

Descripciones de clases en línea

www.TribalClasses.com

Hola

Gracias por considerar **TribalClasses.com**, un programa de **Able 2 Adjust, Inc.®**. Nos dedicamos a ayudar a las personas y las familias a desarrollar habilidades prácticas, fortalecer sus relaciones, aumentar su autoconocimiento y lograr cambios positivos y duraderos.

Nuestros programas educativos en línea abordan temas como la crianza y la crianza compartida, las relaciones familiares, el manejo de la ira, la comunicación saludable, la responsabilidad, la recuperación, la resiliencia y el apoyo a niños, jóvenes y familias que enfrentan situaciones difíciles.

También ofrecemos **Módulos de Intervención de Enriquecimiento** (MIE), lecciones específicas basadas en habilidades, diseñadas para fortalecer la inteligencia emocional, la toma de decisiones, la comunicación, la autorregulación y la resolución de problemas. A través de un aprendizaje flexible y a su propio ritmo, nuestros programas ofrecen herramientas prácticas que los participantes pueden usar en la vida cotidiana.

Agradecemos la oportunidad de apoyar a las personas y familias a las que presta servicios y de colaborar con usted para promover el crecimiento, la responsabilidad, la resiliencia y los cambios positivos.

Atentamente,

Michelle Muncy

Directora de Operaciones
Able 2 Adjust, Inc.®

TRANSFORMANDO FUTUROS CON APRENDIZAJE EN LÍNEA

01 Crianza Compartida (CARE)

PADRES

TEORÍAS **AT** **CBT** **DT** **FST**

2 h	Una breve introducción a la crianza compartida tras el divorcio o la separación. Los padres aprenden cómo afecta el divorcio a los hijos, cómo cuidarse a sí mismos durante la transición y formas sencillas de mantener la comunicación con el otro progenitor centrada en los niños. Verifique que su condado acepte un curso de dos horas antes de inscribirse.	**$29.99**
4 h	Un curso de crianza compartida centrado en el desarrollo de habilidades, que cumple con los requisitos mínimos de muchos condados. Los padres aprenden a gestionar el aspecto emocional del divorcio, ayudar a sus hijos a adaptarse a vivir en dos hogares, ejercer la crianza con confianza y comunicarse con el otro progenitor sin poner a los hijos en medio.	**$49.99**
6 h	Diseñado para condados que exigen seis horas de educación para padres. Este curso sobre el divorcio aborda el autocuidado durante la separación, las reacciones de los hijos según su edad, las rutinas en familias monoparentales, la crianza compartida colaborativa y cómo seguir adelante, ofreciendo herramientas prácticas para reducir los conflictos y priorizar el bienestar de los hijos.	**$69.99**
8 h	Un curso ampliado de coparentalidad centrado en las relaciones saludables tras el divorcio. Los padres aprenden a reconstruir la confianza, establecer límites respetuosos con su expareja, gestionar la presencia de nuevas parejas y familias reconstituidas, y mantener vínculos sólidos y afectuosos con sus hijos durante esta transición.	**$89.99**
10 h	Un curso de primer nivel sobre divorcio y crianza compartida que pone énfasis en la formación del carácter. Los padres desarrollan paciencia, responsabilidad, respeto y madurez emocional, al tiempo que aprenden a transmitir valores positivos, apoyar a sus hijos durante los cambios y construir una relación de crianza compartida basada en la cooperación y la durabilidad.	**$99.99**
12 h	Un curso de coparentalidad centrado en divorcios y separaciones con altos niveles de conflicto. Los padres aprenden a gestionar la ira, a calmar intercambios acalorados, a establecer límites y a comunicarse en medio del conflicto, protegiendo al mismo tiempo a los hijos del estrés derivado de las disputas continuas entre sus progenitores.	**$139.99**
		$169.99

exhaustivo abarca todos los aspectos de la transición: la recuperación emocional, las necesidades de los hijos en cada etapa de su desarrollo, la crianza en solitario, el manejo de la ira y los conflictos, las relaciones saludables y los planes de crianza compartida a largo plazo. Al finalizar, los padres cuentan con las herramientas necesarias para crear hogares estables y ayudar a sus hijos a prosperar tras la separación.

16 h Nuestro curso más completo sobre divorcio y crianza compartida. Este programa

02 Co-Crianza de Alto Conflicto (Coparentalidad sin Conflictos®)

PADRES

TEORÍAS **CA** **DBT** **HCP**

6 h Un curso sobre crianza compartida en situaciones de alto conflicto, con un enfoque sensible al trauma, dirigido a padres tras un divorcio o separación difíciles. Los padres aprenden por qué algunas rupturas derivan en situaciones de alto conflicto, cómo cuidarse a sí mismos y a sus hijos, y cómo la crianza en paralelo puede reducir la tensión y proteger la relación entre padres e hijos. **$69.99**

8 h Este curso, basado en un enfoque sensible al trauma, ayuda a los padres inmersos en divorcios o separaciones conflictivas a comprender la complejidad de la ruptura, gestionar su propio estrés y priorizar las necesidades de sus hijos. Los padres adquieren herramientas prácticas de crianza compartida —incluida la crianza en paralelo— para reducir los conflictos, evitar involucrar a los hijos en las disputas y avanzar de una manera más saludable. **$99.99**

12 h Profundiza en la crianza compartida en situaciones de alto conflicto, ampliando la información sobre rupturas difíciles, el autocuidado, las necesidades de los hijos y las herramientas para la crianza compartida. Incorpora una unidad sobre conflictos de intereses que ayuda a los padres a identificar prioridades contrapuestas, establecer límites y utilizar la crianza en paralelo para proteger a los hijos de los conflictos continuos. **$139.99**

16 h Nuestro programa más completo de crianza compartida para situaciones de alto conflicto, basado en un enfoque sensible al trauma. Además de abordar el plan de estudios ampliado y la crianza en paralelo, los padres aprenden las cuatro habilidades fundamentales que necesitan los hijos, cómo comprender las emociones de los niños, estrategias de resolución de problemas y cómo gestionar sus propias emociones. Está diseñado para familias que enfrentan los conflictos más graves en la crianza compartida. **$169.99**

03 New Ways for Families (Crianza sin Conflictos®)

PADRES

TEORÍAS **CBT** **DBT**

6 h Un curso de desarrollo de habilidades para la crianza compartida en situaciones de alto conflicto, elaborado en colaboración con Bill Eddy y el High Conflict Institute, y basado en el método New Ways for Families®. Los padres aprenden a manejar el estrés, evitar reacciones exageradas, resolver problemas con el otro progenitor y comprender cómo los comportamientos extremos afectan a los hijos, con el fin de evitar litigios judiciales de alto conflicto. **$69.99**

8 h Basada en el programa *New Ways for Families®* de Bill Eddy y el High Conflict Institute, esta clase enseña a los padres que atraviesan un divorcio o una separación conflictiva a gestionar sus emociones y proteger a sus hijos. El curso aborda la resolución conjunta de problemas y cómo evitar reacciones exageradas, además de incorporar objetivos relacionados con el desarrollo infantil y pautas para criar hijos sanos y resilientes. **$99.99**

12 h Este curso ampliado, desarrollado junto con Bill Eddy del High Conflict Institute, aplica el método New Ways for Families® a los desafíos cotidianos de la crianza compartida. Además de adquirir habilidades fundamentales para calmar los conflictos, los padres aprenden a elaborar calendarios de crianza, colaborar con profesionales, gestionar la presencia de nuevas parejas y familias reconstituidas, y abordar cuestiones financieras sin entrar en disputas. **$139.99**

16 h Nuestro curso más completo sobre crianza en situaciones de alto conflicto, basado en el método *New Ways for Families®* de Bill Eddy y el *High Conflict Institute*. El programa integral abarca el control emocional, la resolución de problemas entre copadres, los calendarios, la integración de nuevas familias y las cuestiones financieras. Además, incorpora habilidades para fortalecer la relación entre padres e hijos, gestionar las emociones de los niños, fomentar el pensamiento flexible y manejar el comportamiento. **$169.99**

04 Habilidades Fundamentales para Padres (FOUNDATIONS)

PADRES

TEORÍAS AT CBT DT

12 h **0-5 años (Infants, Toddlers and Preschoolers)** **$79.99**
A Level 1 parenting skills class for parents of infants, toddlers and preschoolers. Learn positive discipline and your child's developmental stages, plus how to handle sleep issues, nighttime fears and potty training. It also covers building self-esteem and social skills, choosing childcare, and helping young children through transitions.

12 h **5-13 años (School-Age and Preteens)** **$79.99**
A Level 1 parenting skills class for parents of school-age children and preteens. Learn positive discipline, how to build self-esteem and responsibility, and how to handle family conflict. It also covers having "the big talk," preventing bullying, guiding social media use, and teaching children about money.

12 h **13-18 años (Teens)** **$79.99**
A Level 1 parenting skills class for parents of teenagers. Learn positive discipline for adolescents, how to strengthen communication, build self-esteem and responsibility, and reduce family conflict. It also covers the big talk, harmful and risky behaviors, bullying, social media and money management for teens.

24 h **0-18 años (Birth Through Teens)** **$139.99**
Our most complete Level 1 parenting skills class, covering every stage from birth through the teen years. It includes positive discipline and developmental stages, plus sleep and potty training. It also covers self-esteem, family conflict, transitions, the big talk, harmful behaviors, bullying, social media and money management. It's ideal for families with children of different ages.

