



Intervención en Situaciones de Crisis

**Ecosistemas
académicos**



Única y Humanista



CURSO EN LÍNEA

PSICOLOGÍA POSITIVA EN TIEMPOS DESAFIANTES Y TIEMPOS DE CALMA

**Un espacio para transformar la incertidumbre
en sabiduría, y la calma en crecimiento.**

**DEL 11 DE SEPTIEMBRE AL
6 DE NOVIEMBRE DE 2025**

**UNIVERSIDAD
HEBRAICA**

**Única y
Humanista**

Los tiempos difíciles pueden ser una poderosa oportunidad de transformación, y los momentos de calma, un terreno fértil para crecer y hacer de tu vida una obra de arte. Este espacio ha sido creado para acompañarte a atravesar los desafíos con herramientas prácticas que te permitan mantenerte en contacto contigo mismo, y también para que aprendas a aprovechar los tiempos de tranquilidad como una invitación a construir una versión más plena, auténtica y generosa de ti. A lo largo del curso, aprenderás a reconectar con tu historia, con tus fortalezas y con tu propósito de vida. Explorarás estrategias basadas en la ciencia de la Psicología Positiva para cultivar bienestar emocional, claridad interior y relaciones significativas, tanto en la adversidad como en la calma.

Este curso forma parte del Ecosistema en Intervención en Situaciones de Crisis, donde buscamos fortalecer tu resiliencia y bienestar emocional.

Temario

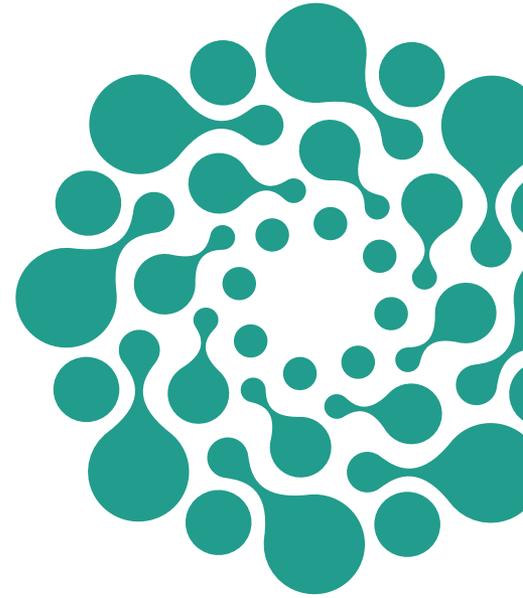
1. El arte de vivir una vida plena.
2. El arte de vivir en paradoja.
3. El arte de vivir con alegría en un mundo desanimado.
4. El arte del storytelling y su poder en nuestras vidas.
5. El arte de ser buena persona.
6. El arte de vivir conscientemente.



Imparte:

Sharon Saadia Gitlin

Licenciada en Psicología, especialista en Psicología Positiva certificada por Tal Ben- Shahaar. Cuenta con una Maestría en Psicoterapia General y cursó un Doctorado en Clínica Psicoanalítica. Cuenta con una Certificación en Psicología Positiva por parte del Wholebeing Institute, una Certificación en Psicología Positiva por parte del Happiness Studies Academy y una Certificación en Psicología Positiva Maytiv por parte del Centro IDC de Herzliya, Israel y actualmente es Vicepresidenta de la Sociedad Mexicana de Psicología Positiva. Ha sido psicoterapeuta en consulta privada y ha trabajado en ámbitos organizacionales, institucionales, hospitalarios y escolares, así como docente de grado en maestría y doctorado. Imparte cursos y talleres a líderes, profesores, psicólogos, parejas, padres de familia y público en general.



Fechas : Septiembre 11, 18 y 25 / Octubre 23 y 30 / Noviembre: 6

Horario: jueves de 18:00 a 20:00 horas, tiempo de la CDMX.

Modalidad: sesiones sincrónicas en línea.

Duración: 6 sesiones de 2 horas cada una, con un total de 12 horas.



¡Inscríbete ahora y recibe un 15% de descuento!

Inversión regular: \$4,500 MXN

Inversión con descuento: \$3,825 MXN

Aplican restricciones. Precios sujetos a cambios sin previo aviso

Ecosistemas académicos



Única y Humanista

Incorporación Estudiantil

Lucero Aguilar Rojas

Asesora de Incorporación Estudiantil

(+52) 55 5245 8600 Ext. 114

📞 55 3879 9286

contacto@uhebraica.edu.mx

María Fernanda Rosales López

Asesora de Incorporación Estudiantil

(+52) 55 5245 8600 Ext. 217

📞 5521446933

contacto2@uhebraica.edu.mx

www.uhebraica.edu.mx

