

Conferencias Trixia Valle

Conferencia para jóvenes: “La aceptación de los jóvenes en un mundo *light*” (90 min.) En esta conferencia se pone en contexto la realidad de los jóvenes debido al mundo *light* en el que vivimos. El mundo *light* se caracteriza por ser materialista, hedonista y banal, de manera en que los valores auténticos han quedado fuera de la realidad contemporánea. Temas:

- La aceptación en un mundo sin valores
- Las conductas nocivas en busca de la aceptación
- La problemática de las niñas
- La problemática de los niños
- El sexo *light*
- El alcohol, ¿relajo o adicción?
- La distribución de drogas
- La anorexia y bulimia
- El dinero y la popularidad como medio de aceptación

Conferencia / taller para jóvenes: “Campaña anti bullying: Cadena de favores” (120 min.)

El ambiente actual entre los jóvenes se ha llegado a convertir, en ocasiones, en un medio hostil y adverso que destruye emocionalmente a algunos. El acoso desproporcional existente, llamado bullying, deja heridas muy profundas y difíciles de sanar; es por ello que esta conferencia propone a los jóvenes opciones de vida sanas que comienzan con una cadena de favores para que actúen el valor de la generosidad, que resulta ser el opuesto al acoso.

- Sí... hay mucha violencia
- ¿De dónde surge la violencia?
- Las niñas hoy
- Los niños hoy
- ¿Por qué te defiendes?
- Diferencia entre travesura y hostilidad
- El daño que se hace el maltrato emocional
- Todos queremos dar a los demás
- Da el primer paso, atrévete a ser generoso
- Comprométete con tu mundo, es tuyo y tú lo puedes transformar
- Cadena de favores

Conferencia para jóvenes: “El mundo de las tallas: los desordenes alimenticios en los jóvenes” (70 min.)

Esta conferencia pone en contexto la realidad de los jóvenes debido al mundo *light* en el que vivimos, así como la influencia que tienen la moda y los cambios en los cánones de la belleza en los desordenes alimenticios. La consecuencia consiste en que hoy cada vez más jóvenes padezcan anorexia, bulimia y el comer compulsivo. Temas:

- La aceptación en un mundo sin valores
- La problemática de las niñas
- La problemática de los niños
- El peso como medio de aceptación
- La moda como influencia nociva en los trastornos alimenticios
- Todo empieza con una “inocente” dieta
- La anorexia
- La bulimia
- El comer compulsivo
- La personalidad adictiva
- Testimonial
- El apoyo a quienes padecen estas enfermedades y las soluciones al problema
- La importancia de saber quien eres tú mismo

Conferencia para jóvenes: “Besando sapos: ¿qué pasa hoy con el noviazgo?” (70 min.)

Una de las características de la generación Y (jóvenes nacidos a partir de 1985) consiste en un miedo terrible al compromiso y a la entrega. Este miedo se traduce en que el noviazgo tradicional ha sido cambiado en algunos casos por los famosos “free”. Esto quiere decir que existe entrega física más no emocional, en algunos casos y se podría decir que hoy se besan sapos esperando príncipes, y al no suceder, existe decepción.

Temas:

- ¿Quieres un noviazgo o un free?
- Las formas de ligar
- La formalidad ha pasado de moda
- Nadie se enamora con un beso
- Los sapos son sapos
- Tu príncipe azul es alguien que te ama
- Sin entrega y compromiso no hay amor
- Las decepciones amorosas llevan a las conductas nocivas
- ¿Qué chiste tiene tener una pareja sin amor?

Conferencia para jóvenes, padres de familia y maestros: “¿Qué onda con los Emo?” (90 min.)

En esta conferencia se define la actual moda Emo, la cuál se define por la depresión y el poco aprecio por la vida. Se habla sobre sus orígenes y la influencia negativa que siembra esta corriente en los jóvenes. Enumera sus alcances destructivos en los jóvenes. Temas:

- ¿Quiénes son los Emo?
- ¿De dónde surgen los Emo?
- Filosofía de vida Emo
- Características de los Emo
- Conductas que fomenta esta corriente
- ¿Por qué hay tanta violencia contra los Emo?
- ¿Qué promueven los Emo?
- ¿Quién fue el primer niño Emo?
- ¿Por qué los jóvenes se afilian a las tribus urbanas?
- ¿Cómo ayudar a salir de la depresión a los jóvenes Emo?

