexión sobre la importancia de promover conductas de autocuidado y regulación emocional dentro del ámbito familiar.

Temario

1. Principales dificultades dentro del ámbito familiar
2. Conductas de autocuidado
3. Autorregulación emocional
4. Comunicación asertiva

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano y
Mtra. Evelia Valdovinos Tapia

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Familias de estudiantes de
bachillerato y licenciatura

Duración

90 minutos

¿Cómo ser un estudiante resiliente?

Taller

Objetivo

Brindar herramientas para el reconocimiento y desarrollo de habilidades que permitan a las y los estudiantes tener los recursos suficientes para poder enfrentar los desafíos escolares.

Temario

1. Resiliencia escolar
2. Factores de riesgo y factores de protección
3. Recursos que generar resiliencia
4. Afrontamiento positivo ante situaciones adversas

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

15 horas (9 horas sincrónicas por zoom, las demás están contempladas para que realicen actividades asincrónicas)

¿Cómo ser un estudiante resiliente?

Videoconferencia

Objetivo

Explicar cómo la resiliencia se vincula con el ámbito escolar y brindar estrategias para el reconocimiento de recursos que permitan a las y los estudiantes afrontar los desafíos escolares.

Temario

1. Resiliencia escolar
2. Factores de riesgo vs factores protectores
3. Recursos para desarrollar resiliencia en el ámbito escolar
4. Estrategias de afrontamiento ante la adversidad

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato, licenciatura y posgrado

Duración

9 horas (3 sesiones de 3 horas)

¿Maternidad/Paternidad? ¡Yo decido!

Taller

Objetivo

Crear un espacio para el análisis, reflexión y prevención de los embarazos no planeados, apoyar a las y los estudiantes universitarios de bachillerato y licenciatura que se encuentren en situación de embarazo o ya sean madres o padres; fomentar la maternidad y paternidad corresponsable, para evitar la deserción escolar y favorecer el proyecto de vida.

Temario

1. Amor romántico
2. Relaciones de pareja
3. Embarazos no planeados
4. Conductas de autocuidado
5. Erotismo protegido; Prevención
6. Retos de la maternidad/
paternidad
7. Resiliencia escolar
8. Proyecto de vida

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano y
Mtra. Evelia Valdovinos Tapia

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Adolescentes y jóvenes de
bachillerato y licenciatura
de la UNAM

Duración

9 horas (3 sesiones de 3 horas)

¿Maternidad/Paternidad? ¡Yo decido!

Taller

Objetivo

Crear un espacio para el análisis y reflexión sobre las relaciones de pareja, el ejercicio responsable y placentero de la sexualidad, las conductas de autocuidado y la prevención del embarazo, y si fuera el caso, de una maternidad y paternidad corresponsables, que eviten la deserción escolar y favorezcan el proyecto de vida.

Temario

1. Amor romántico
2. Relaciones de pareja
3. Embarazos no planeados
4. Conductas de autocuidado
5. Erotismo protegido; Prevención
6. Retos de la maternidad
paternidad
7. Resiliencia escolar
8. Proyecto de vida

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano;
Mtra. Evelia Valdovinos Tapia;
Mtro. Fernando Córdova
Velázquez y Lic. Marco Antonio
Bonaparte Madrigal

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Adolescentes y jóvenes de
bachillerato y licenciatura
de la UNAM

Duración

9 horas (3 sesiones de 3 horas)

¿Qué debo considerar para elegir mi carrera?

Videoconferencia

Objetivo

Identificar los principales elementos que influyen en la toma de decisiones para la elección de carrera.

Temario

1. Autoconocimiento
2. Factores que intervienen en la elección de carrera
3. Características de las carreras
4. Modalidades de estudio de las carreras de la UNAM
5. Formas de ingreso a las licenciaturas de la UNAM
6. Servicios que ofrece el COE

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano y
Mtra. Evelia Valdovinos Tapia

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Adolescentes y jóvenes de
bachillerato

Duración

2 horas

Amor sin tanto cuento...los mitos del Amor romántico

Videoconferencia

Objetivo

Reflexionar sobre los mitos del amor romántico, de dónde surgen y cómo influyen en las relaciones de pareja.

Temario

1. Origen del Amor romántico
2. Amor Romántico a través de los cuentos de Hadas
3. Mitos del Amor Romántico y su influencia en las relaciones de pareja

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano y
Mtra. Evelia Valdovinos Tapia

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Adolescentes y jóvenes de
bachillerato y público en general

Duración

2 horas

Apoyando a mi hijo (a) para que sea un (a) estudiante eficaz y autorregulado (a)

Taller

Objetivo

“Los padres de familia conocerán y analizarán diferentes estrategias de autorregulación que le serán de utilidad para apoyar a su hijo en su proceso como estudiante universitario”.

Temario

1. Estrategias de Autorregulación,
2. Autorregulación del aprendizaje,
3. Conducta académica autorregulada,
4. Autorregulación de las emociones

Imparten

Lic. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Padres de Familia en general (de preferencia con hijos (as) nivel bachillerato y licenciatura)

Duración

3 sesiones de 2 horas cada una (turno matutino de lunes a viernes)

Atando cabos para la elección de carrera

Taller

Objetivo

Acompañar a estudiantes de bachillerato para identificar el proceso de elección de carrera en un escenario cambiante, mediante el análisis de información y factores que repercuten en la toma de decisión.

Temario

- La elección como un proyecto personal
- Factores asociados a la elección de carrera
- La influencia familiar en la elección: acompañamiento o presión
- ¿Ser o estudiar? Mis intereses y la oferta educativa
- Integración para “atar los cabos”

Imparten

Mtra. Sara Cruz Velasco y Mtra. Gloria Olvera Coronilla

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom)

Dirigido a

Estudiantes de 2º y 3º año del bachillerato, que requieran orientación para la elección de carrera

Duración

6 sesiones de 3 horas

Autoconocimiento y elección de carrera

Videoconferencia

Objetivo

Concientizar al alumnado en proceso de elección de carrera de la importancia del autoconocimiento y su contribución en la toma de decisiones vocacionales adecuadas.

Temario

- Autoconocimiento
- El proceso de elección de carrera

Imparten

Mtra. Angélica Patricia Cuevas
Casillas

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnado de bachillerato

Duración

1 sesión

Autoconocimiento y manejo amoroso de conflictos

Videoconferencia

Objetivo

Comprender la estrategia amorosa de manejo de conflictos desde el autoconocimiento.

Temario

- El autoconocimiento y los conflictos
- Qué es un conflicto
- Identificación de conflictos
- Formas amorosas de abordarlos
- Herramientas de identificación de conflictos y dinámicas

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Profesores o Alumnos

Duración

4 sesiones de 90 minutos cada una

Autoconocimiento y manejo amoroso de conflictos

Videoconferencia

Objetivo

Comprender la estrategia amorosa de manejo de conflictos desde el autoconocimiento.

Temario

- El autoconocimiento y los conflictos
- Qué es un conflicto
- Identificación de conflictos
- Formas amorosas de abordarlos
- Herramientas de identificación de conflictos y dinámicas

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Profesores o alumnos

Duración

4 sesiones de 90 minutos cada uno

Autoregulación emocional

Videoconferencia

Objetivo

“Los (as) estudiantes contarán con diferentes herramientas que les apoyen para el manejo de sus emociones, sobre todo en el ámbito escolar y con ello tener un mejor desempeño académico”.

Temario

1. Bienestar socioemocional
2. El papel de las emociones en el aprendizaje
3. Autoregulación
4. Autoregulación Emocional
5. El mundo de las emociones
6. Emociones adaptativas vs. Emociones desadaptativas
7. Estrategias de regulación emocional

Imparten

Lic. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de nivel bachillerato y licenciatura

Duración

De lunes a viernes en turno matutino en 1 hora de videoconferencia

Cambio de carrera

Taller

Objetivo

Apoyar a alumnos de nivel licenciatura en la toma de decisiones ante un cambio de carrera.

Temario

- Sesion 1.
- El proceso en la primera elección de carrera
- Sesión 2.
- Estado emocional ante una elección de carrera equivocada
- Sesion 3.
- Trayectoria escolar y proyecto de vida.
- Sesión 4.
- Perfil vocacional (intereses y aptitudes)
- Sesión 5.
- Trámites para el cambio de carrera

Imparten

Dra. Cecilia Mota González

Dirigido a

Alumnos de nivel licenciatura

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Duración

5 días, lunes a viernes de 16:00 a 19:00 horas

Cambio de carrera

Videoconferencia

Objetivo

Brindar información relevante y útil sobre el cambio de carrera en la UNAM, para alumnos que hayan realizado una elección de carrera equivocada.

Temario

Se explican aspectos que deben ser tomados en cuenta para tomar una decisión adecuada:

- Circunstancias de la primera elección
- Conocimiento personal
- Plan de vida
- Perfil vocacional, etc.

Imparten

Dra. Cecilia Mota González

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos de nivel licenciatura que no se encuentren satisfechos con la carrera que están estudiando

Duración

1 sesión, dos horas

Cambio de carrera

Taller

Objetivo

Proporcionar a los alumnos que cursan alguna de las licenciaturas de la UNAM y que se encuentran insatisfechos con su elección de carrera, elementos psicopedagógicos que les permitan realizar un cambio de profesión, dentro de la UNAM.

Temario

1. Aspectos normativos y administrativos del cambio de carrera
2. Importancia de la Educación superior
3. Campos del Conocimiento
4. Oferta educativa
5. Investigación Profesiográfica

Imparten

Mtra. Gabriela Velázquez Orrostieta

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos de licenciatura

Duración

6 sesiones 18 horas
Horario matutino. Lunes a lunes.
Cada sesión 3 horas

Cambio de carrera

Taller

Objetivo

Apoyar a los alumnos de licenciatura a través de herramientas y estrategias que les permita reestructurar su decisión vocacional acorde con sus circunstancias actuales.

Temario

1. Contexto general de las profesiones
2. Encontrando mi área de conocimiento
3. Descubriendo mi carrera
4. Proceso de admisión
5. Campo laboral y tomando decisiones

Imparten

Mtra. Sandra García Sánchez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos de licenciatura que desean realizar un cambio de carrera

Duración

Lunes a viernes
16:00 hrs. a 19:00 horas

Cerrando ciclos

Taller

Objetivo

El objetivo de este taller es enfocar la atención en una experiencia de vida la cual consideres que ha quedado sin cerrar y, llevar a cabo actividades teórico-prácticas que contribuyan a la comprensión, aprendizaje y aceptación de dicha situación.

Temario

1. Cerrar un ciclo
2. La situación no cerrada y sus efectos
3. Pérdida, duelo y apego
4. La situación que se repite
5. Aceptación

Imparten

Mtra. Magdalena González Castillo

Modalidad

Presencial

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura de la UNAM

Duración

Lunes a viernes de 10:00 a 13:00 horas

Cerrando ciclos

Taller

Objetivo

El objetivo de este taller es enfocar la atención en una experiencia de vida la cual consideres que ha quedado sin cerrar y, llevar a cabo actividades teórico-prácticas que contribuyan a la comprensión, aprendizaje y aceptación de dicha situación.

Temario

1. Cerrar un ciclo
2. La situación no cerrada y sus efectos
3. Pérdida, duelo y apego
4. La situación que se repite
5. Aceptación

Imparten

Mtra. Magdalena González Castillo

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura de la UNAM

Duración

Lunes a viernes de 10:00 a 13:00 horas
Lunes a viernes de 16:00 a 18:00 horas

Cómo elaborar un duelo ante una pérdida por COVID-19

Videoconferencia

Objetivo

Brindar información sobre el proceso de duelo ante la muerte de seres queridos durante la pandemia por COVID-19.

Temario

- Se explica el proceso de duelo, sus características y reacciones
- Se habla también de la situación de pérdida en tiempos de COVID y de algunas estrategias para procesar el dolor

Imparten

Dra. Cecilia Mota González

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Padres de familia y público en general

Duración

1 sesión, dos horas

Cómo estudiar para un examen

Videoconferencia

Objetivo

Apoyar el desempeño escolar de los estudiantes con técnicas para ser realizados durante el curso y antes y durante el examen.

Temario

- Tips para mejorar la memoria
- Técnicas nemotécnicas
- Pasos para realizar durante el curso
- Procedimiento para organizar el material a ser estudiado
- Recomendaciones para mejorar tu capacidad neuronal

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes bachillerato y licenciatura

Duración

De preferencia un lunes o martes

Cómo ser un estudiante eficaz y autorregulado

Taller

Objetivo

“El estudiante conocerá, analizará y aplicará diferentes estrategias que le ayudarán a autorregular su aprendizaje, su conducta y sus emociones, para convertirse en una persona eficaz y autónoma”.

Temario

1. Autorregulación,
2. Conducta académica autorregulada,
3. Autorregulación del Aprendizaje,
4. Autorregulación de las emociones

Imparten

Lic. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes del nivel Medio Superior y Superior

Duración

3 Sesiones de 3 horas cada una

Conoce cómo funciona el cerebro cuando memoriza

Videoconferencia

Objetivo

Conocer las partes del cerebro implicadas en la memorización y técnicas para mejorar su funcionamiento.

Temario

- El cerebro triuno y el cerebro lesional
- Los descubrimientos de las neurociencias y los circuitos neuronales
- Memoria y ejercicios de desbloqueo de la memoria

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes y profesores

Duración

120 minutos

Cuido mi bienestar y mejoro mi trayectoria educativa

Taller

Objetivo

Qué el estudiante se haga responsable del cuidado de si, fortalecer su trayectoria educativa y mejorar su proceso de enseñanza aprendizaje.

Temario

1. Lo que significa ser joven y el cuidado de si mismo, o quedarse en al malestar actual de la juventud
2. Aprendizaje conectado con la vida o el aprendizaje como reproducción de lo mismo
3. El conocimiento como objeto de amor o el conocimiento de mundos aislados y sin esfuerzo
4. Búsqueda de la propia identidad, activación del proceso de indagación o aburrimiento, conformismo y desencanto
5. Relación del joven con el saber o rendimiento escolar solo como competencia

Imparten

Lic. Graciela Galicia Segura

Dirigido a

Alumnos de bachillerato

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Duración

Cinco sesiones de 3 horas cada una, en turno matutino, mínimo 15 y máximo 20 alumnos

Curso estrés, salud y neurociencias

Curso

Objetivo

Conocerán la importancia del estrés para la salud y las formas de utilizarlo a favor del aprendizaje.

Temario

- Las neurociencias y el descubrimiento del cerebro
La salud en el aula y la importancia de regular el ciclo del estrés:
- La importancia del movimiento y la respiración para el funcionamiento cerebral
 - Brindar herramientas prácticas para el manejo del estrés en el aula
 - Tips para mejorar la salud regulando el estrés

Dirigido a

Profesores, tutores y orientadores

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Duración

3 sesiones de 60 minutos cada una

Curso-Taller “Introducción a la atención plena para enfrentar la ansiedad”

Taller

Objetivo

Dar a conocer al participante los principios filosóficos y neurocientíficos de la Atención Plena y sus efectos en los estados emocionales, así como también brindar herramientas desde este enfoque para enfrentar la ansiedad.

Temario

1. Antecedentes, definición y mitos de la Atención Plena
Objetivo: Conocer la historia y los principios filosóficos de la atención plena.
2. Ciencia y Atención Plena
Objetivo: Conocer los beneficios de la atención plena a partir de diversas investigaciones neurocientíficas realizadas en la gestión de las emociones.
3. Atención Plena como herramienta en el manejo de la ansiedad.
Objetivo: Conocer y realizar ejercicios básicos de Atención Plena para gestionar la ansiedad.
4. Atención Plena y filosofía de vida
Objetivo: Conocer la importancia de adquirir el conocimiento y prácticas de la atención plena como forma de vida.

