



### Programación Cursos y Talleres del Centro de Orientación Educativa COE

Horario	Nombre del Curso	Objetivo	Temario	Imparte	Modalidad	Dirigido a	Duración
Septiembre 19, 20, 21, 22, 23 y 26 De 10:00 a 13:00 horas	<b>Lectura estratégica y aprendizaje</b>	Que los participantes desarrollen y apliquen las estrategias que les permitan mejorar los niveles de comprensión de textos académicos-científicos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento como lector.</li> <li>• Características de los textos académicos-científicos.</li> <li>• Estrategias de lectura.</li> </ul>	Dra. Mercedes Zanotto González	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura.	18 horas
Septiembre 19, 20, 21, 22, 23 De 11:00 a 14:00 horas	<b>Cambio de carrera: reestructuración de una decisión vocacional</b>	Apoyar a los alumnos de licenciatura en la reestructuración de su elección de carrera en su proyecto universitario	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Toma de decisión en el contexto universitario</li> <li>-Factores de abandono escolar</li> <li>-Campos de conocimiento</li> <li>-Estrategia de investigación de carrera</li> <li>-Tomando decisiones</li> </ul>	Mtra. Sandra P. García Sánchez	En línea	Alumnos de licenciatura	15 horas

Septiembre 19, 20, 21 ,22, 23,26  De 16:00 a 19:00 horas	<b>Toma de decisión informada en la elección de carrera</b>	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 su carrera.	1. Estilos 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.	Dr. Octavio Angulo Borja	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	18 horas
Septiembre 19, 21 ,23  De 13:00 a 16:00 horas	<b>Taller; Fortaleciendo tus Habilidades para un mejor Aprendizaje Autónom</b>	Que los y las estudiantes cuenten con mayores elementos para el aprendizaje autónomo y optimicen su rendimiento académico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• -¿Qué es el aprendizaje Autónomo?</li> <li>• -La profesión de Estudiante</li> <li>• -La motivación para el aprendizaje autónomo</li> <li>• -Administración del tiempo</li> <li>• -Estrategias para el aprendizaje autónomo</li> <li>• -Autoevaluación, evaluación</li> </ul>	Mtra. Claudia Ayluardo Archundia	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	9 horas
Septiembre 12  De 10:00 a 14:00	<b>Taller: Las ventajas de la gimnasia cerebral</b>	Brindar técnicas corporales y visuales para el mejoramiento del funcionamiento mental	-Qué es gimnasia cerebral -El cerebro y el movimiento -Ejercicios prácticos para memoria y concentración	Dra Ana Luz Flores Pacheco	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	4 horas
Septiembre 19 y 23  De 10:00 a 13:00	<b>Mejorar aprendizaje con técnica emocional</b>	Identificar si hay emociones o memorias que bloquean el aprendizaje y liberarlas.	-Memorias emocionales -Ejercicio de identificación de memorias -Desbloquear el cerebro de esas memorias y mejorar la memoria y las habilidades ejecutivas	Dra Ana Luz Flores Pacheco	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	6 horas

