

Diplomado
Bienestar Familiar



Tecnológico
de Monterrey

Educación
Continua

THE LEARNING
GATE



**Adquiere herramientas para
fortalecer tu entorno familiar
y promover el bienestar en
cada etapa de la vida.**

Despierta tu potencial humano con The Learning Gate

En The Learning Gate creemos que el verdadero crecimiento comienza con tu bienestar y propósito. Nuestros programas de crecimiento personal están diseñados para acompañarte en cada etapa de tu vida, impulsando tu desarrollo integral y ayudándote a alcanzar tu máximo potencial. Al formar mejores personas, construimos mejores comunidades y contribuimos a un mejor planeta.

A través de un modelo innovador, flexible y digital respaldado por el Tecnológico de Monterrey, te brindamos las herramientas para fortalecerte como líder y transformar positivamente tu entorno y comunidad.





Dato sobre retorno de inversión (ROI)



La Asociación Estadounidense de Psicología reveló que casi la mitad de los padres experimentan un estrés abrumador a diario, en comparación con el 25% de los adultos sin hijos. Además, el 66% de los padres reportaron sentirse “consumidos por preocupaciones financieras”, frente al 39% de quienes no tienen hijos*.

**Asociación Estadounidense de Psicología*



En México, más de 1 millón de niños y niñas han perdido el cuidado de sus padres debido a factores como violencia intrafamiliar y de género, desnutrición, pobreza, explotación sexual comercial, narcotráfico, consumo de drogas y migraciones, entre otros. Estos factores exponen a los niños y sus familias a situaciones de extrema vulnerabilidad*.

**Aldeas Infantiles SOS México*

Objetivo

Este programa te brindará estrategias prácticas para fortalecer las relaciones familiares, promover el bienestar y generar dinámicas saludables en tu hogar. Aprenderás a identificar y abordar desafíos comunes en la convivencia, así como a establecer objetivos familiares adaptados a las necesidades de cada integrante, con lo que fomentarás un ambiente de armonía y comprensión.

Las habilidades que desarrollarás te permitirán mejorar la comunicación, resolver conflictos de forma constructiva y establecer límites saludables. También adquirirás herramientas para tomar decisiones acertadas, fortalecer el bienestar emocional y construir un entorno basado en la inclusión y el respeto, donde cada miembro de tu familia se sienta valorado y apoyado.

