



PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Problemas emocionales
en la infancia y adolescencia

Pautas concretas
de actuación
para familias y profesorado

Servicio de Inclusión Educativa y convivencia

Jesús Jarque García
pedagogo y orientador educativo

16, 17 y 18 de mayo de 2023



Objetivos



Conceptos

Criterios

Estrategias

Materiales

Logo of the Regional Government of Castilla-La Mancha. Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesúsjarque.com

3

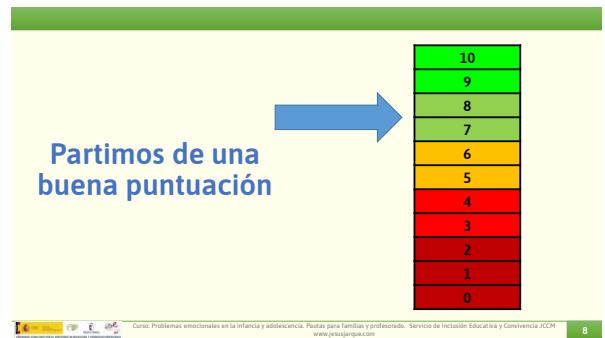



Logo of the Regional Government of Castilla-La Mancha. Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesúsjarque.com

5

Contenidos

Consideraciones previas	Las emociones	Conceptos clave
Pautas para las familias	Pautas para el centro educativo	Signos de alerta generales
Actuaciones desde orientación	Actuaciones para algunos problemas	Conclusiones



Contenidos		
Consideraciones previas	Las emociones	Conceptos clave
Pautas para las familias	Pautas para el centro educativo	Signos de alerta generales
Actuaciones desde orientación	Actuaciones para algunos problemas	Conclusiones



PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Consideraciones previas

Curso: Problemas emocionales en la Infancia y adolescencia.
Pautas concretas para familias y profesorado.

Consideraciones previas



¿Nos tenemos que dedicar a problemas emocionales?

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM www.jesucarjajua.com 15

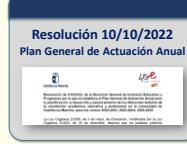
Consideraciones previas

Referencias legales

Decreto de Orientación 92/2022



Resolución 10/10/2022 Plan General de Actuación Anual



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM www.jesucarjajua.com 16

Consideraciones previas

Art. 5 Decreto 92/2022 Orientación.

b) Contribuir a la individualización y personalización de los procesos de enseñanza, aprendizaje.

c) Fomentar el desarrollo emocional, planificación y hábitos de estudio, así como al desarrollo de la autoevaluación sobre los propios procesos de enseñanza-aprendizaje.

d) Desarrollar actitudes positivas hacia sí mismo, fomentar la autoestima, el comportamiento responsable, la capacidad de autoregulación y la autonomía en el conjunto del alumnado.

e) Desarrollar habilidades sociales de resolución de conflictos, desarrollo de la empatía y de compasión.

f) Sensibilizar a los profesionales del centro educativo a actitudes de tolerancia, solidaridad, prevención del acoso y ciberacoso escolar, así como la prevención de la violencia de género, el respeto a las diferentes identidades, orientaciones sexuales y a las personas con discapacidad.

g) Fomentar hábitos de vida saludable, la educación afectivo-sexual, el uso seguro de las tecnologías de la información y la comunicación, la promoción y la protección de la salud mental, el cuidado del cuerpo y el entorno, la cultura, el medio ambiente, la economía circular y el desarrollo sostenible.

h) Contribuir a la adquisición de valores que proponen respeto hacia los demás vivos, los derechos de los animales, el medio ambiente, la economía circular y el desarrollo sostenible.

i) Favorecer la formación de decisiones y la orientación académica y profesional desde la perspectiva de género.

j) Favorecer el desarrollo de las habilidades culturales e intelectuales.

k) Favorecer la coordinación y colaboración con las familias a nivel individual y grupal.

l) Garantizar la coherencia educativa y la coordinación de la persona responsable de la tutoría con el Equipo Docente que interviene en el grupo.

m) Cuantas otras proponen la calidad de la educación y hayan sido aprobadas por la Consejería con competencias en materia de educación- en adelante, Consejería.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM www.jesucarjajua.com 17