05 Habilidades Parentales para Familias en Riesgo (THRIVE)

PADRES

TEORÍAS **AT** **CBT** **DT** **FST**

12 h	Proporciona a las personas las habilidades, el conocimiento y el apoyo necesarios para convertirse en padres cariñosos, receptivos y eficaces que defiendan las necesidades de sus hijos.	**$139.99**
24 h	Con un enfoque en el trauma y la gestión de las emociones, los padres aprenden a superar desafíos, fomentar la resiliencia y crear un hogar de apoyo donde los niños puedan prosperar.	**$199.99**
52 h	Se centra en la comunicación, la resolución de conflictos, la regulación emocional y las técnicas de crianza positiva. Aprenda a superar desafíos, fomentar la resiliencia y crear un entorno propicio para el crecimiento y el bienestar de sus hijos.	**$349.99**

06 Cuidado de Parentesco (LINKS)

ADULTOS

TEORÍAS **AT** **FST** **GLT** **TIC**

6 h	Adquiera habilidades para manejar el estrés, fortalecer los roles de cuidador y apoyar las necesidades de los niños durante la separación con orientación de parentesco práctica basada en investigaciones.	**$69.99**

07 Manejo de la Ira (Habilidades Conductuales)

JÓVENES ADULTOS

Weekly options available

TEORÍAS **CBT** **MT** **SLT**

12 h Un curso en línea de manejo de la ira, realizado al propio ritmo, que desarrolla habilidades conductuales para gestionar el enojo y los conflictos. Los participantes aprenden cómo la ira afecta las emociones, las relaciones familiares y las interacciones con los demás, así como a identificar los factores desencadenantes personales, expresar sus sentimientos de manera adecuada y utilizar técnicas de calma. **$139.99**

24 h Un curso integral en línea sobre el manejo de la ira, diseñado para lograr un cambio de comportamiento duradero. Además de abordar las reacciones ante la ira, las emociones, la dinámica familiar y los conflictos con los demás, el programa incluye módulos sobre distorsiones cognitivas y técnicas prácticas para gestionar el enojo. Los participantes aprenden a identificar patrones de pensamiento erróneos, a mantener la calma bajo presión y a centrarse en las soluciones en lugar de en los problemas. **$199.99**

08 Programa de Intervención para Agresores (BIP) Habilidades Conductuales Plus+

ADULTOS

Weekly options available

TEORÍAS **CBT** **DM** **PT** **TIC**

16 h	Un programa en línea de intervención para agresores (BIP, por sus siglas en inglés) que se realiza al propio ritmo del participante y aborda la violencia doméstica mediante la rendición de cuentas y el cambio de comportamiento. Los participantes aprenden sobre la violencia doméstica y su impacto en las familias, cómo gestionar y responder a la ira, y cómo reconocer los factores desencadenantes y utilizar técnicas de calma para construir relaciones más saludables.	**$169.99**
26 h	Un curso ampliado de intervención en casos de violencia doméstica impartido en línea, que se basa en el plan de estudios fundamental de los programas de intervención para agresores (BIP). Profundiza en la gestión de la ira, la reintegración a la vida familiar y comunitaria y la realización de cambios duraderos, proporcionando habilidades prácticas para identificar los factores desencadenantes y centrarse en las soluciones.	**$219.99**
32 h	Un curso en línea exhaustivo sobre programas de intervención para agresores (BIP, por sus siglas en inglés) que profundiza en los conflictos internos subyacentes a la conducta abusiva, la adaptación a la vida familiar y comunitaria, y la generación de cambios. Los participantes adquieren una comprensión más profunda de la violencia doméstica, así como herramientas prácticas para gestionar la ira, comunicar sus necesidades y prevenir la reincidencia.	**$249.99**
36 h	Examinar las raíces del abuso, su impacto en las relaciones y fomentar la responsabilidad, la comunicación efectiva y los comportamientos respetuosos.	**$269.99**
52 h	Nuestro programa en línea más completo de intervención para agresores. Además del plan de estudios integral y ampliado, incorpora unidades sobre regulación emocional, responsabilidad personal, establecimiento de límites saludables, toma de decisiones y manejo de las redes sociales. Los participantes desarrollan la autoconciencia y las habilidades necesarias para lograr un cambio duradero y mantener relaciones libres de violencia.	**$349.99**

09 Impacto y Recuperación de los Sobrevivientes

ADULTOS

TEORÍAS CBT MDT

6 h

Este curso explora el impacto emocional, psicológico y social que experimentan las personas que han sobrevivido a conductas dañinas. Los participantes desarrollarán conciencia, empatía y responsabilidad, al tiempo que comprenderán cómo sus acciones afectan a los demás y cómo fomentar la sanación y el cambio.

$69.99

10 Impacto en la Víctima (HOPE)

JÓVENES ADULTOS

TEORÍAS CBT MDT

6 h

Este curso apoya a sobrevivientes de traumas, violencia y victimización en su proceso de sanación. A través de testimonios, ejercicios interactivos y orientación práctica, los participantes explorarán los efectos del trauma, desarrollarán estrategias de afrontamiento y recuperarán la confianza. Aprende a empoderarte, establecer límites saludables y avanzar con esperanza.

$69.99

11 Apoyo a Familias & Relaciones Saludables (ROOTS)

ADULTOS

TEORÍAS FST

4 h

Fortalecer a las familias con ROOTS: enseñando comunicación, resiliencia, amabilidad y hábitos saludables para apoyar el crecimiento, la estabilidad y resultados positivos en el bienestar infantil.

$49.99

12 Empoderamiento para Madres y Padres Solteros

PADRES

TEORÍAS CBT FST

6 h

Esta clase en línea ofrece a los padres solteros herramientas prácticas para afrontar los desafíos cotidianos de criar a sus hijos en solitario. Los padres aprenden a gestionar el estrés, establecer rutinas, fijar límites coherentes y fortalecer el vínculo con sus hijos. La clase les ayuda a desarrollar resiliencia y a crear un hogar seguro y de apoyo para el bienestar a largo plazo de sus hijos.

$69.99

13 Clase de Padres e Hijos

PADRES

TEORÍAS AT CBT DT FST

4 h

Una clase centrada en el desarrollo de habilidades que padres e hijos toman juntos, basada en el método *New Ways for Families®* de Bill Eddy y el High Conflict Institute. Las familias aprenden las "4 habilidades clave": pensamiento flexible, gestión de las emociones, moderación de la conducta y autoevaluación. Los niños adquieren habilidades fundamentales para afrontar el estrés y los cambios durante la separación o el divorcio, y los padres aprenden a reforzarlas en casa.

$49.99

14 Niños y Jóvenes (CoD-CoD)

JÓVENES

TEORÍAS AT CBT DT

4 h

Desarrollado específicamente para jóvenes de 10 a 18 años. Este programa de intervención basado en habilidades aborda sentimientos, comunicación y técnicas de resolución de problemas. Les enseña a los niños divorciados habilidades esenciales de afrontamiento y comportamientos saludables que fomentan un futuro mejor.

$49.99

15 Habilidades Parentales (HERITAGE)

TEORÍAS **AT** **CBT** **DT** **ITT**

4 h

Explora la resiliencia a través de valores tribales, la narración y la defensa de derechos. Desarrolla conciencia personal, fortalece los lazos comunitarios y desarrolla estrategias con base cultural para la sanación, el empoderamiento y el bienestar a largo plazo.

$49.99

Enrichment Intervention Modules (EIMs)

01 Abuso y Adicción al Alcohol

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **CBT** **RT** **SLT**

JÓVENES

Una sola bebida alcohólica puede llevar a decisiones que afecten a un joven durante años. Este curso práctico proporciona a preadolescentes y adolescentes información sobre cómo el alcohol afecta el cerebro y el cuerpo en desarrollo, así como los riesgos reales del consumo de alcohol en menores de edad, desde sanciones escolares hasta problemas legales. Los participantes practican formas sencillas de decir no y enfrentar la presión de sus compañeros con confianza.

ADULTOS

Un curso en línea de concientización sobre el consumo de alcohol dirigido a adultos que desean evaluar con sinceridad sus hábitos de consumo. Los participantes aprenden cómo el alcohol afecta el cuerpo, la mente y la capacidad de tomar decisiones, cómo reconocer cuándo el consumo social se convierte en un problema y las consecuencias legales, familiares y para la salud que pueden surgir. Al finalizar, cuentan con estrategias prácticas para reducir o evitar el consumo de alcohol y tomar decisiones más seguras.

PADRES

Cuando un hijo tiene problemas relacionados con el alcohol, los padres muchas veces no saben por dónde empezar. Este curso ayuda a los padres a responder con calma después de un incidente en el hogar, en la escuela o con las autoridades. Aprenden cómo el alcohol afecta el cerebro en desarrollo, cómo mantener una conversación productiva en lugar de una discusión y cómo establecer reglas y consecuencias claras que ayuden a proteger a sus hijos.