Dirigido a

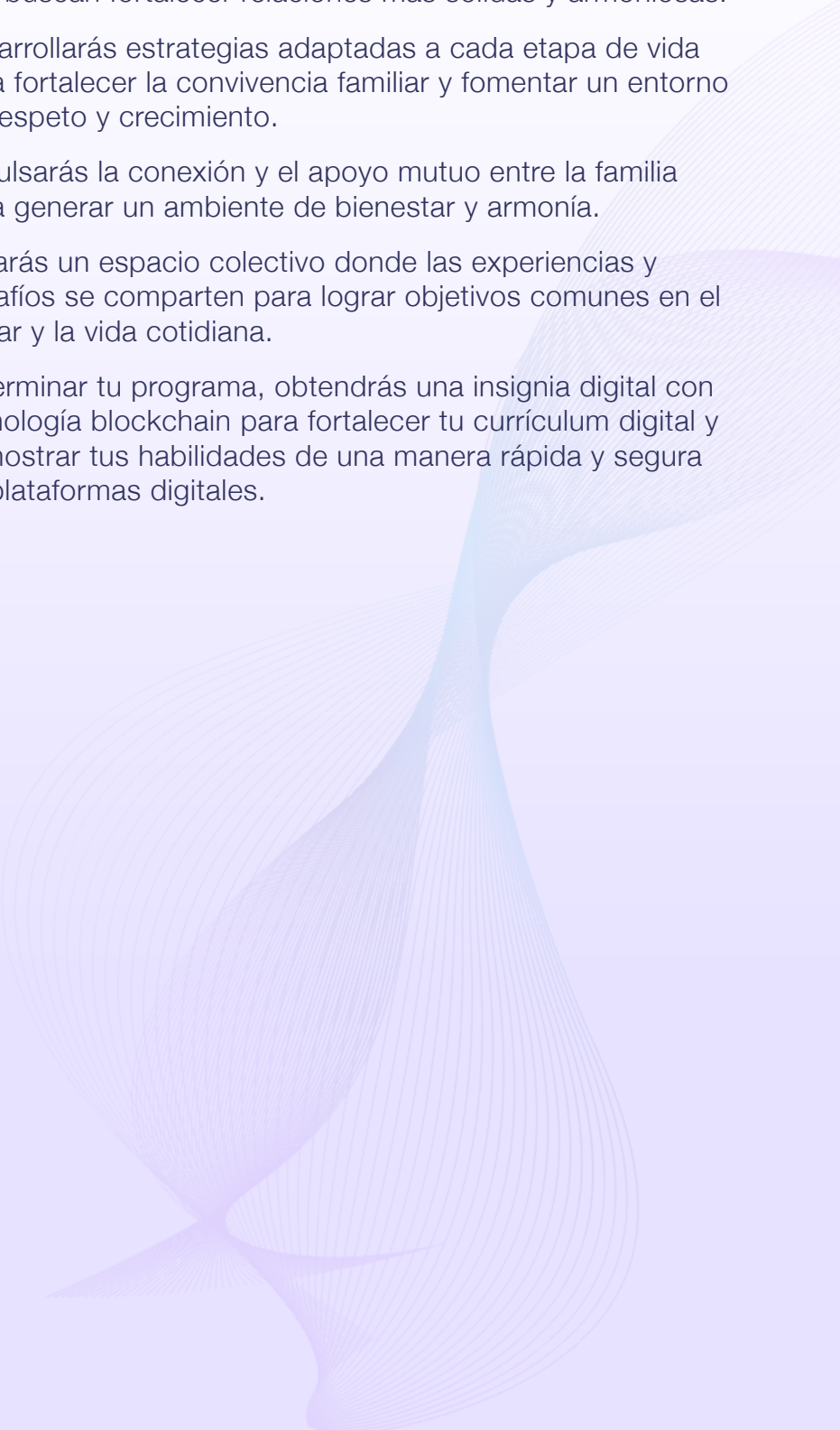
Si formas una familia y quieres fortalecer tus relaciones para crear un entorno sano y armonioso basado en el compromiso y el respeto mutuo, este programa es para ti. Está dirigido a personas mayores de edad que planean su vida familiar, tienen hijos o consideran tenerlos, desean mejorar su relación de pareja o elegir a la persona adecuada. También está abierto a profesionales en educación, psicología, pedagogía, sociología, administración educativa o afines, así como a educadoras, educadores y personas cuidadoras.



Buyer persona

Alfredo, de 30 años, trabaja en el sector manufacturero y tiene tres hijos. Junto con su esposa, busca herramientas para educarlos con valores y armonía familiar, pero el trabajo limita su tiempo para asistir a cursos presenciales. Este programa le permite acceder a recursos prácticos para su formación como padre, adaptándose a su ritmo de vida.

¿Qué hace único a este programa?

- Tu aprendizaje no solo beneficiará a tu familia, sino que también contribuirá a una comunidad más unida y solidaria. Al aplicar lo aprendido, fortalecerás vínculos dentro y fuera del hogar y fomentarás una cultura de respeto, apoyo y bienestar en tu entorno.
 - Compartirás experiencias y aprenderás junto a otras familias que buscan fortalecer relaciones más sólidas y armoniosas.
 - Desarrollarás estrategias adaptadas a cada etapa de vida para fortalecer la convivencia familiar y fomentar un entorno de respeto y crecimiento.
 - Impulsarás la conexión y el apoyo mutuo entre la familia para generar un ambiente de bienestar y armonía.
 - Crearás un espacio colectivo donde las experiencias y desafíos se comparten para lograr objetivos comunes en el hogar y la vida cotidiana.
 - Al terminar tu programa, obtendrás una insignia digital con tecnología blockchain para fortalecer tu currículum digital y demostrar tus habilidades de una manera rápida y segura en plataformas digitales.
- 