Septiembre 19, 21 y 22  De 17:00 a 19.00 horas	<b>Cómo afrontar el primer año de la carrera</b>	Conocer las características del escenario escolar en el primer año de la carrera, así como dotar de recursos para la autonomía académica, con el fin de contribuir a generar procesos favorables en la transición escolar que motiven la permanencia y la culminación de los estudios.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El nuevo escenario escolar: transición y características del primer año</li> <li>• Relevancia de la autonomía académica</li> <li>• Elementos para un proyecto profesional</li> </ul>	Sara Cruz Velasco/Gloria Olvera Coronilla	En línea	Alumnos de nuevo ingreso a la licenciatura de la UNAM	15 horas  3 sesiones sincronas
Septiembre 20, 21 y 22  De 16:00 a 19.00 horas.	<b>La diversidad sexo-genérica en los jóvenes</b>	Conocer la diversidad de la comunidad LGTBTTIQA+ y la identidad sexo-genérica en las y los jóvenes; con la finalidad de promover el respeto, la inclusión y la tolerancia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspectiva de género</li> <li>• Sexo, género</li> <li>• comunidades de la diversidad sexo -genérica</li> <li>• Discriminación y homofobia</li> <li>• Derechos sexuales y reproductivos</li> </ul>	Mtra. Marcela Valadés Morales  Lic. Dalila Luz Ocaña	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	9 horas
Septiembre 19,20,21,22,23  De 11:00 a 13:00 horas	<b>Cuido mi bienestar y mejoro mi trayectoria educativa</b>	Que el alumno se haga responsable del cuidado de si, de su proceso de aprendizaje y mejore su trayectoria educativa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.El cuidado de sí mismo</li> <li>2. La relación del joven con el saber.</li> <li>3. El lugar del estudiante y su trayectoria educativa.</li> <li>4. El relanzamiento de la propia identidad</li> </ol>	Mtra. Graciela Galicia Segura	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	10 horas
Septiembre 19,20,21,22,23  De 10:00 a 13:00 horas	<b>Elección de Carrera</b>	El alumno conocerá la importancia de llevar a cabo un proceso de Orientación Vocacional y cómo iniciarlo	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.-El proceso de Orientación Vocacional</li> <li>2.- Los campos de conocimiento</li> <li>3.-Mis opciones de carrera</li> </ol>	Gabriela Velázquez orrostieta	En línea	Alumnos de Bachillerato	15 horas.
Septiembre 19,20,21,22,23  16:00 a 19:00 horas	<b>¿Maternidad/Paternidad? Yo decido</b>	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	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Amor romántico y sus mitos</li> <li>• Autocuidado en el ejercicio de la sexualidad</li> <li>• Erotismo protegido</li> <li>• Responsabilidad Afectiva</li> <li>• Retos de la</li> </ul>	Dra. Libia Gómez Altamirano  Mtra. Evelia Valdovinos	En línea	Alumnos de bachillerato, licenciatura y posgrado	15 horas

		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.	<p>Maternidad/Paternidad</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Factores protectores y su relación con la resiliencia escolar</li> <li>• Proyecto de vida</li> </ul>	<p>Tapia</p> <p>Lic. Marco Antonio Bonaparte</p> <p>Mtro. Fernando Córdova</p>			
Septiembre 26, 28 y 30 De 16:00 a 19.00 horas	<b>¿Cómo puedo fortalecer mi autoestima?</b>	Conocer los elementos que componen la autoestima y reflexionar sobre la importancia para mejorar la relación con uno mism@ y con los demás.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspectiva de género</li> <li>• Las cinco heridas</li> <li>• Emociones</li> <li>• Autoestima</li> <li>• Asertividad</li> <li>• Empatía</li> <li>• Buen trato</li> </ul>	<p>Mtra. Marcela Valadés Morales</p> <p>Lic. Dalila Luz Ocaña</p>	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	9 horas
Septiembre 26 y 27 De 16:00 a 19.00 horas	<b>Amor sin tanto cuento...mitos del amor romántico</b>	Crear un espacio para la reflexión sobre la manera de relacionarnos en pareja y los mitos que giran alrededor del amor romántico y como pueden estos provocar relaciones no placenteras y violentas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• -¿Cómo surge el amor romántico?</li> <li>• -Mitos</li> <li>• -Relaciones basadas en el buen trato</li> </ul>	<p>Dra. Libia Gómez Altamirano</p> <p>Mtra. Evelia Valdovinos Tapia</p>	En línea	Público en general	6 horas
Septiembre 27 y 29 De 16:00 a 20.00 horas	<b>Amor sin Tanto Cuento... Mitos del Amor Romántico</b>	Crear un espacio de reflexión sobre los mitos del amor romántico, su influencia en la forma de construir las relaciones erótico/afectivas, así como las alternativas para establecer relaciones basadas en una nueva ética amorosa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Amor como constructo social</li> <li>• Mitos del Amor Romántico</li> <li>• Claves para deconstruir el Amor Romántico</li> <li>• Alternativas para una nueva ética amorosa</li> <li>• Responsabilidad Afectiva</li> </ul>	<p>Mtra. Evelia Valdovinos Tapia</p> <p>Dra. Libia Gómez Altamirano</p>	En línea	Alumnos de bachillerato, licenciatura y posgrado	8 horas