Imparten

Lic. Alicia Moreno Flores
Mtro. Luis Domingo Márquez
Ramírez
Lic. Nelly Medina Sanmartino

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos de todos los niveles y padres de familia

Duración

1 sesión

Dependencia emocional

Taller

Objetivo

Brindar a los alumnos un espacio para: trabajar, analizar, reflexionar el manejo de sus relaciones consigo mismos y con los demás, identificando sus relaciones de dependencia emocional.

A través de herramientas, técnicas y dinámicas vivenciales para que ellos detecten y transformen sus relaciones dependientes en relaciones cocreativas.

Temario

- Qué es dependencia emocional
- Diferencias con otros padecimientos similares
- Características del dependiente emocional
- Qué origina la dependencia emocional
- Estrategias para mejorar la relación consigo mismo(a)
- Estrategias para mejorar la relación con los demás
- Aprendiendo a relacionarme con cocreatividad

Imparten

Mtra. Emma Elizabeth Montaña Gómez

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato de Licenciatura y de posgrado

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Duración

3 sesiones de dos horas

Desarrollando mis habilidades para aprender de manera independiente

Taller

Objetivo

Que el alumno cuente con diversas estrategias que te motiven al autoestudio y optimicen su desempeño académico.

Temario

- Aspectos generales sobre el aprendizaje independiente
- Motivación para el estudio independiente
- Administración del Tiempo comprensión lectora
- Estrategias de aprendizaje para el estudio independiente
- Contrato de Aprendizaje autodirigido
- Autoevaluación

Imparten

Mtra. Claudia Ayuardo Archundia

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de nivel Bachillerato, Licenciatura

Duración

En línea (12 horas.) 3 horas
(Por sesión)
Fechas y horarios por definir

El aprendizaje sin estrés es mejor

Videoconferencia

Objetivo

Mejorar el aprendizaje reduciendo el estrés

Brindar información sobre la relación entre el aprendizaje y el estrés, así como realizar dos técnicas para mejorar el equilibrio aprendizaje estrés.

Temario

- El aprendizaje como proceso biológico y bioquímico
- El papel del estrés como bloqueador del aprendizaje
- El manejo del equilibrio emocional en el aprendizaje

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

A distancia (integrado en Moodle o Classroom)

Dirigido a

Estudiantes

Duración

90 a 120 minutos

El clima escolar en la familia

Videoconferencia

Objetivo

Brindar a los padres de familia los elementos que hacen visibles las interacciones que se dan en el entorno escolar y que repercuten en el trato del día a día en la familia.

Temario

- Clima escolar y las interacciones en los ciclos escolares
- Tipos de Familia
- Espacios de conversación
- Efecto Pigmalión

Imparten

Mtro. José Saúl Molina Ocegüera

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas
- Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Padres de Familia

Duración

3 horas en un solo día

El estrés en el distanciamiento social

Videoconferencia

Objetivo

Dar a conocer como el distanciamiento social genera estrés y cómo afecta éste en lo físico, psicológico, emocional y social.

Temario

- Distanciamiento social
- Aspectos del Estrés
- Consecuencias físicas, psicológicas, emocionales y sociales del estrés
- Estrategias de autocuidado integral

Imparten

Mtra. Emma Elizabeth Montaña
Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Jóvenes, padres de familia y público
en general

Duración

1 sesión, 1 hora

El miedo amigo o enemigo?

Videoconferencia

Objetivo

Conocer qué es el Miedo, qué función tiene, Tipos de Miedos y Estrategias para afrontar los Miedos.

Temario

- Qué es el Miedo
- Función natural del Miedo
- Tipos de Miedos
- Consecuencias de un manejo inadecuado del Miedo
- Estrategias para afrontar mis Miedos

Imparten

Mtra. María Guadalupe Tovar Navarro y Mtra. Emma Elizabeth Montaña Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de Bahillerato, Licenciatura y Posgrado

Duración

1 hora

El miedo, ¿tu amigo o enemigo?

Videoconferencia

Objetivo

Conocer qué es el miedo, que función tiene, tipos de miedos, estrategias para afrontar los miedos.

Temario

- Qué es el miedo
- Función natural del miedo
- Tipos de miedo
- Consecuencias de un manejo inadecuado del miedo
- Estrategias para afrontar los miedos

Imparten

Mtra. Emma Elizabeth Montaña
Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Jóvenes, Padres de familia y público
en general

Duración

1 sesión, 1 hora

Elección de carrera

Videoconferencia

Objetivo

Proporcionar información útil para realizar un proceso de elección de carrera acertado.

Temario

- Se explican factores de orientación y de desorientación que son importantes para elegir adecuadamente una carrera

Imparten

Dra. Cecilia Mota González

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos de bachillerato

Duración

1 sesión, dos horas

Elección de carrera

Taller

Objetivo

Conocer el proceso, etapas y factores importantes que faciliten la toma de decisiones de la elección de carrera.

Temario

- Qué significa elegir una carrera.
- Factores que influyen en la elección de carrera
- Etapas y proceso de la elección de carrera
- Investigación profesiográfica.
- Conocimiento de si mismo(a) que favorece la elección de carrera
- Estrategias para la toma de decisión de la elección de una carrera

Imparten

Mtra. Emma Elizabeth Montaña
Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Jóvenes de nivel bachillerato

Duración

3 días de 3 horas

Elección de carrera

Videoconferencia

Objetivo

Proporcionar al alumno asesoría psicopedagógica para su elección de carrera.

Temario

- Perfil de las carreras y características del alumno
- Familia, valores y Elección de Carrera
- Intereses, aptitudes y capacidades en la Elección de Carrera

Imparten

Mtra. María Guadalupe Tovar Navarro y Mtra. Emma Elizabeth Montaña Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato, licenciatura y posgrado

Duración

3 días de 3 horas

Elección de carrera

Taller

Objetivo

El objetivo de este taller es identificar los intereses y habilidades vocacionales, revisar las características más importantes de la oferta educativa de la UNAM, valorar los recursos personales en relación al perfil de las opciones profesionales y laborales; así como, tomar una decisión informada de la carrera profesional.

Temario

1. Proceso de elección de carrera
2. Intereses y aptitudes vocacionales
3. Factores que influyen en la elección de carrera
4. Las carreras de la UNAM
5. Valorar y decidir

Imparten

Mtra. Magdalena González Castillo

Modalidad

Presencial

Dirigido a

Alumnos de bachillerato

Duración

Lunes a viernes de 10:00 a 13:00 horas
Lunes a viernes de 13:00 a 16:00 horas

Elección de carrera

Taller

Objetivo

El objetivo de este taller es que el alumno identifique sus intereses y habilidades vocacionales, revise las características más importantes de la oferta educativa de la UNAM, valore los recursos personales en relación al perfil de las opciones profesionales y laborales; así como, que lleve a cabo una toma de decisión informada respecto a la carrera profesional que estudiará en un futuro cercano.

Temario

1. Proceso de elección de carrera.
2. Intereses y aptitudes vocacionales
3. Factores que influyen en la elección de carrera
4. Las carreras de la UNAM
5. Valorar y decidir

Imparten

Mtra. Magdalena González Castillo

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos de bachillerato

Duración

Lunes a viernes de
10:00 a 13:00 horas
Lunes a viernes de
16:00 a 19:00 horas

Elección de carrera

Taller

Objetivo

Brindar un espacio de reflexión que propicie, el autoconocimiento y el análisis de los factores involucrados en la toma de decisiones para la elección de carrera.

Temario

1. Autoconocimiento
2. Factores que influyen en la elección de carrera
3. Exploración de Intereses y aptitudes
4. Correlación de Intereses y Aptitudes con los perfiles de las carreras
5. Investigación Profesiográfica
6. Campo y mercado de trabajo
7. Toma de decisiones
8. Proyecto de vida

Imparten

Dra. Libia Altamirano Gómez y
Mtra. Evelia Valdovinos Tapia

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Jóvenes del último año de bachillerato

Duración

5 sesiones de 3 horas

Elección de carrera

Taller

Objetivo

Crear un espacio de reflexión que promueva el autoconocimiento, así como el análisis de los factores involucrados en la elección de carrera. Se brindarán estrategias para la búsqueda de información profesiográfica y para la toma de decisión considerando el proyecto de vida.

Temario

1. Factores de elección de carrera
2. Autoconocimiento
3. Búsqueda y análisis de información profesiográfica
4. Proyecto de vida

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de 2do y 3er año del bachillerato

Duración

18 horas (9 sincrónicas a través de zoom, y 9 asincrónicas a través de google classroom)

Elección de carrera : una oportunidad de creación, apertura y saber

Videoconferencia

Objetivo

La videoconferencia esta dirigida a los jóvenes que estudian la preparatoria y van a continuar con sus estudios de licenciatura, se les proporciona fundamentos de análisis, y de su posición frente al saber para su proceso de elección de carrera.

Temario

- Creación y búsqueda de nuevos objetos de interés
- Apertura y nuevas formas de pensamiento
- La relación vital por el saber

Imparten

Lic. Graciela Galicia Segura

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato

Duración

2 horas, para el segundo semestre del 2021, a las 12 horas (el día que me asignen)

Elección de carrera informada

Curso

Objetivo

Los participantes conocerán factores que intervienen en la elección de carrera, para iniciar un proceso de reflexión informada para la toma de decisión en la elección de carrera, a través de ejercicios de autoconocimiento, oferta educativa y situación laboral de las profesiones.

Temario

1. Estilo de toma de decisión
2. Autoconocimiento
3. Mi perfil profesional
4. Explorando mis intereses y aptitudes
5. Oferta educativa a nivel licenciatura
6. Situación del campo laboral de las profesiones
7. Mi toma de decisión de elección de carrera

Imparten

Dr. Octavio Angulo Borja

Modalidad

A distancia (integrado en Moodle o Classroom)

Dirigido a

Estudiantes de Bachillerato

Duración

6 sesiones de 3 horas en plataforma

Elección de carrera: una decisión de vida

Taller

Objetivo

Apoyar a los alumnos de bachillerato a través de estrategias educativas que les permita tomar decisiones vocacionales de manera asertiva, logrando finalizar el taller con una opción educativa.

Temario

1. El proceso de orientación vocacional
2. Los campos de conocimiento
3. Mis opciones de carrera

Imparten

Mtra. Sandra Pilar García Sánchez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos de 2o y 3er año de bachillerato

Duración

15 horas

Elección de materias con base en los resultados de PROUNAM II e INVOCA

Taller

Objetivo

Brindar un espacio de reflexión para el autoconocimiento y el análisis de los factores involucrados en la toma de decisiones para la elección de materias para 5°. Y 6°. Semestre de CCH.

Temario

1. Autoconocimiento
2. Interpretación de resultados de PROUNAM II e INVOCA
3. Correlación de resultados con los perfiles de las carreras
4. Factores que influyen en la elección de materias
5. Investigación profesigráfica
6. Elección de materia

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano y
Mtra. Evelia Valdovinos Tapia

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Adolescentes y jóvenes de
bachillerato que eligen materias
en CCH

Duración

6 horas en 3 sesiones de 2 horas

Elección de posgrado

Curso

Objetivo

Que el alumno o exalumno de licenciatura o posgrado lleve a cabo un proceso de toma de decisión reflexivo e informado para la elección de un programa de estudio de posgrado.

Temario

Sesión 1.

- Autoconocimiento del estudiante universitario

Sesión 2.

- Conocimientos, habilidades y actitudes académico-profesionales

Sesión 3.

- Búsqueda y análisis de información sobre posgrado

Sesión 4.

- Toma de decisión y planificación del ingreso al posgrado

Imparten

Dra. Mercedes Zanotto González

Modalidad

A distancia (integrado en Moodle o Classroom)

Dirigido a

Cubrir alguno de los siguientes criterios:

- a) Estudiantes de licenciatura con el 90% de créditos cubiertos
- b) Estudiantes de licenciatura en proceso de titulación

- c) Egresados de licenciatura titulados
- d) Estudiantes de maestría con el 80% de créditos cubiertos o titulados de la maestría

Duración

50 horas.
Las actividades se realizan en plataforma Moodle.
Se desarrollan 6 sesiones síncronas en plataforma Zoom con duración de 2 horas

Enfrentando mis miedos

Taller

Objetivo

Trabajar, analizar y reflexionar en el aquí y ahora mis miedos, dándole un nuevo significado al sentimiento del miedo y que se convierta en aliado para el crecimiento y desarrollo personal.

Temario

- Qué es el miedo
- Función del miedo
- Tipos de miedo
- Estrategias para afrontar y hacer un buen manejo del miedo
- El miedo como aliado a tu crecimiento y desarrollo personal

Imparten

Mtra. Emma Elizabeth Montaña
Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y
Licenciatura

Duración

3 sesiones de dos horas

Enriquece tus clases a través de actividades de diferentes estilos de aprendizaje Videoconferencia

Objetivo

Conocer los estilos de aprendizaje de diferentes modelos
 Conocer las partes del cerebro que captan, procesan, trabajan e integran la información
 Valorar la importancia de enriquecer con diferentes actividades las clases

Temario

- Modelos de Estilos de aprendizaje de diferentes modelos VAKT, hemisferios, cuadrantes y Felder
- Partes del cerebro que captan, procesan, trabajan e integran la información
- Actividades por estilo de aprendizaje

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Profesores y tutores

Duración

120 minutos

Entender el mundo de hoy para orientar mejor a mi hijo

Taller

Objetivo

Ofrecer a los padres de familia de los alumnos del bachillerato universitario y al profesional de la orientación, el contexto económico, político, educativo y social de México, para dimensionar el universo complejo en el que está inmerso el estudiante en una etapa de decisiones y transiciones relevantes en su vida..

Temario

1. Economía: nuevas agendas, viejos problemas.
2. Paradigmas de la cuestión laboral y del mundo del trabajo.
3. Educación superior comparada
4. La educación superior en México
5. Los jóvenes: oportunidades en un mundo que envejece

Imparten

Dr. Gerardo Nieto López

Modalidad

En línea sincrónica, plataforma Zoom

Dirigido a

Padres de Familia de bachillerato. Orientadores educativos nivel secundaria

Duración

Cinco sesiones de dos horas. (Plataforma Zoom).20 horas. (10 horas de trabajo sincrónico en plataforma Zoom y 10 horas de trabajo individual)

Escritura académica

Taller

Objetivo

Que los estudiantes de bachillerato y licenciatura desarrollen y apliquen las estrategias de escritura necesarias que les permitan la redacción de textos académicos de calidad y sentar las bases para la elaboración de textos científicos.

Temario

1. Autoconocimiento de dificultades y habilidades en escritura académica
2. Características de los textos académicos y científicos
3. El artículo de investigación
4. El ensayo
5. Estrategias de escritura
 - 5.1. Planificación
 - 5.2. Formulación
 - 5.3. Revisión y corrección

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Imparten

Dra. Mercedes Zanotto González

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Duración

18 y 15 horas en total

Escritura académica

Videoconferencia

Objetivo

Que la audiencia logre identificar a la escritura académica como un proceso que puede desarrollarse de manera sistematizada y estatégica para desarrollar textos de una calidad adecuada y construir aprendizajes.

Temario

1. Escritura académica y aprendizaje
2. Escritura estatégica
3. Recomendaciones generales

Imparten

Dra. Mercedes Zanotto González

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

1 hora 30 minutos

Estrategia de toma de decisión informada

Videoconferencia

Objetivo

Conocer los elementos que integran la estrategia para la toma de decisión en la elección de carrera, abordando los aspectos que propiciando dificultades, así como los factores de información para la toma de decisión en la elección de carrera.