02 Abuso y Adicción al Alcohol

DURACIÓN **8 h** | PRECIO **$89.99**

TEORÍAS **CBT** **RT** **SLT**

JÓVENES

Este curso completo y práctico ayuda a preadolescentes y adolescentes a comprender por qué los jóvenes consumen alcohol, cómo afecta el desarrollo cerebral y de qué manera el consumo de alcohol en menores de edad puede perjudicar la salud, las calificaciones, la confianza familiar, las amistades y su futuro. Mediante situaciones de la vida real, practican la toma de decisiones, habilidades para rechazar el alcohol y formas saludables de manejar el estrés, para que puedan tomar decisiones seguras cuando más importa.

ADULTOS

Este curso completo en línea sobre la prevención del abuso del alcohol ayuda a los adultos a comprender sus patrones de consumo y los factores que los impulsan, desde el estrés y los hábitos hasta la presión social. Los participantes exploran cómo el alcohol perjudica la salud, la vida profesional y las relaciones personales, así como lo que sus seres queridos necesitan de ellos para recuperar la confianza. Aprenden a manejar los factores desencadenantes y los deseos intensos de consumir alcohol, rechazar bebidas con seguridad y desarrollar un plan personal para lograr cambios duraderos.

PADRES

Brinda apoyo a padres cuyos hijos tienen dificultades relacionadas con el consumo de alcohol o enfrentan consecuencias escolares o ante un tribunal de menores. Los padres aprenden por qué los adolescentes consumen alcohol, cómo reconocer cuándo el consumo se está convirtiendo en un hábito y cómo el estrés familiar y los propios hábitos de los padres pueden influir. Desarrollan habilidades para recuperar la confianza, supervisar a sus hijos sin alejarlos emocionalmente, colaborar con las escuelas y los tribunales, y reconocer cuándo es necesario buscar asesoramiento profesional o tratamiento.

03 Agresión Sexual

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **CBT** **SLT** **TIC**

JÓVENES

Este módulo ofrece a los jóvenes una educación adaptada a su edad sobre límites, consentimiento y seguridad personal. Aprenderán a reconocer situaciones de riesgo, comprenderán sus derechos y desarrollarán confianza para buscar ayuda y tomar decisiones seguras e informadas.

ADULTOS

Este módulo ofrece información sobre el impacto, la prevención y la sensibilización en materia de agresión sexual. Los participantes aprenderán sobre el consentimiento, los límites y la responsabilidad, a la vez que adquirirán herramientas para fomentar la seguridad, la recuperación y la toma de decisiones informadas.

PADRES

04 Autodefensa

DURACIÓN **3 h** | PRECIO **$39.99**

TEORÍAS **RT**

JÓVENES

Defenderse a uno mismo es una habilidad que se puede aprender. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes a expresar lo que necesitan de manera clara y respetuosa, ya sea en la escuela, en casa, ante los tribunales o al interactuar con otros adultos. Los participantes ganan confianza, establecen metas personales y aprenden a tomar decisiones fundamentadas, lo que les permite tomar las riendas de su futuro y mantenerse firmes frente a influencias negativas.

ADULTOS

Los tribunales, los trabajadores sociales, los médicos y los empleadores toman decisiones que afectan su vida, y usted tiene derecho a ser escuchado. Este curso práctico enseña a los adultos a prepararse para conversaciones importantes, formular las preguntas adecuadas, expresar sus necesidades con confianza y saber cuándo pedir ayuda. Los participantes aprenden a tomar decisiones fundamentadas y a desempeñar un papel activo en su propio futuro.

PADRES

05 Autolesión

DURACIÓN **4 h**

PRECIO **$49.99**

JÓVENES

Cuando las emociones se vuelven abrumadoras, los jóvenes necesitan formas seguras de afrontarlas y personas a quienes acudir. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a preadolescentes y adolescentes a comprender —sin juicios— los sentimientos y situaciones que subyacen a las conductas de autolesión. Aprenden estrategias saludables para gestionar la situación, formas de calmar emociones intensas y cómo recurrir a un adulto de confianza, fortaleciendo así su resiliencia y avanzando hacia la recuperación.

ADULTOS

Las autolesiones en adultos son más frecuentes de lo que la mayoría de la gente cree y a menudo se mantienen ocultas. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a los participantes a comprender las emociones, situaciones y entornos que los ponen en riesgo. Aprenden estrategias prácticas de seguridad y formas más saludables de gestionar el malestar, así como a crear un entorno de apoyo y a pedir ayuda, mediante un enfoque de recuperación compasivo y sostenible.

PADRES

Este módulo ayuda a los padres a comprender las señales de alerta, los factores de riesgo y las causas subyacentes de la autolesión. Los participantes aprenderán a responder con empatía, comunicarse eficazmente y brindar apoyo, guiando a sus hijos hacia estrategias de afrontamiento más saludables y recursos profesionales.

06 Comportamientos Adictivos

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **CBT** **DM*** **SLT**

JÓVENES

Un curso en línea sobre conductas adictivas dirigido a preadolescentes y adolescentes, ya sea que estén involucrados en el sistema judicial o simplemente busquen apoyo. Los jóvenes aprenden cómo las conductas adictivas —incluyendo el consumo de sustancias, el vapeo, los videojuegos, los juegos de azar, el uso de internet y redes sociales, las compras y los hábitos alimentarios— afectan su salud física y mental, sus relaciones y su calidad de vida, así como la manera de tomar decisiones más saludables.

ADULTOS

La adicción no se limita a las drogas y el alcohol. Este curso en línea ayuda a los adultos a reconocer patrones compulsivos —como el juego, el gasto excesivo, el uso desmedido de pantallas y la ingesta emocional— y a comprender el impacto negativo que estos tienen en la salud, las finanzas, la carrera profesional y la vida familiar. Los participantes identifican los factores desencadenantes y elaboran un plan práctico para recuperar el control. Es apto tanto para inscripciones voluntarias como para aquellas ordenadas por un tribunal.

PADRES

Ya sea un padre o un hijo, los comportamientos adictivos pueden tener impactos significativos tanto en su salud física como mental, así como en las relaciones interpersonales y la calidad de vida en general. Las conductas adictivas abarcan una amplia gama de actividades más allá del abuso de sustancias, incluidos los juegos de azar, el uso de Internet, las compras e incluso ciertos tipos de conductas alimentarias.

07 Comunicación Eficaz

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **CBT** **MI**

JÓVENES

Para lograr que te escuchen, primero debes saber expresar lo que realmente quieres decir. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes a expresarse con claridad, escuchar activamente y afrontar conversaciones difíciles con confianza. Practican cómo ser asertivos sin caer en la agresividad, resolver conflictos y comunicarse eficazmente con padres, profesores, amigos y futuros empleadores.

ADULTOS

La mayoría de las discusiones comienzan con un malentendido. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a los adultos a expresarse con claridad, escuchar sin interrumpir y mantener la calma cuando las conversaciones se tornan tensas. Los participantes aprenden a exponer sus necesidades de manera respetuosa, a interpretar el tono y el lenguaje corporal, y a resolver desacuerdos con sus parejas, copadres, familiares y compañeros de trabajo.

PADRES

Unas buenas habilidades de comunicación son clave para forjar relaciones y evitar malentendidos. Este módulo te enseña a expresarte con claridad, escuchar atentamente y desenvolverte con confianza en conversaciones difíciles. Los participantes desarrollarán asertividad, técnicas de resolución de conflictos y estrategias para interacciones saludables en entornos personales, académicos y profesionales.

08 Concienciación Sobre las Víctimas

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **BARJ** **SLT**

JÓVENES

Ayuda a las personas en riesgo en el sistema judicial a desarrollar empatía y comprensión del impacto que sus acciones pueden tener en los demás. Se centra en reconocer los efectos del daño, fomentar la responsabilidad y la compasión. Los participantes aprenden a considerar las perspectivas de los demás, a comprender las consecuencias de su comportamiento y a explorar maneras de enmendar el daño. Esta consciencia empodera a las personas a tomar decisiones más positivas y responsables en el futuro.

ADULTOS

Esta clase ayuda a los participantes a comprender el impacto emocional, psicológico y social de sus acciones en los demás. Los temas incluyen el duelo, la empatía y la responsabilidad. Los estudiantes exploran las repercusiones del daño y cómo tomar decisiones responsables que conducen a la sanación y al crecimiento personal.

PADRES

09 Concientización y Recuperación de los Trastornos Alimentarios

DURACIÓN **4 h**

PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **CBT** **DBT** **SLT**

JÓVENES

El estrés, las redes sociales y la presión por tener una determinada apariencia pueden alterar la forma en que los jóvenes perciben la alimentación y sus propios cuerpos. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a preadolescentes y adolescentes a comprender los trastornos alimentarios y sus causas, así como a identificar sus propios patrones desencadenantes. Los participantes practican cómo replantear pensamientos negativos, gestionar las emociones y tratar a su cuerpo con amabilidad, fomentando así la confianza y los hábitos saludables que favorecen la recuperación.

ADULTOS

Los trastornos alimentarios afectan a adultos de todas las edades y procedencias, a menudo ocultos tras vidas ajetreadas. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, explica cómo surgen los trastornos alimentarios y cómo el estrés, las experiencias pasadas y las expectativas culturales pueden perpetuarlos. Los participantes identifican sus factores desencadenantes, cuestionan los pensamientos autocríticos severos, aprenden formas más saludables de gestionar las emociones difíciles y construyen una relación más armoniosa con la comida y con sus cuerpos.

