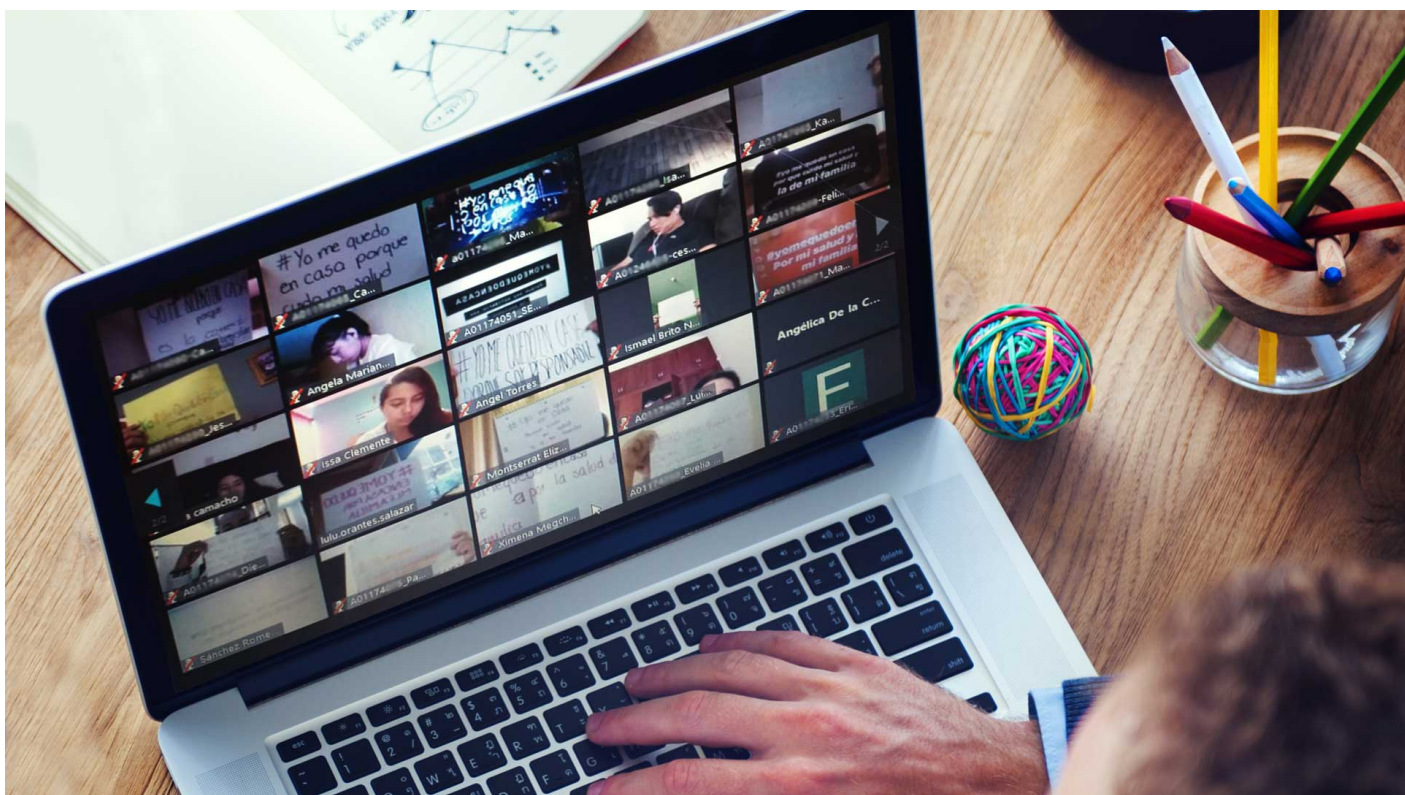


# ¡Emociónáte! PrepaTec Chiapas lanza talleres en línea a papás e hijos



Encienden sus 'laptops', preparan el recinto digital, uno a uno de los asistentes comienzan a llegar, todos se ven los rostros en pantallas ¡el taller en línea da inicio!

Es entonces, cuando los padres de familia viven la experiencia de cómo sus hijos reciben las clases digitales, al mismo tiempo que empiezan a recibir el taller.

Esto, como parte de la experiencia de **talleres digitales de asesoría emocional** que la [PrepaTec campus Chiapas](#) está realizando **para padres y alumnos**.

En entrevista con CONECTA, **Georgina del Carmen Ruiz Muñoa**, directora de la [PrepaTec y Liderazgo y Formación Estudiantil de campus Chiapas](#), explica más sobre el tema.