Temario

1. Definición de Estrategia
2. Pasos de una estrategia
3. La Toma de Decisión
4. Dificultades para la toma de decisión
5. Factores de información
6. Estrategia de toma de decisión en la elección de carrera

Imparten

Dr. Octavio Angulo Borja

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato, licenciatura, profesores orientadores

Duración

40 minutos de exposición
40 minutos de dudas

Estrategias de aprendizaje

Curso

Objetivo

“Que los estudiantes cuenten con estrategias de aprendizaje y técnicas de estudio, con el propósito de facilitar que su aprendizaje sea significativo y que repercuta en su rendimiento académico”

Temario

1. Autoevaluación en estrategias de aprendizaje,
2. Organizadores gráficos,
3. Conducta académica autorregulada,
4. Planificación de actividades,
5. Seguimiento de instrucciones,
6. Desarrollo de hábitos académicos y de autocuidado,
7. Atención,
8. Memoria,
9. Comprensión de la lectura y
10. Técnicas de estudio.

Dirigido a

Estudiantes de nivel bachillerato y licenciatura

Imparten

Lic. Dora María García Martínez

Modalidad

A distancia (integrado en Moodle o Classroom)

Duración

5 Sesiones de 3 horas cada una (de Lunes a Viernes turno matutino)

Estrategias de aprendizaje a distancia

Curso

Objetivo

Los participantes desarrollarán estrategias de aprendizaje, a través del conocimiento de sus propios recursos de aprendizaje y de las herramientas que ofrece la tecnología de la información.

Temario

1. Mis estrategias de aprendizaje.
2. Reconociendo mi autorregulación para aprender.
3. Abordando la metacognición como mi herramienta personal.
4. Herramientas de aprendizaje que ofrece la Tecnología de la Información y Comunicación.
5. Integración de mi estrategia para aprender a distancia.

Imparten

Dr. Octavio Angulo Borja

Modalidad

A distancia (integrado en Moodle o Classroom)

Dirigido a

Estudiantes de Bachillerato y Licenciatura

Duración

15 horas,
Cinco sesiones de 3 horas en trabajo de plataforma.

Estrategias de Autocuidado para la Salud Emocional

Videoconferencia

Objetivo

Estrategias para identificar y expresar las emociones al enfrentar situaciones estresantes y propiciar conductas de autocuidado.

Temario

1. Qué son las emociones
2. Emociones primarias
3. Expresión de Emociones
4. Salud y Autocuidado

Imparten

Mtra. Evelia Valdovinos Tapia

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Adolescentes y jóvenes de bachillerato, licenciatura y público en general

Duración

2 horas

Estrategias para desarrollar el aprendizaje autónomo de los estudiantes

Taller

Objetivo

Los participantes conocerán una aproximación teórica del aprendizaje autónomo y adquirirán estrategias y habilidades para fomentar el aprendizaje autónomo en los alumnos(as)

Temario

- Aproximación teórica al aprendizaje autónomo
- Factores que intervienen en el aprendizaje autónomo
- Importancia de la motivación
- Estrategias para el aprendizaje autónomo
- Autoevaluación y retroalimentación

Imparten

Mtra. Claudia Ayluardo Archundia

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Profesores, Tutores, Orientadores

Duración

(12 horas.) 3 horas (Por sesión)
Fechas y horarios por definir

Estrategias para fortalecer la autorregulación

Videoconferencia

Objetivo

“Los (as) estudiantes conocerán y aplicarán diferentes estrategias para autorregular su aprendizaje y con ello ser más eficaces y autónomos (as)”.

Temario

1. Autorregulación,
2. Autorregulación del aprendizaje,
3. Autorregulación de la conducta académica,
4. Estrategias de Autorregulación.

Imparten

Lic. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de nivel bachillerato y licenciatura

Duración

De Lunes a Viernes en turno matutino en 1 hora de videoconferencia.

Estudiante digital

Taller

Objetivo

Coadyuvar en la identificación de los comportamientos que implementa el estudiante en el aprendizaje virtual para estructurar o reformular su entorno personal de aprendizaje (PLE).

Temario

- Mi Entorno Personal de Aprendizaje
- Certidumbres de mi Entorno
- Hacia la sistematización del Entorno Digital

Imparten

Mtro. José Saúl Molina Ocegüera

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de Media Superior, Superior y Posgrado

Duración

15 horas en cinco días consecutivos

Feedback constructivo en lo digital

Videoconferencia

Objetivo

Adoptar el Feedback en el quehacer del acto orientador como mecanismos de impulso en las decisiones, solución de tareas y logros de los orientados.

Temario

- Explorando el Feedback
- Escenarios del Feedback
- Instrumentación
- Rentabilidad en la Orientación

Imparten

Mtro. José Saúl Molina Ocegüera

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Profesor/Tutor y Orientador

Duración

3 horas en un día

Hacia una vida sin violencia

Curso

Objetivo

Curso para sensibilizar a los participantes en contra de la violencia en diversos ámbitos, (escolar, comunitaria, familiar, noviazgo, feminicidios, y de alerta de violencia de género contra las mujeres) evitando la invisibilización de las agresiones y discriminaciones, y brindando herramientas que le permitan detectar agresiones, capacitar a sus alumnos en la defensa preventiva y correctiva y finalmente si así lo requiere, orientarlos para acudir a las instancias correspondientes a recibir orientación psicológica, legal y médica. Se usa el enfoque de género, basado en derechos humanos de índole internacional y federal.

Temario

- Definición violencia
- Tipos de violencia
- Derechos humanos
- Diversidad y equidad.
- Violencia familiar
- Círculo de la violencia
- Causas
- Amor es sin violencia
- Elección de pareja
- Mitos sobre el amor
- Noviazgo
- Resolución no violenta de conflictos
- Reconocimiento de límites
- Negociación
- Asertividad y manejo de sentimientos
- Legislación y género
- Hacia una nueva masculinidad
- Hacia el autocuidado femenino
- Leyes
- Asociaciones
- A dónde acudir

Imparten

Dra. Hilda Beatriz Salmerón García

Dirigido a

Alumnos

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Duración

20 horas martes, miércoles y jueves
10 a 14 horas; martes y miércoles

Herramientas para el aprendizaje a distancia

Videoconferencia

Objetivo

Los participantes conocerán las herramientas que ofrecen las Tecnologías de la Información y Comunicación para mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Temario

1. Herramientas de las TIC para la Educación
2. Los ambientes de aprendizaje
3. La Evaluación en los diferentes ambientes de aprendizaje
4. Herramientas para el estudio
5. Herramientas digitales para el trabajo colaborativo
6. Herramientas digitales para el desarrollo de ensayos o reportes escolares
7. Herramientas cuestionarios y aprendizaje de lenguas
8. Herramientas organización de contenido de un texto
9. Herramientas para exposición de contenidos
10. Herramientas para secuencia de acciones
11. Herramientas para la búsqueda de información

Imparten

Dr. Octavio Angulo Borja

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato, licenciatura y docentes

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Duración

Duración de exposición 40 minutos

Herramientas para la elaboración de materiales didácticos para promover el aprendizaje autónomo

Videoconferencia

Objetivo

El orientador docente o tutor conocerá a nivel teórico –metodológico los lineamientos generales para la elaboración de materiales didácticos impresos y en línea para fomentar el aprendizaje autónomo en los estudiantes de nivel medio superior y licenciatura.

Temario

- ¿Qué son los materiales didácticos? y su empleo como herramienta de enseñanza aprendizaje en las en la enseñanza no presencial
- Componentes de los materiales didácticos impresos y en línea
- Guía didáctica para la elaboración del material didáctico
- La importancia de los materiales didácticos para el aprendizaje autónomo

Imparten

Mtra. Claudia Ayluardo Archundia

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Profesores, Tutores, Orientadores

Duración

2 horas
Fechas por definir

Identificando mi estilo de aprendizaje

Curso

Objetivo

“Proporcionar a los estudiantes, las herramientas necesarias para que conozcan, identifiquen y evalúen su estilo de aprendizaje con el propósito de que apliquen diferentes estrategias de mejora y potencialicen un aprendizaje eficaz”.

Temario

1. Estilos de Aprendizaje,
2. Diferencias individuales,
3. Estilos cognitivos,
4. Preferencia hemisférica,
5. Perfiles dominantes,
6. Inteligencias múltiples,
7. Gimnasia Cerebral.

Imparten

Lic. Dora María García Martínez

Modalidad

A distancia (integrado en Moodle o Classroom)

Dirigido a

Estudiantes de nivel bachillerato y licenciatura

Duración

4 sesiones de 3 horas c/u (de Lunes a Viernes turno matutino)

La autorregulación en el acto lector

Taller

Objetivo

Aplicar acciones y actos voluntarios particulares de la autorregulación al efectuar el acto lector dirigido a la adquisición de conocimiento.

Temario

- La Autorregulación y el Acto Lector
- Propuesta de acciones y actos voluntarios para el Acto Lector
- Valoración de las acciones voluntarias en el Acto Lector

Imparten

Mtro. José Saúl Molina Ocegüera

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de media superior, superior

Duración

15 horas en cinco días consecutivos

Lectura estratégica

Taller

Objetivo

Que los estudiantes de bachillerato y licenciatura desarrollen y apliquen las estrategias que les permitan mejorar los niveles de comprensión de textos académicos y construir aprendizajes a partir de los mismos.

Temario

1. Autoconocimiento como lectores
2. Características de los textos académicos y científicos
3. Lectura activa
4. Estrategias de lectura
 - 4.1. Planificación
 - 4.2. Desarrollo
 - 4.3. Evaluación

Imparten

Dra. Mercedes Zanotto González

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y de licenciatura

Duración

18 y 15 horas
Sesiones sincrónicas en Zoom con duración de 3 horas

Lectura estratégica

Videoconferencia

Objetivo

Que la audiencia logre identificar a la lectura académica desde un enfoque estratégico que favorezca el desarrollo de una comprensión lectora profunda, así como la construcción de aprendizajes a partir de la misma.

Temario

1. ¿Qué implica comprender un texto?
2. Relación entre lectura y aprendizaje
3. Lectura estratégica
4. Recomendaciones generales

Imparten

Dra. Mercedes Zanotto González

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

1 hora 30 minutos

Manejo adecuado del estrés y emociones

Taller

Objetivo

Trabajar, analizar, reflexionar mi estrés y las emociones que me genera y cómo me afecta en mi persona y en mi vida. Reconocer y aprender estrategias para el adecuado manejo de mi estrés y emociones para mi bienestar integral.

Temario

- Qué es el Estrés
- Tipos de Estrés
- Identificando estresores
- Fases del Estrés
- El Estrés y mi salud, física, psicológica y emocional
- Estrategias de para el manejo adecuado del Estrés y Emociones

Imparten

Mtra. Emma Elizabeth Montaña
Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de Bachillerato,
Licenciatura y Posgrado

Duración

3 sesiones de dos horas

Manejo adecuado del estrés y emociones

Taller

Objetivo

Trabajar, analizar, reflexionar mi Estrés y las Emociones que me genera y cómo me afecta en mi persona y en mi vida. Reconocer y aprender estrategias para el adecuado manejo de mi Estrés y Emociones para mi Bienestar integral.

Temario

- Qué es el Estrés
- Tipos de Estrés
- Identificando Estresores
- Fases del Estrés
- Estrés en mi salud física psicológica y emocional
- Estrategias para el manejo adecuado del Estrés y Emociones

Imparten

Mtra. María Guadalupe Tovar Navarro y Mtra. Emma Elizabeth Montaña Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de Bachillerato, Licenciatura y Posgrado

Duración

3 días 3 horas

Manejo de estrés

Taller

Objetivo

Identificar y reflexionar los aspectos generadores de estrés, su repercusión en el desarrollo personal y escolar; así como, implementar actividades prácticas para su manejo.

Temario

1. Qué es el estrés y aspectos básicos para enfrentarlo
2. Lo que me estresa y sugerencias para manejar el estrés
3. Sociedad actual y tipos de comportamiento
4. Emociones pensamientos y estrés
5. Sentido de vida y su relación con el estrés

Imparten

Mtra. Magdalena González Castillo

Modalidad

Presencial

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura de la UNAM

Duración

5 sesiones de tres horas cada una

Manejo de estrés

Taller

Objetivo

Identificar y reflexionar los aspectos generadores de estrés, su repercusión en el desarrollo personal y escolar; así como, implementar actividades prácticas para su manejo.

Temario

1. Qué es el estrés y aspectos básicos para enfrentarlo
2. Lo que me estresa y sugerencias para manejar el estrés
3. Sociedad actual y tipos de comportamiento
4. Emociones pensamientos y estrés
5. Sentido de vida y su relación con el estrés

Imparten

Mtra. Magdalena González Castillo

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura de la UNAM

Duración

Lunes a viernes de 10:00 a 13:00 horas
Lunes a viernes de 16:00 a 19:00 horas

Manejo del Estrés durante el distanciamiento social

Videoconferencia

Objetivo

Dar a conocer cómo el Distanciamiento Social genera Estrés y cómo afecta en lo físico, psicológico, emocional y social.

Temario

- Distanciamiento Social
- Aspectos del Estrés
- Consecuencias físicas, psicológicas, emocionales y sociales del Estrés
- Estrategias de Autocuidado integral

Imparten

Mtra. María Guadalupe Tovar Navarro y Mtra. Emma Elizabeth Montaña Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de Bachillerato, Licenciatura y Posgrado

Duración

1 hora

Manejo del estrés y la emociones

Videoconferencia

Objetivo

Trabajar, analizar, reflexionar mi Estrés y las Emociones que me genera y cómo afecta en mi persona y en mi vida. Reconocer y aprender estrategias para el adecuado manejo de mi Estrés y Emociones para mi Bienestar integral.

Temario

- Qué es el Estrés
- Tipos de Estrés
- Identificando Estresores
- Fases del Estrés
- El Estrés y mi Salud física, psicológica y emocional
- Estrategias para el manejo adecuado del Estrés y las Emociones

Imparten

Mtra. María Guadalupe Tovar Navarro y Mtra. Emma Elizabeth Montaña Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de Bachillerato, Licenciatura y Posgrado

Duración

1 hora

Manejo efectivo del tiempo de estudio

Videoconferencia

Objetivo

“Los (las) estudiantes contarán con estrategias para el manejo efectivo de sus actividades escolares y aprenderán a gestionar productivamente su tiempo de estudio”.

Temario

1. Organización del tiempo
2. Proceso de planificación
3. Ladrones de tiempo
4. Método del Pomodoro
5. Planificadores electrónicos

Imparten

Lic. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de Bachillerato, Licenciatura y Posgrado

Duración

De Lunes a Viernes en turno matutino

Miedos en mi elección de carrera

Taller

Objetivo

Identificar, analizar, reflexionar y trabajar los Miedos que surgen en mi Elección de Carrera. Adquirir y trabajar estrategias para el manejo de mis miedos que me permitan realizar el adecuado proceso de mi Elección de Carrera.

Temario

- Qué es el Miedo
- Función natural del Miedo
- Tipos de Miedo
- Cuáles Miedos surgen con respecto a mi Elección de Carrera
- Estrategias para el manejo adecuado de mis Miedos en la Elección de Carrera
- Proceso y etapas de la Elección de Carrera
- Estrategias para Elegir una Carrera

Dirigido a

Estudiantes de Bachillerato, Licenciatura y Posgrado

Imparten

Mtra. María Guadalupe Tovar Navarro y Mtra. Emma Elizabeth Montaña Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Duración

3 días 3 horas

Miedos en mi elección de carrera

Taller

Objetivo

Identificar, analizar, reflexionar y trabajar los miedos que surgen en mi elección de carrera. Adquirir y trabajar estrategias para el manejo de mis miedos que me permitan realizar el adecuado proceso de mi elección de carrera.