Septiembre 27 y 30  De 16:00 a 19.00 horas	<b>Herramientas para una mejor Administración del tiempo para el Aprendizaje</b>	Que los y las estudiantes fortalezcan sus estrategias de planeación del tiempo para un mejor desempeño académico	-Evaluación previa -Significado e importancia de la administración del tiempo -En que empleamos nuestro tiempo -Estrategias para la administración del tiempo -Aspectos a considerar para una mejor organización del tiempo y aprendizaje -Consideraciones finales	Mtra. Claudia Ayluardo Archundia	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	6 horas
Octubre 3, 4, 5  De 10:00 a 13:00 horas	<b>Miedos en la Elección de Carrera</b>	Qu el alumno(a), identifique los miedos que puedan estar afectando su proceso de Elección de Carrera	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El miedo como factor que puede dificultar la decisión de Carrera.</li> <li>• Elementos de la Elección de Carrera.</li> <li>• Toma de decisión de la Carrera.</li> </ul>	Mtra. Emma Elizabeth Montañó Gómez Mtra. María Guadalupe Tovar Navarro	En línea	Alumnos de Bachillerato	9 horas
Octubre 3, 5 y 7  De 17:00 a 20:00 horas.	<b>Apoyo al proceso de duelo</b>	Acompañar emocionalmente y favorecer la resolución del proceso de duelo ante la pérdida de un ser querido.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desempacando el lenguaje del duelo.</li> <li>2. Conociendo el proceso de duelo</li> </ol> Resignificando la pérdida	Dra. Cecilia Mota González	En línea	Alumnos de bachillerato, licenciatura y posgrado con dificultades para procesar la pérdida de un ser querido.	9 horas

<p>Octubre 3.5.7</p> <p>De 10:00 a 12:00 horas</p>	<p><b>Elección de Carrera</b></p>	<p>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</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proceso de elección de carrera</li> <li>• Intereses y aptitudes vocacionales</li> <li>• Factores que influyen en la elección de carrera</li> <li>• Las carreras de la UNAM</li> <li>• Valorar y decidir.</li> </ul>	<p>Dra. Magdalena González Castillo</p>	<p>En línea</p>	<p>Alumnos de bachillerato</p>	<p>6 horas</p>
<p>Octubre 3.5.7</p> <p>De 16:00 a 19.00 horas</p>	<p><b>Cómo ser un buen vato</b></p>	<p>Sensibilizar sobre la forma en que se construyen individual y socialmente los hombres. Además de brindar habilidades para cambiar los estereotipos masculinos que originan la violencia de género y conocer las nuevas masculinidades.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identidad femenina y masculina.</li> <li>• Identidad de género</li> <li>• Sensibilidad masculina</li> <li>• Masculinidad como constructo social</li> <li>• Estereotipos y roles de la masculinidad</li> <li>• Soy hombre o soy macho</li> <li>• Violencia como forma de vida en los hombres</li> <li>• Sexualidad masculina</li> <li>• Transformando la masculinidad</li> </ul>	<p>Mtra. Marcela Valadés Morales</p> <p>Lic. Dalila Luz Ocaña</p>	<p>En línea</p>	<p>Alumnos de bachillerato y licenciatura</p>	<p>9 horas</p>
<p>Octubre 3.5.7</p> <p>De 13:00 a 16:00 horas</p>	<p><b>Charlando sobre tus dilemas ante la toma de decisiones</b></p>	<p>Los y las estudiantes reflexionarán sobre los diversos dilemas ante la toma de decisiones como la elección de carrera y la forma que los enfrentan, así como las diversas posibilidades de afrontarlos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificación de mis dilemas ante la toma de decisiones</li> <li>• ¿Qué es elegir?</li> <li>• ¿Por qué y cómo elijo?</li> <li>• Mi filosofía de vida ante la toma de decisiones</li> <li>• Mis temores ante la toma de decisiones</li> <li>• ¿Elegir o no elegir? Aspectos a considerar para la toma de</li> </ul>	<p>Mtra. Claudia Ayuardo Archundia</p>	<p>En línea</p>	<p>Alumnos de bachillerato y licenciatura</p>	<p>9 horas</p>

