

FISENH

Consultores en bienestar y productividad ®



COMPETENCIAS FAMILIARES



Índice

03	Un poco de historia
04	Introducción
06	Características del curso
07	Contenido
08	¿Cómo puedo acceder a Competencias Familiares?
09	Reseñas de los docentes
20	Fundadoras de FISENH



Un poco de historia...

FISENH es una Sociedad Civil fundada en 2015 por dos mujeres: una familióloga y una psicóloga clínica; ambas esposas y madres. El objetivo: *trabajar a nivel preventivo en temas de salud mental y familia, con una base antropológica personalista.*

Con esa mirada y a varios años de haber iniciado, hoy somos un grupo de expertos en salud mental que favorecemos el desarrollo de nuestra comunidad a través de intervenciones integrales. Partiendo de la ciencia y aprovechando nuestra experiencia, fortalecemos a las personas, las familias y las organizaciones.

A inicios de la fundación de FISENH, una universidad de nuestra ciudad nos solicitó Escuela de Padres para las familias de sus alumnos. Así, nos dimos a la tarea de crear el contenido del Diplomado en Formación Familiar... Después de impartirlo a varias generaciones de madres, padres y profesionales de la salud y la educación, realizamos una serie de modificaciones a su contenido; basándonos tanto en la revisión documental, como en la experiencia clínica atendiendo a familias y jóvenes desde hace 25 años.

Actualmente, hemos elaborado una versión corta y asincrónica que podrá estar al alcance de forma gratuita para las organizaciones, instituciones y personas que lo soliciten durante todo 2024.

Introducción

“El mejor director de la mayor empresa no es propiamente grande en su empresa: lo es cuando se pone de rodillas , en el suelo, a jugar con su hijo, que lo necesita”

Tomás Melendo

Cada niño, cada hijo de la humanidad, nace en una familia: base integral de todo ser humano. Y es que la familia, aun en estos tiempos en que su valor se pone en duda, sigue siendo reconocida como el eje primordial que encara la formación del hombre. Porque una familia, no lo es sin las personas; pero ante todo, la persona difícilmente podrá alcanzar su máximo desarrollo fuera del núcleo familiar. Pues es ahí donde a cada ser humano se le reconoce, se le acepta, se le ama y se le forma. Es nuestro “útero emocional”, como diría Tomás de Aquino ya desde el siglo XIII.

Es el lugar vital en donde el sí mismo de cada niño o niña, es decir, de cada persona, comienza su construcción; persona que a la vez será devuelta a su sociedad en un constante fenómeno recursivo. Por lo tanto, es ahí, en la familia, donde nuestra salud mental inicia su peregrinaje.

Al respecto, la OMS define a la salud mental como “un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad”. Todo esto sólo puede ser generado gracias a los sistemas familiares.

Por lo tanto, la familia necesita conocer cómo acompañar la vida de cada pequeño ser humano que está bajo su cuidado y responsabilidad. Es decir, hablamos de personas que muy pronto se convertirán en ciudadanos con una identidad propia y única; seres productivos; líderes capaces de aportar algo en su entorno; hombres y mujeres de bien; amigos, compañeros y, muy probablemente, también papás o mamás. En fin, todos aquellos roles que asumimos como seres que habitamos el mismo mundo.

Sin embargo, lo más crucial de todo lo anterior es que al parecer no estamos tomando en serio nuestro papel como integrantes de la sociedad; ya que no estamos haciendo lo necesario para que la familia sea ese eje central en la vida de cada niño. Dicho de otro modo, la sociedad posmoderna está relativizando la crianza de la humanidad.

Todos los que pisamos este planeta tuvimos una infancia y una etapa adolescente. Momentos que todavía influyen en nuestra historia; que marcaron nuestras decisiones, nuestra vida en su totalidad. Momentos que fueron guiados o no, por los adultos que nos criaron.