Temario

- ¿Qué es el miedo?
- Función natural del miedo
- Tipos de miedo
- Cuáles miedos surgen con respecto a mi elección de carrera
- Estrategias para el manejo adecuado de mis miedos en la elección de carrera
- Proceso y etapas de la elección de carrera
- Estrategias para elegir carrera

Imparten

Mtra. Emma Elizabeth Montaña
Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de Bachillerato,
Licenciatura y Posgrado

Duración

3 sesiones de dos horas

Migración del Orientador al uso de las TICs

Taller

Objetivo

Promover en el Orientador el uso de la tecnología y la inmediatez de la información, como herramientas que apoyen las tareas que el acto orientador posee.

Temario

- Mindware
- Entorno de Trabajo y Usabilidad.
- Gestión de la Información
- Formas de Comunicación en Línea
- Aprendizaje Social Digital
- Uso de Redes Sociales en la Orientación

Imparten

Mtro. José Saúl Molina Ocegüera

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Orientadores y Tutores

Duración

6 sesiones de 3 horas

Mindfulness o conciencia plena

Curso

Objetivo

Brindar herramientas para ver en la vida la dicha en grandes y pequeñas cosas, a rodearse de gente más sana, con mayores posibilidades de crecimiento.

Temario

- Mindfulness qué es
- Programación de ideas-hábitos
- Meditación, beneficios
- Controla tus pensamientos
- Capacidad de auto-sanación, claridad mental y sabiduría interior
- Liberación de juicios y auto-crítica para vivir con más paz a nivel mental y relajación corporal
- Toma de decisiones
- Frescura y perspectiva hacia la vida. Mayor energía
- Fluir
- La felicidad puede construirse
- Saber escucharte y escuchar a los demás
- Mejorar tus relaciones con los demás

Imparten

Dra. Hilda Beatriz Salmerón García

Dirigido a

Creo que deben dar opción en el punto 6 a que sean híbridas, es la tendencia de la enseñanza y deben ir pensando en solicitar plataformas para los docentes

A alumnos universitarios

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Duración

20 horas

Lunes miercoles y jueves de 10 a 14 horas y así, hasta completar 20

Mini taller comunicación emocional asertiva

Objetivo

Proporcionar a los participantes, información general sobre herramientas de comunicación eficaz y de manejo de emociones, a fin de aumentar su calidad de vida.

Temario

1. Percepción
2. Contexto completo
3. Dualidad y equilibrio
4. Emociones y su manejo

Imparten

Mtra. Angélica Patricia Cuevas
Casillas

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos de bachillerato

Duración

1 sesión

Mini taller manejo de duelo

Taller

Objetivo

Proporcionar a los participantes la teoría sobre el duelo y herramientas para un manejo eficaz del duelo.

Temario

- Duelo
- Etapas de duelo
- Herramientas de manejo de duelo
- Ejercicios terapéuticos para el manejo de las pérdidas

Imparten

Mtra. Angélica Patricia Cuevas
Casillas

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Comunidad en general

Duración

1 sesion

Objetos virtuales informáticos (OVI): su alcance en la orientación

Taller

Objetivo

Promover el rol de prosumidor del Orientador cuando procesa, divulga y transforma información en OVI (presentaciones) reutilizables, centrados en el estudiantado.

Temario

- OVI que son y su categorización
- Requerimientos para su diseño y construcción centrados en el alumno
- Elaboración e Implementación

Imparten

Mtro. José Saúl Molina Ocegüera

Modalidad

A distancia (integrado en Moodle o Classroom)

Dirigido a

Orientadores y Profesores

Duración

20 horas de trabajo con horario abierto en un periodo de diez días

Organización para el estudio

Taller

Objetivo

“El estudiante conocerá, reflexionará y analizará una propuesta metodológica que les ayudará a organizar su estudio y autorregular su aprendizaje con el objeto de que este sea significativo”.

Temario

1. Organización
2. Factores ambientales
3. Organización del tiempo
4. Organización del pensamiento
5. Métodos de Estudio
6. Metodología de Estudio

Imparten

Lic. Dora María García
Martínez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de nivel bachillerato y
licenciatura

Duración

3 Sesiones de 3 horas (de Lunes a
Viernes turno matutino)

Organización para el estudio

Videoconferencia

Objetivo

“Los (as) estudiantes analizarán los aspectos más importantes que influyen en su organización para el estudio y adquirirán algunas estrategias para la mejora de su ejecución académica”.

Temario

1. Organización para el estudio,
2. Factores Ambientales,
3. Organización del Tiempo,
4. Organización del Pensamiento,
5. Métodos de Estudio y
6. Planificación escolar

Imparten

Lic. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de nivel bachillerato y licenciatura

Duración

De Lunes a Viernes en turno matutino en 1 hora de videoconferencia

Planificación y administración del tiempo, para ser un (a) estudiante eficaz

Taller

Objetivo

“Los (as) estudiantes contarán con diferentes estrategias para gestionar el tiempo de una manera eficaz y que se vea reflejado en la organización de sus actividades escolares”.

Temario

1. Organización del tiempo,
2. Estrategias para gestionar adecuadamente el tiempo,
3. Planificación,
4. Uso de planificadores electrónicos,
5. Productividad
6. Ladrones de tiempo

Imparten

Lic. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de nivel bachillerato y licenciatura

Duración

2 Sesiones de 3 horas cada una (de Lunes a Viernes turno matutino)

PLEs impulsados por el profesor/ tutor y orientador

Curso

Objetivo

Instrumentar experiencias para que el alumnado asuma y reelabore su entorno de aprendizaje en el medio digital, para favorecer el estado de aprendiz activo.

Temario

- Aprendizaje Digital con la tres CCC
- Modelo TPACK
- Promoción del PLE

Imparten

Mtro. José Saúl Molina Ocegüera

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Profesor/ Tutor y Orientador

Duración

18 horas en seis sesiones

Resiliencias vs violencias y complejidades

Curso

Objetivo

Generar en los individuos estrategias de afrontamiento sanas que permitan la utilización de la resiliencia a fin de hacerle frente a las complejidades de la vida, no solo en las adversidades sino en el estrés que genera la carga de trabajo, o la escuela, los duelos y las pérdidas.

Temario

- Componentes
- Psicología positiva y resiliencia
- Factores resilientes
- Crisis
- Personalidades resilientes
- Habilidades resilientes y anticipatorias
- Manejo de la ambigüedad
- Pérdida – Duelo – Resiliencia
- Promoviendo la resiliencia
- Construyendo mi propia resiliencia

Imparten

Dra. Hilda Beatriz Salmerón García

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos universitarios

Duración

20 horas
Lunes, miércoles y jueves 10 a 14 horas hasta completar 20

Seminario de metodología para la elaboración de tesis

Objetivo

Generar metodología a fin de que los alumnos generen su proyecto de investigación de tesis con recursos temáticos, didácticos sobre problemáticas relativas a: violencia en el noviazgo, nuevas masculinidades, resiliencia, educación en alumnos universitarios, violencia en las redes sociales, mindfulness.

Temario

1. Miedo a realizar tesis
2. Procrastenación
3. Investigaciones cualitativas y cuantitativas
4. Diseños
5. Planteamiento del problema
6. Variables
7. Cómo elaborar objetivos
8. Hipótesis
9. Marco teórico
10. Búsquedas en internet
11. Aparato Crítico
12. Redacción
13. Búsquedas en internet, motores de búsqueda,
14. Distinguir obras de primera, segunda y tercera mano

Imparten

Dra. Hilda Beatriz Salmerón García

Dirigido a

Podrían ser en plataforma Moodle y por Zomm, tener sesiones híbridas, unas sincrónicas y otras asincrónicas
A alumnos que terminaron licenciatura y servicio social

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Duración

Todo el año, martes o miércoles de 10 a 14 horas

Taller Comunicación emocional asertiva

Taller

Objetivo

Proporcionar a los participantes, herramientas de comunicación eficaz y de manejo de emociones, a fin de aumentar su calidad de vida.

Temario

1. Introducción
2. Percepción; seres únicos e irrepetibles
3. Contexto completo
4. Dualidad y equilibrio
5. Lo bueno de lo malo
6. Emociones y su manejo

Imparten

Mtra. Angélica Patricia Cuevas
Casillas

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos de licenciatura y posgrado

Duración

6 sesiones, de 3 horas

Taller comunicación emocional asertiva

Taller

Objetivo

Proporcionar a los participantes herramientas de comunicación eficaz y de manejo de emociones, a fin de aumentar su calidad de vida

Temario

1. Introducción
2. Percepción; seres únicos e irrepetibles
3. Contexto completo
4. Dualidad y equilibrio
5. Lo bueno de lo malo
6. Emociones y su manejo

Imparten

Mtra. Angélica Patricia Cuevas
Casillas

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos de licenciatura y posgrado

Duración

1 sesión

Taller de acompañamiento al duelo: resignificando la pérdida

Taller

Objetivo

Brindar un acompañamiento y apoyo en el proceso de muerte de seres queridos.

Temario

Sesión 1

- Deconstruyendo el duelo

Sesión 2

- Remembranza

Sesión 3

- Construyendo una nueva historia

Imparten

Dra. Cecilia Mota González

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Publico en general con dificultad para procesar la muerte de un ser querido

Duración

3 sesiones de (lunes, miércoles y viernes) de 17:00 a 20:00 horas

Taller elección de carrera

Taller

Objetivo

Proveer a los participantes, recursos y herramientas para llevar a cabo una decisión vocacional.

Temario

1. Introducción a la elección de carrera
2. Los campos del conocimiento
3. Definición e opciones
4. Ponderación y evaluación de opciones

Imparten

Mtra. Gabriela Velázquez Orrostieta

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Alumnos de bachillerato de 2o y 3er año

Duración

15 horas Intensivo 5 sesiones, de lunes a viernes de 10 a 13 horas

Taller para el bienestar y cuidado emocional

Taller

Objetivo

Brindar un espacio a los alumnos y alumnas para trabajar, analizar y reflexionar acerca de sus emociones y aprender estrategias para su cuidado y bienestar emocional.

Temario

- Qué son las Emociones
- Diferencias de Emociones y Sentimientos
- Tipos de Emociones
- Características de las Emociones Básicas
- Estrategias de autocuidado Emocional
- Aprendo y Asumo mi Bienestar Emocional

Imparten

Mtra. María Guadalupe Tovar Navarro y Mtra. Emma Elizabeth Montaña Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de Bachillerato, Licenciatura y Posgrado

Duración

3 días 3 horas

Taller para el bienestar y cuidado emocional

Taller

Objetivo

Brindar un espacio a los alumnos y alumnas para trabajar, analizar, reflexionar acerca de sus emociones y aprender estrategias para su cuidado y bienestar emocional.

Temario

- Qué son las emociones
- Diferencias de emociones y sentimientos
- Tipos de emociones
- Características de las emociones básicas
- Estrategias de autocuidado emocional
- Aprendo y asumo mi bienestar emocional

Imparten

Mtra. Emma Elizabeth Montaña
Gómez

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas -
Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes de Bachillerato,
Licenciatura y Posgrado

Duración

3 sesiones de dos horas

Uso eficiente de los Webs informacionales

Videoconferencia

Objetivo

Coadyuvar en las acciones necesarias para la pesquisa de información requerida en su formación académicas para evitar la navegación dispersa.

Temario

- Funcionalidad
- Tipos
- Ventajas e inconvenientes
- Ruta de uso
- Valoración de la Ruta de búsqueda

Imparten

Mtro. José Saúl Molina Ocegüera

Modalidad

En línea (sesiones sincrónicas - Zoom, Meet, Teams, Webex)

Dirigido a

Estudiantes y Profesores

Duración

3 horas en un día

WEBinar “Herramientas para estudiantes exitosos y autónomos”

Objetivo

Apoyar el desempeño educativo de estudiantes de bachillerato o licenciatura, para fortalecer los procesos de autorregulación, organización y entrenamiento neuronal, para enfrentar con mayor éxito las actividades escolares a distancia y hacer un proyecto de vida académico.

Temario

- Ser un Estudiante “Exitoso y Autónomo”
- Neuronas sueño y aprendizaje
- La importancia de las relaciones interpersonales para ser un estudiante exitoso y autónomo
- La organización como herramienta clave para el éxito académico
- Estrategias de Aprendizaje para el éxito en el estudio

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco
Mtra. Claudia Ayuardo Archundia

Modalidad

En línea sincrónica

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

5 sesiones de dos horas

WEBinar “Ser joven es extraordinario”

Objetivo

Motivar a los jóvenes a trabajar e investigar sobre su futuro profesional a partir de un análisis económico y contextual.

Temario

- Situación actual del país y análisis global de la economía
- Mercado Laboral: Expectativas laborales, alcances internacionales
- Marcando Historia: Testimonios profesionales
- Mi elección personal: Ejercicio y desempeño profesional

Imparten

Dr. Gerardo Nieto López

Modalidad

En línea sincrónica, plataforma Zoom

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

4 sesiones sincrónicas, 8 horas

WEBinar "Reconocimiento y manejo de emociones"

Objetivo

Proporcionar estrategias de regulación emocional que permitan al estudiante afrontar de manera apropiada situaciones o eventos estresantes durante las clases a distancia.

Temario

- Autoconocimiento emocional
- Manejo emocional sus implicaciones e impacto en el desempeño profesional
- Construyendo Resiliencia
- Estrés y bienestar

Imparten

Mtra. Evelia Valdovinos Tapia
Mtra. Ruth Méndez Hernández
Dra. Libia Gómez Altamirano
Mtra. Magdalena González Castillo

Modalidad

En línea sincrónica, plataforma Zoom

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

4 sesiones de 2 horas

WEBinar “Toolkit para estudiantes”

Objetivo

Brindar herramientas prácticas que faciliten en aprendizaje y favorezcan el aprovechamiento escolar de los estudiantes.

Temario

- Lectura estratégica
- Manejo del tiempo ahora que estudio a distancia
- Herramientas digitales para el estudio dinámico
- Trabajo en equipo
- Preparación de exposiciones

Imparten

Dra. Mercedes Zanotto González
Dra. Ana Luz Flores Pacheco
Dr. Octavio Angulo Borja
Mtro. José Saúl Molina Ocegüera
Mtra. Wendy Abigail Bautista Montoya

Modalidad

En línea sincrónica, plataforma Zoom

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

5 sesiones sincrónicas de 2 horas

Oferta de Orientación Educativa



Solicitud de actividades:
dgoae.correspondencia@unam.mx

Objetivo: Orientar, informar y asesorar al alumnado durante su proceso de elección de carrera.

EJE: TOMA DE DECISIONES ACADÉMICO-VOCACIONALES

Oferta educativa UNAM

Videoconferencia

Objetivo

Proporcionar información general acerca de la Oferta Académica de la UNAM, para apoyar la elección de carrera.

Temáticas

- Oferta Académica
- Carreras con mayor demanda
- Nuevas carreras
- ¿Qué son el ingreso indirecto y los prerrequisitos?

Imparten

Mtra. Telma Ríos Condado
Mtra. Graciela Bello Espinosa
Lic. Marco Antonio Bonaparte
Madrigal
Lic. Gil Christian Hernández
Morales
Mtra. Janet Belinda Barragán Pérez
Lic. María del Rocío Clavel Gómez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel secundaria,
nivel medio superior, profesorado
y padres de familia

Duración

2 horas

Requisitos

Sin registro previo

Asesoría Vocacional

Videoconferencia

Objetivo

Orientar a las y los alumnos en el manejo de información adecuada, en apoyo a la toma de decisiones académico-vocacionales.