			decisiones • Evaluación final				
Octubre 10,11,12  De 16:00 a 19:00 horas	<b>Cerrando Ciclos</b>	Identificar la experiencia no cerrada y mediante ejercicios prácticos contribuyan a la comprensión, aprendizaje y aceptación de la situación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cerrar un ciclo</li> <li>• La situación no cerrada y sus efectos</li> <li>• Pérdida, duelo y apego</li> <li>• La situación que se repite</li> <li>• Aceptación</li> </ul>	Dra. Magdalena González Castillo	En línea	Alumnos de bachillerato	9 horas
Octubre 10 y 12  De 16:00 a 19:00 horas	<b>Las nuevas relaciones en jóvenes</b>	Identificar las formas en que se relacionan los jóvenes; para que tengan alternativas en la elección de pareja de manera informada.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspectiva de género</li> <li>• Roles y estereotipos</li> <li>• Orientación sexual</li> <li>• Cuerpo, erotismo y sexualidad</li> <li>• Relación formal vs relación informal</li> <li>• Tipos de relaciones</li> <li>• Autoestima</li> <li>• Buen trato</li> </ul>	Mtra. Marcela Valadés Morales  Lic. Dalila Luz Ocaña	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	6 horas
Octubre 10, 11, 12, 13, 14 y 17  De 16:00 a 19:00 horas	<b>Lectura y Escritura Académica para la Tesis</b>	Que los participantes apliquen las estrategias de lectura y escritura académicas que favorezcan el desarrollo de sus tesis de licenciatura.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Características generales de las tesis de licenciatura.</li> <li>• Etapas del desarrollo de textos académicos de investigación.</li> <li>• Estrategias de lectura y escritura académica para la realización de la tesis de licenciatura.</li> </ul>	Dra. Mercedes Zanotto González	En línea	Alumnos de últimos semestres de licenciatura y egresados del mismo nivel.	18 horas
Octubre 10, 11, 12, 13, 14  De 16:00 a 19:00 horas	<b>¿Cómo ser un estudiante resiliente?</b>	Crear un espacio para la identificación y desarrollo de recursos que permitan afrontar situaciones difíciles y desafíos escolares.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Resiliencia escolar</li> <li>-Factores protectores y de riesgo</li> <li>-Habilidades que generan resiliencia</li> </ul>	Dra. Libia Gómez Altamirano	En línea	Alumnos de bachillerato, licenciatura y posgrado	15 horas
Octubre 17,18,19, 20,21  De 16:00 a 19:00 horas	<b>Estrategias de aprendizaje a distancia</b>	Los participantes desarrollarán estrategias de aprendizaje, a través del conocimiento de sus propios	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.- Mis estrategias de aprendizaje.</li> <li>2.- Reconociendo mi autorregulación para</li> </ol>	Dr. Octavio Angulo Borja	En línea	Alumnos de Bachillerato y Licenciatura	15 horas

		recursos de aprendizaje y de las herramientas que ofrece la tecnología de la información.	<p>aprender.</p> <p>3.- Abordando la metacognición como mi estrategia personal.</p> <p>4.- Herramientas de aprendizaje que ofrece la TIC.</p> <p>5.- Integración de mi estrategia para aprender a distancia.</p>				
<p>Octubre 17,18,19</p> <p>10:00 a 12:00 horas</p>	<b>Elección de Carrera</b>	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	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proceso de elección de carrera</li> <li>• Intereses y aptitudes vocacionales</li> <li>• Factores que influyen en la elección de carrera</li> <li>• Las carreras de la UNAM <ul style="list-style-type: none"> <li>o Valorar y decidir.</li> </ul> </li> </ul>	Dra. Magdalena González Castillo	En línea	Alumnos de bachillerato	6 horas
<p>Octubre 17,18,19,20</p> <p>De 16:00 a 19:00 horas</p>	<b>Cómo establecer relaciones de pareja basadas en el buen trato.</b>	Promover el modelo de buen trato en las relaciones de pareja, a fin de brindar estrategias y herramientas que promuevan el respeto, la comunicación asertiva, la convivencia sana y armoniosa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspectiva de género</li> <li>• Socialización del amor</li> <li>• Elementos para construir relaciones de pareja en el buen trato</li> <li>• Estrategias para enfrentar y resolver conflictos</li> <li>• Derechos humanos, sexuales y reproductivos</li> <li>• Masculinidades</li> <li>• Proyecto de vida</li> </ul>	<p>Mtra. Marcela Valadés Morales</p> <p>Lic. Dalila Luz Ocaña</p>	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	12 horas
<p>Octubre 10, 11, 12, 13, 14 y 17</p> <p>De 16:00 a 19:00 horas</p>	<b>Lectura y Escritura Académica para la Tesis</b>	Que los participantes apliquen las estrategias de lectura y escritura académicas que favorezcan el desarrollo de sus tesis de licenciatura.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Características generales de las tesis de licenciatura.</li> <li>• Etapas del desarrollo de textos académicos de investigación.</li> <li>• Estrategias de lectura y escritura académica para la</li> </ul>	Dra. Mercedes Zanotto González	En línea	Alumnos de últimos semestres de licenciatura y egresados del mismo nivel.	18 horas



