

Diplomado en Educación Emocional



MODALIDAD PRESENCIAL EN LÍNEA

Inicia
lunes
2 de febrero
de 2026
24a. Generación

 www.cuidarte.org.mx  33-1157-8631  Cuidarte Ac





OBJETIVO:

Desarrollar y fortalecer la inteligencia emocional en las y los participantes, que les permita considerar, generar e implementar la educación emocional en sus entornos de influencia más inmediata, así como para su propio desarrollo y éxito personal.

METODOLOGÍA:

El diplomado emplea una metodología basada en el juego, como recurso para generar aprendizajes significativos. Así mismo enseña vivencialmente a emplear material didáctico y de juego innovador para la educación emocional. Conduce a las y los participantes a la elaboración y diseño de una propuesta concreta en educación emocional.



DIRIGIDO A:

psicólogos, trabajadores sociales, médicos, docentes y personas interesadas en su propio desarrollo personal y profesional en el tema de desarrollo de habilidades socioemocionales y con posibilidades de fortalecer la educación emocional en las diferentes áreas de su vida, pareja, familia, escuela, trabajo y comunidad.

24 semanas. 48 sesiones de dos horas y media. 4 semanas por módulo.

INVERSIÓN

\$1,800 inscripción general.
\$3,800 por módulo.

CARGA HORARIA

120 horas presencial en línea.
20 horas (aprox) de trabajo en casa.



PERFIL DE EGRESO

AL FINALIZAR EL DIPLOMADO LOS PARTICIPANTES SERÁN CAPACES DE:

- 1 Elaborar un programa de educación emocional.
- 2 Emplear estrategias y recursos educativos y de juego innovadores para la educación emocional.
- 3 Plantear problemas relevantes en la educación emocional.
- 4 Utilizar sus propias competencias emocionales para su éxito personal.



MAPA CURRICULAR

MÓDULO I. Cuidarme

Alfabetización emocional.

MÓDULO II. Cuidado

Prevención de violencia en el hogar, la escuela y el noviazgo.

MÓDULO III. Cuidarnos

Habilidades para la convivencia y trabajo colaborativo.

MÓDULO IV. Cuidar

Promoción de buen trato y resiliencia.

MÓDULO V. Cuida

Mindfulness y otras alternativas metodológicas para la autorregulación emocional en educación emocional.

MÓDULO VI. Cuidarles

Comprensión de emociones de malestar y bienestar.

MÓDULO I. CUIDARME



ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL.

Fortalece y desarrolla destrezas en inteligencia emocional para implementar en el hogar y la escuela. Trabaja en un programa de alfabetización emocional con cinco competencias emocionales y metodología y herramientas lúdicas para lograrlo.

CONTENIDO TEMÁTICO:

- Qué es la inteligencia emocional.
- De la inteligencia emocional a la educación emocional.
- La importancia de la educación emocional.
- La alfabetización emocional.
- Cómo desarrollar cinco competencias emocionales.
- Vocabulario emocional.
- Conciencia emocional.
- Conciencia corporal emocional.
- Expresión emocional.
- Empatía.

MÓDULO II. CUIDADO



PREVENCIÓN DE VIOLENCIA EN EL HOGAR, LA ESCUELA Y EL NOVIAZGO.

Aprende un modelo y metodología de trabajo basado en 5 R. Registrar, Reconocer, Responder, Relatar y Resolver para enseñar estrategias de enfrentamiento, y prevención de posibles situaciones de maltrato, abuso, acoso o violencia, en el hogar, la escuela y el noviazgo con recursos didácticos y de juego.

CONTENIDO TEMÁTICO:

- Orígenes de la agresión.
- La agresión en la primera infancia.
- Estadísticas sobre los agresores en el hogar y en la escuela.
- La Perspectiva de intervención-prevención basada en buen trato.
- Modelo de prevención por competencias y aplicaciones vivenciales para la metodología de 5 R.
- Buen trato y estrategias para su promoción.
- Campo Vital de Contacto y Proxemia.
- Aplicaciones vivenciales para el desarrollo de las 5 R, registrar, reconocer, responder, relatar y resolver.
- Matices de agresión y violentómetro.
- Violencia de género.
- Estrategias de prevención de violencia en el noviazgo.

MÓDULO III. CUIDARNOS



HABILIDADES PARA LA CONVIVENCIA Y TRABAJO COLABORATIVO.

Adquiere herramientas conceptuales y prácticas para el trabajo en equipo, el liderazgo colaborativo y la solución de problemas, así como para una mejor comprensión del origen y naturaleza de los conflictos en los distintos ámbitos de interacción y construir soluciones mutuamente satisfactorias para una mejor convivencia.