Temáticas

- Introducción a la UNAM
- Oferta académica de la UNAM
- Dudas Profesiográficas
- Toma de decisiones vocacionales

Imparten

Mtra. Claudia Ayluardo Archundia
Mtra. Janet Belinda Barragán Pérez
Lic. María del Rocío Clavel Gómez
Dra. Ana Luz Flores Pacheco
Lic. Graciela Galicia Segura

Lic. Dolores Maya Girón
Dr. Bernardo Antonio Muñoz Riveroll
Lic. María Elena Solís Cámara López

Modalidad

En línea

Alumnos del nivel medio superior y

Requisitos

Registro previo

Dirigido a

superior que se encuentren en un proceso de toma de decisiones

Duración

30 minutos

Nuevas carreras en la UNAM

Videoconferencia

Objetivo

Dar a conocer a las y los participantes las nuevas carreras que se ofertan en la UNAM, para que indaguen a profundidad sobre las carreras de su interés y los requisitos de ingreso.

Temáticas

- ¿Qué son las nuevas carreras y por qué surgen?
- Oferta de nuevas carreras por área del conocimiento
- Requisitos de ingreso
- Sitios de interés

Imparten

Mtra. Janet Belinda Barragán Pérez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior

Duración

90 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Estudios de posgrado en la UNAM: qué son y su importancia en la formación profesional

Videoconferencia

Objetivo

Brindar a los participantes información sobre los tipos de posgrado, la oferta existente en la UNAM, así como el impacto de estos estudios en la formación profesional.

Temáticas

- Definición y tipos de posgrado en la UNAM
- Importancia de los estudios de posgrado
- Impacto del posgrado en la formación profesional

Imparten

Mtra. Janet Belinda Barragán Pérez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

1 hora

Requisitos

Sin registro previo

Oferta UNAM bachillerato: Colegio de Ciencias y Humanidades

Videconferencia

Objetivo

Brindar a los participantes información sobre los programas de bachillerato UNAM, así como recomendaciones para la elección de bachillerato.

Temáticas

- Antecedentes UNAM
- Servicios DGOAE
- Concurso COMIPEMS
- Oferta UNAM
- ¿Qué es el CCH?
- Pase Reglamentado
- Recomendaciones para elegir bachillerato

Imparten

Mtra. Janet Belinda Barragán Pérez
Dra. Libia Gómez Altamirano
Lic. María del Rocío Clavel Gómez
Lic. Gil Christian Hernández
Morales

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior

Duración

90 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Oferta UNAM bachillerato: Escuela Nacional Preparatoria

Videoconferencia

Objetivo

Brindar a los participantes información sobre los programas de bachillerato UNAM, así como recomendaciones para la elección de bachillerato.

Temáticas

- Antecedentes UNAM
- Servicios DGOAE
- Concurso COMIPEMS
- Oferta UNAM
- ¿Qué es la ENP?
- Pase Reglamentado
- Recomendaciones para elegir bachillerato

Imparten

Mtra. Janet Belinda Barragán Pérez
Dra. Libia Gómez Altamirano
Lic. María del Rocío Clavel Gómez
Lic. Gil Christian Hernández Morales

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior

Duración

90 minutos

Requisitos

Sin registro previo

El papel de la familia en el proceso de elección de carrera

Videconferencia

Objetivo

Valorar el impacto que tiene la familia en la toma de decisión del joven respecto a su futuro profesional.

Temáticas

- La familia como un sistema complejo y dinámico
- La participación de los padres en la toma de decisiones de los hijos
- Factores estructurales de la familia
- Procesos en la dinámica familiar
- ¿Cómo pueden los padres contribuir en el proceso de toma de decisiones?

Imparten

Dra. Julia Hernández Hernández

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Orientadores, Madres y Padres de familia, alumnos de nivel medio superior

Duración

90 minutos

Requisitos

Sin registro previo

EJE: EDUCACIÓN PARA LA ELECCIÓN DE CARRERA

Educación para la carrera ¿y eso, de qué me sirve?

Videoconferencia

Objetivo

Que los estudiantes conozcan las bases e importancia de la educación para la carrera en su vida escolar y profesional.

Temáticas

- ¿Qué es la educación para la carrera y por qué es importante?
- Mi carrera, roles y entornos
- Aprendizaje = Trabajo
- La carrera más allá de la escuela

Imparten

Lic. María del Rocío Clavel Gómez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior

Duración

90 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Mi hijo ya va a la escuela ¿para qué la educación para la carrera?

Videoconferencia

Objetivo

Los participantes conocerán las bases e importancia de la educación para la carrera en la vida de sus hijos e hijas, de manera que puedan darles un mejor acompañamiento y apoyo a lo largo de su trayectoria escolar.

Temáticas

- Educación para la carrera, ¿qué es?
- Importancia de la educación para la carrera en la vida de mi hijo/a
- ¿Qué me toca hacer para apoyar la educación para la carrera de mi hijo/a?

Imparten

Lic. María del Rocío Clavel Gómez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Madres y Padres de familia

Duración

90 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Cómo elegir carrera

Videoconferencia

Objetivo

Proporcionar elementos útiles para la elección de carrera.

Temáticas

Contextos que intervienen en la elección de carrera

- Personal
- Vocacional
- Académico
- Escolar
- Socio-familiar
- Laboral

Imparten

Mtra. Telma Ríos Condado

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior

Duración

1 hora

Requisitos

Sin registro previo

Estereotipos de género en la elección de carrera

Videokonferencia

Objetivo

Sensibilizar a las y los asistentes acerca de los estereotipos de género que intervienen en la elección de una carrera universitaria.

Temáticas

- Factores asociados a la elección de una carrera universitaria
- ¿Cómo impactan los estereotipos de género en la elección de una carrera?
- Equidad e igualdad
- Igualdad de oportunidades laborales

Imparten

Mtra. Telma Ríos Condado
Mtra Graciela Bello Espinosa
Lic. Gil Christian Hernández Morales
Mtra. Janet Belinda Barragán Pérez
Lic. María del Rocío Clavel Gómez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior

Duración

1 hora

Requisitos

Sin registro previo

La importancia de la orientación vocacional y oferta educativa UNAM

Videoconferencia

Objetivo

Destacar la importancia de la orientación vocacional para una adecuada y bien informada elección de carrera.

Temáticas

- Introducción a la UNAM
- Oferta académica de la UNAM
- Carreras por áreas del conocimiento
- Carreras de ingreso indirecto
- Carreras con prerrequisitos

Imparten

Mtra. Telma Ríos Condado
Mtra. Graciela Bello Espinosa
Lic. Marco Antonio Bonaparte
Madrigal

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior

Duración

1 hora

Requisitos

Sin registro previo

Disfrutando la elección de carrera

Videoconferencia

Objetivo

Las y los participantes conocerán la información básica necesaria para la elección de una carrera universitaria.

Temáticas

- Factores asociados a la elección de carrera
- Autoconocimiento
- ¿Dónde buscar información sobre las carreras?
- Proyecto de vida personal y profesional
- Recomendaciones generales para mi elección

Imparten

Lic. Gil Christian Hernández Morales

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior

Duración

1 hora

Requisitos

Sin registro previo

Educación para la carrera: un modelo de intervención actual e integral

Taller

Objetivo

Los asistentes conocerán el modelo de educación para la carrera y las estrategias de intervención que podrán implementar con los estudiantes.

Temáticas

Sesión 1:

- Educación para la carrera: un modelo de intervención educativa
- Marco conceptual y bases teóricas
- El papel de Tutores, profesores y Orientadores en la educación para la carrera

Sesión 2:

- Estrategias y propuestas de intervención de la educación para la carrera.
- ¿Cómo implementar la educación para la carrera con mis alumnos?

Imparten

Lic. María del Rocío Clavel Gómez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

240 minutos, divididos en 2 sesiones de 120 minutos

Requisitos

Registro previo

Construyendo mi futuro

Taller

Objetivo

Las y los participantes obtendrán los conocimientos, las habilidades y los recursos básicos necesarios para la elección de una carrera universitaria.

Temáticas

- Factores asociados a la elección de carrera
- Autoconocimiento
- Información sobre las carreras
- El mundo laboral y las competencias profesionales
- Orientación entre pares
- Proyecto de vida

Imparten

Lic. Gil Christian Hernández Morales

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior

Duración

6 horas

Requisitos

Registro previo

Un mínimo de 12 participantes y un máximo de 25

Cómo lograr lo que quiero ser en el futuro. Recomendaciones para tu elección de carrera

Videconferencia

Objetivo

Explicar el proceso por el cual se llega a ser el que se es, describiendo las tipologías de estudiantes en el proceso por el cual se elige lo que se quiere lograr en el futuro.

Temáticas

- Contexto del proceso de elección
- Caracterización de una tipología de estudiantes
- ¿Cómo lograr llegar a ser lo que se es?
- El proceso de toma de decisiones
¿Por qué es importante encontrarse a sí mism@?
- Proyecto de vida

Imparten

Dr. Bonifacio Vuelvas Salazar

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior

Duración

45 minutos

Requisitos

Registro previo
Cupo mínimo 40 asistentes, máximo 50

El mito de Sísifo. Plan y sentido de Vida en el joven

Videokonferencia

Objetivo

Reflexionar acerca del plan de vida, más allá del meritocratismo, como una tarea a realizar en un proceso de elección.

Temáticas

- La filosofía del absurdo
- La existencia y la trascendencia
- IDel work al Ludens

Imparten

Dr. Bernardo Antonio Muñoz Riveroll

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior, Orientadores e interesados

Duración

90 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Condiciones y factores a considerar en la elección de una licenciatura

Videoconferencia

Objetivo

Analizar los factores histórico - sociales, así como los psicológicos que condicionan y llegan a determinar la elección de una carrera profesional.

Temáticas

- La importancia del contexto histórico en la elección
- La elección maníaca y cosmética: ideología y fantasías en la construcción del devenir
- La realidad concreta y limítrofe del empleo profesional

Imparten

Dr. Bernardo Antonio Muñoz Riveroll

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior, Orientadores e interesados

Duración

90 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Modernidad, posmodernidad en la práctica de la orientación educativa contemporánea

Curso

Objetivo

Con base en una valoración de las teorías y discursos de la orientación educativa desarrollada en la modernidad, caracterizar el sentido y contenido que distingue a la práctica orientadora en el desarrollo de este siglo XXI.

Temáticas

- La orientación educativa en la modernidad
- Los temas emergentes en la Orientación Educativa desde una mirada posmoderna de la sociedad globalizada
- Tendencias y perspectivas de la Práctica Orientadora

Imparten

Dr. Bernardo Antonio Muñoz Riveroll

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Orientadores, tutores y docentes

Duración

25 horas

Requisitos

Registro previo

EJE: DESARROLLO PSICOSOCIAL DE LA JUVENTUD

Las voces de los estudiantes en el contexto post pandemia

Videoconferencia

Objetivo

Que el alumno reflexione en los temas: la vida, la naturaleza, los valores, la escuela, el lazo social, y el significado de lo público para el retorno a la universidad.

Temáticas

- El aprendizaje con bases sólidas
- La brecha digital
- Revaloración de la lectura
- La condición juvenil
- El regreso a la normalidad

Imparten

Lic. Graciela Galicia Segura

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

2 horas

Requisitos

Sin registro previo

Elección: oportunidad de creación, apertura y saber

Videoconferencia

Objetivo

Que el alumno tome sus decisiones como resultado de la información, la reflexión y el análisis del contexto y de sus propios recursos de estudiante y de su condición juvenil.

Temáticas

- Elección como una oportunidad de creación, apertura y saber
- Cambios en los ambientes de aprendizaje en el contexto postpandemia
- Oportunidad de reafirmación y revaloración del sujeto-joven

Imparten

Lic. Graciela Galicia Segura

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

2 horas

Requisitos

Sin registro previo

Manejo del estrés en confinamiento

Videoconferencia

Objetivo

Comprender el mecanismo del estrés en la supervivencia y su adecuado uso en situaciones límite.

Temáticas

- Estrés
- Manejo de Situaciones límite
- Estrategias para revertir el estrés

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior, Madres y Padres de familia, Tutores o Maestros

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo
Cámaras abiertas

Manejo amoroso de conflictos

Videoconferencia

Objetivo

Comprender que el conflicto es una oportunidad de conocernos mejor.

Temáticas

- Conflicto como oportunidad
- Conflicto como una parte de la vida
- Modelos de resolución de conflictos

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior, Madres y Padres de familia, Tutores o Maestros

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo
Cámaras abiertas

Estrés y bienestar emocional

Videoconferencia

Objetivo

Conocer la importancia del estrés en la vida y el papel de los neurotransmisores para gestionarnos bienestar.

Temáticas

- Estrés
- Neurotransmisores: adrenalina, cortisol, dopamina, serotonina

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior, Madres y Padres de familia, Tutores o Maestros

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo
Cámaras abiertas

Sostener el lazo ante la urgencia: manejo de problemas psicoeducativos del estudiante ante la pandemia

Curso

Objetivo

Generar un espacio de análisis sobre la urgencia subjetiva que genera la pandemia en el estudiante universitario y su manejo a nivel psicoeducativo.

Temáticas

- La pandemia y sus repercusiones
- Urgencia subjetiva ante la crisis
- Los cambios y el manejo de duelos
- El estudiante y el nuevo proceso educativo
- La mediación psicoeducativa en el abordaje del momento actual

Imparten

Lic. María del Pilar Romero López y
Lic. Silvia Elizabeth Arjona Lavalle

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Madres y Padres de familia

Duración

7 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Registro previo

EJE: APOYO AL APRENDIZAJE

Estrategias para fortalecer la autorregulación

Videoconferencia

Objetivo

Los (as) estudiantes fomentarán la autorregulación y adquirirán diferentes estrategias para ser eficaces y autónomos.

Temáticas

- Autorregulación
- Conducta académica autorregulada
- Autorregulación del Aprendizaje
- Autorregulación de las emociones
- Estrategias para ser autorregulado

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo

La autorregulación: herramienta importante para fortalecer mi enseñanza

Videoconferencia

Objetivo

Los participantes fomentarán la autorregulación en sus estudiantes y adquirirán diferentes estrategias para autorregular su enseñanza.

Temáticas

- Autorregulación
- Conducta académica autorregulada
- Autorregulación del Aprendizaje
- Autorregulación de la Enseñanza
- Autorregulación de las emociones
- Estrategias de Autorregulación

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Organización para el estudio

Videoconferencia

Objetivo

Los (as) estudiantes contarán con herramientas para organizar su estudio.

Temáticas

- Organización
- Factores ambientales
- Organización del tiempo
- Organización del pensamiento
- Métodos de Estudio

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Estrategias de aprendizaje

Videoconferencia

Objetivo

Los (as) estudiantes analizarán diferentes estrategias de aprendizaje para que su aprendizaje sea significativo.

Temáticas

- Estrategias de Aprendizaje
- Técnicas de Estudio
- Metodología de Estudio
- Organizadores gráficos: mapas conceptuales y mentales, redes semánticas, cuadros sinópticos y otros esquemas

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Estilos de aprendizaje

Videoconferencia

Objetivo

Los (as) estudiantes conocerán su estilo de aprendizaje y preferencia hemisférica para trabajar en sus áreas de oportunidad y ser con ello más eficaces.

Temáticas

- Estilos de Aprendizaje
- ¿Cómo aprende tu cerebro?
- Preferencia hemisférica
- Perfiles dominantes
- Gimnasia Cerebral

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Trabajo y aprendizaje cooperativo

Videoconferencia

Objetivo

Los participantes analizarán la importancia y las características del trabajo cooperativo para fomentar el trabajo en equipo y el aprendizaje significativo de los estudiantes.

Temáticas

- Aprendizaje cooperativo
- Grupo cooperativo
- Perfil del estudiante que trabaja cooperativamente
- Componentes del Trabajo cooperativo
- Tareas cooperativas

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

120 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Manejo efectivo del tiempo de estudio

Videoconferencia

Objetivo

Los (las) estudiantes contarán con estrategias para el manejo efectivo de sus actividades escolares y aprenderán a gestionar productivamente su tiempo de estudio.