			realización de la tesis de licenciatura.				
Octubre 10,11,12,13,14 De 10:00 a 13:00 horas	<b>Elección de Carrera</b>	El alumno conocerá la importancia de llevar a cabo un proceso de Orientación Vocacional y cómo iniciarlo	1.-El proceso de Orientación Vocacional 2.- Los campos de conocimiento 3.-Mis opciones de carrera	Mtra. Gabriela Velázquez orrostieta	En línea	Alumnos de Bachillerato	15 horas
Octubre 17,18,19,20,21 De 11:00 a 14:00 horas	<b>Elección de carrera: una decisión de vida</b>	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.	-El proceso de elección de carrera -Factores de la elección de carrera -Los campos de conocimiento -Estrategia de investigación de carrera -Mis opciones de carrera -Decisión de carrera	Mtra. Sandra P. García Sánchez	A distancia	Alumnos de tercer año de bachillerato	15 horas
Octubre 21 De 10:00 a 13:00 horas	<b>LinkedIn y búsqueda de empleo</b>	Al término del taller los participantes demostrarán sus conocimientos adquiridos acerca de LinkedIn, registrará los pasos para realizar su registro, nombrará las principales ventajas y beneficios de la red social.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción</li> <li>• Redes sociales y búsqueda de empleo</li> <li>• ¿Qué es LinkedIn?</li> <li>• Registro en LinkedIn <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Perfil</li> <li>○ Fotografía</li> <li>○ Mensajería</li> <li>○ Contactos</li> <li>○ Recomendaciones)</li> </ul> </li> <li>• Marca personal</li> <li>Conclusiones y cierre</li> </ul>	Dra. Susana Chávez Jaramillo	En línea	Alumnos y egresados en búsqueda de empleo	3 horas
Octubre 24,25,26 De 10:00 a 13:00 horas	<b>Nuevas Profesiones Nuevos Mercados laborales</b>	Que el alumno a partir del conocimiento de las tendencias laborales futuras considere opciones de carrera que favorezcan su inserción laboral como egresado de la educación superior	1.- Carreras o campos del conocimiento más demandados 2.-Tendencias laborales futuras. 3.-Carreras nuevas 4.-Cambio de paradigma laboral	Mtra. Gabriela Velázquez Orrostieta	En línea	Alumnos de Bachillerato	9 horas

<p>Octubre 24,25,26,27 y 28</p> <p>De 10:00 a 12.00 horas</p>	<p><b>Atando cabos para mi elección de carrera”</b></p>	<p>Acompañar a estudiantes de bachillerato para identificar el proceso la elección de carrera en un escenario cambiante, mediante el análisis de información y factores que repercuten en la toma de decisiones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La elección de carrera como un proyecto personal</li> <li>• Factores asociados a la elección de carrera</li> <li>• La influencia familiar en la elección: acompañamiento o presión</li> <li>• ¿Ser o estudiar?</li> <li>• Mis intereses y la oferta educativa</li> <li>• Integración para “atar los cabos”</li> </ul>	<p>Mtra. Sara Cruz Velasco</p> <p>Mtra. Gloria Olvera Coronilla</p>	<p>En línea</p>	<p>Alumnos de bachillerato</p>	<p>10 horas</p>
<p>Octubre 24,25,26,27,28</p> <p>De 17:00 a 20:00 horas</p>	<p><b>Cambio de Carrera</b></p>	<p>Apoyar a los alumnos de licenciatura a realizar una nueva elección de carrera</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Factores que influyen en una elección de carrera equivocada.</li> <li>2. Emociones ante el cambio de carrera.</li> <li>3. Elementos que se deben tomar en cuenta para una elección acertada.</li> <li>4. Proceso de toma de decisiones.</li> <li>5. Trámites para el cambio de carrera.</li> </ol>	<p>Dra. Cecilia Mota González.</p>	<p>En línea</p>	<p>Alumnos de nivel licenciatura.</p>	<p>15 horas</p>
<p>Octubre 24,26,28</p> <p>De 16:00 a 19:00 horas</p>	<p><b>El amor romántico vs el amor confluyente</b></p>	<p>Identificar la violencia generada por el amor romántico y brindar alternativas que ofrece el amor confluyente para mejorar las relaciones de pareja.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspectiva de género</li> <li>• ¿Enamoramiento o amor?</li> <li>• ¿Hombres y mujeres se enamoran igual?</li> <li>• Mitos del amor romántico</li> <li>• Amor confluyente</li> <li>• Amar con equidad</li> <li>• Modelo coeducativo</li> <li>• Amar con buen trato</li> </ul>	<p>Mtra. Marcela Valadés Morales</p> <p>Lic. Dalila Luz Ocaña</p>	<p>En línea</p>	<p>Alumnos de bachillerato y licenciatura</p>	<p>9 horas</p>
<p>Noviembre 3.4</p> <p>De 16:00 a 19:00 horas</p>	<p><b>¿Hombres y mujeres se enamoran de la misma forma?</b></p>	<p>Comprender el proceso y las diferencias del enamoramiento en hombres y mujeres para establecer relaciones de buen trato.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspectiva de género</li> <li>• La bioquímica del amor</li> <li>• Diferencias entre mujeres y hombres al enamorarse</li> <li>• Cómo elegir pareja</li> </ul>	<p>Mtra. Marcela Valadés Morales</p> <p>Lic. Dalila Luz</p>	<p>En línea</p>	<p>Alumnos de bachillerato y licenciatura</p>	<p>2 sesiones de 3 horas</p>