Consideraciones previas

Punto 7.2 Actuaciones prioritarias Resolución 10/10/2022

OPC. IMPULSAR MECANISMOS DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL	Ejes
	- La orientación académica X X
OPT. - REGULAR LA ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO DE LOS EQUIPOS DE APOYO EDUCATIVO PARA ALUMNADO CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA	Ejes
	- Organización y funcionamiento de los EAE TEA. X
OPC. - IMPULSAR Y ELABORAR UN PLAN DE SALUD MENTAL Y BIENESTAR EMOCIONAL	Ejes
	- Implementación de medidas de inclusión en el alumnado TEA X X
	- Líneas temáticas dirigidas a la comunidad educativa X X
OPC. - IMPULSAR Y ELABORAR UN PLAN DE SALUD MENTAL Y BIENESTAR	Ejes
	- Desarrollar el plan estratégico. X X X
	- Formación en salud mental. X

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM www.jesucarjajua.com 18

Algunos datos



Consideraciones previas

Consideraciones previas

Algunos datos

rtve play radio las mañanas de rne con iñaki alfonso

LAS MUERAS DE RNE CON IÑAKI ALFONSO

En España se suicidan al día una media de 11 personas

10/05/2014

De los últimos 10 años, se han suicidado en España 4.400 personas y hasta 90.000 lo intentan. En la mayoría de los casos la depresión es el motivo más frecuente, pero también existen factores familiares o sociales de riesgo. Por ello, las expertas insisten en la importancia de los servicios de atención para poder detectarlos. 'No es un problema de salud pública y lo importante es que las personas sepan que están solas y que tienen que pedir ayuda', dice la psicóloga y terapeuta de la Fundación SOS suicidio, Roser Gómez. Los datos más alarmantes son los de los adolescentes, que se suicidan en torno a 12 y 13 años en la clínica Gregorio Marañón.

Consideraciones previas

Algunos datos

7 abril 2022



Comunicado del Grupo de Trabajo Multidisciplinar sobre Salud Mental en la Infancia y Adolescencia

La pandemia ha provocado un aumento de hasta el 47% en los trastornos de salud mental de los menores

- Alertan de que los casos de ansiedad y depresión y los diagnósticos de TDAH se han multiplicado por tres o cuatro desde 2019, y los comportamientos suicidas han aumentado hasta un 59%
- La Sociedad de Psiquiatría Infantil, la Sociedad Española de Urgencias Pediatrías y la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria reclaman un aumento de recursos, la incorporación de psicólogos clínicos en los centros de salud y la mejora de la coordinación con escuelas y familias, con los pediatras de AP como pieza clave

Consideraciones previas

7 abril 2022

Recomendaciones

- **Detección precoz:** la Academia Americana de Pediatría recomienda realizar un screening a los 12 años, a todos los adolescentes para poder identificar aquellos que están en riesgo de depresión y/o ideación suicida e intervenir de forma precoz.
- **Incorporación de especialistas en salud mental (psicólogos clínicos)** en los centros de Atención Primaria.
- **Mejora de la coordinación en Atención Primaria con otros recursos.** “Es crucial establecer una coordinación adecuada y efectiva entre recursos, como colegios, empresas, servicios sociales y atención a la salud mental. Los consejeros de Salud y Educación deben priorizar esta medida. Para ello se deben respetar en las agendas de los pediatras huecos específicos para estas actividades”, señala la portavoz del Grupo. Por otra parte, “los psicólogos en los centros de Atención Primaria supondrán una pieza fundamental en esta coordinación”.
- **Formación en salud mental en colegios e institutos, dirigida tanto a profesores como a padres** en relación con identificación y regulación de emociones, respeto a la diversidad, etc.



Consideraciones previas

A woman with curly hair, wearing a grey sweater, is smiling at the camera while sitting at a desk. She is surrounded by papers, a computer monitor, and a red apple. The text 'No tenemos que diagnosticar' and 'No hacemos terapia' is overlaid on the right side of the image.

*La escuela no es
un centro de terapia*

*No tenemos
que diagnosticar*

Consideraciones previas

La función de los centros educativos

Colaborar en la educación emocional

Actuar como factor de protección

Detectar señales de alerta

Derivar especialistas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesuojarqua.com

31

Consideraciones previas



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesuojarqua.com

32

Consideraciones previas

La función de la Familia

Actuar como factor de protección

Detectar señales de alerta

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesuojarqua.com

33

Consideraciones previas

¿Qué problemas emocionales habituales vamos a tratar?