PADRES

Este módulo ayuda a los padres a comprender los signos, las causas y las consecuencias de los trastornos alimentarios, a la vez que les proporciona herramientas prácticas para apoyar la recuperación. Aprenderán a crear un entorno familiar de apoyo, a comunicarse eficazmente y a fomentar hábitos saludables, reforzando así la seguridad emocional y la resiliencia.

10 Conducción Imprudente

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

JÓVENES

Un error de una fracción de segundo al volante puede cambiar la vida de un adolescente. Este curso práctico ayuda a los conductores jóvenes a identificar hábitos de riesgo y sustituirlos por otros más seguros. Los adolescentes aprenden a guardar el teléfono, a no conducir nunca bajo los efectos de sustancias, a controlar la velocidad y a mantener la calma en la carretera, desarrollando así la confianza y el compromiso necesarios para conducir de forma responsable durante toda la vida.

ADULTOS

Las multas por exceso de velocidad, la pérdida de puntos en la licencia y el aumento de las tarifas del seguro son solo algunas de las consecuencias de conducir de manera imprudente. Este curso práctico ayuda a los conductores adultos a analizar con sinceridad hábitos como el exceso de velocidad, conducir demasiado cerca del vehículo de adelante, el uso del teléfono y la agresividad al volante. Los participantes aprenden técnicas de conducción defensiva, formas de mantener la paciencia en el tráfico y por qué conducir sobrio y concentrado protege a todos en la carretera.

PADRES

11 Conducción Imprudente

DURACIÓN **8 h** | PRECIO **$89.99**

JÓVENES

Este curso ayuda a los jóvenes a comprender los peligros de las conductas de conducción temerarias, como el exceso de velocidad, las distracciones y la toma de riesgos. Los participantes aprenderán cómo estas decisiones afectan la seguridad y las consecuencias legales, a la vez que desarrollan hábitos de conducción más seguros.

ADULTOS

Este curso ofrece a los adultos información sobre los riesgos y las consecuencias de la conducción temeraria. Los participantes explorarán la responsabilidad, la toma de decisiones y estrategias prácticas para reducir las conductas de riesgo y promover prácticas de conducción más seguras.

PADRES

12 Conducir Bajo la Influencia (DUI/DWI)

DURACIÓN **8 h** | PRECIO **$139.99**

TEORÍAS **CBT** **DM** **SLT**

JÓVENES

Este curso educa a los jóvenes sobre los peligros y las consecuencias de conducir bajo los efectos de las drogas o el alcohol. Los participantes aprenderán cómo la toma de decisiones alterada afecta la seguridad, las consecuencias legales y a otras personas, a la vez que desarrollan habilidades para tomar decisiones responsables.

ADULTOS

Este curso ofrece a los adultos una comprensión profunda de los riesgos, las consecuencias legales y el impacto real de conducir bajo los efectos del alcohol o las drogas. Los participantes explorarán la toma de decisiones, la responsabilidad y las estrategias para prevenir futuros incidentes.

PADRES

13 Conducir Bajo la Influencia (DUI/DWI)

DURACIÓN **12 h** | PRECIO **$219.99**

TEORÍAS **CBT** **DM** **SLT**

JÓVENES

Este curso avanzado ofrece un análisis más profundo de los peligros, las consecuencias y el impacto a largo plazo de conducir bajo los efectos del alcohol o las drogas. Los participantes desarrollarán una mayor conciencia, responsabilidad y capacidad de toma de decisiones para fomentar un cambio de comportamiento duradero.

ADULTOS

Esta clase de Nivel 1 sobre DUI/DWI está dirigida a adultos que han recibido una citación, han sido arrestados o han sido condenados por conducir bajo los efectos del alcohol o las drogas. Los participantes aprenden sobre los graves riesgos y consecuencias de conducir bajo los efectos de sustancias, tanto para ellos mismos como para los demás usuarios de la vía. La clase puede servir como un paso para cumplir con los requisitos del tribunal o del DMV, al tiempo que fomenta la adopción de decisiones más seguras y responsables.

PADRES

14 Construyendo Resiliencia

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **PST** **PT** **TIC**

JÓVENES

Los contratiempos no tienen por qué definir el futuro de un joven. Este curso, centrado en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes a sobreponerse a situaciones difíciles, gestionar el estrés y tomar mejores decisiones bajo presión. A su propio ritmo, fortalecen su resiliencia emocional, aprenden a adaptarse a los cambios, cultivan amistades y relaciones familiares más sanas y rompen ciclos negativos.

ADULTOS

La pérdida del empleo, problemas legales, una ruptura o una crisis familiar pueden desestabilizar a cualquiera. Este curso, centrado en el desarrollo de habilidades, ofrece a los adultos herramientas prácticas para superar las adversidades, mantener la calma bajo presión y pensar con claridad en los momentos decisivos. Los participantes aprenden a adaptarse a los cambios, fortalecer sus relaciones y sustituir viejos patrones por hábitos que favorecen el éxito a largo plazo. Es un programa de ritmo propio, dirigido tanto a adultos con asuntos pendientes en el sistema judicial como a cualquier persona interesada en su crecimiento personal.

PADRES

La resiliencia es clave para superar la adversidad, romper ciclos negativos y fomentar cambios positivos. Este curso brinda herramientas para manejar el estrés, mejorar la toma de decisiones y fortalecer la estabilidad emocional. Aprende estrategias de adaptación, relaciones saludables y éxito a largo plazo en un formato flexible y autodirigido.

15 Control Emocional

DURACIÓN **3 h** | PRECIO **$39.99**

TEORÍAS **CBT** **DBT**

JÓVENES

Las emociones intensas pueden llevar a los jóvenes a tomar decisiones de las que luego se arrepienten. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes a reconocer lo que sienten, comprender el motivo y hacer una pausa antes de reaccionar. Los participantes desarrollan autoconciencia y autocontrol, practican formas conscientes de gestionar el miedo, la tristeza y la frustración, y aprenden a tomar decisiones reflexivas cuando las emociones están a flor de piel.

ADULTOS

Una sola reacción impulsiva puede costar un empleo, una relación o tiempo con los hijos. Este curso práctico ayuda a los adultos a identificar qué desencadena sus emociones y a mantener la calma bajo presión. Los participantes aprenden técnicas de relajación, practican cómo responder de manera reflexiva ante el estrés y las decepciones, y desarrollan una estabilidad emocional duradera, tanto en el hogar como en el trabajo.

PADRES

Esta clase es beneficiosa para personas que buscan gestionar sus emociones de forma eficaz y mejorar su bienestar general. Capacitamos a las personas para que manejen sus emociones de manera efectiva, mejoren sus relaciones y mejoren su calidad de vida en general. Al aprender a regular sus emociones, las personas pueden experimentar una mayor resiliencia, salud mental y crecimiento personal, lo que en última instancia conduce a una vida más plena y satisfactoria.

16 Control de Impulsos

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **CBT**

JÓVENES

Actuar primero y pensar después mete a muchos jóvenes en problemas. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes a detenerse, pensar y sopesar las consecuencias antes de actuar. Aprenden a identificar los factores que desencadenan sus reacciones, a controlar los impulsos, a fomentar la autodisciplina y a practicar la espera para obtener lo que desean, lo que les ayuda a evitar conductas de riesgo y a tomar mejores decisiones.

ADULTOS

Los gastos impulsivos, los arrebatos de ira y las decisiones precipitadas pueden echar por tierra años de arduo trabajo. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a los adultos a comprender por qué los impulsos se sienten tan intensos y cómo interrumpirlos. Los participantes identifican situaciones de alto riesgo, practican técnicas para posponer la acción y aprenden a sopesar las metas a largo plazo frente al alivio inmediato, fomentando así hábitos sólidos de autodisciplina.

PADRES

La parte del cerebro que controla los impulsos no termina de desarrollarse hasta mediados de la veintena, razón por la cual los adolescentes a menudo actúan antes de pensar. Esta clase práctica enseña a los padres a responder con calma ante las conductas impulsivas, a establecer normas y consecuencias coherentes, y a guiar a sus hijos adolescentes para que hagan una pausa, consideren las consecuencias y sepan esperar las recompensas. Los padres también aprenden cómo el hecho de dar ejemplo de autocontrol en casa ayuda a los adolescentes a desarrollar esa misma capacidad.

17 Creando Límites Saludables

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **AT** **CBT** **FST**

JÓVENES

Saber decir que no es una habilidad que los jóvenes pueden aprender. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes a establecer límites personales y a respetar los de los demás —ya sea con amigos, familiares o parejas—, tanto en persona como en línea. Los participantes practican la comunicación asertiva, fortalecen su autoconciencia y aprenden a reconocer sus propias necesidades y límites para mantenerse emocionalmente seguros y evitar conflictos.

ADULTOS

Decir que sí a todo a menudo conduce al resentimiento, al agotamiento y al conflicto. Esta clase práctica enseña a los adultos a definir sus límites y a comunicarlos con calma a sus parejas, exparejas, familiares y compañeros de trabajo. Los participantes aprenden a mantenerse firmes sin sentirse culpables, a respetar los límites establecidos por los demás y a proteger su propio bienestar.

PADRES

Los adolescentes aprenden sobre los límites observando a los adultos que los rodean. Esta clase práctica enseña a los padres a establecer límites claros y coherentes en casa, a servir de ejemplo de comunicación respetuosa y a hablar con sus hijos adolescentes sobre las amistades, las citas, la presión de grupo y las redes sociales. Asimismo, los padres aprenden a respetar la creciente necesidad de privacidad e independencia de sus hijos, sin dejar de velar por su seguridad.