Cada generación se va haciendo responsable de una nueva. Pero no nos preparamos para ello. Únicamente avanzamos con el bagaje adquirido inconscientemente por nuestros antepasados; un bagaje complejo y muchas veces confuso; el cual, evidentemente, heredamos también a las generaciones que vienen después de nosotros.

Así es como llegamos a la paternidad. En el mejor de los casos, con anhelos y fervientes deseos de hacer de nuestros hijos “hombres de bien”, pero con una escueta preparación para lograrlo.

Lo más contradictorio es que actualmente ya existen pautas de formación familiar que han comprobado su eficacia. Contenidos que nos permiten conocer cuáles son los mejores caminos para acompañar a los hijos de nuestra sociedad. Pues no sólo son “nuestros” hijos, son hijos de todos los que formamos esta humanidad vinculante. No podemos sólo ser responsables de los nuestros y fingir que no vemos la realidad más cercana. Que cada paso que doy o cada decisión que tomo en la vida (personal, familiar, laboral) trasciende y repercute como una espiral interminable en cualquier persona y en todas a la vez.

Y es que cuando hablamos de familia, resulta inevitable abordarla desde una óptica sistémica. Todo sistema vivo –tal es el caso de la familia- tiene dos tendencias innatas: al equilibrio y al cambio. Homeostasis y Morfogénesis: no existen una sin la otra. El equilibrio eterno es imposible, pues se trastoca cuando un movimiento se introduce en el sistema; en este caso, en el sistema familiar. Una vez que se asientan las aguas, el equilibrio predomina de nuevo. Y luego, todo vuelve a comenzar.

Pensemos, por ejemplo en el nacimiento de cada hijo, el paso de los padres por la crianza, la evolución del amor conyugal, las inevitables pérdidas, la inclusión de nuevos miembros... en fin, es un maravilloso, pero a la vez complejo universo que se teje día a día en la vida de cada núcleo familiar.

No obstante, cuando los miembros de una familia tienen conocimiento sobre este vaivén entre el equilibrio y el cambio, poseen información sobre todo aquello que vendrá; pero no como un futuro predecible, sino como un conjunto de elementos identificables, conocidos, modificables; entonces pisarán sobre un terreno más seguro y podrán vivir con menos dudas y desorientación; pudiendo generar así una sana estructura.

De tal manera que hoy resulta esencial generar programas para los líderes familiares o cuidadores primarios, mismos que proporcionen herramientas seguras, es decir, conocimientos, destrezas y actitudes necesarias para actuar con una sana flexibilidad. Propiciando así, el ambiente óptimo para el desarrollo de cada uno de los miembros del sistema y para la adecuada evolución de un proyecto de vida en común.

Con este Programa se pretende habilitar un terreno adecuado para la formación de adultos sanos, productivos y conscientes; logrando así, por lo tanto, una sociedad más ética. Pues se ha comprobado que las sociedades conscientes -es decir, aquellas que conocen su idiosincrasia personal y familiar-son capaces de reconocer sus fallas y moverse hacia el cambio y el crecimiento propio de sociedades con un alto nivel de desarrollo.

¡Bienvenido a Competencias Familiares! Un Programa especialmente diseñado para ti, que quieres continuar creciendo y que deseas compaginar eficazmente tu vida laboral, personal y familiar. Que reconoces la necesidad de prepararte para saber de qué manera lograr diálogos continuos y abiertos con tu pareja y con tus hijos; alcanzando así el ejercicio de una paternidad bientratante y una dinámica familiar sana y funcional. ¡Comencemos!

*Puebla, Pue. Invierno de 2023
Nora Leticia Albores Fernández
Cofundadora de FISENH*

Características del curso

Objetivo General: Ofrecer herramientas teóricas y prácticas que permitan a los participantes generar dinámicas que favorezcan su bienestar personal y familiar.

Dirigido a: Padres, madres, profesionistas del área de Humanidades, Salud, Educación y toda persona interesada en el tema de Familia.

Formato: Virtual y asincrónico, es decir, el usuario puede atender las lecciones a su propio ritmo.

Costo: Gratuito.

Duración: 30 horas.