CONTENIDO TEMÁTICO:

- Educación emocional y cooperación.
- Educación emocional y liderazgo cooperativo.
- Educación emocional y trabajo en equipo y toma de decisiones.
- Educación emocional y solución de conflictos.
- Habilidades para la mediación.

MÓDULO IV. CUIDAR



PROMOCIÓN DE BUEN TRATO Y RESILIENCIA.

Desarrolla estrategias para fortalecer el buen trato en la convivencia y adquiere claves para la resiliencia familiar y escolar.

CONTENIDO TEMÁTICO:

- Qué es buen trato.
- La promoción del buen trato y sus implicaciones políticas, sociales y culturales.
- Hacia una definición grupal de buen trato y sus características en el hogar, en la escuela y la comunidad.
- Qué es la resiliencia.
- Resiliencia y buen trato.
- Identificando el buen trato.
- Pilares del buen trato.
- Buen trato y prevención de maltrato, abuso y violencia.
- Elementos para la convivencia.
- Presentación de enfoque de derechos para la infancia y sus complicaciones.
- IDEA, esquema conceptual referencial y operativo para el trabajo de resiliencia.

MÓDULO V. CUIDA



MINDFULNESS Y OTRAS ALTERNATIVAS METODOLÓGICAS PARA LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL EN EDUCACIÓN EMOCIONAL.

Explora, estudia y analiza diversas alternativas metodológicas para la autorregulación emocional, con recursos como Mindfulness, técnicas en neurociencias, estimulación cognitiva con percusión corporal y danzas circulares, con el objeto de reconocer las potencialidades que entrañan y sus condiciones de aplicabilidad en el desarrollo de programas de educación emocional.

CONTENIDO TEMÁTICO:

- CEI Mindfulness o cultivo de la Atención Plena.
- Qué es el mindfulness, orígenes y evolución en Occidente.
- Los beneficios del mindfulness, medidos a través de la neurociencia.
- Las técnicas del mindfulness: cultivo de la atención y cultivo de la compasión.
- Introducción y prácticas del cultivo de la Atención Plena.
- Introducción y prácticas del cultivo de la Compasión.
- Modelos flexible de aplicación:
 - Modelo “Inner Child” de Susan Kaiser Greenland; Modelo “Kindfulness” de The Center for Healthy Minds; Mindfulness para niños y niñas.
- Estimulación cognitiva con percusión corporal.
- Cuentoterapia.
- Arteterapia.

MÓDULO VI. CUIDARLES



COMPRENSIÓN DE EMOCIONES DE MALESTAR Y BIENESTAR.

Considera algunas emociones y sentimientos desde una perspectiva profunda para construir un referente teórico y emplea estrategias para abonar a su comprensión de forma vivencial para su autogestión desde una perspectiva de desarrollo y de salud mental.

CONTENIDO TEMÁTICO:

- Definición de malestar.
- Principales sentimientos de malestar.
- Estrategias para autogestionar emociones de malestar.
- Sobre el estrés, ansiedad y angustia.
- Sobre emociones de pérdida.
- Trabajo con vulnerabilidad.
- Definición de bienestar emocional.
- El bienestar emocional como meta de la educación emocional.
- Educación emocional y principios éticos.
- Teorías sobre emociones positivas.
- El desarrollo de las emociones positivas.
- Principales emociones positivas.
- Trabajo con la felicidad. Trabajo con la gratitud. Trabajo con el amor.



DRA. MARÍA ISABEL ALVA CASTRO

Es fundadora y presidenta ejecutiva de Cuidarte A.C. desde 2005.

Es especialista en salud mental y apasionada educadora en emociones y sexualidad. Diseñó y elaboró los diplomados que se imparten en alianza con el Tec de Monterrey campus Guadalajara.

Es Doctora en Clínica psicoanalítica por el Centro ELEIA, Licenciada en Psicología por la Universidad Iberoamericana, Ciudad de México. Cuenta con una especialidad en psicoterapia psicoanalítica por la UNAM-AMPAG y una maestría en Psicología Clínica por la UNAM. Es Educadora Sexual por la Asociación Mexicana de Salud Sexual (AMSSAC).

Es autora de los modelos, metodologías y diversos materiales educativos para la alfabetización emocional, la promoción de buen trato y la prevención de maltrato, abuso y violencia que emplea Cuidarte A.C. También es autora de los libros: *Claves para un noviazgo constructivo*, *Guía para el facilitador del Taller novi: no violencia en mi noviazgo*, *Guía del taller de promoción de buen trato y no violencia en mi hogar y la escuela* y *Guía para la alfabetización emocional*.

