

COMPRENDER PARA ACOMPAÑAR. LA SALUD MENTAL TAMBIÉN SE CUIDA EN FAMILIA

CURSO VÍA ZOOM

Fecha: martes 02, 09, 16 y 23 de junio del 2026

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. Cupo limitado.

Mtra. Daniela García

Psicóloga y psicoterapeuta Gestalt comprometida con el acompañamiento en procesos de autoconocimiento, sanación y crecimiento personal. Cuenta con formación como Licenciada en Psicología por la Universidad Univer Milenium y Maestra en Psicoterapia Gestalt por la Universidad Humaslow, además de especialización en intervención con adolescentes en situación de conflicto y formación en terapia familiar desde el enfoque sistémico.

Objetivos de aprendizaje

Brindar herramientas de comprensión, acompañamiento y manejo emocional para familias que conviven con un integrante que presenta un trastorno psicológico o del neurodesarrollo, promoviendo la empatía y el cuidado colectivo.

Sesiones

Sesión 1. Rompiendo mitos sobre la salud mental

Sensibilizar sobre los diferentes tipos de trastornos y eliminar estigmas asociados a la salud mental en el contexto familiar.

Sesión 2. El impacto emocional del diagnóstico en la familia

Analizar las reacciones emocionales de los familiares ante el diagnóstico y las etapas de aceptación y adaptación.

Sesión 3. Acompañar sin sobreproteger

Promover estrategias de apoyo que favorezcan la autonomía y la inclusión del miembro diagnosticado.

Sesión 4. Cuidar al que cuida

Reconocer la importancia del autocuidado y la red de apoyo familiar para evitar la sobrecarga emocional.

La participación en los cursos continúa siendo gratuita.

A partir de junio, la emisión de constancias de participación tendrá un costo de recuperación de \$50.00 MXN por constancia.

La constancia se otorgará únicamente a quienes cumplan con el 80% de asistencia

IMPORTANTE

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

1. Todas nuestras actividades son gratuitas.
2. Tu inscripción tiene fines informativos; con ella podrás recibir nuestro boletín mensual, avisos de actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción NO asegura tu lugar. Es importante conectarse con anticipación, ya que todos nuestros cursos tienen un cupo limitado de 500 asistentes.
4. Las inscripciones únicamente se realizarán a través de la plataforma Zoom. No se tramitarán inscripciones por otros medios (correo electrónico, teléfono, redes sociales o de manera presencial en el Centro).
5. La emisión de constancias de participación tendrá un costo de recuperación de \$50.00 MXN por constancia. Para obtenerla, es obligatorio cubrir el 80% de asistencia en cursos de cuatro sesiones y el 100% en cursos de tres sesiones. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir las actividades del mes.
6. La única forma de comprobar asistencia es permanecer en la sesión por al menos 60 minutos. No podrán justificarse asistencias mediante apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
7. En caso de conectarse más de una persona desde el mismo dispositivo, deberán escribir directamente a centroeducativo@myt.org.mx