Preocupación excesiva

Ansiedad generalizada

Miedos habituales

Ansiedad por separación

Mutismo selectivo

Depresión

Riesgo de suicidio

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesuojarqua.com

34

Consideraciones previas

Patrones erróneos desde la infancia



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesuojarqua.com

35

Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

Consideraciones previas	Las emociones	Conceptos clave
Pautas para las familias	Pautas para el centro educativo	Signos de alerta generales
Actuaciones desde orientación	Actuaciones para algunos problemas	Conclusiones



PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Las emociones

Curso: Problemas emocionales en la Infancia y adolescencia.
Pautas concretas para familias y profesorado.



- 1 Emoción y sentimientos
- 2 Clasificación de las emociones
- 3 Dimensiones de la emoción
- 4 ¿Hay emociones + y -?
- 5 El cerebro y las emociones

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusaljara.com

38

Emoción y sentimiento

Las emociones

Emoción

Sentimiento

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusaljara.com

39

Emoción y sentimiento

Las emociones

Emoción

Sentimiento

- Respuesta del organismo:
 - Fisiológica.
 - Motoria.
- Frente a un estímulo:
 - Externo. (p. ejem. algo que vemos)
 - Interno. (algo que pensamos)
- Efímera = Intensidad breve
- Carácter involuntario.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusaljara.com

40

Emoción y sentimiento

Las emociones

Sentimiento =

emoción + pensamiento

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusaljara.com

41

Emoción y sentimiento

Las emociones

Sentimientos

- Interpretación subjetiva.
- Incluye pensamientos.
- Mayor duración en el tiempo.
- Tiene menos síntomas fisiológicos.
- Mentalización de la emoción:
 - Consciente.
 - Razonada.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusaljara.com

42

Clasificación de las emociones

Clasificación de las emociones

Emociones Primarias	Emociones Secundarias
<ul style="list-style-type: none"> Alegria. Miedo. Sorpresa. Asco. Ira. Tristeza. 	<ul style="list-style-type: none"> Envidia. Vergüenza. Ansia. Resignación. Celos. Esperanza. Nostalgia. Remordimiento. Decepción.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM
www.jesusalvaro.com

43

Clasificación de las emociones

Emociones primarias

Las emociones

Resultado de la evolución

Diseñadas para sobrevivir

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM
www.jesusalvaro.com

44

Clasificación de las emociones

Emociones secundarias

Las emociones

Combinación de las emociones primarias e interacción social

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM
www.jesusalvaro.com

45

Dimensiones de la emoción

Dimensiones de la emoción

Las emociones

Muy alta

Intensidad

Muy baja

Desagradable

Valor

Agradable

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM
www.jesusalvaro.com

46

Dimensiones de la emoción

Dimensiones de la emoción

Las emociones

Muy alta

Intensidad

Muy baja

Desagradable

Valor

Agradable

Ira

Sorpresa

Vergüenza

Enfado

Sorpresa

Alegría

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM
www.jesusalvaro.com

47

¿Hay emociones positivas y negativas?

¿Hay emociones positivas y negativas?

Las emociones

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM
www.jesusalvaro.com

48

¿Hay emociones positivas y negativas?

Las emociones



No hay positivas y negativas

Hay agradables y desagradables

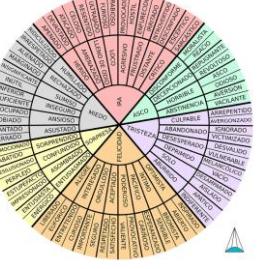
Todas nos ayudan a sobrevivir

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM www.jesusalvaro.com

49

¿Hay emociones positivas y negativas?

Las emociones



Rueda de palabras emocionales

<http://adtransispa.com/emociones-basicas-y-una-rueda-de-palabras-emocionales/>

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM www.jesusalvaro.com

50

¿Hay emociones positivas y negativas?

Las emociones



■ Emociones agradables:
• ALEGRÍA.

■ Intermedias:
• SORPRESA
• Esperanza.

■ Emociones Desagradables:
• MIEDO.
• TRISTEZA.
• IRA.
• ASCO.
• Envidia.
• Vergüenza.
• Ansia.
• Resignación.
• Celos.
• Nostalgia.
• Remordimiento.
• Decepción.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familia y Profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM www.jesusalvaro.com

51

¿Hay emociones positivas y negativas?

