



# programas académicos complementarios

programa de orientación vocacional



## habilidades para la vida

Programa diseñado para desarrollar habilidades que te permitan relacionarte asertivamente contigo mismo y con los demás, favoreciendo con ello tu desarrollo personal, académico y profesional.

Es un taller práctico y vivencial en el que podrás comenzar un proceso de autoconocimiento que te ayudará a mejorar a nivel integral.

#elINDOesmiPrepa



# beneficios

1. Al conocerte, adquirirás elementos que te permitirán desarrollar la autoconfianza y autodeterminación de objetivos de vida personales.
2. Afrontarás tu vida, con tus ideas y valores para alcanzar tus objetivos.
3. Te permitirás sentir y compartir tus emociones.
4. Recordarás la importancia de disfrutar tu vida a través de tus ideales y proyectos.
5. Desarrollarás habilidades de cambio, sobre todo en tu etapa de adolescente a adulto, para ello generarás diferentes maneras para llegar al objetivo final, "TU VIDA".
6. Obtendrás el **Diploma de Especialidad en Habilidades para la Vida**, así como un **Certificado de Competencias**, emitido por el Colegio Indoamericano.

## módulos del programa

**MÓDULO I: AUTOCONOCIMIENTO.** Empleando técnicas de Coaching, reconocerás a la persona que eres, identificarás fortalezas y áreas de oportunidad, facilitando con ello el planteamiento de objetivos en tu vida personal.

**MÓDULO II: COMUNICACIÓN.** Conocerás la importancia de establecer una comunicación afectiva.

**MÓDULO III: TRABAJO EN EQUIPO Y MI MUNDO.** Te ejercitarás en el establecimiento de relaciones y desarrollarás la competencia de trabajar en equipo, tanto en tu vida académica, como laboral y social.

**MÓDULO IV: GESTIÓN EMOCIONAL.** Se te brindarán herramientas que te permitirán la adecuada gestión de tus emociones, desarrollando la capacidad para identificar tus estados emocionales y poderlos expresar asertivamente.

**MÓDULO V: VALORES Y CREENCIAS.** Descubrirás cómo eliminar la caja de creencias de tu entorno para comenzar a formar tus propias ideas y valores, con el objetivo de realizar tu proyecto de vida.

**MÓDULO VI: RECONSTRUYENDO MI HISTORIA.** Desarrollarás la capacidad de recordar quién fuiste en tu infancia, el poder de llevar al niño interior a resurgir en tu vida.

**MÓDULO VII: PROCESOS DE CAMBIO.** Desplegarás herramientas para enfrentar los cambios en tu vida.



5370.5433 exts. 208 a 214

[www.indo.edu.mx](http://www.indo.edu.mx)

Cerro de las Campanas 102, Los Pirules, Tlalneantla, EDOMEX, 54040



IndoamericanoFANPAGE



indoprepa



C\_Indoamericano



Indoamericano Preparatoria



Colegio Indoamericano



55.7670.9438 Whatsapp