



Programa de Tutorías
Consejería Psicopedagógica
 Acciones complementarias
 AGOSTO-DICIEMBRE 2023

Temática	Objetivo	Plática	Taller	Día/Fecha	Horario	Tiempo estimado	Grupo de Tutorados	Tutor
Procrastinación	Concientizar al alumno acerca de las consecuencias de la procrastinación en los diferentes ámbitos de su vida al igual que brindarles técnicas de organización con el fin de ayudarlos a organizar su tiempo de manera óptima	X				45 minutos		
Técnicas de estudio	Brindarle estrategias y técnicas al alumno con el fin de mejorar su rendimiento académico	x				45 minutos		
Ansiedad y Depresión	Informarle al alumno acerca de las importancia de las enfermedades mentales al igual que brindarle técnicas para poder sobrellevarlas y ayudar a los de su alrededor	x				45 minutos		
¿Cómo afecta el uso de las redes sociales a las nuevas generaciones?	Informar a los alumnos sobre el daño mental, social y emocional que puede causar el mal uso de las redes sociales	x				45 minutos		
Organización del tiempo de estudio	Facilitarle al alumno estrategias con el fin de optimizar el tiempo dedicado al estudio	x				10 horas		
Resiliencia	Impartir a los alumnos una serie de consejos con el fin de lograr personas resilientes.	x				45 minutos		
CREANDO MI MEJOR VERSIÓN	El principal objetivo de este taller es lograr que los alumnos logren ver su potencial, su valor y su sentido en la vida. Ayudándolos a conocerse, aceptarse y motivarse a ser lo mejor de sí		X			45 minutos		
		X				45 minutos		
		X				45 minutos		

