



TECNOLÓGICO
NACIONAL DE MÉXICO®



CICLO DE TALLERES PARA EL DESARROLLO INTEGRAL

“CRECE por dentro, RINDE por fuera”

Del 09 de febrero al 29 de mayo de 2026.

| | SEMESTRAL | INTENSIVO |
|--|--|--|
| HÁBITOS DE ESTUDIO | Duración del taller: 24 horas. Número de sesiones: 12. Duración de la sesión: 2 horas. Asistencia: 1 día a la semana. | Duración del taller: 24 horas. Número de sesiones: 6. Duración de la sesión: 2 horas. Asistencia: 2 días a la semana. |
| MANEJO DE ESTRÉS | Duración del taller: 24 horas. Número de sesiones: 12. Duración de la sesión: 2 horas. Asistencia: 1 día a la semana. | Duración del taller: 24 horas. Número de sesiones: 6. Duración de la sesión: 2 horas. Asistencia: 2 días a la semana. |
| AUTOESTIMA | Duración del taller: 24 horas. Número de sesiones: 12. Duración de la sesión: 2 horas. Asistencia: 1 día a la semana. | |
| PROBLEMAS FAMILIARES | | Duración del taller: 24 horas. Número de sesiones: 6. Duración de la sesión: 2 horas. Asistencia: 2 días a la semana. |
| HABILIDADES BLANDAS | | Duración del taller: 24 horas. Número de sesiones: 6. Duración de la sesión: 2 horas. Asistencia: 2 días a la semana. |
| HABILIDADES INTELECTUALES Y METACOGNITIVAS | Duración del taller: 24 horas. Número de sesiones: 12. Duración de la sesión: 2 horas. Asistencia: 1 día a la semana. | Duración del taller: 24 horas Número de sesiones: 6 Duración de la sesión: 2 horas Asistencia: 2 días a la semana |
| COMUNICACIÓN ASERTIVA (Habilidades blandas) | Duración del taller: 24 horas. Número de sesiones: 12. Duración de la sesión: 2 horas. Asistencia: 1 día a la semana. | Duración del taller: 24 horas. Número de sesiones: 6. Duración de la sesión: 2 horas. Asistencia: 2 días a la semana. |

Todos los talleres se llevarán a cabo en el Edificio C-1

IMPORTANTE:

Libera **el crédito de tutoría**, inscríbete y participa en 2 talleres.
También puedes liberar **crédito complementario** al cumplir con 20 hrs.
Un taller se apertura con un mínimo de **7** y un máximo de **20 estudiantes**.
HORARIOS DISPONIBLES, SERÁN VISIBLES AL MOMENTO DEL REGISTRO.

Mayores informes: Departamento de Desarrollo Académico, Edif. C-2, planta baja.