Las emociones



Todas las emociones tienen su función

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familia y Profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM www.jesusalvaro.com

52

¿Hay emociones positivas y negativas?

Las emociones

“El lado bueno de las emociones desagradables”

- Envidia: factor de motivación.
- Tristeza: algo va mal – necesitamos apoyo.
- Ira: cambiar y afrontar una situación injusta.
- Culpa: Reconocimiento situación, motivación para el cambio.
- Decepción: fuente de aprendizaje y memoria. Señalan lo importante.

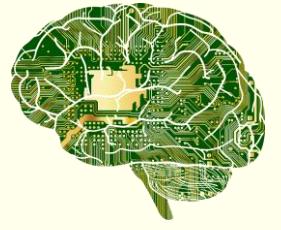
Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familia y Profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM www.jesusalvaro.com

61

El cerebro y las emociones

Las emociones

El cerebro no está diseñado para ser feliz...



Sino para sobrevivir

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familia y Profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM www.jesusalvaro.com

54

El cerebro y las emociones | Las emociones

Tres “partes” en el cerebro
Paul McLean

Cerebro reptiliano
Sistema límbico
Neocortex

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesuojarque.com

55

El cerebro y las emociones | Las emociones

Cerebro reptiliano

- Automático e inconsciente.
- No piensa, no emocional.
- Instintivo para supervivencia.
- Algunas conductas:
 - Ritmo cardíaco.
 - Respiración.
 - Conductas innatas: llorar, mamar...
 - Huida.
 - Lucha.
 - Parálisis.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesuojarque.com

56

El cerebro y las emociones | Las emociones

Sistema límbico

- Se generan las emociones.
- Motivaciones.
- Aprendizaje premio-castigo.
- Involuntario.
- Placer - displacer.
- Memoria emocional.
- Sociabilidad.
- Relaciones de apego.
- Funciones:
 - Hacer lo que nos gusta.
 - Evitar lo que nos disgusta.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesuojarque.com

57

El cerebro y las emociones | Las emociones

Neocortex

- Planificar.
- Anticipar.
- Autocontrol.
- (Aplazar recompensa)
- (tolerar frustraciones)
- Flexibilidad.
- TOMA DE DECISIONES.**
- Reflexión.
- RAZÓN.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesuojarque.com

58

Las emociones

1	Emoción y sentimientos
2	Clasificación de las emociones
3	Dimensiones de la emoción
4	¿Hay emociones + y -?
5	El cerebro y las emociones

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesuojarque.com

59

Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

Consideraciones previas	Las emociones	Conceptos clave
Pautas para las familias	Pautas para el centro educativo	Signos de alerta generales
Actuaciones desde orientación	Actuaciones para algunos problemas	Conclusiones



PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Conceptos clave

Curso: Problemas emocionales en la Infancia y adolescencia.
Pautas concretas para familias y profesorado.

Conceptos clave

1	Factores protectores
2	Factores de riesgo
3	Signos de alerta
4	Intervenciones preventivas
5	Acontecimientos vitales estresantes

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM
www.jesusaljaraiza.com

62



Factores protectores

Factores protectores	Conceptos clave
<p>Factores protectores Salud mental</p> <p>Características Estrategias Variables</p> <p>Reducen la probabilidad resultados adversos</p>	

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM
www.jesusaljaraiza.com

64

Factores protectores
<ul style="list-style-type: none"> ■ No ser primogénito. ■ Buena salud física. ■ Temperamento fácil. ■ Buen rendimiento académico. ■ Estrategias de afrontamiento flexibles. ■ Adecuadas habilidades sociales. ■ Alta autoestima. ■ Apego seguro. ■ Locus de control interno. <p><i>Fuente: Schroeder y Gordon, 1991 1</i></p>

Del propio niño o niña

Factores protectores
<ul style="list-style-type: none"> ■ Buen ajuste psicológico. ■ Estudios superiores. ■ Inteligencia alta. ■ Sensibles y responsables. ■ Buena disponibilidad. ■ Crianza calidad. ■ Buena salud física. ■ Disciplina clara, flexible y con límites. ■ Supervisión cercana. <p><i>Fuente: Schroeder y Gordon, 1991 1</i></p>

Características de los progenitores

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM
www.jesusaljaraiza.com

66

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM
www.jesusaljaraiza.com

65

Factores protectores

- Convivir con los padres.
- Familias sin muchos niños.
- Cohesión familiar.
- Disciplina consistente.
- Nivel socioeconómico alto.
- Empleo estable.
- Apoyo de la familia extensa.
- Ambiente rural.