Conferencia para padres de familia: “El límite del reventón” (90 min.) Esta conferencia pone en contexto la manera de vivir de los jóvenes debido al exceso de reventón que vivimos, de manera en que los valores auténticos han ido quedando fuera de la realidad contemporánea. Se menciona cuándo el reventón se sale de control y cuándo ya hay un problema con los hijos. Temas:

- Hasta dónde es normal buscar la aceptación de los demás
- Las conductas nocivas en busca de la aceptación
- El reventón de las niñas
- El reventón de los niños
- El sexo *light*: cómo lograr que los jóvenes establezcan relaciones sanas
- El alcohol, ¿relajo o adicción?
- La distribución de drogas
- La personalidad adictiva
- La anorexia, cuando hay que preocuparse
- El dinero y la popularidad cuando se convierten en obsesión

Conferencia para padres de familia: “Generación X, Y ó 2000” (90 min.)

¿Quién es la generación X, Y o 2000? Mucho se habla sobre esta generación de jóvenes nacidos de 1985 al 2000 quienes poseen características específicas que los ha convertido en una de las generaciones más controvertidas de los últimos tiempos. El exceso de información, la globalización, la falta de motivación positiva, la mala forma de comunicarse y la falta de compromiso, son algunos de los móviles que define a estos jóvenes. Temas:

- Las generaciones a través de la historia desde el “baby boom”
- ¿Quién es la generación X, Y ó 2000?
- Influencias sobre esta generación
- Problemática para comunicarse con esta generación
- Proliferación de tribus urbanas y conductas nocivas aceptadas
- ¿Qué pasa con el compromiso?
- ¿Cuáles son los retos con la nueva generación de jóvenes?
- ¿Cómo estimular a estos jóvenes para retomar los valores?
- Yo sí creo en los jóvenes

Conferencia para padres de familia: “Educar sin culpa” (90 min.) En esta conferencia se trata de poner en contexto los retos a los que se enfrentan la mayoría de los padres al educar a los hijos, siendo uno de los más complejos de afrontar: la culpa. ¿Por qué nos sentimos culpables al corregir? ¿Estará bien lo que hemos decidido? ¿Quién sabe que es lo perfectamente correcto al educar? Son preguntas que todos nos hemos hecho y que son parte del reto de tener hijos. Sin embargo, es muy importante que creamos en nosotros mismos y en nuestras decisiones, ya que al titubear se pueden mover nuestros propios límites. Temas:

- Padres = guías
- Los límites
- Forjando la auto estima de los niños
- La congruencia en la educación (predicar con el ejemplo)
- Firmeza sin culpa
- Es sano pedir perdón
- Respeto no significa aceptar sin cuestionar
- Familia sana

Conferencia para padres de familia: “A nosotros ¿qué nos toca hacer?” (90 min.) El

fin de la conferencia es transmitir a la audiencia siete pasos efectivos para crear una empatía con los hijos, misma que les permita ser verdaderos líderes para sus hijos, y que ellos se interesen en escuchar a sus padres. Los puntos a tratar son:

- Crecer juntos
- Nuestro amor no puede cambiar el entorno
- 7 pasos hacia una relación sana:
 - Regresar a las bases

- Ser proactivos en nuestro radio de acción
- Entender para ser comprendidos
- Escuchar con empatía
- Límites claros y carta de negociación
- Creer en ellos
- Congruencia
- ¿Qué impide a los padres cumplir los límites?
- Nunca rechaces a tus hijos

Conferencia para padres: “¿Qué es el bulling?” (90 min.)

En esta conferencia define la actual preocupación de padres de familia respecto al acoso desproporcional que existe en los diversos ambientes escolares. Este acoso, que siempre ha existido, hoy es motivo de preocupación dado que cada vez es más frecuente y con conductas con mayores alcances destructivos. Temas:

- ¿Qué es el bulling?
- Los tipos de bulling
- ¿Por qué surge el bulling?
- Diferencias entre travesura y acoso
- ¿Cómo detectar y apoyar a un niño / joven que sufre bulling?
- ¿Cómo detectar a un acosador (bully)?
- ¿Qué medidas tomar con el acosador?
- El acoso va en cadena
- Los efectos nocivos del acoso
- Los riesgos del maltrato emocional
- Los padres en apoyo a la contención de los ambientes escolares
- Opciones de vida

Conferencia para maestros: “Los educadores del siglo XXI ¿Cómo detectar y ayudar a los jóvenes con problemas?” (90 min.) El fin de la conferencia es transmitir a los educadores como entender la problemática de los jóvenes y darles herramientas para poder detectar problemas en los alumnos, como desórdenes alimenticios, consumo de alcohol y drogas, entre otros. Los temas a tratar son:

- La aceptación en un mundo sin valores
- Las conductas nocivas en busca de la aceptación
- La problemática de las niñas
- La problemática de los niños
- El sexo *light*
- El alcohol, ¿relajo o adicción?
- La distribución de drogas
- La anorexia, bulimia y comer compulsivo
- Los bullies y los cutters
- La labor de los educadores del siglo XXI
- El apoyo a los alumnos en problemas

Conferencia para maestros: “¿Qué es el bulling?” (90 min.)

