

#Soygraduadokonradista

▼ **Escuela de
Posgrados**

Boletín Psicología Clínica

#030



COMUNICÁNDONOS
COMUNICÁNDONOS



Acreditación
Institucional
de **Alta Calidad**

ACOSO EN REDES SOCIALES



La tecnología ha tenido un avance significativo en las últimas décadas, lo que ha implicado el nacimiento de múltiples **redes sociales**, las cuales han venido transformando la forma en la que nos relacionamos, comunicamos e incluso en la que podemos generar ingresos económicos. No obstante, la **facilidad en el acceso al internet** y a las redes sociales también ha dado lugar a un fenómeno preocupante, amparado por el anonimato y la falta de control del entorno digital: **el acoso en línea**, conceptualizado como una forma de violencia que se expresa por medio de mensajes, comentarios o publicaciones que tienen como objetivo atacar, denigrar, humillar o intimidar a una persona de forma repetida.

Las víctimas de acoso en línea pueden tener **consecuencias negativas significativas en la salud física y mental**, caracterizadas por conductas de **aislamiento**, síntomas de **ansiedad, depresión, estrés postraumático e incluso el suicidio**. Es por esta razón, que es indispensable que como psicólogos clínicos estemos preparados para la identificación y el abordaje del acoso en redes sociales.

La identificación resulta complicada, debido a que puede ocurrir en cualquier lugar, en cualquier momento y adicionalmente puede pasar desapercibido, ya que al ser desarrollado en un entorno virtual es posible que sólo sea presenciado por el acosador y la víctima. Por lo tanto, **como psicólogos debemos atender a signos que sugieran que una persona puede estar siendo víctima de acoso en línea, tales como: cambios abruptos de comportamiento, expresiones de miedo o angustia al usar redes sociales**, conductas de evitación a ciertas aplicaciones móviles o sitios web y conductas de aislamiento.

Una vez se haya identificado una víctima de acoso en línea es indispensable que como profesionales en salud mental **actuemos de una forma oportuna y efectiva**: permitiendo un espacio de expresión y validación emocional, ofreciendo estrategias que faciliten el afrontamiento de la situación, la promoción del autocuidado, la comunicación asertiva y la toma de medidas que ayuden a prevenir futuros episodios de acoso, incluyendo información y apoyo para el acceso a las rutas que le permitan a la víctima o a sus representantes tomar acciones legales.

Por otro lado, también es indispensable que abordemos esta problemática desde una **perspectiva preventiva**, abriendo espacios de **educación** en donde se informe abiertamente sobre los **riesgos del acoso en redes sociales**, se promueva el uso responsable, seguro y respetuoso de las nuevas tecnologías, así como un ambiente de confianza donde las personas, especialmente las más jóvenes, se sientan en confianza para hablar sobre sus diferentes experiencias en el mundo virtual y finalmente se incentive a la denuncia y a la intervención temprana al identificar señales de alarma de casos de acoso cibernético.

Juntos como psicólogos clínicos podemos trabajar por un entorno virtual seguro y saludable.

Enlaces de interés:

<https://accionesmedicas.com/index.php/ram/article/view/50/109>

<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=101634>

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8920547>

TALLERES A LA COMUNIDAD

En el mes de mayo docentes de los Posgrados en Psicología Clínica de la Konrad Lorenz, se comprometieron con la labor social diseñando y dirigiendo talleres para la comunidad.

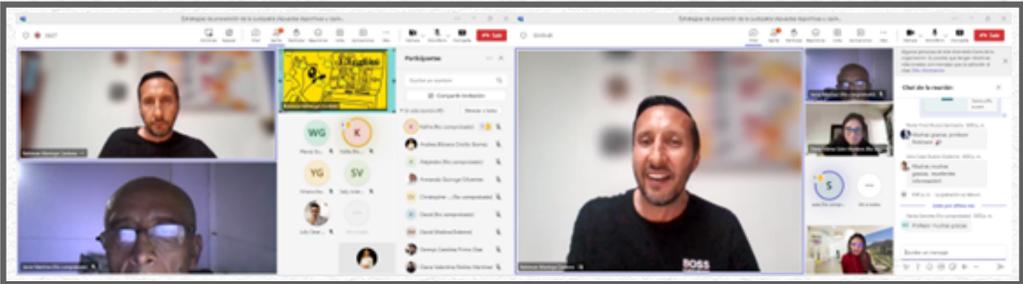
Gracias a estos talleres, se ha generado un impacto positivo fomentando la reflexión, el autocuidado en temas de salud mental, así como la promoción, prevención y el tratamiento oportuno de trastornos psicológicos. Los docentes han destacado la relevancia de brindar apoyo psicológico a quienes lo necesitan y de trabajar en conjunto para crear una sociedad más inclusiva y empática.

Aquí algunos de los momentos que se vieron en estos talleres:

“Consciencia plena y Envejecimiento Saludable. Cultivando el bienestar psicológico y emocional en la vejez”- Dirigido por: David Leonardo Sánchez Triana



“Estrategias de prevención de la ludopatía: Apuestas deportivas y casinos”- Dirigido por: Robinson Montoya Cardona.



“Prevención y Manejo del estrés” - Dirigido por: Andrea Bibiana Criollo Gómez



Escuela de Posgrados #30

#SoyGraduadoKonradista



Si quieres conocer todas las oportunidades que tienes para mejorar tu perfil laboral, escríbenos o búscanos en el sexto piso del edificio central.

Nuestra misión es ayudarte a cumplir tus sueños junto a los mejores profesionales.

Contáctanos a través de: empleabilidad@konradlorenz.edu.co y serviciosgraduados@konradlorenz.edu.co

Encuétranos en WhatsApp: <https://wa.link/lir3pw> y Facebook como **Graduados Konradistas**

¡Aprovecha los beneficios que tienes por ser parte de la familia Konradista!

¡Te esperamos!

[#GraduadoKonradista](#) [#KonradLorenz](#) [#EducaciónSuperior](#)