Características familiares y del ambiente

Fuente: Schroeder y Gordon, 1991 1

Factores protectores

CARACTERÍSTICAS DEL NIÑO	CARACTERÍSTICAS DE LOS PADRES	CARACTERÍSTICAS FAMILIARES Y AMBIENTE
Buena salud física.	Buen ajuste psicológico.	Convivir con los padres.
Sexo femenino.	Estudios superiores.	Familias sin muchos niños.
Temperamento fácil.	Inteligencia alta.	Cohesión familiar.
Desarrollo psicomotor armónico	Sensibles y responsables.	Disciplina consistente.
Locus de control interno.	Buena disponibilidad.	Nivel socioeconómico alto.
Buena ejecución académica.	Crianza cálida.	Empleo estable.
No ser primogénito.	Buena salud física.	Apoyo de la familia extensa
Estrategias de afrontamiento flexibles.	Disciplina clara, flexible, pero con límites	Ambiente rural.
Adecuadas habilidades sociales	Supervisión cercana	
Alta autoestima.		
Aapego seguro.		

Fuente: Schroeder y Gordon, 1991 1

 Currículum. Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Fuentes para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia. 2014. www.jesuelparque.com

67

Factores protectores

- Disponer de amigos.
- Actividades saludables.
- Tener valores.
- Tener metas y objetivos.
- Creencias religiosas.

Otros

 Currículum. Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Fuentes para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia. 2014. www.jesuelparque.com

69



Factores de riesgo



Factores de riesgo

Conceptos clave

Factores de riesgo Salud mental

Características Experiencias Eventos

Aumentan
la probabilidad
resultados adversos

 Currículum. Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Fuentes para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia. 2014. www.jesuelparque.com

72

Factores de riesgo

- Enfermedades médicas.
- Cromosomopatías.
- Problemas perinatales.
- Baja capacidad intelectual.
- Bajo rendimiento académico.
- Retrasos o trastornos del lenguaje.
- Niveles extremos de actividad.
- Escasas estrategias de afrontamiento.
- Déficit de habilidades sociales.
- Baja autoestima.
- Locus de control externo.

Características del niño o niña

Fuente: Schroeder y Gordon, 1991 1



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Fuentes para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM

73

Factores de riesgo

- Enfermedad mental.
- Inconsistencia de normas.
- Estilo de afrontamiento evitativo.
- Incapacidad para el cuidado.
- Disciplina excesiva o ausente.
- Elevado criticismo.
- Problemas de salud física.

Características de los progenitores

Fuente: Schroeder y Gordon, 1991 1



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Fuentes para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM

74

Factores de riesgo

- Familias monoparentales.
- Muchos hermanos.
- Conflictos maritales.
- Desacuerdos sobre la crianza.
- Nivel socioeconómico bajo.
- Desempleo.
- Bajo nivel académico.
- Falta apoyo de la familia extensa.
- Elevada expresividad emocional.

Características familiares y ambiente

Fuente: Schroeder y Gordon, 1991 1



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Fuentes para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM

75

Factores de riesgo

CARACTERÍSTICAS DEL NIÑO	CARACTERÍSTICAS DE LOS PADRES	CARACTERÍSTICAS FAMILIARES Y AMBIENTE
Enfermedades médicas	Enfermedad mental.	Familias monoparentales.
Cromosomopatías.	Inconsistencia de normas.	Muchos hermanos.
Problemas perinatales.	Estilo de afrontamiento evitativo.	Conflictos maritales.
Baja capacidad intelectual.	Incapacidad para el cuidado.	Desacuerdos sobre la crianza.
Bajo desempeño académico.	Disciplina excesiva o ausente.	Nivel socioeconómico bajo.
Retraso o trastornos del lenguaje.	Elevado criticismo.	Desempleo
Niveles extremos de actividad.	Problemas de salud física.	Bajo nivel académico.
Escasas estrategias de afrontamiento.		Apoyo de la familia extensa.
Déficit de habilidades sociales.		Elevada expresividad emocional.
Baja autoestima.		
Locus de control externo		

Fuente: Schroeder y Gordon, 1991 1



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Fuentes para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM

76

Factores de riesgo

- Fracaso en relaciones afectivas.
- Conflictos de identidad sexual.
- Fracaso escolar.
- Acoso escolar.
- Quedar aislado socialmente.
- Altas expectativas de los padres.
- TDAH – TEA-1 – Dislexia.
- Falsas creencias.
- Acontecimientos vitales estresantes.