				Ocaña			
<p>Noviembre 7, 8, 9,10,11,14</p> <p>16:00 a 19:00 horas</p>	<b>Estrategias de aprendizaje</b>	Los participantes reestructuran sus estrategias de aprendizaje, a través de la identificación y práctica de una metodología de aprendizaje significativo.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.- Estructura y contenido del Curso Estrategias de Aprendizaje.</li> <li>2.- Tipos de Aprendizaje.</li> <li>3.- Estrategias de Aprendizaje y Técnicas de estudios.</li> <li>4.- Estrategias cognitivas para aprender y su control.</li> <li>5.- Mejorando la Atención y Memoria.</li> <li>6. Mi estrategia de Aprendizaje reestructurada.</li> </ol>	Dr. Octavio Angulo Borja.	En línea	Alumnos de Bachillerato y Licenciatura	18 horas.
<p>Noviembre 7, 8, 9</p> <p>10:00 a 12:00 horas</p>	<b>Manejo de Estrés</b>	Identificar las experiencias generadoras de estrés, así como sus efectos y consecuencias; revisar y practicar estrategias para reducir los efectos desfavorables; así como, reflexionar sobre la importancia de mantenerse atento y participativo en el manejo de situaciones generadoras de tensión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés y lo básico para hacerle frente</li> <li>• Los estresores</li> <li>• Recomendaciones para hacer frente al estrés</li> <li>• Emociones, pensamientos y estrés</li> <li>• Sociedad actual y tipos de comportamiento</li> <li>• Estrés y sentido de vida</li> </ul>	Dra. Magdalena González Castillo	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	6 horas
<p>Noviembre 7, 8, 9, 10, 11 y 14</p> <p>De 16:00 a 19:00 horas</p>	<b>Elección de Carrera</b>	Objetivo: Que el estudiante o egresado de bachillerato conozca la importancia de llevar a cabo un proceso de Orientación Vocacional y cómo iniciarlo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento</li> <li>• Proyecto de vida</li> <li>• Búsqueda y análisis de información sobre las carreras.</li> </ul> <p>Toma de decisión</p>	Dra. Mercedes Zanotto González	En línea	Alumnos de segundo y tercer año de bachillerato, así como egresados del mismo nivel.	18 horas
<p>Noviembre 7,8,9,10,11</p> <p>De 11:00 a 14:00 horas</p>	<b>Cambio de carrera: reestructuración de una decisión vocacional</b>	Apoyar a los alumnos de licenciatura en la reestructuración de su elección de carrera en su proyecto universitario	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Toma de decisión en el contexto universitario</li> <li>-Factores de abandono escolar</li> <li>-Campos de conocimiento</li> <li>-Estrategia de investigación de</li> </ul>	Mtra. Sandra P. García Sánchez	En línea	Alumnos de licenciatura	15 horas