Modelo de aprendizaje

Con nuestro programa de desarrollo humano integral generarás conciencia sobre las oportunidades de mejora más significativas y lograrás cambios de comportamiento que impulsen tu crecimiento personal y tu bienestar pleno.

Cada módulo de este programa está diseñado para guiarte a través de tres etapas: Descubrir, Aprender y Actuar, y Reforzar, combinando sesiones interactivas, recursos prácticos y actividades individuales que fortalecen el aprendizaje.



Perfil de profesores

El equipo docente cuenta con amplia experiencia en psicología, educación, trabajo social y desarrollo humano. Su trayectoria combina investigación y práctica en bienestar familiar, desarrollo emocional y resolución de conflictos. Han participado en proyectos innovadores de formación integral y se distinguen por su enfoque actualizado y su capacidad para transmitir conocimientos aplicables.

The Learning Gate

Modelo Gen

Ideal para quienes prefieren aprender en equipo y contar con acompañamiento estratégico.

Sesión de onboarding para conocer a tus compañeros.

Comienza y termina tu programa con tu generación.

Sigue la **secuencia de cursos recomendados**.

Completa cada curso en tres semanas.

Conéctate a **sesiones en vivo con profesores antes de cada reto.**

DIPLOMADO

Bienestar Familiar

120 horas | 4 cursos | 12 módulos

Onboarding: Inicia tu Diplomado

CURSOS	Etapas de la Infancia	Adolescencia y Juventud	Apoyo Familiar: Enfermedades, Trastornos, Adicciones y Adultos Mayores	Relación en Pareja
MÓDULOS	Formación de los Hijos de 0 a 3 Años	Formación de los Hijos de 13 a 15 Años	Discapacidad o Enfermedad en la Infancia y Adolescencia	Elección de la Pareja y Construcción de la Armonía
	Formación de los Hijos de 4 a 8 Años	Formación de los Hijos de 16 a 18 Años	Trastorno Mental, Emocional o de Aprendizaje en Niños y Adolescentes	Convivencia con la Pareja Elegida y los Acuerdos Familiares
	Formación de los Hijos de 9 a 12 Años	Formación de los Hijos de 19 a 24 Años	Adicciones en Niños y Adolescentes	
			Características, Necesidades y Enfermedades del Adulto Mayor	

Al acreditar tu **DIPLOMADO**

Constancia e insignia digital



Temario

Onboarding: Inicia tu Diplomado

Identificarás el ecosistema de aprendizaje de la plataforma The Learning Gate con la finalidad de sacar el mayor provecho, alcanzando el éxito en tu nuevo viaje de aprendizaje.

1. Bienvenida
2. Tu Diplomado
3. Pilares para el éxito
4. Navegación TLG
5. Comunidad

Curso

Etapa de la Infancia

1

Formación de los Hijos de 0 a 3 Años

10 horas

Distinguirás de manera consciente las características físicas, emocionales, sociales y afectivas de niños y niñas de 0 a 3 años. Aprenderás sobre conceptos de inteligencia emocional, áreas de desarrollo infantil, estimulación temprana, desarrollo motriz y del lenguaje, lo que te permitirá seleccionar las mejores herramientas según sus características en esta etapa de la infancia.