Contenido

1. Ciclo vital y estructura familiar.
2. Apego y primera Infancia.
3. Factores de riesgo y protección en la adolescencia.
4. Gestionando mi vida emocional.
5. La persona humana y la familia.
6. Matrimonios que perduran, la vigencia del amor.
7. El duelo como proceso adaptativo en los sistemas familiares.
8. Cómo hablar de sexualidad desde una perspectiva personalista.
9. Comunicación y acuerdos.
10. Nutrición saludable y funcional.
11. Economía familiar sana.



Cada tema está constituido de los siguientes elementos:

- a. Introducción.
- b. Video “Entrevista con el experto”.
- c. Herramientas complementarias.
- d. Lecturas de apoyo.
- e. Actividad integradora.



¿Cómo puedo acceder a Competencias Familiares?

Competencias Familiares podrá ser cursado por:

1- Una persona de forma individual.

2- Un grupo de usuarios de alguna organización. En este caso, es necesario que el responsable o líder del grupo envíe una carta de motivos al correo contacto@fisenh.com para informar de su interés en que varios miembros de su institución tengan acceso al curso. El título del correo deberá ser: *Solicitud C. Familiares*

En ambos casos, los pasos a seguir son los siguientes:

- o Ingresar a www.fisenh.com
- o Ir al apartado COMPETENCIAS FAMILIARES. (Individual o por Organización).
- o Iniciar sesión o Registrarse.
- o Seguir cada uno de los módulos.
- o Una vez iniciado, el usuario contará con 3 meses para concluir el programa.
- o Al finalizar, la persona u organización podrá solicitar a FISENH la constancia correspondiente.





Elizabeth Eng García

Liz Eng es egresada de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (BUAP) y tiene una maestría en Psicología Clínica con Orientación en Psicoterapia Familiar por la UPAEP.

Con una trayectoria de más de 38 años de trayectoria en el área educativa, ha sido catedrática de licenciatura y maestría en Universidades como la UPAEP, UVM, ANAHUAC-PUEBLA, entre otras. y clínica sistémica familiar y de pareja.

Ha ejercido la práctica privada como Terapeuta familiar, de pareja y de niños desde hace más de 38 años.

Es conferencista a nivel Nacional e Internacional en temas de Familia, Pareja, Tanatología y Psicoterapia con Enfoque Sistémico, así como Docencia y Liderazgo . Ex Asesora Técnica de Psicología en Educación Especial Puebla.

Está diplomada por el Tecnológico de Monterrey en Liderazgo Directivo y Docente. Dentro de su quehacer profesional está el ejercicio de Supervisión en el área Clínica con Enfoque Sistémico y Supervisión en el Área de Psicología Educativa.

Ha trabajado con Padres de niños que enfrentan Barreras para el aprendizaje y la Participación (BAP). Y es Agente Capacitador Externo de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social.

Ha sido acreedora a diversos premios, como Méritos a la Docencia por la SEP y algunas universidades.



Alfredo Santillán García

Alfredo Santillán García, nació en la Ciudad de México; y vivió sus primeros años de vida en Coatzacoalcos, Veracruz. Ha vivido, estudiado y trabajado en diferentes países, como Inglaterra, Irlanda, Israel, Roma, Estados Unidos de América y los últimos 6 años en Puebla de los Ángeles.

Estudió la licenciatura y maestría en Psicología Clínica, ambas por la Anáhuac Puebla. Licenciado en Filosofía por el Ateneo Pontificio Regina Apostolorum, de Roma, Italia. Algunos diplomados en Terapia Familiar Sistémica, y en Orientación Vocacional y Competencias para la Vida Académica y Profesional, por la Universidad Autónoma de Tlaxcala; así como en Teología del Cuerpo, por el Pontificio Instituto Juan Pablo II; también "El Holocausto. Kol Hazikaron: la Voz de la Memoria" por la Universidad Hebraica México.