18 Crianza de Adolescentes Para el Éxito

DURACIÓN **12 h** | PRECIO **$79.99**

TEORÍAS **CBT** **FST** **SLT**

JÓVENES

Este curso ayuda a los padres jóvenes a desarrollar las habilidades necesarias para cuidar a sus hijos mientras continúan su propio crecimiento personal. Los temas incluyen la responsabilidad, los fundamentos del desarrollo infantil, la toma de decisiones y la construcción de un futuro estable y de apoyo tanto para padres como para hijos.

ADULTOS

PADRES

19 Cómo Afrontar las Discapacidades

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **FST** **RT**

JÓVENES

Este módulo capacita a los jóvenes para comprender y afrontar los retos de vivir con una discapacidad. Mediante estrategias prácticas y la autorreflexión, los jóvenes desarrollarán confianza en sí mismos, adquirirán habilidades de afrontamiento y aprenderán a defender sus derechos, reconociendo sus fortalezas y potencial.

ADULTOS

Vivir con una discapacidad puede afectar el trabajo, las relaciones, la independencia y el bienestar emocional. Este curso, centrado en el desarrollo de habilidades, enseña a los adultos formas prácticas de adaptar sus rutinas diarias, gestionar sus necesidades de salud, afrontar el estrés y la frustración, y comunicar sus necesidades con claridad. Los participantes aprenden a defender sus propios intereses, a encontrar apoyo y recursos, y a ganar confianza para llevar una vida más independiente.

PADRES

Los padres con discapacidad crían hijos felices y sanos a diario, aunque a veces surgen obstáculos con mayor frecuencia. Esta clase ayuda a los padres con discapacidad a planificar teniendo en cuenta sus limitaciones físicas, a gestionar sus propias necesidades de salud junto con las de sus hijos y a comprender cómo el sistema de bienestar infantil percibe la discapacidad. Los participantes aprenden estrategias prácticas, encuentran apoyo y recursos, y defienden con confianza los intereses de su familia.

20 Entendiendo la Salud Mental

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **CBT** **PT**

JÓVENES

La salud mental es tan importante como la salud física, y hablar de ella es una señal de fortaleza. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a preadolescentes y adolescentes a comprender problemas comunes de salud mental —como la ansiedad y la depresión—, a reconocer las señales en sí mismos y en sus amigos, y a hablar abiertamente y sin vergüenza. Aprenden formas saludables de afrontar estas situaciones y a identificar cuándo es el momento de pedir ayuda.

ADULTOS

Muchos adultos viven con un problema de salud mental sin llegar nunca a ponerle nombre. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, explica los trastornos más comunes, sus signos y síntomas, y cómo pueden afectar al trabajo, a la crianza de los hijos y a las relaciones personales. Los participantes aprenden a reconocer las señales de alerta en sí mismos y en sus allegados, practican formas saludables de afrontar la situación y descubren cuándo y dónde buscar ayuda profesional.

PADRES

Cuando los padres o los hijos luchan con la salud mental, esto afecta profundamente la dinámica familiar y el bienestar de todos los miembros involucrados. Esta clase promueve el bienestar mental para ayudar a reducir el estigma y fomenta comunidades de apoyo para ayudar a las personas a prosperar emocional, social y psicológicamente.

21 Estrategias de Colaboración

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **CA** **PST**

JÓVENES

ADULTOS

Este módulo se centra en el desarrollo de habilidades efectivas de comunicación y trabajo en equipo, tanto en el ámbito personal como profesional. Los participantes aprenderán a resolver conflictos, fortalecer relaciones y colaborar para lograr resultados positivos.

PADRES

22 Evaluación de sus Recursos

DURACIÓN **3 h** | PRECIO **$39.99**

JÓVENES

ADULTOS

Un curso en línea sobre habilidades para la vida que enseña a los adultos a identificar los recursos con los que cuentan y a gestionar su tiempo, espacio y dinero de manera inteligente. Los participantes aprenden formas prácticas de establecer prioridades, reducir el desperdicio y trabajar con mayor eficiencia, lo que les permite alcanzar sus metas personales y profesionales y construir una estabilidad a largo plazo.

PADRES

Una clase práctica en línea para padres involucrados en el sistema judicial que están reconstruyendo la estabilidad de su familia. Los padres evalúan los recursos a su disposición y aprenden a gestionar el tiempo, el hogar y el dinero: manteniendo un horario, creando un espacio vital seguro y organizado, y planificando el presupuesto para las necesidades de sus hijos. Es un paso útil para los padres que trabajan para lograr la reunificación familiar o completar un plan de caso.

23 Factores de Riesgo de la Trata de Personas

DURACIÓN **6 h** | PRECIO **$69.99**

TEORÍAS **AT** **CBT** **RT** **SLT**

JÓVENES

Este módulo ayuda a los jóvenes a comprender cómo ocurre la trata, por qué ciertas personas son víctimas de ella y cómo se desarrollan los factores de riesgo. Los participantes exploran los desencadenantes emocionales, la creación de vínculos traumáticos y las presiones sociales, a la vez que aprenden a establecer límites, planificar la seguridad y desarrollar habilidades de autoestima. La clase promueve la concientización, la resiliencia, la recuperación y las decisiones positivas que promueven la seguridad y el empoderamiento a largo plazo.

ADULTOS

PADRES

Este módulo informa a los padres sobre las señales de alerta, los factores de riesgo y las estrategias de prevención relacionadas con la trata de personas. Los padres o tutores aprenderán a reconocer las vulnerabilidades, fortalecer los factores de protección y guiar a sus hijos para que tomen decisiones seguras e informadas tanto en el entorno digital como en el mundo real.

24 Gestionando Conflicto

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **CA** **CRT**

JÓVENES

Los desacuerdos son parte de la vida, y la forma en que los jóvenes los afrontan marca la diferencia. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes a considerar otros puntos de vista, mostrar empatía y expresar lo que piensan sin provocar una discusión. Practican cómo calmar situaciones tensas, aclarar malentendidos y encontrar soluciones beneficiosas para todos, desarrollando así habilidades de resolución de problemas para mantener relaciones pacíficas y respetuosas.

ADULTOS

Los conflictos no resueltos tensan los matrimonios, la crianza compartida, las amistades y las carreras profesionales. Este curso, centrado en el desarrollo de habilidades, ofrece a los adultos un enfoque paso a paso para gestionar las disputas: escuchar para comprender, mantener la calma cuando los ánimos se caldean y separar a la persona del problema. Los participantes aprenden a negociar de manera justa, aclarar malentendidos y llegar a acuerdos que resulten aceptables para ambas partes.

PADRES

El conflicto es una parte normal de la vida familiar. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a los padres qué es el conflicto y cómo abordarlo de manera creativa y constructiva. Las familias aprenden a comunicarse con claridad, resolver disputas pacíficamente y fortalecer sus vínculos, creando así un hogar tranquilo y solidario para todos sus miembros.

25 Género y el Autodescubrimiento

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **CBT** **DT** **SLT**

JÓVENES

Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a los jóvenes a comprender el desarrollo de la identidad, la expresión de género y los factores que influyen en el autodescubrimiento. Los participantes aprenden sobre el desarrollo cerebral, el estigma y el acoso, a la vez que fortalecen la seguridad emocional, la resiliencia y la capacidad para tomar decisiones saludables. Asimismo, adquieren la autoconciencia y la confianza necesarias para tomar decisiones reflexivas que favorezcan su bienestar a largo plazo.

ADULTOS

Este módulo explora la identidad, el crecimiento personal y la autoconciencia en relación con el género y las experiencias de vida. Los participantes desarrollarán una comprensión más profunda de sí mismos y de los demás, a la vez que adquirirán habilidades para una comunicación respetuosa y relaciones saludables.

PADRES

Este módulo ayuda a los padres a comprender la identidad de género, el autodescubrimiento y el proceso de desarrollo que pueden experimentar los niños y adolescentes. Los padres adquirirán herramientas para fomentar la comunicación abierta, brindar apoyo emocional y crear un entorno seguro y respetuoso para el crecimiento y la exploración de la identidad de sus hijos.

26 Hogares De Guarda

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$19.99**

TEORÍAS **AT** **FST** **TIC**

JÓVENES

ADULTOS

PADRES

Los niños pueden ser colocados en hogares de crianza cuando las familias enfrentan desafíos. Los padres y cuidadores pueden aprender a comunicarse y resolver problemas juntos para crear un futuro positivo para los niños.

27 Honor e Integridad

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **MDT** **SLT**

JÓVENES

El carácter se manifiesta en las decisiones que toman los jóvenes cuando nadie los observa. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes el valor de la honestidad, la responsabilidad y la toma de decisiones éticas. A través de la autorreflexión, comprenden cómo la integridad moldea sus amistades, su reputación y sus oportunidades futuras. Aprenden a ganarse la confianza de los demás y a tomar decisiones coherentes con sus valores.

ADULTOS

Ganarse la confianza lleva años, pero perderla ocurre en un instante. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a los adultos a analizar cómo la honestidad y las decisiones éticas repercuten en sus familias, sus carreras y su reputación en la comunidad. Los participantes reflexionan sobre decisiones pasadas, asumen la responsabilidad por el daño causado y aprenden a cumplir su palabra y a actuar conforme a sus valores. Es apta tanto para quienes asisten por orden judicial como para quienes lo hacen voluntariamente.