En esta conferencia define la actual preocupación de los profesores respecto al acoso desproporcional que existe en los diversos ambientes escolares. Este acoso, que siempre ha existido, hoy es motivo de preocupación dado que cada vez es más frecuente y con conductas con mayores alcances destructivos. Temas:

- ¿Qué es el bulling?
- Los tipos de bulling
- ¿Por qué surge el bulling?
- Liderazgo efectivo para contener el ambiente

- Diferencias entre travesura y acoso
- ¿Cómo detectar y apoyar a un niño / joven que sufre bullying?
- ¿Cómo detectar a un acosador (bully)?
- ¿Qué medidas tomar con el acosador?
- El acoso va en cadena
- Los efectos nocivos del acoso
- Los riesgos del maltrato emocional
- Los padres en apoyo a la contención de los ambientes escolares
- Opciones de vida

Conferencia / taller para empresas: “El mobing empresarial” (120 min.)

El llamado “mobing” es el acoso que se presenta entre dos personas o más, al existir diferencias entre ellos. Este término se deriva de la palabra “mob” que significa mafia y que surge a todos los niveles en las empresas, al presentarse algún tipo de acoso. El resultado de ello representa elevada rotación de persona, baja productividad y distracciones que quitan el foco en la misión empresarial. Temas:

- ¿Qué es el mobing?
- Los tipos de mobing
- Radio pasillo como arma silenciosa de acoso
- EJERCICIO PARA ESCUCHAR
- EJERCICIO SOBRE EL VALOR DE LA PALABRA
- Los bloqueos de carrera
- El jefe ¿siempre es el malo?
- EJERCICIO DE PARADIGMAS
- ¿Cómo detectar a un acosador (moby)?
- ¿Qué medidas tomar con el acosador?
- El acoso va en cadena
- EJERCICIO DEL MIEDO
- Los efectos nocivos del acoso empresarial
- EJERCICIO DE HONESTIDAD
- Trabajo en equipo

Conferencia / taller para empresas: “Balance entre trabajo y familia” (120 min.)

La situación económica actual obliga a ambos padres a trabajar para poder así proveer un bienestar a sus hijos. Sin embargo, el reto de educar y trabajar al mismo tiempo no siempre es tarea fácil, ya que la culpa es un sentimiento que suele aparecer en las relaciones padres e hijos. Al existir este sentimiento, los hijos suelen descontrolarse y aparece entonces la desarmonía familiar.

- Padres = guías
 - Los límites
 - Forjando la auto estima de los niños
 - EJERCICIO AUTOESTIMA
 - La congruencia en la educación (predicar con el ejemplo)
 - Firmeza sin culpa
 - EJERCICIO PARA SABER ESCUCHAR
 - Es sano pedir perdón
 - Respeto no significa aceptar sin cuestionar
 - EJERCICIO PARA IDENTIFICAR CON LOS HIJOS
 - EJERCICIO PARA COMPRENDER Y LIBERAR CULPA
 - Familia sana
-

Trixia Valle, autora del best seller "La vida en el reventón" y "La dama presidenciable".
Sobre la autora: Su curriculum se resume a relaciones internacionales durante 5 años en empresas como Hewlett Packard y 3Com. Ha realizado diversos diplomados sobre la familia, la sociedad y las adicciones. Su pasión es escribir ensayos basados en profundas investigaciones, para así poder hacer propuestas concretas y retomar los valores auténticos adaptados al Siglo XXI. Es miembro de la Red Mundial de Conferencistas (www.conferencistas.eu) y cuenta con un programa de radio semanal titulado "Yo sí creo en los jóvenes" que se transmite por Radio Primera (www.radioprimer.com) todos los lunes. Resultó ganadora del segundo lugar en el Concurso Nacional de Cuento 2006, "Por una vida libre de violencia para las mujeres y las niñas" organizado por la PGR y la FEVIM. También es guionista para televisión, siendo el programa "Tres Pasiones" de la serie Celebremos México, producido por Emilio Larrosa y Televisa, su trabajo más destacado.
www.trixiavalle.com tvalle@trixiavalle.com