Ha ejercido la práctica clínica de forma privada por algunos años. También ha sido profesor de Oaklawn Academy, Prepa y Universidad Anáhuac Puebla, en materias como Ética y Valores, Orientación Vocacional, Amor y Liderazgo, Filosofía y Lógica. También se ha desempeñado como tallerista y conferencista sobre temas de Antropología filosófica, Teología del cuerpo y Formación Católica, dando cursos en diversas parroquias e instituciones, como el Instituto México de Puebla.

Disfruta de la compañía de familiares y amigos; y tiene la ilusión de formar su propia familia.



Ana Luz Loaeza Diego

Ana Luz Loaeza es Licenciada en Psicología por UPAEP y tiene la Maestría en Ciencias para la Familia por la misma universidad y Eudfamilia, España, presidida por el Dr. Tomás Melendo.

Ha sido docente universitaria en Universidad La Salle Puebla y UPAEP, impartiendo materias como Psicología Educativa y Psicología del Adolescente. Y ha brindado talleres para jóvenes, padres de familia, formadores y docentes a lo largo de más de 25 años.

Tiene un particular interés en temas de Antropología Personalista, Felicidad, Amor inteligente, Sexualidad y Afectividad, por lo se ha formado en estas áreas a lo largo de su trayectoria profesional y su práctica privada se enfoca en dichos aspectos.

Tiene a su cargo el área psicológica de la Sección Secundaria en el Colegio La Salle Benavente y ha colaborado en dicha institución desde el año 2000.

Actualmente estudia el Curso Experto en Sexualidad y Afectividad por la Universidad Francisco de Vittoria, Madrid.



Diana Beatriz Morales Reyes

Desde hace 18 años trabaja como psicoterapeuta en consulta privada y en instituciones como UPAEP, Benemérita Universidad Autónoma del Estado de Puebla y Universidad Anáhuac. Así como en el DIF Municipal de Puebla y de San Pedro Cholula.

Docente desde 10 años en UPAEP y la Universidad Iberoamericana, y en el Centro Mexicano de Estomatología CME en la maestría de Docencia e Investigación.

Imparte cursos y talleres desde 2006, en la República Mexicana, a personal, docentes administrativos y directivos de diferentes instituciones educativas como UPAEP y PREPAS UPAEP, ANÁHUAC, TECNOLÓGICO DE MONTERREY, CME, BINE.

También participa como conferencista en empresas como FISENH, JHM TALENTO HUMANO, INSTITUTO DE GESTIÓN E INNOVACIÓN EDUCATIVA, entre otros. Y en el sector público como DIF De San Pedro Cholula, H. Ayuntamiento de Puebla y la IVIII Legislatura del Congreso del Estado de Puebla. Y en instituciones religiosas de la Iglesia Católica.

Es experta en temas de desarrollo personal, trabajo en equipo, salud laboral, comunicación, inteligencia emocional, prevención de conductas de riesgo, herramientas digitales en la enseñanza, teología del cuerpo de San Juan Pablo II, entre otros.



Ana Tere Dueñas Baca

Ana Tere Dueñas nació en el Distrito Federal, ahora Ciudad de México; y vive desde hace 29 años en Puebla. Estudió la licenciatura en Administración de Instituciones en la UPAEP y tiene un Máster en Asesoramiento, Orientación, Mediación e Intervención Familiar por la Universidad de Santiago de Compostela, España.

Ha trabajado en el DIF Municipal de Puebla, atendiendo de manera preventiva a través de diversos servicios socioeducativos a la población de padres, madres, tutores y cuidadores, así como hijos e hijas en edad escolar del municipio de Puebla, en sus diversos ambientes de desarrollo como son la escuela y centros de convivencia comunitaria.

Una de las grandes pasiones que tiene es la familia lo que la ha llevado a colaborar en el área de formación y desarrollo humano a través de encuentros que procuran el fortalecimiento de esta; siendo capacitadora en distintas organizaciones e instituciones como FISENH, la Unión Nacional de Padres de Familia Delegación Puebla, el Instituto de Gestión e Innovación Educativa. Así mismo, ha impartido conferencias, talleres y pláticas en distintas instituciones educativas a nivel nacional y latinoamericano.