PADRES

Diseñado para ayudar a las personas a comprender la importancia de la honestidad, la responsabilidad y la toma de decisiones éticas. Fomenta la autorreflexión, la rendición de cuentas y el crecimiento personal, enseñándoles cómo la integridad impacta sus relaciones, decisiones y oportunidades futuras. Aprenderán a construir una base de confianza y resiliencia, lo que les permitirá tomar decisiones positivas y basadas en valores.

28 Influencias y Decisiones Negativas

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **CBT** **SLT**

JÓVENES

Las personas y los hábitos que rodean a los jóvenes influyen en las decisiones que toman. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes a identificar influencias negativas —desde la presión de grupo hasta los hábitos perjudiciales y las conductas de riesgo— y a mantenerse firmes frente a ellas. Aprenden a evaluar situaciones, sopesar las consecuencias y elegir opciones coherentes con sus propios valores y metas, fortaleciendo así su autoconfianza y desarrollando estrategias positivas para afrontar los desafíos.

ADULTOS

Los viejos amigos, los hábitos arraigados y los lugares conocidos pueden llevar a los adultos a caer nuevamente en los mismos problemas. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a los participantes a identificar a las personas y situaciones que los conducen a tomar decisiones perjudiciales, así como a planificar una respuesta diferente. Aprenden a reflexionar sobre sus decisiones, a establecer límites con quienes los frenan y a construir una red de apoyo acorde con la vida que desean.

PADRES

Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, brinda a los padres las herramientas necesarias para ayudar a sus hijos a reconocer y resistir influencias nocivas. Los padres aprenden a guiar a sus hijos a través de situaciones difíciles, a fomentar la toma de decisiones informadas y responsables, y a desarrollar la confianza y la resiliencia que los niños necesitan para mantenerse en un camino positivo.

29 Intervención Contra el Absentismo Escolar

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **CBT** **SLT**

JÓVENES

Estrategias para comprender las causas y el impacto del ausentismo crónico. El enfoque se centra en fomentar la rendición de cuentas, destacar la importancia de la educación y desarrollar habilidades prácticas para mejorar la asistencia. Los participantes explorarán los factores subyacentes que contribuyen al ausentismo y aprenderán a superar obstáculos, establecer metas y tomar decisiones positivas para su futuro.

ADULTOS

PADRES

Examina las causas del ausentismo, señales de alerta, leyes e intervenciones probadas—para que educadores usen datos, colaboren con familias y reincorporen estudiantes.

30 Juventud y Sexualidad

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **CBT** **DT**

JÓVENES

Se centra en brindar información precisa y apropiada para cada edad sobre salud sexual, consentimiento y relaciones respetuosas. Promueve la comprensión de los límites personales, la toma de decisiones saludables y el respeto por uno mismo. Adquiera conocimientos para tomar decisiones informadas sobre salud sexual, la importancia del respeto en las relaciones y el desarrollo de un enfoque positivo y responsable hacia el bienestar general.

ADULTOS

PADRES

Ayudamos a los jóvenes a promover relaciones saludables y a empoderarlos para que tomen decisiones informadas sobre su salud sexual. Capacitamos a los jóvenes para que tomen decisiones informadas sobre su cuerpo y su vida. Esta clase contribuye al bienestar general y la resiliencia mientras enfrentan las complejidades de la adolescencia y más allá.

31 Lidiar con la Pérdida

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **AT**

JÓVENES

La pérdida se manifiesta de muchas formas: desde el fallecimiento de un familiar hasta un divorcio, una mudanza o el fin de una amistad. Este curso práctico proporciona a preadolescentes y adolescentes herramientas para comprender y procesar el duelo. Aprenden formas saludables de afrontar la situación, desarrollan resiliencia emocional, honran sus vivencias con autocompasión y encuentran esperanza y orientación para el futuro.

ADULTOS

El duelo no sigue un horario establecido. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a los adultos a afrontar la muerte de un ser querido, la ruptura de un matrimonio, la pérdida del empleo o la separación de sus hijos. Los participantes aprenden a reconocer las diversas manifestaciones del duelo, encuentran formas saludables de canalizar la tristeza, la ira y la culpa, y dan pasos para reconstruir su vida cotidiana con propósito y esperanza.

PADRES

Hablar con los niños sobre el duelo y la pérdida puede ser un desafío, pero las conversaciones abiertas y honestas pueden ayudarlos a afrontar emociones difíciles. Aprenda métodos efectivos para apoyar a los niños mientras enfrentan la muerte, la separación y otras pérdidas significativas. Explore formas apropiadas para su edad de abordar sus preguntas, brindarles tranquilidad y fomentar la resiliencia durante los momentos de duelo.

32 Mentalidad Motivacional

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **MI** **PST**

JÓVENES

El éxito comienza por creer que puedes crecer. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes a fijarse metas que les importan, superar la procrastinación y mantener la concentración cuando las cosas se ponen difíciles. Desarrollan autodisciplina y perseverancia, aprenden a ver los errores como oportunidades de mejora y adquieren la confianza necesaria para tomar las riendas de su propio futuro.

ADULTOS

Sentirse estancado suele depender más de la mentalidad que de las circunstancias. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a los adultos a clarificar su propósito, establecer metas realistas y dividirlas en pasos manejables. Los participantes aprenden las razones de su procrastinación, crean hábitos diarios que mantienen su avance y desarrollan la perseverancia necesaria para seguir adelante tras los contratiempos. Es adecuada tanto para quienes asisten por orden judicial como para quienes lo hacen voluntariamente.

PADRES

33 Más Allá del Abuso y la Negligencia

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **AT** **PT** **TIC**

JÓVENES

Una clase en línea de apoyo para preadolescentes y adolescentes que han sufrido abuso o negligencia, independientemente de si su caso está o no bajo la intervención de los tribunales. En un entorno seguro, los jóvenes aprenden cómo les afectan sus experiencias pasadas y desarrollan resiliencia, autoestima y estrategias saludables para afrontar situaciones difíciles. Aprenden formas de gestionar el trauma, establecer relaciones positivas y fijar metas para su sanación, crecimiento y un futuro lleno de esperanza.

ADULTOS

El abuso y el abandono sufridos en el pasado pueden condicionar la forma en que los adultos piensan, sienten y se relacionan con los demás durante años. Este curso en línea ayuda a los supervivientes a comprender los efectos duraderos del trauma y a comenzar a superarlos. Los participantes practican la autocompasión, aprenden estrategias saludables para afrontar la situación, reconstruyen la confianza en las relaciones y establecen metas personales para su recuperación y crecimiento.

PADRES

34 Navegando Múltiples Hogares

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **AT** **DT** **SLT**

JÓVENES

Este módulo ayuda a los jóvenes a desarrollar las habilidades necesarias para adaptarse a vivir en diferentes hogares. Los participantes aprenderán a gestionar sus emociones, comunicarse eficazmente y crear estabilidad al afrontar los cambios en las rutinas y la dinámica familiar.

ADULTOS

PADRES

Los cambios pueden resultar difíciles para los niños. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a padres, cuidadores y profesionales cómo las transiciones afectan el bienestar infantil y les proporciona herramientas prácticas para brindar apoyo. Los cuidadores aprenden a ayudar a los niños a afrontar los cambios con resiliencia, confianza y sensación de seguridad.

35 Negociar Sin Escalar

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **AT** **FST**

JÓVENES

Conseguir lo que necesitas no tiene por qué convertirse en una discusión. Este curso práctico enseña a preadolescentes y adolescentes a negociar con padres, maestros, amigos y otras personas de manera tranquila y respetuosa. Aprenden a controlar sus emociones, a calmar los ánimos en momentos de tensión, a encontrar puntos en común y a defender sus propios intereses sin dejar de tener en cuenta las necesidades de la otra persona.

ADULTOS

Elevar la voz puede acabar con una negociación antes incluso de que comience. Esta clase práctica enseña a los adultos a prepararse para conversaciones difíciles sobre dinero, horarios, custodia o trabajo, y a mantenerlas productivas. Los participantes aprenden a reducir la tensión, a expresar sus necesidades sin hacer exigencias, a identificar intereses comunes y a alcanzar acuerdos duraderos.

PADRES

Los horarios de llegada, el tiempo frente a las pantallas, las tareas domésticas y las llaves del auto pueden convertir cualquier hogar con un adolescente en un campo de batalla diario. Este curso práctico enseña a los padres a negociar con sus hijos adolescentes sin gritar ni ceder. Los padres aprenden a mantener la calma ante las provocaciones, a decidir qué normas son inamovibles y cuáles flexibles, y a llegar a acuerdos que sus hijos respetarán.

36 Preocupaciones de Seguridad en el Hogar

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **CBT**

JÓVENES

ADULTOS

PADRES

Las preocupaciones por la seguridad de los niños abarcan una amplia gama de cuestiones, todas las cuales es fundamental abordar para garantizar el bienestar y la protección de los niños. Abordar estas preocupaciones de seguridad requiere un enfoque multifacético que involucre a padres, cuidadores, educadores, comunidades y formuladores de políticas. Al priorizar la seguridad de los niños e implementar medidas preventivas, podemos crear entornos donde los niños puedan crecer, aprender y prosperar libres de daños.