Otros



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Fuentes para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM

77

¿Otros factores protectores?

- Presión académica.
- Formación del profesorado.
- Existencia de protocolos de detección y derivación.
- Presencia de orientadores.
- Programas preventivos en la escuela.
- Actividades de educación emocional.
- Protocolos "Acoso Escolar 0,0"
- Escuelas de familia.
- Recursos sanitarios en zona.
- Acceso a sustancias.



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Fuentes para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM

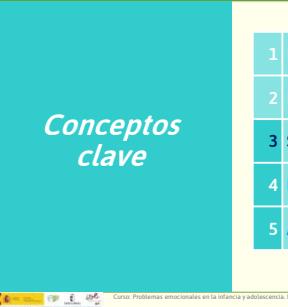
78



¿Otros factores de riesgo?

Conceptos clave

1	Factores protectores
2	Factores de riesgo
3	Signos de alerta
4	Intervenciones preventivas
5	Acontecimientos vitales estresantes



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesuelparque.com 79

Signos de alerta



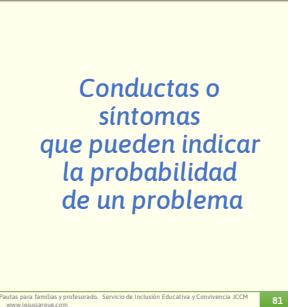
Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesuelparque.com 80

Signos de alerta



Conceptos clave

Conductas o síntomas que pueden indicar la probabilidad de un problema



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesuelparque.com 81

Conceptos clave

1	Factores protectores
2	Factores de riesgo
3	Signos de alerta
4	Intervenciones preventivas
5	Acontecimientos vitales estresantes



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesuelparque.com 82

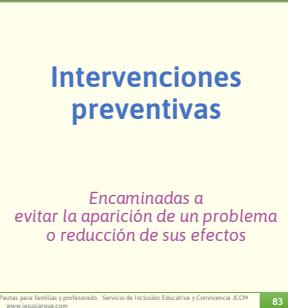
Intervenciones preventivas



Conceptos clave

Intervenciones preventivas

Encaminadas a evitar la aparición de un problema o reducción de sus efectos



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesuelparque.com 83

Intervenciones preventivas

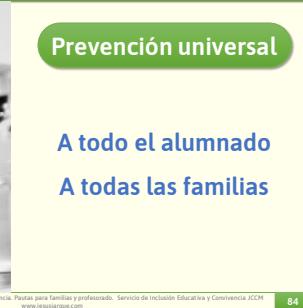


Conceptos clave

Prevención universal

A todo el alumnado

A todas las familias



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Ficha para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesuelparque.com 84