			carrera -Tomando decisiones				
Noviembre 7, 8, 9, 10  De 16:00 a 19:00 horas	<b>Cuerpo, sexualidad, erotismo y buen trato.</b>	Brindar estrategias y recursos para mejorar la convivencia, a través del modelo de buen trato: equidad, respeto, confianza, comunicación asertiva, empatía, erotismo y sexualidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspectiva de género (mandatos)</li> <li>• Bioquímica del amor</li> <li>• Erotismo, seducción y sexualidad</li> <li>• Tipos de relaciones</li> <li>• Proceso de fusión y separación</li> <li>• El buen trato en la pareja</li> <li>• Estrategias para enfrentar y resolver conflictos</li> </ul> Proyecto de vida	Mtra. Marcela Valadés Morales  Lic. Dalila Luz Ocaña	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	12 horas
Noviembre 14,15,16  De 16:00 a 19:00 horas	<b>Cerrando Ciclos</b>	Identificar la experiencia no cerrada y mediante ejercicios prácticos contribuyan a la comprensión, aprendizaje y aceptación de la situación	*Cerrar un ciclo  * La situación no cerrada y sus efectos  * Pérdida, duelo y apego  * La situación que se repite  * Aceptación	Dra. Magdalena González Castillo	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	9 horas
Noviembre 14,16,18  De 16:00 a 19:00 horas	<b>Y después del trueno con mi pareja ¿Qué sigue...?</b>	Identificar emociones, pensamientos, creencias y actitudes que provocaron la ruptura de pareja. Asimismo, brindar recursos para superar la separación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué cosas me hicieron estar cerca de ti?</li> <li>• ¿Qué cosas me hicieron alejarme de ti?</li> <li>• Pareja y vínculo amoroso.</li> <li>• ¿Cómo me siento ante la separación?</li> <li>• ¿Cómo me comunico para construir una relación de buen trato?</li> <li>• Amor, sexualidad y convivencia</li> </ul>	Mtra. Marcela Valadés Morales  Lic. Dalila Luz Ocaña	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	9 horas

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Importancia de un espacio individual para compartir.</li> <li>• Realizar un contrato de pareja</li> <li>• Fusión y separación</li> <li>• Enamoramiento y amor.</li> <li>• Cómo bien tratarme</li> </ul>				
<p>Noviembre 21,22,23,24,25</p> <p>De 10:00 a 13:00 horas</p>	<b>Elección de Carrera</b>	Brindar un espacio de reflexión que permita, el autoconocimiento y el análisis de los factores involucrados en la toma de decisiones, para la elección de carrera.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento</li> <li>• Factores que influyen en la Elección de Carrera</li> <li>• Exploración de Intereses y Aptitudes Vocacionales</li> <li>• Perfil Vocacional e investigación Profesiográfica</li> <li>• Campo laboral</li> <li>• Proyecto de vida</li> </ul>	Mtra. Evelia Valdovinos Tapia	En línea	Alumnos del último año de bachillerato	15 horas
<p>Noviembre 21, 22, 23, 24, 25 y 28</p> <p>De 10:00 a 13:00 horas</p>	<b>Elección de Carrera</b>	Objetivo: Que el estudiante o egresado de bachillerato conozca la importancia de llevar a cabo un proceso de Orientación Vocacional y cómo iniciarlo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento</li> <li>• Proyecto de vida</li> <li>• Búsqueda y análisis de información sobre las carreras.</li> </ul> Toma de decisión	Dra. Mercedes Zanotto González	En línea	Alumnos de segundo y tercer año de bachillerato, así como egresados del mismo nivel.	18 horas
<p>Noviembre 21, 23, 25</p> <p>De 16:00 a 19:00 horas.</p>	<b>Amores sin violencia</b>	Reflexionar sobre la percepción de la violencia en las relaciones de pareja. Los diferentes tipos y factores que la originan; así como estrategias para su prevención y solución.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspectiva de género</li> <li>• Mandatos de género</li> <li>• Modelo coeducativo</li> <li>• Constructo social del amor</li> <li>• Tipos de amor</li> <li>• Ciclo de la violencia</li> <li>• Tipos de relación</li> <li>• Autoestima, asertividad y empatía</li> <li>• El buen trato en el amor</li> </ul>	Mtra. Marcela Valadés Morales  Lic. Dalila Luz Ocaña	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	9 horas
<p>Noviembre 21,22,23,24,25</p> <p>De 16:00 a 19:00 horas.</p>	<b>Elección de carrera</b>	Crear un espacio para la reflexión sobre el autoconocimiento y brindar estrategias para elegir carrera.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Factores de elección de carrera.</li> <li>-Autoconocimiento y toma de decisiones.</li> <li>-Búsqueda de información.</li> <li>-Proyecto de vida.</li> </ul>	Dra. Libia Gómez Altamirano	En línea	Alumnos de bachillerato	15 horas