37 Prevención de la Violencia en el Noviazgo

DURACIÓN **3 h** | PRECIO **$39.99**

TEORÍAS **CBT** **SLT**

JÓVENES

Las relaciones sanas se basan en el respeto, nunca en el control. Este curso práctico enseña a preadolescentes y adolescentes a reconocer las señales de alerta de la violencia en el noviazgo —como los celos, la presión, las humillaciones y las conductas de control—, tanto en persona como en línea. Los participantes practican la comunicación respetuosa, aprenden sobre el consentimiento y la responsabilidad personal, y descubren cómo buscar ayuda para sí mismos o para una amistad.

ADULTOS

Los patrones de relación poco saludables a menudo se repiten hasta que alguien aprende a reconocerlos. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a los adultos a identificar las etapas de una relación abusiva, desde la intimidación y el aislamiento hasta el daño emocional, financiero y físico. Los participantes examinan honestamente su propio comportamiento, aprenden a gestionar los desacuerdos sin agresividad y construyen relaciones respetuosas y seguras. Es adecuada tanto para quienes asisten por orden judicial como para quienes lo hacen voluntariamente.

PADRES

38 Prevención y Concientización Sobre el Abuso Infantil

DURACIÓN 2 h | PRECIO $29.99

TEORÍAS AT CBT

JÓVENES

ADULTOS

PADRES

El abuso infantil es un problema grave y generalizado que puede tener consecuencias devastadoras para los niños y las familias. Se refiere a cualquier acto o falta de acción de un padre, cuidador u otro adulto que resulte en daño, daño potencial o amenaza de daño a un niño. Aprenderás habilidades para evitar el maltrato infantil tanto a nivel físico como emocional.

39 Responsabilidad y Propiedad

DURACIÓN 2 h | PRECIO $29.99

TEORÍAS BARJ CBT

JÓVENES

Un curso en línea de responsabilidad dirigido a adolescentes y jóvenes, diseñado para enseñarles a asumir la responsabilidad de sus actos y a comprender las consecuencias de sus decisiones. A través de la autorreflexión y la honestidad, los participantes aprenden cómo hacerse cargo de sus decisiones fomenta la confianza, mejora las relaciones con la familia y los compañeros, y favorece el cambio positivo y el crecimiento personal.

ADULTOS

Culpar a los demás mantiene a las personas estancadas. Este curso en línea sobre responsabilidad personal ayuda a los adultos a asumir sus decisiones, cumplir sus compromisos y reparar el daño cuando no están a la altura de las expectativas. Aprenderá cómo la responsabilidad ayuda a restaurar la confianza dañada con su pareja, familia, empleadores y el sistema judicial, y terminará el curso con un plan para lograr un cambio de comportamiento duradero.

PADRES

La rendición de cuentas fomenta la confianza y el respeto de los que depende la comunicación abierta, especialmente entre padres y adolescentes. Esta clase enseña a los padres cómo ayudar a un adolescente que atraviesa dificultades a asumir la responsabilidad de sus actos, obligaciones y compromisos, creando así un ambiente familiar más positivo.

40 Reunificación

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **AT** **FST** **TIC**

JÓVENES

Los jóvenes y sus padres pueden estar separados durante largos periodos debido a hogares de acogida, encarcelamiento parental, despliegue militar u órdenes de no contacto. Este módulo ayuda a padres e hijos a mantenerse conectados, gestionar sus emociones y prepararse para una reunificación sin contratiempos. Los participantes aprenderán estrategias para reconstruir relaciones, establecer expectativas y crear una transición positiva y de apoyo.

ADULTOS

El acogimiento familiar, el encarcelamiento, el despliegue militar o una orden de no contacto pueden mantener separados a padres e hijos durante meses o años. Este curso práctico ayuda a los padres a mantener el vínculo con sus hijos durante la separación y a prepararse para el momento del reencuentro. Los padres aprenden qué esperar, cómo pueden reaccionar los niños según su edad y cómo reconstruir la confianza para lograr una reunificación positiva y duradera.

PADRES

El regreso a casa tras una larga separación supone un gran cambio para un niño. Este curso práctico enseña a los padres cómo ayudar a sus hijos a sentirse seguros y tranquilos, independientemente de si la separación se debió a un acogimiento familiar, al encarcelamiento, a un despliegue militar o a una orden judicial. Los padres aprenden a respetar el ritmo del niño, a responder con honestidad a preguntas difíciles, a reaccionar con paciencia ante el enfado o el apego excesivo y a restablecer rutinas que devuelvan la sensación de seguridad.

41 Riesgos y Responsabilidad del Cannabis

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **CBT** **DM*** **SLT**

JÓVENES

Este módulo ayuda a los jóvenes a comprender los riesgos y las consecuencias del consumo de cannabis, a la vez que les permite desarrollar habilidades para tomar decisiones saludables e informadas. Los participantes aprenderán cómo el cannabis puede afectar el desarrollo cerebral, la toma de decisiones y las metas futuras, además de estrategias para resistir la presión de grupo.

ADULTOS

Este módulo ofrece a los adultos información sobre los efectos y riesgos del consumo de cannabis, incluyendo su impacto en el juicio, la salud y el funcionamiento diario. Los participantes desarrollarán conciencia, responsabilidad y estrategias prácticas para tomar decisiones responsables y lograr estabilidad a largo plazo.

PADRES

Este módulo brinda a los padres el conocimiento y las herramientas necesarias para reconocer las señales del consumo de cannabis y guiar a sus hijos hacia hábitos saludables. Los participantes aprenderán estrategias de comunicación efectivas, técnicas de prevención y maneras de crear un entorno familiar de apoyo e información.

42 Robo y Hurto en Tiendas

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

JÓVENES

El hurto en tiendas suele estar más relacionado con las emociones que con el deseo de obtener un objeto. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a preadolescentes y adolescentes a comprender las emociones, los pensamientos y los hábitos que llevan a robar, abarcando desde la presión de grupo y la búsqueda de emociones fuertes hasta el estrés. Los participantes aprenden cómo el robo afecta a las víctimas, a sus familias y a su propio futuro, al tiempo que desarrollan la autoconciencia y la empatía necesarias para lograr un cambio duradero.

ADULTOS

Una acusación de robo puede costar el empleo, la licencia profesional y los antecedentes penales limpios. Este curso, basado en el desarrollo de habilidades, ayuda a los adultos a descubrir las causas subyacentes del robo —como el estrés financiero, la compulsión o la sensación de tener derecho a algo— y a reconocer los patrones de pensamiento que lo justifican. Los participantes asumen la responsabilidad por el daño causado, aprenden otras formas de gestionar el impulso y elaboran un plan para evitar que la situación se repita. Abierto tanto a personas derivadas por los tribunales como a quienes se inscriben por iniciativa propia.

PADRES

43 Salud y Bienestar

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

JÓVENES

La alimentación de los jóvenes influye en su energía, estado de ánimo, capacidad de concentración y crecimiento. Esta clase práctica enseña a preadolescentes y adolescentes los fundamentos de una buena nutrición: cómo leer las etiquetas de los alimentos, preparar comidas equilibradas y tomar decisiones acertadas en la escuela, en casa y al comer fuera. Aprenden cómo una alimentación saludable ayuda a prevenir enfermedades y contribuye al bienestar a largo plazo.

ADULTOS

Una buena alimentación es una de las formas más eficaces de prevenir enfermedades y reducir los costos de atención médica. Este curso práctico enseña a los adultos a planificar comidas equilibradas y económicas, a comprar de manera inteligente ajustándose al presupuesto y a tomar decisiones alimentarias informadas para sí mismos y para sus familias. Los participantes aprenden cómo los hábitos alimentarios cotidianos influyen en la salud a largo plazo, la energía y la calidad de vida.

PADRES

Los niños desarrollan sus hábitos alimentarios en la mesa familiar. Esta clase práctica enseña a los padres qué necesitan los niños en crecimiento según su edad y cómo planificar comidas y refrigerios sencillos y nutritivos. Los padres aprenden a manejar a los niños que son quisquillosos con la comida y a limitar los alimentos azucarados sin tener que librar batallas diarias, así como a dar ejemplo con decisiones saludables que favorezcan el crecimiento, el aprendizaje y el bienestar de sus hijos a largo plazo.

44 Toma de Decisiones Inteligente

DURACIÓN **3 h** | PRECIO **$39.99**

TEORÍAS **CBT** **MDT**

JÓVENES

Cada decisión que toma un joven moldea lo que vendrá después. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes a pensar de manera crítica antes de decidir: recopilar información, analizar las opciones, sopesar los riesgos y visualizar el resultado. Practican la toma de decisiones responsables sobre sus amistades, la escuela y su propio bienestar, guiándose por sus valores y sus metas para el futuro.

ADULTOS

Este módulo enseña estrategias prácticas para tomar decisiones reflexivas y responsables en la vida cotidiana. Los participantes aprenderán a evaluar riesgos, gestionar emociones y aplicar técnicas estructuradas de toma de decisiones para lograr resultados positivos a largo plazo.

PADRES

Los niños aprenden a tomar buenas decisiones mediante la práctica y con la guía de sus padres. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a los padres a orientar el razonamiento de sus hijos en lugar de decidir por ellos: planteando preguntas abiertas, analizando opciones y riesgos, y permitiendo que las consecuencias —adecuadas para su edad— sirvan de enseñanza. Los padres aprenden cuándo intervenir, cuándo dar espacio y cómo ayudar a sus hijos a vincular las decisiones cotidianas con sus valores y metas.