Ha colaborado con artículos en algunas revistas y publicaciones nacionales e internacionales con los temas de infancia y sexualidad. Ha sido invitada como conferencista y tallerista en diversas universidades y congresos nacionales e internacionales. Fue consejera ciudadana del Instituto Jalisciense de las mujeres durante tres años y en noviembre del 2007 recibió, junto con otras mujeres, un reconocimiento por el Congreso del Estado de Jalisco, por su lucha por la erradicación de la violencia contra las mujeres.

Ha implementado desde 2007 diversos proyectos de intervención psicosocial desde Cuidarte A.C. Sus propuestas educativas y de promoción de salud mental, han impactado y beneficiado a miles de niños y niñas, adolescentes, jóvenes, mujeres, padres de familia y docentes en 15 estados del país. Más de 100 escuelas y organizaciones civiles, han adoptado sus programas de alfabetización emocional, de promoción de buen trato y resiliencia y de prevención de violencia en el hogar, la escuela y el noviazgo.



MTRA. MÓNICA VARELA CUEVAS

Psicóloga Social egresada de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM), con una Maestría en Desarrollo e Investigación Educativa de la Universidad Iberoamericana (UIA).

Se ha especializado en el diseño e implementación de Modelos de Intervención social y educativa para la infancia en contextos vulnerables, con diferentes organizaciones de la Sociedad Civil. Ha colaborado en la creación, aplicación y evaluación de programas de aprendizaje alternativos con enfoque cognitivo, como el Desarrollo de Inteligencia a través del Arte, Desarrollo de Habilidades del Pensamiento, Estimulación cognitiva a través de la percusión corporal, Autoregulación emocional y el Programa de Enriquecimiento Instrumental, en diversas instituciones y con población de alta vulnerabilidad, de distintas edades. Ha colaborado en instituciones como Papalote Museo del Niño, La Vaca Independiente con temáticas educativas; con la UNAM y Universidad Autónoma Metropolitana en temas de medio ambiente y desarrollo comunitario; en Casa Hogar Naandi, CITAC y Mayama, entre otras, con estrategias de Intervención e impacto social. Así como con Consultorías como Define, Menos Dos Grados, Gestión Filantrópica, Pro sociedad, Social links y Social Design.ed.

Cuenta con más de 20 años de experiencia en el fortalecimiento de organizaciones civiles dirigido al Diagnóstico, Desarrollo Institucional y Procuración de fondos, Consejos, Plan Estratégico y Modelos de atención, en los que ha diseñado estrategias de intervención de alto impacto para la generación cambios y transformación sostenible en la poblaciones trabajadas.

Colabora como docente en ITESO, en materias relacionadas a la Gestión de Recursos y con Cuidarte, A. C. en el Diplomado de Educación Emocional.

Participó activamente en la construcción y desarrollo del Comité de Fomento del Estado de Jalisco, siendo representante activa de 2020 a 2022, es Consejera del CIDES (Consejo de Instituciones para el Desarrollo Social). Actualmente estudia una maestría en Políticas públicas en el Iteso.



MTRA. GABRIELA TAZÓN MAIGRE

Consultora especialista en educación emocional para empresas, profesorado, adolescentes y público en general, desarrollando proyectos de aprendizaje para la gestión emocional, manejo del estrés, desarrollo de la autocompasión, entrenamiento de la atención (mindfulness), liderazgo, etc.

Conferencista: Docente en el Diplomado de Educación Emocional (Cuidarte AC y el TEC de Monterrey) e integrante de la Red de colegios, organizaciones y profesionales independientes con educación emocional.

Formación: Licenciada en Administración Financiera (Tec de Monterrey).

Máster en Ecología Emocional (Institut d' Ecología Emocional), Máster en Dirección de Marketing y Ventas (Instituto Europeo de Postgrado) y tres años de Psicoterapia Contemplativa (Universidad de Veracruz y The Wellbeing Planet).

Egresada del Diplomado en Educación Emocional y del Diplomado de Educación Sexual para niños y adolescentes (Tec de Monterrey y Cuidarte A.C.).

Formación en el modelo "Inner kids" de mindfulness para niños, por Susan Kaiser Greenland.

Cursos varios en neurociencia contemplativa.



MTRA. JESSICA BLYTHE

Licenciada en Ciencias de la Educación por ITESO y cuenta con una Maestría en Educación Contemplativa de la Naropa University. Está certificada en Coaching con PNL y Desarrollo de Habilidades Docentes por el ITESM Campus Guadalajara.

También cuenta con una Certificación Internacional de Practicante Avanzado en Programación Neurolingüística por el Centro Mexicano de PNL y una Certificación como Facilitador de Mindfulness por el Instituto Mexicano de Mindfulness. Ha cursado Diplomados en Educación Emocional con Cuidarte A.C., ASESORE (Asesoría para el Adolescente) y Habilidades Directivas del ITESM.