<p>Noviembre 28,29,30 y diciembre 1 y 2</p> <p>De 11:00 a 14:00 horas</p>	<p><b>Elección de carrera: una decisión de vida</b></p>	<p>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.</p>	<p>-El proceso de elección de carrera -Factores de la elección de carrera -Los campos de conocimiento -Estrategia de investigación de carrera -Mis opciones de carrera -Decisión de carrera</p>	<p>Mtra. Sandra P. García Sánchez</p>	<p>En línea</p>	<p>Alumnos de tercer año de bachillerato</p>	<p>15 horas</p>
<p>Noviembre 28 y 30</p> <p>De 16:00 a 19:00 horas</p>	<p><b>Mujeres y hombres caminando juntos por la equidad</b></p>	<p>Reflexionar sobre las construcciones socioculturales aprendidas para ser hombre o mujer; así como las implicaciones que esto ha tenido en el entorno (familia, amigos, pareja, escuela, trabajo). Y la equidad como acceso a la igualdad y la justicia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perspectiva de género</li> <li>• Sexo, género</li> <li>• Estereotipos</li> <li>• Roles de género</li> <li>• Igualdad y equidad entre los géneros</li> <li>• Masculinidades y Micromachismos</li> <li>• Buen trato</li> </ul>	<p>Mtra. Marcela Valadés Morales</p> <p>Lic. Dalila Luz Ocaña</p>	<p>En línea</p>	<p>Alumnos de bachillerato y licenciatura</p>	<p>6 horas</p>
<p>Diciembre 5,6,7,8,9</p> <p>De 17:00 a 20:00 horas</p>	<p><b>Cambio de Carrera</b></p>	<p>Apoyar a los alumnos de licenciatura a realizar una nueva elección de carrera</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Factores que influyen en una elección de carrera equivocada.</li> <li>2. Emociones ante el cambio de carrera.</li> <li>3. Elementos que se deben tomar en cuenta para una elección acertada.</li> <li>4. Proceso de toma de decisiones.</li> <li>5. Trámites para el cambio de carrera.</li> </ol>	<p>Dra. Cecilia Mota González.</p>	<p>En línea</p>	<p>Alumnos de nivel licenciatura.</p>	<p>15 horas</p>
<p>Diciembre 5,7,9</p> <p>De 16:00 a 19:00 horas</p>	<p><b>Protegiendo mi vida erótica</b></p>	<p>Identificar las principales formas sobre sexualidad protegida y segura como</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sexo, género y sexualidad</li> <li>• Métodos anticonceptivos</li> <li>• Sexo y erotismo Sexo seguro</li> </ul>	<p>Mtra. Marcela Valadés</p>	<p>En línea</p>	<p>Alumnos de bachillerato y licenciatura</p>	<p>9 horas</p>

		medida de prevención contra las ITS o un embarazo no deseado. Con el objetivo de continuar con sus estudios y su plan de vida.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• y protegido</li> <li>• Sensorama</li> <li>• Estrategias de autocuidado</li> <li>• Accesorios de condonería</li> <li>• Infecciones de transmisión sexual</li> <li>• El buen trato en la sexualidad</li> </ul>	Morales  Lic. Dalila Luz Ocaña			
Diciembre 13 y 14  De 16:00 a 19:00 horas	<b>“Dibujando mi historia de vida”</b>	Brindar técnicas para que identifiquen sus emociones y sentimientos. Además de reconocer sus habilidades, logros, creencias, valores e intereses que proyecten su futuro.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orígenes de mi familia</li> <li>• Identificar emociones</li> <li>• Reconocer habilidades, intereses, logros, valores y creencias</li> </ul>	Mtra. Marcela Valadés Morales  Lic. Dalila Luz Ocaña	En línea	Alumnos de bachillerato y licenciatura	6 horas