

Sistema Municipal para el Desarrollo Integral de la Familia

**SMDIF Mexquitic de
Carmona, S.L.P.**

ADMINISTRACIÓN 2024-2027

**TEMAS QUE IMPARTE EL
DEPARTAMENTO DE PSICIOLOGÍA
DIRIGIDO A COMUNIDADES DEL
MUNICIPIO**

CONFERENCIAS Y TALLERES PSICOEDUCATIVOS

Tema: PREVENCIÓN DEL CUTTING (CONDUCTAS DE AUTOLESIÓN)		
Contenido del tema: • ¿Qué son las conductas de autolesión? (cutting) • Causas y factores que lo desencadenan • Síntomas • Como ayudar a una persona que padece cutting • Estigma y mitos sobre el cutting • Prevención y educación • Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Conferencia Duración 1 hora	Objetivo: Informar a la audiencia sobre las causas y efectos de esta conducta de autolesión. Promoviendo un entorno saludable tanto física como emocional mente.

Tema: CONOCE TUS EMOCIONES		
Contenido del tema: • ¿Qué es una emoción? • Reconocimiento y expresión de emociones • Las emociones y relaciones interpersonales • La importancia de la empatía • Arte y emociones • Resiliencia emocional. • Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Taller con duración de una hora con 30 minutos.	Objetivo: Facilitar un espacio seguro y acogedor donde los participantes de la comunidad puedan explorar y comprender sus emociones, aprendiendo a identificarlas, expresarlas de manera saludable y utilizar herramientas prácticas para la gestión emocional.

Tema: VIOLENCIA Y TIPOS DE VIOLENCIA		
Contenido del tema: • Violencia económica • Violencia psicológica • Violencia emocional • Violencia física • Violencia sexual • Violencia social Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Plática con duración de 1 hora.	Objetivo: Informar cómo y en que espacios se genera la violencia cuántos y cuáles son los tipos de violencia que existen para saber cómo identificarlos.

Tema: EL IMPACTO DE LAS EMOCIONES EN EL COMPORTAMIENTO		
Contenido del tema: • ¿A que llamamos conducta? • Causas y factores • Impacto en el desarrollo • Comunicación en el papel de familias y escuela • Estrategias de intervención • Recursos y apoyo • Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Conferencia con duración una 1 hora	Objetivo: Informar a las localidades sobre el manejo y regulación de conductas principalmente en los menores de edad, teniendo en cuenta la parte emocional y cerebral de cada persona.

Tema: PREVENCIÓN DEL ABUSO SEXUAL		
Contenido del tema: • Tipos de abuso sexual • Consentimiento • Señales de alerta • Impacto del abuso sexual • Prevención • Recursos y apoyo • Estigmas y mitos • Educación continua Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Plática duración de 1 hora	Objetivo: Brindar información a las comunidades sobre el abuso sexual, incluyendo sus tipos, señales de alerta y efectos, así como estrategias de prevención y recursos de apoyo. Fomentar un ambiente de dialogo abierto que permita la reflexión crítica sobre el conocimiento, la comunicación afectiva y la importancia de la intervención comunitaria.

Tema: PADRES Y CUIDADORES RESPONSABLES EN LA CRIANZA		
Contenido del tema: • Impacto social, emocional y psicológico • Romper ciclos de trauma • ¿Qué es el abandono materno? • ¿Qué es la figura materna? • Apego inseguro evitativo • Apego inseguro ambivalente Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Plática con duración de una hora	Objetivo: Informar y concientizar a la comunidad sobre la importancia de la responsabilidad como primeros cuidadores. Fomentando el respeto y los valores en las primeras etapas de vida.

TEMA: DEPRESIÓN - PREVENCIÓN		
Contenido del tema: • ¿Qué es la depresión y como afecta mi vida? • Signos y síntomas de la depresión • ¿Cómo se trata la depresión? • Herramientas de autoayuda • ¿A dónde puedo acudir a recibir ayuda? • Video para reflexión Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Platica informativa con una duración de 50 minutos y 10 minutos de preguntas y respuestas. Máximo 10 min video.	Objetivo: Informar a las localidades sobre el Trastorno depresivo mayor, ya que actualmente hay muchos casos de este padecimiento mental. Otro de nuestros objetivos es diferenciar un trastorno depresivo mayor de una crisis momentánea.

Tema: DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL		
Contenido del tema: • Porque son importantes las habilidades comunicativas • Causas y consecuencias de una mala comunicación • Diferencias de introversión, timidez y antisocialidad • Mitos y realidades sobre las personas antisociales • Actividades para fomentar la convivencia Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Platica 1 hora de duración	Objetivo: Informar a las comunidades sobre las diferentes herramientas de comunicación para fomentar entornos de calidad y saludables en la localidad.

