



Programa

**DESARROLLO HUMANO 2017-2018**

**DEPARTAMENTO PSICOPEDAGÓGICO**



**¡MI FUTURO  
COMIENZA  
AQUÍ!**



**#elINDOesmiPREPA**





# TALLERES PARA PADRES DE FAMILIA (SIN COSTO)

**Dirigidos a:** Padres de familia y personal del Sistema Educativo Indoamericano.

**Duración:** 3 horas cada uno, puedes tomarlo en Modalidad Semanal, los días martes y miércoles (hora y media cada día) o bien en sábado con duración de 3 hrs.

**OBJETIVO GENERAL:** Proporcionar sugerencias que promuevan la integración familiar y contribuyan a mejorar su calidad de vida.

## Módulo I: “Comprendiendo a mi hijo adolescente”

**Objetivo:** Proporcionar a los padres de familia elementos que les permitan entender empáticamente a sus hijos adolescentes.

**Fechas:** Semanal (se imparte en dos días) 19 y 20 de septiembre de 2017 de 8:30 a 10:00 hrs.  
Sábado 23 de septiembre de 2017 de 9:00 a 12:00 hrs.

## Módulo II: “Resiliencia: el antídoto para evitar conductas de riesgo”

**Objetivo:** Identificar con los padres de familia las situaciones de riesgo a las que cualquier adolescente se enfrenta. Y proponer estrategias de prevención e intervención, enfatizando en fomentar la resiliencia en los miembros de la familia.

**Fechas:** Semanal (se imparte en dos días) 10 y 11 de octubre de 2017 de 8:30 a 10:00 hrs.  
Sábado 14 de octubre de 2017 de 9:00 a 12:00 hrs.



# TALLERES PARA PADRES e HIJOS (SIN COSTO)

**Dirigidos a:** Padres de familia y alumnos del Sistema Educativo Indoamericano.

**Duración:** Sábados con duración de 3 o 2 hrs. cada uno.

## Módulo I: “Fomentando la Autoestima en la familia”

**Objetivo:** Promover en la familia aquellos factores que fortalecen la autoestima, con la finalidad de conformar un nivel adecuado de ésta en cada uno de sus integrantes.

**Fechas:** Sábado 2 de diciembre de 2017 de 9:00 a 12:00 hrs.

## Módulo II: “Sanando nuestras relaciones familiares”

**Objetivo:** Identificar experiencias de vida que nos han lastimado e interfieren en el manejo de nuestras relaciones interpersonales, para resignificarlas y poder establecer estilos de relación saludables.

**Fechas:** Sábado 20 de enero de 2018 de 9:00 a 12:00 hrs.

## Módulo III: “Elección de carrera”

**Objetivo:** Proporcionar sugerencias para llevar a cabo una elección de carrera basada en la identificación de la vocación.

**Fechas:** Sábado 03 de febrero de 2018 de 9:00 a 11:00 hrs.



**MAYORES INFORMES:**  
Departamento Psicopedagógico  
T. 5370.5433 ext. 113  
mescamilla@indoamericano.edu

¡Conoce nuestro BLOG!  
[blog.indoamericano.edu.mx](http://blog.indoamericano.edu.mx)

Con temas de importancia y  
actualidad para la familia



# TALLERES DE CRECIMIENTO PERSONAL (SIN COSTO)

**Dirigidos a:** Padres de familia y personal del Sistema Educativo Indoamericano.

**Duración:** 1 hora y media cada taller.

**Horarios y días para cursarse:** 1 martes de cada mes de 8:30 a 10:00 hrs.

**OBJETIVO :** Fomentar hábitos que nos permitan incrementar nuestro bienestar personal y por ende el de nuestra familia.

## Tema I: "Dejando de repetir historias familiares"

**Objetivo:** Identificar las situaciones familiares que se repiten de generación en generación para evitar aquellas que son negativas para nuestra familia. **Fecha:** Martes 16 de enero 2018 de 8:30 a 10:00 hrs.

## Tema II: "7 claves para tomar el control de nuestra vida"

**Objetivo:** Identificar en qué o a quién le otorgamos el control de nuestra vida, para recuperarlo y convertirnos en personas auténticas y realizadas. **Fecha:** Martes 20 de febrero 2018 de 8:30 a 10:00 hrs.

## Tema III: "Replantear la crítica para reducir la ansiedad"

**Objetivo:** Reflexionar acerca del efecto de nuestros pensamientos y los efectos que generan en el nivel de ansiedad para cambiar aquellos que nos afectan y fomentar los que nos ayudan a vivir en paz.

**Fecha:** Martes 20 de marzo 2018 de 8:30 a 10:00 hrs.

## Tema IV: "Desintoxicar el alma"

**Objetivo:** Establecer hábitos de autocuidado para limpiar la mente y tratar de quitar pensamientos negativos que causan miedos y falsas creencias, afectando áreas de nuestra vida.

**Fecha:** Martes 17 de abril 2018 de 8:30 a 10:00 hrs.

# TALLERES INDO ALUMNOS (SIN COSTO)

## Tema I: "Manejo del estrés: Soltando presiones" (cualquier grado)

**Objetivo:** Aportar herramientas que permitan a los participantes manejar sus niveles de estrés.

28 y 30 de agosto 2017 de 15:30 a 16:30 hrs.

2 y 4 de octubre 2017 de 15:30 a 16:30 hrs.

12 y 15 de febrero 2018 de 15:30 a 16:30 hrs.

## Tema II: "Descubriendo T" (cualquier grado)

**Objetivo:** Que los participantes reflexionen en el término de "autoconcepto" a partir de técnicas que les faciliten la observación de sí mismo y favorezcan el reconocimiento de sus fortalezas y debilidades, con la finalidad de mejorar su autoestima.

29 y 31 de enero 2018 de 15:30 a 16:30 hrs.

## Tema III: "Aprendiendo a sanar y a manejar mis emociones" (cualquier grado)

**Objetivo:** Proporcionar estrategias para conocer, manejar y expresar emociones de manera sana para evitar enfermedades psicosomáticas.

5 y 7 de marzo 2018 de 15:30 a 16:30 hrs.

**Dirigidos a:** Alumnos del Sistema Educativo Indoamericano.

**Duración:** 2 Sesiones de 60 minutos cada una.

**OBJETIVO GENERAL:** Desarrollar y fortalecer en los alumnos habilidades que les faciliten mejorar su calidad de vida.

**5370.5433**

**www.indoamericano.edu.mx**

Cerro de las Campanas 102, Los Pirules,  
Tlalneapantla, Edo. de México, C.P. 54040



IndoamericanoFANPAGE



indoprepa



C\_Indoamericano



Indoamericano Preparatoria



Colegio Indoamericano



55.7670.9438  
INFORMES NUEVO INGRESO