Tuvo la oportunidad de ser colaboradora en Radar Metropolitano estación 1440 de AM en la Sección "Consejos de Papá y Mamá".

Ha sido docente a nivel primaria, secundaria y bachillerato en distintas instituciones educativas del Municipio de Puebla.

Le gusta mantenerse actualizada, lo que la ha llevado a estudiar los Diplomados en Atención a la Familia, Vida Familiar y Vida con Sentido y los cursos: Atención de la Violencia Familiar, Impacto de las Intervenciones Positivas en la Educación, entre otros.

Desde el 2019 a la fecha es consejera del Consejo de Participación Ciudadana de Educación del Municipio de Puebla.

Está casada desde hace 25 años y tiene 3 hijos, un varón y dos mujercitas.



Alejandra Cabildo Ramírez

Alejandra es Licenciada en en Psicología por la UPAEP y tiene una maestría en Ciencias de la Familia por el Pontificio Instituto Juan Pablo II para estudios sobre Matrimonio y Familia (Red Universidad Anáhuac).

Diplomados en Dirección de Personal (Universidad Iberoamericana), Inteligencia Afectiva (UPAEP), Técnicas y Habilidades de la Comunicación Oral y Digital (Instituto Juan Pablo II), Tanatología (Instituto Juan Pablo II), Logoterapia y tratamiento de adicciones (Instituto colombiano de análisis existencial Víktor Frankl), Neurobiología del comportamiento humano (Feelink) y Psicotraumatología (Centro de Escucha San Juan de Dios).

Ha llevado a cabo talleres y preparación académica en Asertividad en la Educación, Disciplina positiva, Inteligencia emocional, Crianza positiva, respetuosa y responsable, Terapia EMDR, Estrategias avanzadas de terapia EMDR para optimizar el trabajo con adolescentes y niños, Manejo de emociones y Método Gottman para terapia de pareja.

Psicoterapeuta en psicoterapia familiar, individual, adolescentes y niños. con Enfoque humanista, sistémico e integrativo.

Maneja Terapia EMDR, logoterapia para manejo de conductas adictivas, escuela Filosófica Víktor Frankl, coordinación y desarrollo de Escuela de Padres y asesoría en crianza.

Conferencista y docente en temas de desarrollo humano, crianza positiva, comunicación en la pareja, solución de conflictos en el matrimonio, adicción a las pantallas, su prevención y tratamiento, manejo de emociones, entre otros.

Investigación y desarrollo en el área psicoeducativa de la materia Formación Humana para primaria, secundaria y bachillerato.

Actualmente forma parte del Centro de Escucha San Juan de Dios, en Puebla, como psicoterapeuta y docente en la Escuela Filosófica Víktor Frankl (para el tratamiento de conductas adictivas)



María del Pilar Ochoa Méndez

María del Pilar Ochoa Méndez es originaria de Guadalajara, Jalisco y tiene una licenciatura en Pedagogía por la Universidad Panamericana.

FertilityCare Practitioner Certificada y FertilityCare Educator Certificada por Instituto San Pablo VI y Escuela de Medicina de la Universidad Panamericana.

Wholeness Coach por The Wholeness Coaching School.

Cuenta con Diplomados en Logoterapia, Prevención de Violencia de Género, Inteligencia Emocional y Psicología Grupal; estudios en Formación Afectivo Sexual, Trauma, Herramientas Psicosomáticas, Liderazgo Transformador, entre otros.

Es TEDx Speaker (por publicar) y tiene más de 25 años de experiencia educativa, más de 10 años enseñando a mujeres y parejas a conocer su salud ginecológica y fertilidad como monitora del Modelo Creighton.

Es esposa y mamá de dos.



Adriana Mena Juárez

Adriana es Licenciada en Psicología por la UPAEP, tiene una Maestría en Ciencias de la Familia para la Consultoría por el Pontificio Instituto Juan Pablo II para estudios sobre Matrimonio y Familia (Red Universidad Anáhuac) y Psicología Clínica y de la Salud en Universidad IEXPRO.