Temáticas

- Organización del tiempo
- Proceso de planificación
- Ladrones de tiempo
- Método del Pomodoro
- Planificadores electrónicos vs. Planificadores tradicionales

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Autorregulación emocional

Videoconferencia

Objetivo

Los (as) estudiantes analizarán y aplicarán diferentes estrategias para regular sus emociones en el ámbito escolar.

Temáticas

- Autorregulación Emocional
- El papel de las Emociones en el aprendizaje
- Emociones adaptativas y Emociones desadaptativas
- Estrategias de Regulación emocional

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Las ventajas de la gimnasia cerebral para mejorar el aprendizaje

Videoconferencia

Objetivo

Conocer qué es gimnasia cerebral y las ventajas para mejorar la conexión de los hemisferios cerebrales y el aprendizaje.

Temáticas

- Qué es gimnasia cerebral
- Tipos y usos
- Ejemplos de ejercicios

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior, Madres y Padres de familia, Maestros en función de Tutores o Maestros

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo
Cámaras abiertas

Las neurociencias en el aula

Videoconferencia

Objetivo

Conocer los avances más importantes de las neurociencias y cómo aprovecharlas para aprender.

Temáticas

- Las neurociencias
- Los neurotransmisores involucrados en la concentración y la memoria

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior, Madres y Padres de familia, Maestros en función de Tutores o Maestros

Duración

60 minutos

Requisitos

Sin registro previo
Cámaras abiertas

Cuido mi bienestar y mejoro mi trayectoria educativa

Taller

Objetivo

Qué el estudiante se haga responsable del cuidado de si, fortalecer su trayectoria educativa y mejorar su proceso de enseñanza aprendizaje.

Temáticas

- El cuidado de si del joven universitario
- Itinerarios de la juventud
- Cambios en los ambientes de aprendizaje en el contexto postpandemia
- La relación del estudiante con el saber para reforzar su rendimiento académico

Imparten

Lic. Graciela Galicia Segura

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

12 horas

Requisitos

Registro previo
Un mínimo de 15 participantes y un máximo de 25

El aprendizaje basado en proyectos desde el enfoque de la complejidad. Diversas miradas de actores de la formación

Curso

Objetivo

Desarrollar una metodología basada en proyectos de intervención escolar, desde la perspectiva de la complejidad e integración del conocimiento, de los sentidos que construyen los actores de la formación, para promover el pensamiento creativo en la resolución de problemas del aprendizaje de los estudiantes del bachillerato.

Temáticas

- Diagnóstico de necesidades de enseñanza-aprendizaje
- Diversos métodos de enseñanza-aprendizaje
- Los principios de la complejidad
- El enfoque del aprendizaje basado en proyectos (ABP)
- Desarrollar una metodología, fundamentado en el Aprendizaje

Basado en Problemas y Proyectos (ABPP) acorde con las necesidades de aprendizaje de los estudiantes

Imparten

Dr. Bonifacio Vuelvas Salazar

Modalidad

Híbrida:
1ª sesión presencial
2ª, 3ª, 4ª virtual
5ª sesión presencial

Dirigido a

Orientadores y profesores de asignatura del nivel medio superior

Duración

20 horas

Requisitos

Registro previo
Desempeñarse como profesor (a) de orientación y/o asignatura frente a grupo

Un mínimo de 25 participantes y un máximo de 30

Cómo mejorar mi rendimiento académico

Curso

Objetivo

Reforzar la permanencia de los alumnos de licenciatura de nuevo ingreso.

Temáticas

Módulo 1. Resiliencia escolar
Módulo 2. Autorregulación y organización para el estudio
Módulo 3. Desarrollo de la lectura y escritura académica

Imparten

Dra. Libia Gómez Altamirano
Dra. Mercedes Zanotto González
Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea MOOC, Plataforma Classroom

Dirigido a

Estudiantes de nivel superior

Duración

12 horas

Requisitos

Registro previo
Llenar un formulario

Desarrollando mis habilidades para aprender de manera independiente

Taller

Objetivo

Que el alumno cuente con diversas estrategias que le motiven al autoestudio y optimicen su desempeño académico.

Temáticas

- ¿Qué es el aprendizaje autónomo?
- Importancia del aprendizaje autónomo para el aprendizaje
- El aprendizaje autónomo y la motivación
- Actitudes y motivación
- Administración del tiempo
- Comprensión lectora

- Estrategias de aprendizaje autónomo
- El Contrato de aprendizaje autónomo

Imparten

Mtra. Claudia Ayluardo Archundia

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

4 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Registro previo

Estrategias para promover el desarrollo del aprendizaje autónomo de los estudiantes

Curso

Objetivo

Los participantes conocerán una aproximación teórica del aprendizaje autónomo y adquirirán estrategias y habilidades para fomentar el aprendizaje autónomo en los alumnos.

Temáticas

- Aproximación teórica sobre el aprendizaje autónomo
- La importancia de la motivación para el aprendizaje autónomo
- Factores cognitivos y socioafectivos que intervienen en el aprendizaje autónomo
- Estrategias de aprendizaje
- Importancia de la comprensión lectora y la administración del tiempo para el aprendizaje autónomo
- Recursos Tecnológicos y aprendizaje autónomo
- La evaluación del aprendizaje autónomo

Imparten

Mtra. Claudia Ayuardo Archundia

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

4 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Sin registro previo

Aprendizaje y estrés

Taller

Objetivo

Brindar información sobre la relación entre el aprendizaje y el estrés, para mejorar ambos, utilizando técnicas relajantes.

Temáticas

- El aprendizaje como proceso biológico y bioquímico
- El papel del estrés como bloqueador del aprendizaje
- El manejo del equilibrio emocional en el aprendizaje

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

120 minutos

Requisitos

Registro previo

Las ventajas de la gimnasia cerebral

Taller

Objetivo

Conocer qué es gimnasia cerebral y las ventajas en el aprendizaje de jóvenes y adultos.

Temáticas

- Qué es gimnasia cerebral
- Tipos y usos
- Ejercicios prácticos para mejorar la concentración y la memoria

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

90 minutos

Requisitos

Registro previo
Cámara abierta

Cerebro y memoria

Taller

Objetivo

Conocer las partes del cerebro implicadas en la memorización y técnicas para mejorar su funcionamiento.

Temáticas

- El cerebro triuno y el cerebro lesional
- Los descubrimientos de las neurociencias y los circuitos neuronales
- Memoria y ejercicios de desbloqueo de la memoria

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

120 minutos

Requisitos

Registro previo
Cámara abierta

Organiza tu tiempo

Taller

Objetivo

Aprender a organizar el tiempo y llevar un registro de las metas por semana.

Temáticas

- Organizar con el método cajitas

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

120 minutos

Requisitos

Registro previo
Cámara abierta

Manejo de conflictos

Taller

Objetivo

Reflexionar sobre la importancia de conocer el estilo predominante de captar, procesar, trabajar y pensar la información.

Temáticas

- Conflicto como oportunidad
- Conflicto como una parte de la vida
- Técnicas de autoconocimiento para resolver conflictos
- Modelos de resolución de conflictos

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

120 minutos

Requisitos

Registro previo
Cámara abierta

Estrategias académicas y emocionales para el aprendizaje con jóvenes

Taller

Objetivo

Reflexión sobre problemáticas de rezago escolar, bajo y alto rendimiento, así como estrategias globales para mejorar el desempeño educativo.

Temáticas

- Éxito Educativo, trayectoria escolar
- Rezago escolar y bajo rendimiento
- Hábitos del éxito académico
- Técnicas memoria, concentración y relajación
- Perder el miedo a hablar en público
- Armar un proyecto de vida académico

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Duración

3 sesiones de 90 minutos

Modalidad

En línea o presencial

Requisitos

Registro previo
Cámara abierta

Estrategias para el manejo de grupos

Taller

Objetivo

Los participantes conocerán estrategias académicas y emocionales para el manejo de grupos de aprendizaje.

Temáticas

- Modelos de enseñanza aprendizaje
- Autoconfianza, escenas temidas
- Técnicas de manejo de grupos

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

120 minutos

Requisitos

Registro previo
Cámara abierta

Neurociencias para el aula en línea

Taller

Objetivo

Conocer algunos avances de las neurociencias que nos harán aprender y enseñar mejor.

Temáticas

- Avances de las Neurociencias
- Las emociones y el cerebro
- Aprendizaje, neurotransmisores, cerebro y el estrés
- Tips para el trabajo en línea

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

120 minutos

Requisitos

Registro previo
Cámara abierta

Enriquece tus clases a través de actividades de diferentes estilos de aprendizaje

Taller

Objetivos

- Conocer los estilos de aprendizaje de diferentes modelos.
- Conocer las partes del cerebro que captan, procesan, trabajan e integran la información.
- Valorar la importancia de enriquecer con diferentes actividades las clases.

Temáticas

- Diferentes modelos de estilos de aprendizaje, como VAKT, hemisferios, cuadrantes y Felder
- Partes del cerebro que captan, procesan, trabajan e integran la información
- Actividades por estilo de aprendizaje

Imparten

Dra. Ana Luz Flores Pacheco

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

Dos sesiones interactivas de 90 minutos

Requisitos

Registro previo
Cámara abierta

Cómo ser un estudiante eficaz y autorregulado

Curso-taller

Objetivo

El estudiante conocerá, analizará y aplicará diferentes estrategias que le ayudarán a autorregular su aprendizaje, su tiempo, su conducta y sus emociones, para convertirse en una persona eficaz y autónoma.

Temáticas

- Autorregulación
- Conducta académica autorregulada
- Autorregulación del Aprendizaje
- Autorregulación de las emociones
- Planificación

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

3 sesiones de 120 minutos

Requisitos

Registro previo

La autorregulación: proceso efectivo en la enseñanza y la tutoría

Curso-taller

Objetivo

Los participantes conocerán, analizarán y aplicarán diferentes estrategias que les ayudarán a ser personas autorreguladas con el objeto de que su enseñanza sea más eficaz y de igual forma, logren apoyar a sus estudiantes a convertirse en estudiantes autorregulados, eficaces y autónomos.

Temáticas

- Autorregulación
- Conducta académica autorregulada
- Autorregulación de la Enseñanza y el Aprendizaje
- Autorregulación de las emociones

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

3 sesiones de 120 minutos

Requisitos

Registro previo

Apoyando a mi hijo (a) para que sea un (a) estudiante eficaz y autorregulado (a)

Curso-taller

Objetivo

Los padres de familia conocerán y analizarán diferentes estrategias de autorregulación que les serán de utilidad para apoyar a su hijo en su proceso como estudiante universitario.

Temáticas

- Estrategias de Autorregulación
- Autorregulación del aprendizaje
- Conducta académica autorregulada
- Autorregulación de las emociones

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Madres y Padres de Familia

Duración

2 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Registro previo

Organización para el estudio

Curso-taller

Objetivo

El estudiante conocerá, reflexionará y analizará una propuesta metodológica, que le ayudará a organizar su estudio y autorregular su aprendizaje, con el objeto de que éste sea significativo.

Temáticas

- Organización
- Factores ambientales
- Organización del tiempo
- Organización del pensamiento
- Métodos de Estudio
- Metodología de Estudio

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

3 sesiones de 120 minutos

Requisitos

Registro previo

La organización para el estudio: una herramienta eficaz para el estudiante

Curso-taller

Objetivo

El participante conocerá, reflexionará y analizará una propuesta metodológica que apoyará a sus estudiantes a organizar su estudio para fomentar que su aprendizaje sea significativo.

Temáticas

- Organización
- Metodología de estudio
- Factores ambientales
- Organización del tiempo
- Organización del pensamiento
- Métodos de Estudio

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

3 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Registro previo

¿Cómo apoyar a mi hijo para que se organice mejor en la escuela?

Curso-taller

Objetivo

Los padres de familia conocerán y analizarán una propuesta metodológica con la que podrán apoyar a sus hijos para que se organicen más efectivamente en sus actividades escolares.

Temáticas

- Organización
- Metodología de estudio
- Factores ambientales
- Organización del tiempo
- Organización del pensamiento

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Madres y Padres de Familia

Duración

2 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Registro previo

Estrategias de aprendizaje

Curso-taller

Objetivo

Que los estudiantes cuenten con estrategias de aprendizaje y técnicas de estudio, con el propósito de facilitar que su aprendizaje sea significativo y que repercute en su rendimiento académico.

Temáticas

- Autoevaluación en estrategias de aprendizaje
- Organizadores gráficos
- Conducta académica autorregulada
- Planificación de actividades
- Seguimiento de instrucciones

- Desarrollo de hábitos académicos y de autocuidado
- Atención
- Memoria
- Comprensión de la lectura y técnicas de estudio

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

3 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Registro previo

Estrategias de enseñanza - aprendizaje

Curso-taller

Objetivo

Preparar profesionales de la educación como facilitadores de estrategias de aprendizaje, aplicando los conceptos teóricos y metodológicos del enfoque constructivista, con el propósito de que faciliten el aprendizaje significativo de los estudiantes para incidir en su rendimiento académico.

Temáticas

- Constructivismo
- Aprendizaje
- Estrategias instruccionales y de enseñanza - aprendizaje
- Zona de desarrollo próximo
- Autorregulación

- Aprendizaje significativo
- Aprendizaje cooperativo
- Conocimientos previos
- Objetivos cognitivos
- Test de estrategias de aprendizaje

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

4 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Registro previo

Estilos de aprendizaje

Curso-taller

Objetivo

Proporcionar a los estudiantes, las herramientas necesarias para que conozcan, identifiquen y evalúen su estilo de aprendizaje con el propósito de que apliquen diferentes estrategias de mejora y potencialicen un aprendizaje eficaz.

Temáticas

- Estilos de Aprendizaje
- Diferencias individuales
- Estilos cognitivos
- Preferencia hemisférica
- Perfiles dominantes
- Inteligencias múltiples
- Gimnasia Cerebral

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

4 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Registro previo

Estilos de enseñanza - aprendizaje

Curso-taller

Objetivo

Proporcionar a los participantes las herramientas necesarias para conocer, identificar, desarrollar, aplicar y evaluar los estilos de aprendizaje de los estudiantes y fomentar con ello una enseñanza y un aprendizaje más significativos.

Temáticas

- Utilización de conocimientos previos
- Establecimiento de metas y objetivos de aprendizaje aplicando diferentes estrategias de aprendizaje empleando la reflexión y el análisis como proceso metacognitivo

- Aplicando estrategias de autorregulación
- El trabajo individual y el aprendizaje cooperativo

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

4 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Registro previo

Cómo fomentar el aprendizaje significativo de los estudiantes

Curso-taller

Objetivo

Los participantes contarán con una metodología que apoye su quehacer profesional, que le de los elementos necesarios para concebir, entender, explicar, instrumentar y evaluar el proceso de enseñanza, y promover con ello el aprendizaje significativo de los estudiantes.

Temáticas

- Aprendizaje significativo
- Aprender a aprender
- Zona de desarrollo próximo estrategia instruccional y de aprendizaje
- Autorregulación
- Aprendizaje cooperativo conocimientos previos
- Metas y objetivos de aprendizaje
- Motivación para aprender

Imparten

Esp. Dora María García Martínez

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores

Duración

4 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Registro previo

Cuando se aprende se siente: manejo del estrés escolar

Curso-taller

Objetivo

Compartir un espacio de análisis sobre los elementos subjetivos que surgen al realizar un proyecto educativo.