1. El vínculo afectivo seguro: primeros seis meses del infante
2. Estimulación temprana: ¿cuándo estar atento?
3. Mis primeros pasos y palabras: desarrollo motriz y lenguaje
4. Los “terribles dos”, ¿mito o realidad?
5. Educando contrarreloj: priorizando tiempo de calidad

2

Formación de los Hijos de 4 a 8 Años

10 horas

Reconocerás las características físicas, emocionales, sociales y afectivas de niños y niñas de 4 a 8 años. Identificarás aspectos relacionados con el desarrollo cognitivo, lenguaje, desarrollo emocional y social, comunicación efectiva, gestión de emociones, estilos de crianza e inteligencia social, para elegir herramientas adecuadas que se ajusten a sus necesidades.

1. Mi entorno familiar
2. Mi entorno social
3. Mi entorno digital
4. Mi yo emocional
5. Mi yo social

3

Formación de los Hijos de 9 a 12 Años

10 horas

Podrás categorizar las características físicas, emocionales, sociales y afectivas de niños y niñas de 9 a 12 años. Conocerás sobre comunicación, crianza con límites, uso de la tecnología, autoestima y gestión de emociones, con el fin de seleccionar herramientas que respondan a las necesidades de cada preadolescente.

1. Cambios físicos y emocionales
2. Establecimiento de límites y manejo de la tecnología
3. Desarrollo de autoestima y manejo de emociones
4. Prácticas de comunicación efectiva y empática
5. Desarrollo de estrategias de independencia y autocuidado

Curso

Adolescencia y Juventud

4

Formación de los Hijos de 13 a 15 Años

10 horas

Podrás clasificar las características físicas, psicológicas, emocionales y afectivas de adolescentes de 13 a 15 años. Reconocerás elementos como autonomía, relaciones interpersonales y cambios afectivos, lo que te permitirá encaminar a tu hijo o hija hacia la autoaceptación y una transición efectiva en esta etapa de desarrollo formativo.

1. Características físicas
2. Características psicológicas
3. Características afectivas y emocionales
4. Cómo acompañar en el proceso de aceptación
5. Cómo acompañar en el proceso de su identidad

5

Formación de los Hijos de 16 a 18 Años

10 horas

Podrás clasificar las características físicas, psicológicas, emocionales y afectivas de adolescentes de 16 a 18 años. Identificarás aspectos como el desarrollo neurológico, fortalezas de carácter, regulación emocional, empatía, resiliencia y liderazgo, lo que facilitará una adaptación adecuada a esta etapa y una transición exitosa a la siguiente.

1. El cerebro adolescente
2. Fortalezas de carácter
3. Redes de apoyo socioemocional
4. Fomentar el autoliderazgo en adolescentes de 16 a 18 años
5. Fortalecimiento de la toma de decisiones y estrategias de solución ante situaciones complejas

6

Formación de los Hijos de 19 a 24 Años

10 horas

Podrás clasificar las características físicas, psicológicas, emocionales y afectivas de jóvenes de 19 a 24 años. Analizarás temas como autonomía, identidad, desarrollo cognitivo, expectativas sociales y laborales, gestión emocional y manejo del estrés, para guiarles en la toma de responsabilidad sobre su propia vida y en el disfrute armonioso de la adultez.

1. Autonomía e identidad
2. Desarrollo cognitivo
3. Transición a la vida adulta
4. Desarrollo emocional
5. Estilo de vida y bienestar

Curso

Apoyo Familiar: Enfermedades, Trastornos, Adicciones y Adultos Mayores

7

Discapacidad o Enfermedad en la Infancia y Adolescencia

10 horas

Identificarás el impacto emocional y social en niños, niñas o adolescentes con alguna discapacidad, como movilidad reducida, parálisis cerebral, debilidad visual o auditiva, o enfermedades crónicas como asma, diabetes u obesidad. Esto te permitirá implementar estrategias familiares que favorezcan su adaptación e inclusión en el entorno social y escolar.

