



Centro Humanista de Soluciones Sistémicas

“Al Servicio de la Vida”

DIPLOMADO EN BULLYING: COMPRENDER, PREVENIR Y TRANSFORMAR

Víctimas, victimarios y entorno

“El bullying no solo se combate... se comprende, se previene y se transforma.”

Modalidad: 1 clase mensual

Duración: 3 horas por sesión

Total: 12 meses

Objetivo del diplomado

Brindar herramientas prácticas y comprensión profunda del bullying desde la psicología clínica, abordando tanto a víctimas como a agresores, así como el papel de la familia, la escuela y la sociedad.

TEMARIO:

◆ **MÓDULO 1: ¿Qué es el bullying realmente?**

- Diferencia entre conflicto y violencia
- Tipos de bullying (físico, verbal, psicológico, digital)
- Mitos y realidades

◆ **MÓDULO 2: El perfil de la víctima**

- Características emocionales
- Baja autoestima y vulnerabilidad
- Señales de alerta

◆ **MÓDULO 3: El perfil del agresor (victimario)**

- ¿Por qué alguien agrede?
- Falta de límites y regulación emocional
- El agresor como reflejo de su entorno

◆ **MÓDULO 4: El cerebro y las emociones en el bullying**

- Respuestas de miedo, ansiedad y agresión
- Regulación emocional

- Impacto psicológico

◆ **MÓDULO 5: Bullying y salud mental**

- Ansiedad, depresión y trauma
- Consecuencias a corto y largo plazo
- Riesgos graves (aislamiento, autolesión)

◆ **MÓDULO 6: La familia y su influencia**

- Dinámicas familiares
- Estilos de crianza
- Cómo influyen en víctimas y agresores

◆ **MÓDULO 7: El papel de la escuela**

- Ambiente escolar
- Docentes y protocolos
- Prevención dentro del aula

◆ **MÓDULO 8: Cyberbullying (bullying digital)**

- Redes sociales y acoso
- Riesgos actuales
- Cómo detectarlo y actuar

◆ **MÓDULO 9: Cómo intervenir en el bullying**

- Qué hacer como padre, docente o adulto
- Primeros pasos ante un caso
- Qué NO hacer

◆ **MÓDULO 10: Herramientas para la víctima**

- Fortalecimiento de autoestima
- Manejo emocional
- Límites y habilidades sociales

◆ **MÓDULO 11: Trabajo con el agresor**

- Reeducación emocional
- Responsabilidad y empatía

- Cambiar patrones de conducta

◆ **MÓDULO 12: Prevención y cultura de respeto**

- Educación emocional
- Comunicación asertiva
- Construcción de entornos seguros

Metodología:

- Explicaciones claras y accesibles
- Ejemplos reales
- Ejercicios prácticos
- Espacio de reflexión

Dirigido a:

- Padres de familia
- Docentes
- Estudiantes
- Público en general
- Personas interesadas en psicología