Tiene Diplomados en Orientación Educativa, Herramientas para el desarrollo de la práctica docente, Inteligencia Emocional y desarrollo Humano en Universidad ANÁHUAC. Así como el Taller Acompañamiento y apoyo emocional en procesos de Duelo por la COVID-19 y el Taller "Manejo clínico de Ansiedad y Depresión en tiempos de Pandemia" por el Instituto de Investigación, Capacitación y Psicoterapia (IICAPS).

Tiene experiencia profesional en Área Educativa desempeñando funciones como docente en diferentes secciones: secundaria, bachillerato, licenciatura y maestría (actualmente en universidad IEXPRO).

Acompañante FILSE y Tallerista DIDE UPAEP y participación como facilitadora en diplomado "Resignificando con consciencia y placer mi Sexualidad UPAEP".

Área Clínica en Psicoterapia, Evaluación y Orientación Psicológica en atención a adolescentes, adultos y Familia. Atención a Universitarios en la clínica de Psicología de Salud Integral UPAEP.

Su enfoque terapéutico es Sistémico – Humanista.

Cotitular del programa de radio por Internet "Crónicas de Familia" en www.mexicoprioridad.com hasta 2019.



Susana Galina Suárez

Licenciada en Nutrición y Ciencia de los Alimentos por la Universidad Iberoamericana, Puebla. Maestra en Nutrición y Dietética por la Universidad Internacional Iberoamericana, certificada en Coaching en Nutrición por Nutritional Coaching, Barcelona España y certificada en Psicología Alimentaria por Ashnan.

Cómo nutrióloga se ha dedicado a la consulta privada desde hace más de 20 años así como en la docencia, en diversas universidades de la ciudad de Puebla en diferentes temas como Nutriología, Cálculo dietético, Selección y preparación de alimentos, educación en nutrición, nutrición en el individuo sano entre otras.

Es mamá de dos adolescentes, a los cuales considera su orgullo, alegría y motor para ser una buena mamá y profesionista. Le gusta mucho hacer ejercicio y sus hobbies son: leer, escuchar música y podcasts relacionados con psicología y superación personal.

Cada día confirma que el ser nutrióloga es una profesión noble que la llena de satisfacción ya que con los conocimientos que se van adquiriendo día con día puede ayudar a los pacientes para que tengan una mejor relación con su alimentación desde un aspecto más profundo y consciente, así como aportar en clases, una mejor perspectiva de la alimentación actual, para que así también los alumnos se beneficien de este tema al tener mejores conocimientos, viéndolo desde una forma más humana y compasiva.



Carlos Peláez Goycochea

Licenciado en Economía por la UNAM y Maestro en Finanzas por la Universidad de las Américas-Puebla, con Diplomados en Finanzas y en Administración de Proyectos de Inversión, también por la UDLAP. Actualmente cursa el Doctorado en Ciencias del Desarrollo Regional y la Sustentabilidad, en el Colegio de Puebla.

Con una experiencia profesional de más de 35 años, en el sector público (Nafin) y en el sector privado, ahora es consultor en planeación estratégica, finanzas, emprendimiento y educación financiera, para personas, parejas, familias, emprendedores y empresas en general.

Desde hace 22 años es catedrático en diferentes Instituciones de Educación Superior de Puebla en temas de Economía, Contabilidad, Finanzas, Proyectos de Inversión y emprendimiento de empresas.

Es autor del libro Finanzas Cotidianas, del cuaderno de trabajo Economía Familiar Sana, y creador de la Metodología De Deudor a Empresario. Es divulgador de temas de economía y finanzas en radio y televisión.



María del Carmen Galván Rodríguez

Mary Carmen, estudió la licenciatura en Administración de Instituciones en la UPAEP, es además maestra en Ciencias de la Familia por el Instituto Juan Pablo II. Ha dedicado su carrera a la enseñanza y desarrollo humano.