Temáticas

- El malestar en la escuela
- Repercusión psicoeducativa del conflicto
- Análisis de condiciones de estrés
- Alternativas de solución psicoeducativa

Imparten

Lic. María del Pilar Romero López y
Lic. Silvia Elizabeth Arjona Lavalle

Modalidad

En línea o presencial

Dirigido a

Maestros, Orientadores o Tutores
Estudiantes de nivel medio superior y superior

Duración

5 sesiones de 180 minutos

Requisitos

Registro previo

Oferta de la Bolsa Universitaria de Trabajo



Solicitud de actividades:
dgoae.correspondencia@unam.mx

Obteniendo el trabajo que deseo

Objetivo

Ofrecer a las y los alumnos, egresadas y egresados herramientas modernas para apoyarles en su proceso de búsqueda de empleo, de acuerdo con sus capacidades, competencias y motivaciones personales.

Temario

- Encontrando la mejor opción
- Las competencias y el desempeño notable
- Motivación para el desempeño
- Haciendo la comparación entre tus competencias y las del puesto
- La entrevista
- El currículum
- Competencias

Imparten

Lic. Laura Patricia Montoya Jiménez
Lic. Yazmin Barrales Zarza
Lic. Ruth Méndez Hernández
Mtra. Susana Chávez Jaramillo
Lic. Luz del Carmen Sanabria
Miravete
Elizabeth Navarrete Morales
Paola Gabriela Sosa Flores

Modalidad

En línea, a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, egresadas y egresados de licenciatura y posgrado

Duración

Una sesión de 3 horas

Registro de 20 universitarios *mínimo cinco asistentes para llevar a cabo el taller

A solicitud de las entidades académicas

Herramientas para elaborar un currículum

Objetivo

Ofrecer a las y los alumnos, egresadas y egresados herramientas basadas en el Modelo de Competencias que permiten la elaboración de un currículum efectivo que garantice el interés del reclutador.

Temario

- ¿Qué es un currículum vitae?
- Análisis de los requerimientos para el puesto
- Ajustar el perfil profesional al puesto seleccionado
- ¿Cómo organizo mi currículum?
- Aumenta tus posibilidades de éxito...
- 35 horrores en el currículum ¡Evita cometerlos!

Imparten

Lic. Laura Patricia Montoya Jiménez
 Lic. Yazmin Barrales Zarza
 Lic. Ruth Méndez Hernández
 Mtra. Susana Chávez Jaramillo
 Lic. Luz del Carmen Sanabria
 Miravete
 Elizabeth Navarrete Morales
 Paola Gabriela Sosa Flores

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, egresadas y egresados de licenciatura y posgrado

Duración

Una sesión de 3 horas

Registro de 20 universitarios *mínimo cinco asistentes para llevar a cabo el taller

A solicitud de las entidades académicas

Preparando mi entrevista de trabajo

Objetivo

Apoyar a las y los participantes en la preparación de una entrevista de trabajo exitosa por medio de estrategias que les permitan mostrar sus mejores logros y competencias.

Temario

- ¿Qué es una entrevista de trabajo?
- Importancia de la entrevista de trabajo
- Estructura de la entrevista de trabajo (fases)
- Conociendo mis competencias emocionales para un desempeño exitoso en la entrevista de trabajo
- Puntos clave para la preparación de la entrevista. Evaluando esta experiencia
- Reafirmando los aprendizajes

Imparten

Lic. Laura Patricia Montoya Jiménez
Lic. Yazmin Barrales Zarza
Lic. Ruth Méndez Hernández
Mtra. Susana Chávez Jaramillo
Elizabeth Navarrete Morales
Paola Gabriela Sosa Flores

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, egresadas y egresados de licenciatura y posgrado

Duración

Una sesión de 3 horas

Registro de 20 universitarios *mínimo cinco asistentes para llevar a cabo el taller

A solicitud de las entidades académicas

Inteligencia emocional y éxito profesional

Objetivo

Favorecer en las y los estudiantes, egresadas y egresados de licenciatura el conocimiento de sí mismos, el manejo adecuado de sus emociones, así como la capacidad de mejorar sus habilidades sociales con el propósito de que logren identificar y desarrollar las competencias que les permitan alcanzar el éxito profesional.

Temario

- Primera Sesión: Integración. Encuadre. Un primer acercamiento a la Inteligencia Emocional.
- Segunda Sesión: Reconociendo los componentes que integran la Inteligencia Emocional: Autorregulación y Motivación
- Tercera Sesión: Reconociendo los componentes que integran la Inteligencia Emocional: Empatía y Habilidades Sociales
- Cuarta sesión. La Inteligencia Emocional en la Vida Cotidiana. Desarrollo Profesional
- Quinta sesión: Inteligencia Emocional y Competencias Profesionales
- Sexta Sesión: Inteligencia Emocional y Éxito Profesional

Imparten

Lic. Ruth Méndez Hernández
Lic. Laura Patricia Montoya

Dirigido a

Alumnado, egresadas y egresados de licenciatura y posgrado

A solicitud de las entidades académicas

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Duración

Taller presencial seis sesiones de 3 horas / Taller en línea cuatro sesiones de 2 horas

¿Cómo enriquecer mi currículum de prácticas profesionales?

Objetivo

Proporciona a las y los estudiantes, egresadas y egresados UNAM herramientas basadas en el Modelo de Competencias que permiten la elaboración de un currículum efectivo que garantice el interés del reclutador.

Temario

- ¿Qué es un currículum?
- ¿Cuál es tu perfil profesional?
- Empresa/Institución
- ¿A qué puesto me voy a postular?
- Requisitos que solicitan en la vacante, destácalos en tu currículum
- Estructura de un CV
- Competencias Profesionales

Imparten

Lic. Yazmin Barrales Zarza
Lic. Luz del Carmen Sanabria
Miravete

Modalidad

En línea a través
de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, egresadas y egresados
de licenciatura y posgrado

Duración

Una sesión de 2 a 3 horas

A solicitud de las entidades académicas

Las cinco competencias básicas que buscan las y los empleadores

Objetivo

Que las y los participantes conozcan las cinco competencias básicas que buscan los empleadores para aprender a desarrollarlas.

Temario

- ¿Qué está pasando en el mercado de trabajo?
- ¿Qué buscan los empleadores en las y los jóvenes?
- ¿Por qué hablar de competencias y qué son?
- Las cinco competencias básicas que buscan los empleadores en las y los jóvenes
- ¿Cómo puedo identificar y expresar que tengo esas competencias?

Imparten

Lic. Laura Patricia Montoya Jiménez
 Lic. Yazmin Barrales Zarza
 Lic. Ruth Méndez Hernández
 Mtra. Susana Chávez Jaramillo
 Lic. Luz del Carmen Sanabria Miravete
 Elizabeth Navarrete Morales
 Paola Gabriela Sosa Flores

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, egresadas y egresados de licenciatura y posgrado

Duración

Tres sesiones de 2 horas/
 Una sesión de 2 a 3 horas

A solicitud de las entidades académicas

Las cinco competencias básicas para desarrollarme profesionalmente

Objetivo

Que las y los participantes conozcan las cinco competencias básicas para su desarrollo profesional.

Temario

- Mis fortalezas y debilidades
- ¿Por qué hablar de competencias y qué son?
- Las cinco competencias básicas para apoyar mi desarrollo profesional
- ¿Cómo puedo identificarlas y desarrollarlas?

Imparten

Lic. Laura Patricia Montoya Jiménez
Lic. Yazmin Barrales Zarza
Lic. Ruth Méndez Hernández
Mtra. Susana Chávez Jaramillo
Lic. Luz del Carmen Sanabria Miravete
Elizabeth Navarrete Morales
Paola Gabriela Sosa Flores

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado de bachillerato

Duración

Tres sesiones de 2 horas

A solicitud de las entidades académicas

Herramientas digitales para la búsqueda de empleo

Videoconferencia

Objetivo

El alumno(a) conocerá las principales herramientas que le permitirán desarrollar una estrategia de búsqueda de empleo.

Temario

- Empleabilidad
- Búsqueda de empleo
- Marketing personal
- Videocurrículum
- LinkedIn
- Portales de empleo

Imparten

Mtra. Susana Chávez Jaramillo
Elizabeth Navarrete Morales
Paola Gabriela Sosa Flores
Lic. Yazmin Barrales Zarza

Modalidad

En línea a través
de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, las y los egresados de
licenciatura y posgrado de la UNAM

Duración

1 hora más sesión de preguntas y
respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Selección por competencias; metodología STAR

Videoconferencia

Objetivo

El alumno(a) conocerá la metodología de selección por competencias denominada STAR.

Temario

- Selección de personal
- Entrevista de trabajo
- Definición de competencias
- Estrategia de venta profesional
- Metodología STAR

Imparten

Mtra. Susana Chávez Jaramillo
Lic. Laura Patricia Montoya Jiménez
Lic. Ruth Méndez Hernández
Lic. Yazmin Barrales Zarza
Lic. Luz del Carmen Sanabria
Miravete
Elizabeth Navarrete Morales
Paola Gabriela Sosa Flores

Modalidad

En línea a través
de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, las y los egresados de
licenciatura y posgrado de la UNAM

Duración

1 hora más sesión de preguntas y
respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Búsqueda de empleo

Videoconferencia

Objetivo

El alumno(a) conocerá los principales elementos que debe contemplar la definición de una estrategia de búsqueda de empleo efectiva.

Temario

- Análisis de vacantes
- Reclutamiento y selección de personal
- Mercado de trabajo
- Estrategia para buscar empleo
- CV y entrevista: consejos rápidos
- Horrores en el CV y entrevista

Imparten

Mtra. Susana Chávez Jaramillo
Elizabeth Navarrete Morales
Paola Gabriela Sosa Flores
Lic. Yazmin Barrales Zarza

Modalidad

En línea a través
de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, las y los egresados de licenciatura y posgrado de la UNAM

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

A solicitud de las entidades académicas

¿Cómo obtener experiencia mientras estudio?

Videoconferencia

Objetivo

El alumnos(a) identificará los aspectos clave para gestionar y generar experiencia durante su paso por la universidad.

Temario

- Planea tu trayectoria académica: elección de materias, idiomas, intercambio académico, voluntariado, prácticas profesionales, programas de Becarios, servicio social, titulación
- Programas de Trainee

Imparten

Mtra. Susana Chávez Jaramillo
Paola Gabriela Sosa Flores
Lic. Yazmin Barrales Zarza

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, las y los egresados de licenciatura y posgrado de la UNAM

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Consejos para un currículum efectivo

Videoconferencia

Objetivo

El alumno(a) identificará los elementos más importantes para estructurar un currículum efectivo.

Temario

- ¿Qué es un currículum?
- ¿Cuál es tu perfil profesional?
- Estructura de un CV

Imparten

Mtra. Susana Chávez Jaramillo
Elizabeth Navarrete Morales
Paola Gabriela Sosa Flores
Lic. Yazmin Barrales Zarza
Lic. Luz del Carmen Sanabria
Miravete

Modalidad

En línea a través
de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, las y los egresados de
licenciatura y posgrado de la UNAM

A solicitud de las entidades académicas

Duración

1 hora más sesión de
preguntas y respuestas

Tips para una entrevista de trabajo exitosa

Videoconferencia

Objetivo

El alumno(a) identificará los elementos más importantes para enfrentarse a una entrevista exitosa.

Temario

- ¿Qué es una entrevista de trabajo?
- Antes de la entrevista laboral
- Durante la entrevista laboral
- Después de la entrevista laboral
- Competencias profesionales

Imparten

Mtra. Susana Chávez Jaramillo
Elizabeth Navarrete Morales
Paola Gabriela Sosa Flores
Lic. Ruth Méndez Hernández
Lic. Yazmin Barrales Zarza
Lic. Luz del Carmen Sanabria
Miravete

Modalidad

En línea a través
de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, las y los egresados de
licenciatura y posgrado de la UNAM

Duración

1 hora más sesión de preguntas y
respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Mercado laboral para universitarios

Videoconferencia

Objetivo

El alumno(a) identificará los elementos más importantes que conforman el mercado laboral.

Temario

- ¿Qué es el mercado laboral?
- Tendencias del mercado laboral
- Requisitos de ingreso al mercado laboral

Imparten

Mtra. Susana Chávez Jaramillo
Lic. Yazmin Barrales Zarza

Modalidad

En línea a través
de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, las y los egresados de
licenciatura y posgrado de la UNAM

Duración

1 hora más sesión de preguntas y
respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Y después de estudiar... ¿Qué sigue? Mercado laboral

Videoconferencia

Objetivo

El alumno(a) identificará los elementos esenciales del mercado laboral al momento de elegir una carrera profesional.

Temario

- Elección de carrera
- Toma de decisiones informadas
- Mercado de trabajo

Imparten

Mtra. Susana Chávez Jaramillo

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado del bachillerato de la UNAM

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Candidat@s vs. Reclutadores en mercados laborales que cambian

Videokonferencia

Objetivo

El alumno(a) identificará la perspectiva de los candidatos y de los reclutadores en un proceso de búsqueda de empleo.

Temario

- Reconfiguración de mercados laborales
- Empleo del futuro
- Contexto nacional
- Entorno disruptivo
- Entorno VUCA
- Los puestos del futuro
- Estrategia de búsqueda de empleo

Imparten

Mtra. Susana Chávez Jaramillo

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, las y los egresados de licenciatura y posgrado de la UNAM

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

A solicitud de las entidades académicas

¿Qué son las habilidades para la vida?

Videoconferencia

Objetivo

Las y los participantes conocerán las diez habilidades propuestas por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Temario

- Habilidades para la vida propuestas por la OMS
- Su aplicación en la vida cotidiana

Imparten

Lic. Ruth Méndez Hernández

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado del bachillerato, licenciatura y posgrado
Público general

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Manejo y solución de conflictos en el trabajo

Videoconferencia

Objetivo

Las y los participantes identificarán formas de manejar el conflicto, a través de la Inteligencia Emocional.

Temario

- ¿Qué es el conflicto?
- Formas de resolución de conflicto
- La Inteligencia Emocional en la prevención y resolución del conflicto

Imparten

Lic. Ruth Méndez Hernández

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado de licenciatura, posgrado

Egresadas y egresados

A solicitud de las entidades académicas

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

La inteligencia emocional en la vida académica y profesional

Videoconferencia

Objetivo

Las y los participantes conocerán la importancia de la Inteligencia Emocional en su vida académica y laboral.

Temario

- ¿Qué son las emociones?
- Inteligencia Emocional
- Competencias Profesionales

Imparten

Lic. Ruth Méndez Hernández
Lic. Laura Montoya Jiménez

Modalidad

En línea a través
de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado de licenciatura y
posgrado

Egresadas y egresados

A solicitud de las entidades académicas

Duración

1 hora más sesión de preguntas y
respuestas

Autoconocimiento y carrera profesional

Videoconferencia

Objetivo

Las y los participantes reconocerán la importancia del autoconocimiento en el desarrollo de su carrera profesional.

Temario

- ¿Quién soy?
- ¿A dónde voy?
- ¿Qué tiene que ver mi autoconocimiento con mi carrera profesional?

Imparten

Lic. Ruth Méndez Hernández

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado de bachillerato y licenciatura

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Las cinco competencias básicas que buscan las y los empleadores

Videoconferencia

Objetivo

Que las y los participantes conozcan las cinco competencias básicas que buscan los empleadores para aprender a desarrollarlas.

Temario

- ¿Qué está pasando en el mercado de trabajo?
- ¿Qué buscan los empleadores en las y los jóvenes?
- Las cinco competencias básicas que buscan los empleadores en las y los jóvenes

Imparten

Lic. Laura Patricia Montoya
Lic. Ruth Méndez Hernández
Elizabeth Navarrete Morales
Lic. Yazmin Barrales Zarza
Mtra. Susana Chávez Jaramillo
Lic. Luz del Carmen Sanabria
Miravete

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, egresadas y egresados de licenciatura y posgrado

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Las cinco competencias básicas para desarrollarme profesionalmente

Videoconferencia

Objetivo

Que las y los participantes conozcan las cinco competencias básicas para su desarrollo profesional.