*“Sabemos que la situación actual de permanecer en **casa puede generar momentos complicados en la convivencia en familia y en las emociones de sus miembros**”.*

El primer taller en línea que se impartió fue llamado **“Acuerdo emocional: Conviviendo en la adversidad”**, que obtuvo la presencia de más de **100 asistentes**.



width="900" loading="lazy">

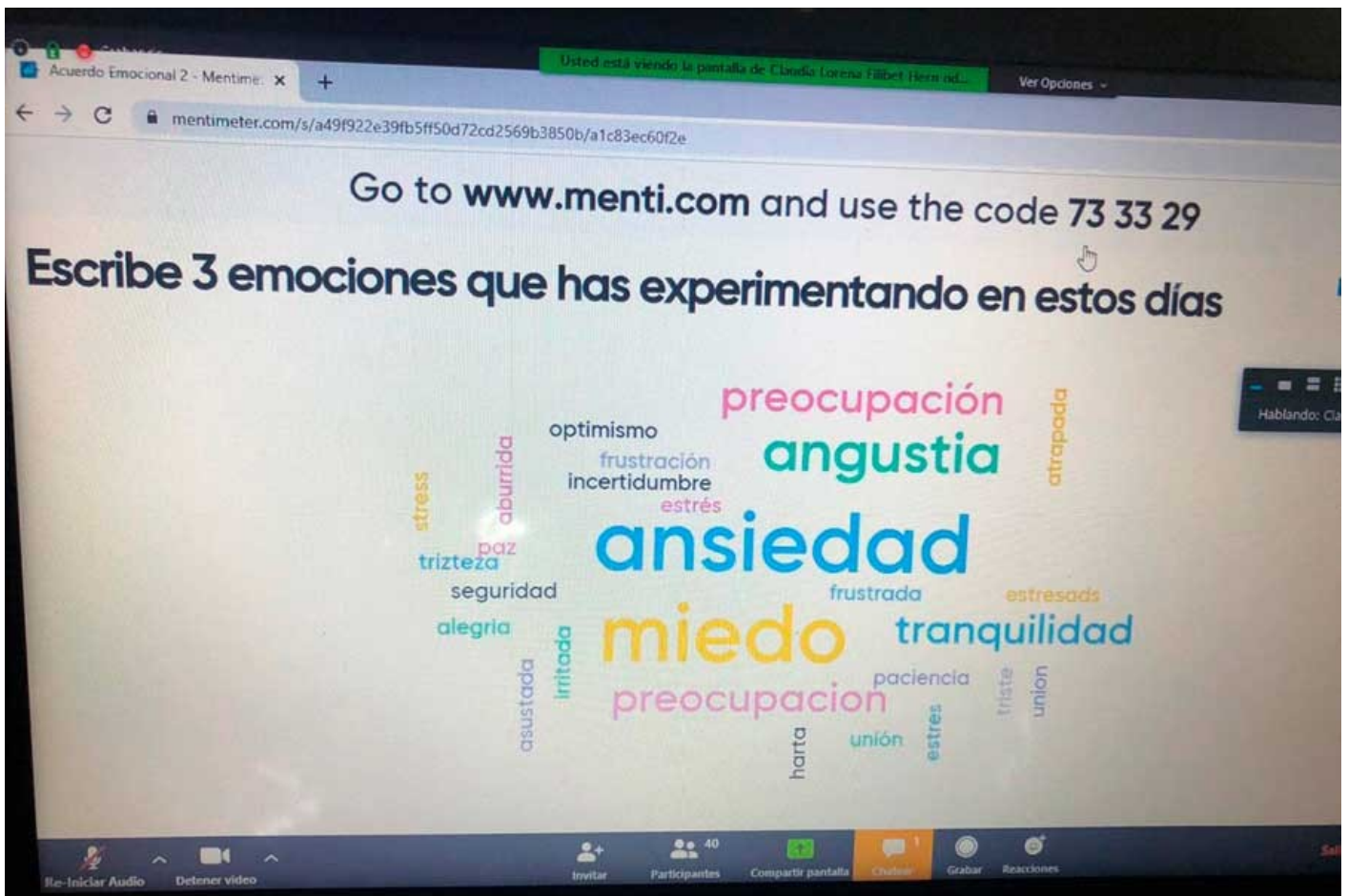
Entre los principales **temas que se abordaron** fueron los siguientes:

- ¿Qué es la adversidad y cómo afrontarla?
- ¿Qué es la resiliencia, por qué es importante desarrollarla y cultivarla?
- Conflictos familiares propios de quedarse en casa y estrategias para resolverlas.
- Cuadrante de las emociones RULER.
- Actividad en familia 'Acuerdo de inteligencia emocional'.

*"(...) permanecer en casa puede generar momentos complicados en la convivencia en familia y en las emociones de sus miembros".*

Debido a la solicitud que han hecho los padres para recibir talleres, **expertos de la [PrepaTec](#) y formadores de LIFE** han creado estrategias al beneficio de la familia Tec.

Estas actividades, pretenden servir de apoyo, guía o facilitadores en la convivencia diaria, proporcionando herramientas que contribuyan a la relajación y la reducción del estrés.



width="900" loading="lazy">

“Habrán talleres **para toda la familia**, talleres **exclusivos para padres** y en las clases de tutorío estarán trabajando **talleres con nuestros alumnos**”, indica Georgina Ruiz.

La directora explica que todo esto, es con el fin de que **cada miembro de la familia muestre y viva la mejor versión de sí mismo** ante cada situación que se presente.

La tecnología al servicio de los demás, en estos momentos de incertidumbre, está permitiendo que el apoyo o ayuda emocional siga llegando a quienes más lo necesiten.

**SEGURAMENTE QUERRÁS LEER TAMBIÉN:**