1. Características y clasificación de las discapacidades o enfermedades crónicas en la infancia y adolescencia
2. Impacto emocional y social de la discapacidad o enfermedad en niños, niñas y adolescentes
3. Manejo de la discapacidad o enfermedad crónica de niños, niñas y adolescentes
4. ¿Cómo favorecer la adaptación e inclusión?
5. Medidas de inclusión en la comunidad y el entorno escolar

8

Trastorno Mental, Emocional o de Aprendizaje en Niños y Adolescentes

10 horas

Conocerás las características físicas y emocionales de niños, niñas y adolescentes con trastornos mentales, emocionales o de aprendizaje, como déficit de atención, hiperactividad, trastorno del espectro autista, dislexia, trastornos de ansiedad, entre otros. Obtendrás herramientas que permitan su adaptación en el contexto familiar, escolar y social.

1. Trastornos mentales en niños y adolescentes
2. Trastornos emocionales en niños y adolescentes
3. Trastornos de aprendizaje en niños y adolescentes
4. Adaptación para una vida en equilibrio
5. Estrategias para alcanzar el balance

9

Adicciones en Niños y Adolescentes

10 horas

Reconocerás los patrones y síntomas relacionados con riesgos o adicciones en niños, niñas y adolescentes. Aprenderás a utilizar herramientas que permitan a la familia brindar apoyo en cada situación específica.

1. Comprendiendo la adicción: características esenciales
2. Neurobiología de las adicciones
3. Consecuencias del consumo de sustancias y conductas compulsivas
4. Factores de riesgo
5. Factores de protección

10

Características, Necesidades y Enfermedades del Adulto Mayor

10 horas

Conocerás las características físicas, emocionales, sociales y afectivas de los adultos mayores, como el envejecimiento, cambios biológicos, seguridad en el hogar, actividades recreativas y el cambio de roles familiares. Esto te permitirá seleccionar las mejores estrategias para reestructurar la dinámica familiar según sus necesidades especiales.

1. Características del adulto mayor
2. Enfermedades comunes en el adulto mayor
3. Necesidades y cuidados del adulto mayor
4. Ejercicio físico y estilo de vida saludable
5. Aspectos sociales y emocionales del envejecimiento

Curso

Relación en Pareja

11

Elección de la Pareja y Construcción de la Armonía

10 horas

Distinguirás las características y necesidades propias y de la pareja para fomentar la convivencia sana. Aprenderás a planear objetivos personales y familiares que favorezcan la armonía, y explorarás temas como autoconcepto, autoestima, amor, comunicación y empatía.

1. Autoconcepto y autoconocimiento
2. El yo real vs. el yo ideal
3. Amor propio
4. Etapas y ciclo de pareja
5. Expectativas realistas e ideales de pareja

Convivencia con la Pareja Elegida y los Acuerdos Familiares

10 horas

Identificarás elementos clave de la convivencia en pareja, como dinámicas saludables, comunicación mutua, escucha activa, distribución de responsabilidades, equilibrio en la relación, respeto recíproco y amor incondicional, con el fin de fortalecer la relación y la vida en común.

1. Del individuo a la pareja
2. Comunicación en pareja
3. Pareja y economía
4. Estrategias para el manejo de conflictos
5. Del sueño a la realidad: estrategias para establecer metas en pareja



¿Por qué somos el mejor aliado para tu desarrollo profesional?

La oferta educativa del Tecnológico de Monterrey está respaldada por una institución de excelencia académica, reconocida internacionalmente por su impacto en la formación de líderes y agentes de cambio. Nuestra misión es ofrecerte educación que te prepare para el presente, y para transformar tú futuro y el de la sociedad.



Universidad privada #1 de México, según QS World University Rankings 2025.



Universidad #1 en Latinoamérica en THE Global Employability University Ranking Survey 2025.



Top 4 de las mejores universidades de Latinoamérica, según QS World University Rankings: Latin America and The Caribbean 2025.



Descubre más sobre tu programa

maestriasydiplomados.tec.mx

Haz contacto

800 800 2114 | educacion.continua@itesm.mx