Con más de una década de experiencia ha liderado talleres y capacitaciones en sectores educativos y empresariales. Su participación como miembro del comité en la Sociedad de Padres de familia del Colegio Benavente la llevó a impulsar proyectos como el Diplomado en Competencias Familiares que se impartió por varios años a los miembros de la comunidad.

Actualmente Coordina la Ruta de Liderazgo en la universidad Anáhuac, así como las materias electivas de familia, matrimonio, sexualidad y noviazgo. Su pasión por la familia, la educación y el liderazgo se reflejan en cada aspecto de su carrera.

A nivel académico Mary Carmen ha sido docente en las materias de Liderazgo y desarrollo personal, equipos de alto desempeño, bienestar integral y habilidades universitarias para la comunicación. Su compromiso con la excelencia educativa se manifiesta en la formación de futuras generaciones.

Desde el 2015 es Socia Fundadora de FISENH, una consultora dedicada a la creación y promoción de programas relacionados con el bienestar, la salud mental y la familia.

Cuenta además con un Master en Docencia Educativa, además de capacitaciones en metodologías innovadoras, formación de experiencias de aprendizaje en el aula, evaluación y seguimiento de resultados, aprendizaje invertido, habilidades del tutor y liderazgo académico.

Mary Carmen ha demostrado un compromiso constante con su desarrollo profesional, participando en programas de vanguardia como el curso No+Violencia, que la posiciona como un agente transformador. Su búsqueda continua de conocimiento la ha llevado a embarcarse en la Maestría en Psicología Organizacional y a obtener certificaciones como el Método Gottman para Terapia de Pareja (Nivel 1) y disciplina positiva en la familia, entre otros.

Es casada desde hace 20 años y mamá de 3 hijos.



Nora Leticia Albores Fernández

Nora Albores nació en Orizaba, Veracruz; y vive desde hace 30 años en Puebla, hermosa ciudad, Patrimonio de la Humanidad. Estudió la licenciatura en Psicología y tiene una maestría en Psicología Clínica con Orientación en Terapia Familiar, ambas por UPAEP.

Ha ejercido la práctica clínica de orden institucional y privado por más de 25 años; y uno de los temas que más le apasiona es la Familia y dentro de ella: la paternidad, los procesos de diferenciación y la integración del binomio trabajo-vida familiar.

Su labor como docente comenzó en 1998 y a nivel maestría a partir de 2006. Ha sido catedrática en Universidades como el Pontificio Instituto Juan Pablo II para estudios sobre Matrimonio y Familia (Red Universidad Anáhuac), Universidad La Salle Noroeste en Cd. Obregón, Universidad del Valle de México, UPAEP, Universidad Anáhuac y Universidad Iberoamericana Puebla.

Desde hace 9 años, es socia fundadora de FISENH, una consultoría que elabora y promueve programas en materia de bienestar, salud mental y familia. FISENH recibió por parte de la Secretaría de Economía junto con otras empresas poblanas, el Premio Emprendidos 2020 y el distintivo Empresas Poblanas de 10, en 2023.

Es a través de FISENH y en convenio con Universidad La Salle Puebla, que ofrecieron el Diplomado en Competencias Familiares. Un curso que en 2020 se llevó a cabo por quinta ocasión, tanto para la Comunidad del Colegio Benavente, como para el público externo. Este curso brinda una serie de herramientas psicoeducativas para fortalecer los vínculos al interior de los sistemas familiares.

Dentro de sus últimas actualizaciones, está una Certificación en la Metodología Design Thinking, otorgada por la Universidad de Stanford, IDEO y Winn Innovation; un Diplomado en Psicología Hospitalaria y de la Salud por la Ibero Puebla y el Diplomado en Docencia Integral para la Innovación Educativa, por el Pontificio Instituto Juan Pablo II.

En 2020 se le otorgó el Nombramiento como Miembro del Centro de Estudios para la Familia y la Sociedad (CEFAS) UPAEP durante el periodo 2021-2023.

Está casada desde hace 22 años y tiene 2 hijos jóvenes.