Temario

- Mis fortalezas y debilidades
- ¿Por qué hablar de competencias y qué son?
- Las cinco competencias básicas para apoyar mi desarrollo profesional

Imparten

Lic. Laura Patricia Montoya
 Lic. Ruth Méndez Hernández
 Elizabeth Navarrete Morales
 Lic. Yazmin Barrales Zarza
 Mtra. Susana Chávez Jaramillo
 Lic. Luz del Carmen Sanabria
 Miravete

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado de bachillerato

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Oferta Equidad de Género y Prevención de la Violencia



Solicitud de actividades:
dgoae.correspondencia@unam.mx

¿Qué onda con los estereotipos de género en las relaciones de pareja?

Taller

Objetivo

Que las y los participantes conozcan las implicaciones que tienen los estereotipos de género en las relaciones de pareja e identifiquen la coeducación como una forma de dismantelar los estereotipos de género

Temario

- ¿Qué son los estereotipos?
- Estereotipos de género
- Roles de género y cómo se vivencian en la pareja
- Estereotipos sexistas más comunes
- Importancia de la coeducación en la pareja y familia.

Imparten

Ruth Méndez Hernández
Laura Patricia Montoya

Modalidad

Taller en línea a través de la plataforma zoom

Dirigido a

Alumnado de bachillerato y licenciatura

Duración

Máximo 20 participantes,
mínimo 10

A solicitud de las entidades académicas

Cultivando el buentrato en mis relaciones

Taller

Objetivo

Que las y los participantes conozcan el modelo del buentrato como una alternativa transformadora en su vida cotidiana.

Temario

- ¿Qué son los estereotipos?
- ¿Qué es el buentrato?
- Buentrato Personal
- Buentrato Relacional
- Buentrato Social

Imparten

Lic. Laura Patricia Montoya
Lic. Ruth Méndez Hernández

Modalidad

En línea a través
de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado de bachillerato y
licenciatura

Duración

Tres sesiones de dos horas
Máximo 20 participantes,
mínimo 10/ una sesión de 3 horas

A solicitud de las entidades académicas

Como joven ¿qué siento ante el escenario presente y futuro?

Micro taller

Objetivo

Reconocer qué emociones se manifiestan en tiempos de confinamiento. Además, brindar estrategias para mejorar su estado emocional.

Temario

- Emociones más significativas
- Emociones que afectan mi cuerpo
- Estrategias de meditación, yoga, mindfulness

Imparten

Marcela Valadés Morales
Dalila Luz Ocaña

Modalidad

Taller virtual

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

2 sesiones de 3 horas
20 participantes

¿Cómo ha sido la dinámica en mi relación de pareja en la actualidad?

Micro taller

Objetivo

Promover la cultura del buentrato en las relaciones de pareja en los y las jóvenes a fin de brindar estrategias y herramientas que promuevan el respeto, la comunicación asertiva, convivencia sana y de autocuidado en la actualidad.

Temario

- ¿Qué es el buentrato?
- Vínculos afectivos de buentrato.
- Dimensiones del buentrato.
- Escenarios de pareja en tiempos de confinamiento.

Imparten

Marcela Valadés Morales
Dalila Luz Ocaña

Modalidad

Taller virtual

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

2 sesiones de 3 horas para 20 participantes

Recuperando mi autoestima en tiempos de pandemia

Micro taller

Objetivo

Conocer los elementos que componen la autoestima y reflexionar cómo ha sido trastocada en tiempos de confinamiento.

Temario

- ¿Qué es la autoestima?
- Elementos de la autoestima
- Empatía y asertividad
- Tips de buentrato

Imparten

Marcela Valadés Morales
Dalila Luz Ocaña

Modalidad

Taller virtual

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

2 sesiones de 3 horas para 20 participantes

Estrategias para mejorar mi calidad de vida en casa

Micro taller

Objetivo

Proporcionar estrategias y herramientas emocionales y lúdicas para mejorar la calidad de vida en casa.

Temario

- Identificar emociones.
- La relación con mi familia.
- Situaciones en casa (perdida de trabajo, violencia, perdida de un familiar)

Imparten

Marcela Valadés Morales
Dalila Luz Ocaña

Modalidad

Taller virtual

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

Una sesión de 3 horas para 20 participantes

Manejo emocional: sus implicaciones e impacto en el desempeño profesional

Videoconferencia

Objetivo

Los y las participantes identificarán elementos importantes para el manejo adecuado de las emociones y el impacto que tiene en su desempeño profesional.

Temario

- ¿Qué son las emociones?
- Influencia de las emociones en la vida cotidiana y en el desempeño profesional.
- Inteligencia Emocional
- Tips para manejo de emociones en el empleo

Imparten

Lic. Ruth Méndez Hernández

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado y egresados
Público en general

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

A solicitud de las entidades académicas

¿Qué onda con los estereotipos de género en las relaciones de pareja?

Videoconferencia

Objetivo

Que las y los participantes conozcan las implicaciones que tienen los estereotipos de género en las relaciones de pareja e identifiquen la coeducación como una forma de dismantelar los estereotipos de género

Temario

- ¿Qué son los estereotipos?
- Estereotipos de género
- Roles de género y cómo se vivencian en la pareja
- Estereotipos sexistas más comunes
- Importancia de la coeducación en la pareja y familia

Imparten

Laura Patricia Montoya
Ruth Méndez Hernández

Modalidad

Videoconferencia

Dirigido a

Alumnado de bachillerato y licenciatura

Duración

Una hora sin límite de asistentes

A solicitud de las entidades académicas

Cultivando el buentrato en mis relaciones

Videoconferencia

Objetivo

Que las y los participantes conozcan el modelo del buentrato como una alternativa transformadora en su vida cotidiana

Temario

- ¿Qué es el buentrato?
- Buentrato Personal
- Buentrato Relacional
- Buentrato Social

Imparten

Laura Patricia Montoya
Ruth Méndez Hernández

Modalidad

Videoconferencia

Dirigido a

Alumnado de bachillerato y licenciatura

Duración

Una hora, sin límite de asistentes

A petición de las entidades académicas

Habilidades sociales vs. acoso escolar

Videoconferencia

Objetivo

Comprender la importancia de las habilidades sociales para la prevención del acoso escolar.

Temario

- Qué son las habilidades sociales
- Cómo se adquieren
- La función de las habilidades sociales
- Qué es acoso escolar
- Tipos de acoso
- Contribución de las habilidades sociales en la prevención del acoso escolar

Imparten

Lic. Patricia Gómez Esqueda

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

A solicitud de las entidades académicas.

Las habilidades sociales: una herramienta para convivir mejor

Videoconferencia

Objetivo

Identificar qué son las habilidades sociales y su contribución para tener mejores relaciones.

Temario

- Qué son las habilidades sociales
- Cómo las aprendemos
- Cómo se enseñan
- Tipos de habilidades sociales

Imparten

Lic. Patricia Gómez Esqueda

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

A solicitud de las entidades académicas.

Comunicación emocional asertiva

Videoconferencia

Objetivo

Proporcionar herramientas necesarias para establecer una comunicación efectiva que permita el manejo de las emociones.

Temario

- Comunicación
- Percepción
- Manejo de las emociones

Imparten

Mtra. Angélica Patricia Cuevas
Casillas

Modalidad

En línea a través
de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, profesorado y
trabajadores

Duración

1 hora más sesión de preguntas y
respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Autoestima y calidad de vida

Videoconferencia

Objetivo

Adquirir estrategias de autoestima con la finalidad de llevarlas a la práctica y permita aumentar la calidad de vida.

Temario

- Qué es la autoestima
- Tips para fortalecer la autoestima

Imparten

Mtra. Angélica Patricia Cuevas
Casillas

Modalidad

En línea a través
de la plataforma Zoom

Dirigido a

Alumnado, profesorado y
trabajadores

Duración

1 hora más sesión de preguntas y
respuestas

A solicitud de las entidades académicas

Convivencia civilizada vs. violencia cotidiana

Videokonferencia

Objetivo

Reconocer las características de la convivencia civilizada y de la violencia cotidiana.

Temario

- Características principales de la convivencia civilizada
- Formas y ámbitos de violencia cotidiana

Imparten

Dra. Gabriela Cabrera López

Modalidad

En línea a través de la plataforma Zoom

Dirigido a

Público en general

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

Clima en el aula: relaciones constructivas

Videoconferencia

Objetivo

Brindar a las y los participantes un espacio de reflexión ética sobre la convivencia civilizada en las aulas, como condición para favorecer aprendizajes significativos.

Temario

- El papel del profesorado y alumnado en el aula
- Relaciones interpersonales en el aula
- Encuadre institucional de la relación profesor-estudiante

Imparten

Dra. Gabriela Cabrera López

Modalidad

En línea

Dirigido a

Profesorado, tutores y orientadores

Duración

1 hora más sesión de preguntas y respuestas

Amor romántico vs. Amor Confluyente

Videoconferencia

Objetivo

Identificar las características del amor romántico y confluyente para construir relaciones de pareja basadas en el buentrato.

Temario

- ¿Qué es el enamoramiento?
- ¿Qué sabes del amor?
- Amor romántico
- Amor confluyente
- Igualdad en las relaciones de pareja

Imparten

Marcela Valadés Morales

Modalidad

Videoconferencia

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

2hrs minutos preguntas y respuestas

¿Construyendo relaciones de parejas con equidad de género?

Videoconferencia

Objetivo

Promover el modelo de buentrato en las relaciones de pareja de las y los jóvenes, a fin de brindar estrategias y herramientas que promuevan el respeto, convivencia sana, armoniosa.

Temario

- Enamoramiento, Amor
- Elementos para elegir una pareja
- Estrategias para promover el buentrato

Imparten

Mtra. Marcela Valadés Morales

Modalidad

Videoconferencia virtual

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

1 hora o 50 minutos más sesión de preguntas y respuestas

¡La otra cara del sexting!

Videoconferencia

Objetivo

Proporcionar estrategias y herramientas para el manejo adecuado del sexting, con el fin de vivir una sexualidad responsable, libre y placentera.

Temario

- ¿Qué es sexting
- Derecho o prohibición
- Qué NO es sexting
- Derechos sexuales y reproductivos

Imparten

Marcela Valadés Morales

Modalidad

Videoconferencia

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

2 horas, preguntas y respuestas

¿Cómo he vivido mi sexualidad durante el confinamiento?

Taller virtual

Objetivo

Identificar los recursos, estrategias y comportamientos para vivir una sexualidad placentera, responsable y de autocuidado en tiempos de pandemia

Temario

- Sexo y género
- Holones de la sexualidad
- Sexo seguro y erotismo protegido
- Autoerotismo juguetes sexuales

Imparten

Marcela Valadés Morales

Modalidad

Taller virtual

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

2 sesiones de 3 horas para 20 participantes

Te celo porque te quiero

Videoconferencia

Objetivo

Bridar herramientas y estrategias al alumnado para identificar, controlar y erradicar los celos en sus relaciones de pareja, con la finalidad de promover la convivencia sana, la comunicación asertiva, el respeto, la empatía, a través del modelo de buentrato.

Temario

- Cultura y celos
- Tipos de celos
- Cultura del buentrato

Imparten

Dalila Luz Ocaña

Modalidad

Videoconferencia

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

2 horas, preguntas y respuestas

¿Cómo construir relaciones de parejas basadas en el buentrato ?

Videoconferencia

Objetivo

Promover el modelo de buentrato en las relaciones de pareja de las y los jóvenes, a fin de brindar estrategias y herramientas que promuevan el respeto, convivencia sana, armoniosa.

Temario

- Enamoramiento, Amor
- Modalidades de parejas
- Elementos para elegir una pareja
- Estrategias para promover el buentrato

Imparten

Marcela Valades Morales
Ruth Méndez Hernández

Modalidad

Videoconferencia virtual

Dirigido a

Estudiantes de bachillerato y licenciatura

Duración

Taller: 3 sesiones de 3hrs.

Amor es sin violencia

Taller

Objetivo

Impulsar en las y los jóvenes procesos de reflexión sobre las dinámicas de maltrato que permean sus vidas para fomentar la construcción de alternativas basadas en el modelo de buentrato.

Temario

- Maltrato vs Buentrato
- Sexo / género
- ¿Qué es el enamoramiento?
- Video sobre enamoramiento
- Construcción social del amor.
- Amor romántico / amor confluyente

- Ciclo de la violencia
- ¿Qué es el buentrato
- Vínculos de buentrato
- Elementos del buentrato
- Dimensiones de buentrato
- Estrategias para negociar conflictos

Imparten

Marcela Valadés Morales
Ruth Méndez Hernández

Modalidad

Taller a través de la plataforma
Zoom

Dirigido a

Alumnado de bachillerato y
licenciatura

Duración

9 horas
Tres sesiones de tres horas cada
una.
Máximo 40 asistentes

A petición de las entidades académicas

Oferta de Servicio Social



Solicitud de actividades:
dgoae.correspondencia@unam.mx

Taller para la integración de programas de servicio social y proyectos de voluntariado UNAM

Objetivo

Acompañar a las instancias receptoras de prestadores de servicio social y voluntariado universitario en el proceso para integrar sus propuestas y registrarlas en los sistemas automatizados correspondientes.

Temario

- Qué es el voluntariado universitario
- Que es el servicio social universitario
- Cómo registrar un proyecto de voluntariado
- Cómo registrar un programa de servicio social

Imparten

Lic. Claudia Navarrete García
Lic. Lorenzo Rossi Hernández
Lic. Alejandra Hernández Valdivia
Lic. Celeste Cruz Avilez
Lic. Griselda Monsalvo Gutiérrez

Modalidad

Presencial y a distancia

Dirigido a

Instancias receptoras

Duración

4 horas

Taller para a los alumnos en la elección de un programa de servicio social

Objetivo

Trabajar con las y los alumnos universitarios e informarlos sobre el tiempo del servicio social tanto en el proceso de elección de un programa, hasta su procedimiento administrativo para su liberación, con un enfoque de competencias.

Temario

- Qué es el servicio social universitario
- Dónde puedo prestar mi servicio social
- Habilidades y competencias profesionales y personales

Imparten

Lic. Claudia Navarrete García
 Lic. Lorenzo Rossi Hernández
 Lic. Alejandra Hernández Valdivia
 Lic. Celeste Cruz Avilez
 Lic. Griselda Monsalvo Gutiérrez

Modalidad

Presencial y a distancia

Dirigido a

Alumnado de licenciatura

Duración

4 horas

www.dgoae.unam.mx
www.orienta.unam.mx/COE/
www.dgoae.servicios.unam.mx/COE/TeOrienta/
<http://orienta.unam.mx/oferta/CursosOnLine/>
<http://orienta.instrumentos.unam.mx/cuestionarioHyM>
www.oferta.unam.mx/
<http://www.vocacionseivoc.unam.mx>

Te esperamos
Lunes a viernes de 9:00 a 20:00 horas
Circuito Escolar, entre las facultades
de Ingeniería y Arquitectura, Ciudad Universitaria.
55 5622 0431, 55 5622 0433 y 55 5622 0247



Universidad Nacional Autónoma de México

Dr. Enrique Graue Wiechers
Rector

Dr. Leonardo Lomelí Vanegas
Secretario General

Dr. Alfredo Sánchez Castañeda
Abogado General

Dr. Luis Álvarez Icaza Longoria
Secretario Administrativo

Dr. Alberto Ken Oyama Nakagawa
Secretario de Desarrollo Institucional

Lic. Raúl Arcenio Aguilar Tamayo

Secretario de Prevención, Atención y Seguridad Universitaria

Mtro. Néstor Martínez Cristo

Director General de Comunicación Social

Dr. Germán Álvarez Díaz de León

Director General de Orientación y Atención Educativa