Tema: ANSIEDAD Y TIPOS DE AFRONTAMIENTOS		
Contenido del tema: • ¿Qué es la ansiedad? • Signos y síntomas • Mitos y realidades • ¿Cuándo debo acudir a terapia? • Herramienta y técnicas de relajación para disminuir la ansiedad • Video Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Conferencia de 1 hora. 15 min. De preguntas y respuestas	Objetivo: Informar a las localidades sobre la importancia de la salud mental enfocándonos en el trastorno de ansiedad, promoviendo la terapia psicológica y sus beneficios.

Tema: EDUCACIÓN SEXUAL		
Contenido del tema: • El derecho a la educación sexual • Identidad de género • Enfermedades de transmisión sexual (ETS) • Anticonceptivos mitos y realidades. • Sexo y relaciones • Recursos de apoyo Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Conferencia 1 hora	Objetivo: Brindar la información precisa y apropiada sobre sexualidad, la salud reproductiva y lo que implica iniciar con una vida sexual sana.

Tema: EL PAPEL DE LOS PADRES DE FAMILIA EN EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONALES DE SUS HIJOS		
Contenido del tema: • Definición de salud mental • Relación entre salud mental y crianza • Impacto en el desarrollo socioemocional • Estrategias para fomentar un diálogo honesto y constructivo sobre salud mental en el hogar. • Modelado de conductas saludables • Estrategias de autocuidado para padres • Fomentar la resiliencia en los hijos • Creación de un ambiente familiar saludable • Importancia de la intervención temprana: • El papel de la comunidad: La importancia del apoyo social y la búsqueda de redes que ayuden a los padres y sus hijos. • Recursos de apoyo • Información de atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Platica de 1 hora	Objetivo: Informar sobre la importancia de la participación de los padres de familia para fortalecer el vínculo afectivo entre estos y sus hijos, promoviendo, la contribución al desarrollo académico y socioemocional, y enriqueciendo tanto la vida de los hijos como la de los propios padres.

Tema: SALUD MENTAL		
Contenido del tema: • ¿Qué es la salud mental? • Importancia de la salud mental • ¿Qué hace un psicólogo? • Mitos de la terapia psicológica • Recomendaciones para la buena salud mental • Video sobre salud mental en la actualidad Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Plática con una duración de 50 min. Con 15min de preguntas y respuestas.	Objetivo: Comunicar y fomentar la importancia del bienestar emocional dándole la suficiente importancia y los beneficios de ir a terapia.

Tema: CELOTIPIA “LA ENFERMEDAD DE LO CELOS”		
Contenido del tema: • ¿Qué es la celotipia? • Los celos patológicos • Celos patológicos y violencia familiar • Celos y alcohol • Recomendaciones y tratamientos Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Conferencia con un tiempo determinado de 50 min y 10 min de preguntas y respuestas	Objetivo: Informar sobre los celos en las reacciones de parejas ya que de este conflicto se desprende violencia, inseguridades, dependencia emocional entre otros factores negativos para la sana convivencia en las relaciones de pareja.

Tema: PROCESO DE DUELO		
Contenido del tema: • ¿Qué es un duelo psicológico? • Mitos y realidades • Etapas del duelo • ¿Cuándo se convierte mi dolor en algo patológico? • Rituales de despedida • Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad Presencial - Conferencia 45 minutos de duración con 15 minutos de preguntas y respuestas	Objetivo: Proporcionar información relacionada con la pérdida de algún ser querido u otra pérdida que sea significativa y afecte emocionalmente el bienestar psicológico.

Tema: TALLER DE AUTOESTIMA		
Contenido del tema: • ¿Qué es la autoestima? • El origen de la autoestima • La práctica de aceptarse a sí mismo • Vivir con propósitos • Autoafirmación • Integridad personal Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Taller con el 40% teórico y 60% práctico Con un tiempo final de 1 hora 30 min.	Objetivo: Romper el vínculo que las personas se han formado con su propia imagen como incompetente, despreciable renunciando a su autenticidad por diversos factores psicológicos adquiridos a lo largo de su vida.

Tema: VIOLENCIA FAMILIAR Y SU IMPACTO EN EL DESARROLLO EMOCIONAL DE LOS MENORES		
Contenido del tema: - Definición de violencia familiar - Señales de alerta - Impacto en el desarrollo emocional: - Efectos a largo plazo - Importancia de un entorno seguro - Comunicación - Herramientas de apoyo - La importancia de conocer las emociones Prevención y recursos de apoyo	Modalidad: Presencial – Conferencia Duración: 1 hora	Objetivo: Informar a los padres sobre como la salud mental impacta en el bienestar emocional de sus hijos e hijas, brindándoles herramienta para mejorar la comunicación familiar y ofreciendo alternativas de apoyo en casos de identificación de signos de alarma, para finalmente ayudar a crear un entorno familiar seguro para los menores

Tema: CUIDANDO LA SALUD MENTAL DE NUESTROS HIJOS E HIJAS.		
Contenido del tema: - Introducción ¿Qué es la salud mental? ¿Por qué es importante la salud mental en la infancia? ¿Cómo sé que mi hijo necesita ayuda? - Factores implicados en el bienestar emocional de los niños y niñas - Conclusiones - Herramientas y recursos de apoyo Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial – Conferencia Duración: 1 hora	Objetivo: Sensibilizar a los padres de familia sobre el tema de la salud mental y el bienestar emocional en la infancia, sobre cómo impacta en el ámbito psicosocial de los niños y niñas, brindando alternativas y recursos de apoyo para fomentar la salud mental en la infancia en un entorno familiar.

