

PROGRAMACIÓN SEMESTRE 2024-I

Taller

Conociendo la depresión y ansiedad

Modalidad

Presencial (Campo Cuatro)
y en línea (Zoom)

Objetivo

Que el participante identifique los principales elementos de la depresión y ansiedad a partir del conocimiento de sus causas, síntomas y clasificación, con la finalidad de identificar posibles alternativas de tratamiento.

Dirigido a

Estudiantes interesados en generar estrategias personales para fortalecer su salud mental.

Líneas o ejes temáticos

- Definición de ansiedad y depresión
- Cómo identificarlas
- Tipos de depresión y ansiedad
- Alternativas para su tratamiento

Ponente

Lic. Ivette Briseño Capulín

◆ Grupo 1 (Presencial)

Inicio: 5 de septiembre

Término: 19 de septiembre

Horario: Martes y jueves 13:00 a 14:30 h.

Duración: 5 sesiones de 1h 30 min.

Total: 7 1/2 horas

◆ Grupo 2 (En línea)

Inicio: 21 de septiembre

Término: 05 de octubre

Horario: Martes y jueves 13:00 a 14:30 h.

Duración: 5 sesiones de 1h 30 min.

Total: 7 1/2 horas



Registro

<https://forms.gle/yGgtTwMgB3V4MMDUA>



Costos

Alumnos sin costo

(con credencial, constancia o historial académico)

Comunidad egresada y externa \$350.00

Informes

✉ yemipsic@hotmail.com

🌐 <https://www.cuautitlan.unam.mx/pau/>

📘 /DptoOrientacion