Es socia fundadora en Winnerself. Cuenta con 14 años de experiencia impartiendo clases y talleres, diseñando programas y desarrollando proyectos de impacto social en las áreas de desarrollo humano y desarrollo social.



MTRA. MILAGROS MCLELLAN SIERRA

Estudió la Licenciatura en Psicología en el ITESO, demostrando un gran interés por el trabajo con niñas, niños y adolescentes. Estudió una Maestría en Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social de manera inter universitaria por la Universidad Autónoma de Madrid, la Universidad Complutense de Madrid y la Universidad de Valladolid.

Se especializó en Sexualidad Infantil y del Adolescente, Emociones, Tanatología Infantil, entre otros. De manera sistémica, sigue las corrientes de crianza respetuosa y psicología positiva. Ha estado a cargo de Departamentos Psicopedagógicos en colegios, realizado manuales, como: vinculación afectiva, sexualidad y prevención de ASI (abuso sexual infantil), proyecto de vida en adolescentes, integración social, etc. Es miembro activa de la Red por la Educación emocional de CUIDARTE, actualmente se encuentra cursando una certificación acerca del cansancio crónico parental; dando talleres sobre educación sexual y replicando un taller para adolescentes llamado “Bienestar emocional: un anclaje para la vida”; además de impartir sesiones terapéuticas en su consultorio, atendiendo de manera presencial y virtual.



CLAUDIA PINDAS MANRIQUE

Estudió la Lic. en Neurolingüística especializándose en Cognición y Lenguaje en el Colegio Superior de Neurolingüística y Psicopedagogía. Durante la carrera realizó un Diplomado de Danzaterapéutica.

Su interés por la educación la llevó a cursar la maestría en Pedagogía en la Universidad Panamericana. Con área terminal en Estrategias Didácticas.

Cuenta con la Licenciatura de Educación Preescolar y una especialidad en Neuropsicología Infantil por la BUAP.

En el Centro AVEC de la CDMX realizó la Especialidad en Terapia en Arte y Movimiento Con Mirada Sistémica. Y en el Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt cursó primero la especialidad de Desarrollo Humano y después la de Terapia Gestalt especializándose en Terapia para Niños y en Trauma.

Durante la pandemia enfocó su atención para estudiar el Diplomado de Educación Emocional en Cuidarte A.C. esté le interesó tanto que posteriormente la llevó a realizar el Master de Educación Emocional y Neurociencias en FLICH (Fundación Liderazgo Chile) y el Máster Neuropedagogía Aplicada de Learnly.online que se basa en la neuroeducación.

Actualmente está cursando la formación de Cuentoterapia en el EIDEP de España– (Escuela Internacional para el Desarrollo Emocional y Profesional).

En su día a día se desempeña, aparte de ser mamá, como terapeuta particular y coordinadora académica en nivel preescolar en donde pone en práctica lo estudiado con el fin de servir a los demás., Diariamente medita y practica ZhiNeng QiGong, sus fines de semana los disfruta yendo a caminar al bosque donde se inspira en los cuentos que empieza a escribir.



DR. RAFAEL GONZALEZ-FRANCO DE LA PEZA

Es psicólogo social con un doctorado en filosofía de la educación por el Instituto de Estudios Tecnológicos de Occidente (ITESO); licenciado en Estudios Latinoamericanos y egresado del *Programa de estudios avanzados en desarrollo sustentable y medio ambiente* (LEAD-México) de El Colegio de México.

Fundó en 2002 y dirige el despacho de consultoría Define, después de poco más de veinte años de trabajar en distintas organizaciones de la sociedad civil. Además, es socio fundador de *Menos dos Grados Consultores SC*.

Es analista institucional, mediador y facilitador de procesos de gestión del cambio, resolución de conflictos y negociación colaborativa, planeación estratégica, sistematización de experiencias y evaluación de proyectos en los campos de medio ambiente, educación, cultura, desarrollo comunitario y asistencia social. Experto en modelos de gobernanza local y asesor, capacitador y conferencista en temas de derechos humanos, participación ciudadana, equidad, desarrollo humano, trabajo en equipo y liderazgo, resolución de conflictos y reflexiones sobre la masculinidad y la espiritualidad.

Imparte los módulos de “Cooperación y Manejo de Conflictos” y “Pensar las masculinidades” de los diplomados que el Tec de Monterrey tiene con Cuidarte AC, “Educación emocional” y “Educación en sexualidad infantil y del adolescente” respectivamente. Es autor de los libros *El gobierno de las organizaciones* e *Inteligencia Espiritual sin espíritus ni dioses*.



¡Inscríbete ya!

CUPO LIMITADO

🌐 www.cuidarte.org.mx

☎ 33-1157-8631

f Cuidarte Ac