

# CADA FINAL ES UN INICIO: UN RECORRIDO POR LOS PROCESOS DE CIERRE Y RENOVACIÓN

## CURSO VÍA STREAMING

Fecha: martes 02 y 09 de diciembre 2025

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

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

Entrada libre.

Mtra. Daniela García

Graduada de la Licenciatura en Psicología por la Universidad Univer Milenium (2011), complementé mis estudios con una Maestría en Psicoterapia Gestalt en la Universidad Humaslow (2024). Mi experiencia incluye:

- Agente de Salud y Brigadista en el Instituto de la Juventud (INJUVE).
- Asesora Psicológica en líneas de atención vía telefónica (LOCATEL).
- Monitora Infantil, contribuyendo al bienestar emocional de niñas y niños.
- Más de nueve años de experiencia como Especialista en el área de Recursos Humanos.
- Además, me desempeño como Psicoterapeuta especialista, escritora y conferencista, con un enfoque integral que abarca:
  - Manejo de adolescentes en situación de conflicto.
  - Atención a adicciones y trastornos de conducta alimentaria.
  - Tanatología y Psicopatología infantil.
  - Aplicación de estrategias de Disciplina Positiva.
  - Terapia familiar desde un enfoque sistémico, abordando problemáticas como violencia familiar y de género.

## Objetivos de aprendizaje

Este taller tiene como propósito proporcionar un espacio de introspección y renovación tanto para individuos como para familias, ayudando a desconectar de las cargas emocionales del año que termina y reflexionar sobre los logros y desafíos vividos. Los participantes aprenderán a soltar lo que ya no les sirve para avanzar y a establecer objetivos claros y alcanzables para el nuevo año. Se fomentará la resiliencia, la autoconfianza y la motivación, proporcionando herramientas para fortalecer la unión familiar y enfrentar los nuevos retos con una visión renovada

## Sesiones

### Sesión 1: Desconecta y Reflexiona

Guiar a los participantes en un proceso de reflexión profunda sobre el año que termina, identificando logros, aprendizajes y desafíos. Se trabajará en el cierre emocional de ciclos que ya no son funcionales, permitiendo que cada miembro, ya sea individual o familiarmente, libere lo que les impide avanzar para así promover el crecimiento personal y familiar en el futuro.

### Sesión 2: Reinicia y Renueva

Acompañar a los participantes en el establecimiento de metas claras y alcanzables para el próximo año, tanto a nivel individual como familiar. Se desarrollará un plan de acción concreto para alcanzar estos objetivos, mientras se refuerzan la resiliencia, la motivación y la autoconfianza necesarias para enfrentar los desafíos que puedan surgir.

Se entrega constancia de participación con el 100% de asistencia

## IMPORTANTE

Te invitamos a leer las siguientes políticas de funcionamiento, las cuales te ayudarán a tener una mejor estancia dentro del Centro Educativo:

1. Todas nuestras actividades son gratuitas.
2. Tu inscripción tiene fines informativos, con ella podrás recibir: nuestro boletín mensual, avisos de las actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción NO ASEGURA TU LUGAR. Es importante conectarse con el tiempo que consideres necesario para alcanzar lugar. Recuerda que todos nuestros cursos tienen un cupo limitado de 500 asistentes.
4. Las inscripciones sólo se harán a través de la página web de Zoom. No se tramitarán inscripciones por otro medio (correo electrónico, teléfono, redes sociales o físicamente en el Centro).
5. Para obtener la constancia de participación es obligatorio cubrir el 80% de asistencias de los cursos de cuatro sesiones; para cursos de tres sesiones debes cubrir el 100%. No aplica para conferencias o actividades únicas. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir todas las actividades del mes.
6. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es mantenerse en la sesión por lo menos 60 minutos. No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
7. En caso de conectarse más de una persona desde el mismo dispositivo, tendrán que escribir directamente a [centroeducativo@myt.org.mx](mailto:centroeducativo@myt.org.mx)