45 Trabajar Con el Bienestar Infantil

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **FST**

JÓVENES

ADULTOS

PADRES

Tener un caso abierto de bienestar infantil puede resultar abrumador, por lo que conocer el funcionamiento del sistema es de gran ayuda. Esta clase práctica explica qué pueden esperar los padres de los trabajadores sociales, los tribunales y los proveedores de servicios, así como qué se espera de ellos. Los padres aprenden a seguir un plan de caso, a comunicarse y colaborar con su equipo, a encontrar recursos útiles y a demostrar que pueden ofrecer un hogar seguro y afectuoso a sus hijos.

46 Trauma Intergeneracional

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

TEORÍAS **AT** **ITT** **SLT**

JÓVENES

El dolor transmitido a través de generaciones no es culpa tuya, y tienes el poder de romper el ciclo. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ofrece a los jóvenes nativos una perspectiva compasiva sobre el trauma intergeneracional y la desconexión cultural, así como sobre cómo estos afectan a las familias hoy en día. A través de la narración de historias, la autoconciencia y los valores tradicionales, los preadolescentes y adolescentes fortalecen su identidad, aprenden formas saludables de sanar y desarrollan la resiliencia necesaria para forjar un futuro diferente.

ADULTOS

Nunca es demasiado tarde para sanar, y sanar ayuda a las generaciones que vienen después de ti. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ofrece a los adultos nativos una perspectiva compasiva sobre el trauma intergeneracional y la desconexión cultural, así como sobre cómo el dolor no sanado puede influir en la crianza, las relaciones y la vida cotidiana. A través de la narración de historias, la autorreflexión y los valores tradicionales, los participantes reconectan con su identidad, aprenden formas saludables de afrontar las situaciones y dan pasos para romper el ciclo en beneficio de sus hijos y nietos.

PADRES

47 Tu Mundo Digital

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **CBT**

JÓVENES

Los teléfonos, los juegos y las aplicaciones forman parte de casi cada hora del día de los jóvenes. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a preadolescentes y adolescentes a analizar con honestidad cómo la tecnología afecta su sueño, estado de ánimo, rendimiento escolar y relaciones. Aprenden a llevar un registro del tiempo que pasan frente a la pantalla, a valorar los aspectos positivos y negativos de estar conectados, a establecer límites adecuados para ellos y a utilizar la tecnología de manera intencional en lugar de hacerlo por simple hábito.

ADULTOS

Las notificaciones constantes, el desplazamiento interminable por las pantallas y el uso de dispositivos a altas horas de la noche consumen más tiempo y atención de lo que la mayoría de los adultos imagina. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a los participantes a analizar sus hábitos tecnológicos y a comprender cómo estos afectan su capacidad de concentración, el sueño, los niveles de estrés y el tiempo que dedican a la familia. Aprenden a establecer momentos sin dispositivos, a reducir las distracciones y a utilizar la tecnología de manera que favorezca sus objetivos y su salud mental.

PADRES

La crianza de los hijos de la generación actual conlleva un conjunto único de desafíos debido a los numerosos avances recientes en la tecnología. No se puede negar el alcance que la tecnología tiene en nuestras vidas, así como en las vidas de nuestros hijos. También hay muchas maneras en que la tecnología puede impactar positivamente nuestras vidas y las de nuestros hijos; todo depende de cómo se utiliza la tecnología.

48 Uso y Mal Uso de las Redes Sociales

DURACIÓN **2 h** | PRECIO **$29.99**

TEORÍAS **CBT**

JÓVENES

Lo que se publica en línea puede acompañar a un joven durante años. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, enseña a preadolescentes y adolescentes a utilizar las redes sociales de manera responsable: protegiendo su privacidad, reflexionando antes de compartir contenido y manejando con seguridad los conflictos en línea, el ciberacoso y las interacciones con desconocidos. Aprenden sobre los beneficios y riesgos de la vida digital, cómo establecer límites personales y cómo tratar a los demás con respeto en el entorno virtual.

ADULTOS

Una publicación hecha en un momento de ira puede acabar ante un juez, un empleador o una expareja. Esta clase práctica enseña a los adultos a utilizar las redes sociales de manera responsable: ajustando la configuración de privacidad, evitando estafas y tomándose un momento para reflexionar antes de publicar sobre relaciones, trabajo o asuntos legales. Los participantes aprenden cómo el comportamiento en línea afecta a su reputación y a sus relaciones, así como a comunicarse con respeto, incluso en situaciones de desacuerdo.

PADRES

Social media can be a powerful tool for connection, but it requires thoughtful use during life transitions. This module focuses on the following aspects: social exposure, distraction, isolation, authenticity, privacy settings, legal implications, and impact on children.

49 Violencia Armada

DURACIÓN **4 h** | PRECIO **$49.99**

JÓVENES

Un solo instante con un arma puede cambiar para siempre la vida de un joven. Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a preadolescentes y adolescentes a comprender las causas de la violencia armada —incluidos los factores de riesgo, los desencadenantes emocionales y la influencia de los compañeros—, así como las consecuencias para las víctimas, las familias y su propio futuro. Aprenden a mantener la calma antes de reaccionar, a establecer límites, a alejarse de situaciones peligrosas y a buscar el apoyo de adultos de confianza.

ADULTOS

Esta clase, centrada en el desarrollo de habilidades, ayuda a los adultos a examinar las raíces y las consecuencias de la violencia armada mediante la identificación de factores de riesgo, desencadenantes emocionales y patrones perjudiciales. Los participantes adquieren herramientas prácticas para la autorregulación, el establecimiento de límites y la toma de decisiones informadas, al tiempo que fortalecen su resiliencia y crean una sólida red de apoyo. La clase fomenta la responsabilidad, la recuperación y la adopción de decisiones más seguras que protegen a las familias y a las comunidades.

PADRES

50 Violencia de Pandillas

DURACIÓN **3 h** | PRECIO **$39.99**

TEORÍAS **CBT** **PT** **SLT**

JÓVENES

La participación en pandillas perjudica a los jóvenes, a sus familias y a sus comunidades. Este curso, basado en el desarrollo de habilidades, enseña a los jóvenes a reconocer los riesgos de la actividad de las pandillas, resistir la presión de grupo y resolver problemas sin recurrir a la violencia. Los participantes establecen relaciones positivas y aprenden a elegir caminos más seguros hacia un futuro mejor.

ADULTOS

Esta clase explora la cultura pandillera, sus mitos, riesgos e impacto en la comunidad. Los participantes aprenden a evitar involucrarse, a construir relaciones saludables, a fortalecer su autoestima y a desarrollar habilidades para la resolución de conflictos. La clase también describe estrategias seguras para salir de la vida pandillera y comprometerse con un cambio positivo a largo plazo.

PADRES

GLOSARIO DE TEORÍAS DE LAS CLASES

AT Teoría del apego
BARJ Justicia equilibrada y restaurativa
CA Modelo de evaluación del conflicto
CBT Terapia cognitivo-conductual
CRT Teoría de la resolución de conflictos
DBT Terapia dialéctico-conductual
DM Modelo de Duluth
DM* Modelo de enfermedad (adicción)
DT Teoría del desarrollo
FST Teoría de los sistemas familiares
GLT Teoría del duelo y la pérdida
HCP Teoría de la personalidad de alto conflicto
ITT Teoría del trauma indígena
MDT Teoría del desarrollo moral
MI Entrevista motivacional
MT Teoría de la atención plena
PST Modelo de pensamiento prosocial
PT Teoría psicodinámica
RT Teoría de la resiliencia
SLT Teoría del aprendizaje social
TIC Atención informada sobre el trauma
VST Teoría sociocultural de Vygotsky

La experiencia detrás de nuestros programas

Nuestros cursos se desarrollan con la orientación de profesionales con experiencia en educación familiar, violencia doméstica y servicios para familias involucradas en procesos judiciales.

Directora de Educación: Judith A. Myers-Walls, Ph.D., CFLE
Profesora emérita de Desarrollo Humano y Estudios de la Familia en la Universidad Purdue, con más de 30 años de experiencia en el desarrollo y la evaluación de programas para padres, familias, educadores y poblaciones en situación de riesgo.

Nolanda Robert, MS, CCFC
Con más de 20 años de experiencia trabajando con familias afectadas por la violencia doméstica en los tribunales de familia, Nolanda ha capacitado a profesionales sobre la violencia de pareja y el control coercitivo, y ha supervisado el desarrollo de más de 45 paquetes curriculares.

Able 2 Adjust, Inc.®
Desde 2011, Able 2 Adjust ha atendido a más de 450,000 padres y madres a través de programas en línea, con una tasa de finalización del 87 %.

En TribalClasses.com, nuestro objetivo es ofrecer educación práctica que ayude a las personas y las familias a desarrollar habilidades más sólidas, relaciones más saludables y mayor confianza para el futuro.

TRANSFORMANDO FUTUROS CON APRENDIZAJE EN LÍNEA



Tribal Classes
support@tribalclasses.com
(866) 504-2883
https://www.tribalclasses.com/

TRANSFORMANDO FUTUROS CON APRENDIZAJE EN LÍNEA