Tema: CRIANZA RESPETUOSA EN LA INFANCIA		
Contenido del tema: ¿Qué es la crianza respetuosa? - Cómo el vínculo afectivo impacta el desarrollo emocional del niño. ¿Cómo me estoy comunicando? - Estrategias para establecer límites sin recurrir a la violencia - Fomentar la autonomía - Manejo de emociones - La importancia del ejemplo en la crianza respetuosa. - Fomentar el diálogo y la negociación en la familia. - Herramientas y recursos Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial – Conferencia Duración: 1 hora	Objetivo: Crear conciencia sobre la importancia de llevar una crianza positiva con los niños y niñas para promover un ambiente saludable en casa y así contribuir al bienestar emocional de los niños y niñas.

Tema: PREVENCIÓN DE ASI		
Contenido del tema: • Identificación de señales de alerta • Estrategias para fomentar un diálogo sincero y seguro entre padres e hijos sobre el tema del abuso. • Educación sobre el cuerpo • Cómo ayudar a los niños a entender y establecer límites personales en sus interacciones con otros. • Prevención en entornos digitales • La importancia de la confianza • Desmitificar creencias comunes que pueden dificultar la prevención. • Recursos y apoyo Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial – Conferencia Duración: 1 hora y media	Objetivo: Informar a los padres para que enseñen a sus hijos sobre el consentimiento, los límites personales y la importancia de proteger su propio cuerpo, proporcionando herramientas y estrategias para que los padres puedan identificar señales de alerta y saber cómo abordar el tema con sus hijos, para así crear un ambiente familiar saludable.

Tema: DESAFÍOS DE LOS PADRES DE FAMILIA EN LA ÉPOCA MODERNA		
Contenido del tema: • Introducción • Impacto de la tecnología • Equilibrio trabajo-vida familiar: • Educación y nuevas metodologías • Presión social y expectativas sobre la crianza • Salud mental de los padres • Criar hijos en un entorno diverso, promoviendo la aceptación y el respeto por la diferencia. • Desarrollo emocional y habilidades sociales • Influencia de los medios de comunicación • Reconocer y adaptarse a los diferentes tipos de estructuras familiares en la actualidad. Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial – Conferencia Duración: 1 hora y media	Objetivo: Proporcionar a los padres herramientas, información y estrategias para enfrentar las complejidades de la crianza en un entorno cambiante.

Tema: EL PAPEL DE LA FAMILIA EN LA PREVENCIÓN DEL USO DE SUSTANCIAS		
Contenido del tema: • Estrategias para fomentar un diálogo sincero sobre el uso de sustancias y sus riesgos. • Educación sobre sustancias • Identificación de señales de advertencia: • Modelar comportamientos saludables • Fomento de la autoestima • Crear un entorno familiar seguro • Enseñando a poner límites • Promover actividades saludables • Límites y normas familiares • Recursos y apoyo Información de atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial – Conferencia Duración: 1 hora y media	Objetivo: Empoderar a las familias con herramientas, conocimientos y estrategias efectivas para prevenir el uso y abuso de sustancias entre los jóvenes, proporcionando técnicas y herramientas que promuevan la comunicación en casa.

Tema: EL PAPEL DE LOS PADRES EN LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO		
Contenido del tema: • Entendiendo el suicidio • Síntomas y señales de advertencia: • Importancia de la comunicación • El entorno seguro • Identificación de factores de riesgo • Fomentar la autoestima y resiliencia • Mitos y realidades sobre el suicidio • Intervención temprana y manejo de crisis • Rol de la comunidad: Cómo los padres pueden involucrarse en iniciativas comunitarias que promuevan la salud mental y la prevención del suicidio. • Información de atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial – Conferencia Duración: 1 hora y media	Objetivo: Equipar a los padres con el conocimiento, las herramientas y las estrategias necesarias para identificar y abordar el riesgo de suicidio en sus hijos, fomentando la eliminación del estigma que rodea este tema.

Tema: ESTRÉS		
Contenido del tema: • ¿Qué es el estrés? • Introducción • Tipos de estrés • Causas del estrés • Síntomas de estrés • Técnicas de relajación y autocuidado • Recursos de apoyo • Información sobre atención psicológica en SMDIF Mexquitic de Carmona	Modalidad: Presencial - Conferencia con duración de 1 hora	Objetivo: Informar sobre el impacto negativo que puede llegar a causar el no tener un buen manejo de estrés Proporcionando información de calidad y diferentes estrategias.