Intervenciones preventivas

Conceptos clave

PLAN DIRECTOR
PARA LA CONVENIENCIA Y MEJORA DE LA SEGURIDAD EN EL ENTORNO EDUCATIVO Y SUS ENTORNOS

DESCARGATE LA APP ALERTCOPSI

www.interior.gob.es

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM

85

Intervenciones preventivas

Conceptos clave

Prevención dirigida

Alumnado y Familias

En riesgo

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM

www.jesuajarqua.com

86

Intervenciones preventivas

Conceptos clave

Atención signos de alerta

Tutorías más frecuentes

Amonestaciones

Facilitar más pautas

Enviar una carta

Intervenciones tempranas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM

www.jesuajarqua.com

87

Intervenciones preventivas

Conceptos clave

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM

www.jesuajarqua.com

88

Intervenciones preventivas

Conceptos clave

Prevención clínica

Alumnado y Familias

Ya presentan los problemas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM

www.jesuajarqua.com

89

Intervenciones preventivas

Conceptos clave

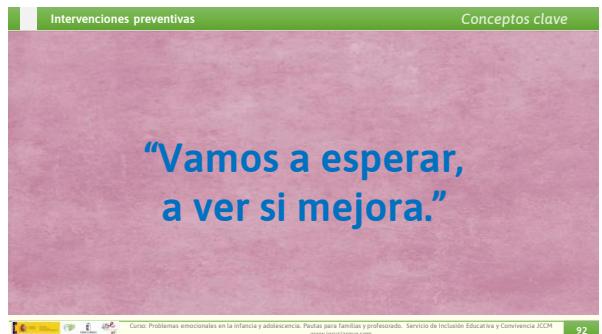
Prevención clínica

Intervención directa sobre el problema

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM

www.jesuajarqua.com

90





Acontecimientos vitales estresantes

Acontecimientos vitales estresantes Conceptos clave

1. Muerte del cónyuge – 100
 2. Divorcio – 73
 3. Separación matrimonial – 65
 4. Encarcelación – 63
 5. Muerte de un familiar cercano – 63
 6. Lesión o enfermedad personal – 53
 7. Matrimonio – 50
 8. Despido del trabajo – 47
 9. Paro – 47
 10. Reconciliación matrimonial – 45
 11. Jubilación – 45
 12. Cambio de salud de un miembro de la familia – 44
 13. Drogadicción/ alcoholismo – 44
 14. Embarazo – 40
 15. Dificultades o problemas sexuales – 39

... Escala de Holmes y Rale (150)

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. www.jesusalgarra.com

98

Acontecimientos vitales estresantes Conceptos clave

Referidos directamente al alumnado 1/2

- Separación.
- Divorcio.
- Enfermedad personal.
- Incorporación de un nuevo miembro a la familia.
- Cambio de situación de trabajo.
- Hijo o hija que abandona el hogar.
- La esposa comienza o deja de trabajar.
- Comienzo o fin de la escolaridad.



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. www.jesusalgarra.com

99

Acontecimientos vitales estresantes Conceptos clave

Referidos directamente al alumnado 2/2

- Cambio en las condiciones de vida.
- Cambio de colegio.
- Cambio de residencia.
- Cambios de hábitos.
- Cambio de hábitos de dormir.
- Vacaciones.
- Navidades.
- Embarazo.
- Alcoholismo/droga.



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. www.jesusalgarra.com

100

Acontecimientos vitales estresantes Conceptos clave



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. www.jesusalgarra.com

101

Conceptos clave

1 Factores protectores
2 Factores de riesgo
3 Intervenciones preventivas
4 Signos de alerta
5 Acontecimientos vitales estresantes



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. www.jesusalgarra.com

102

¿Qué estrategia seguir frente a los problemas emocionales?



Detectar signos de alerta

2

3

Derivar especialistas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM
www.jesúsjargua.com

106

Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

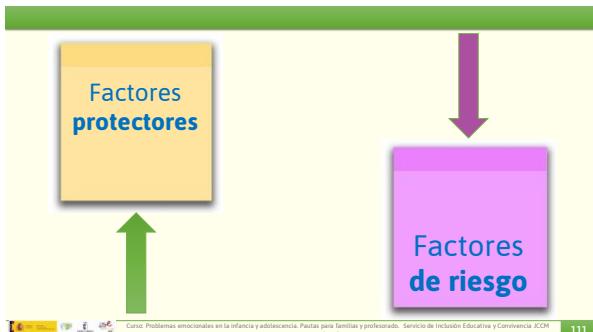
Consideraciones previas	Las emociones	Conceptos clave
Pautas para las familias	Pautas para el centro educativo	Signos de alerta generales
Actuaciones desde orientación	Actuaciones para algunos problemas	Conclusiones

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL
Instituto de la Infancia y la Adolescencia
Castilla-La Mancha
4GE
Castilla-La Mancha

PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

Pautas para las familias

Curso: Problemas emocionales en la Infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado.



Pautas para las familias	
1	Establece un vínculo seguro
2	Legítima las emociones
3	Formar un vocabulario emocional
4	Enseñar a tomar distancia de las emociones
5	Facilita una narrativa
6	Habla de lo que te preocupa
7	Tolerar la frustración
8	Aplazar la recompensa
9	Ser ejemplo positivo
10	Ir creando un locus de control ajustado
11	Sembrar la semilla de la empatía
12	Vida saludable
13	Enfrentar los problemas
14	Enseñar habilidades sociales
15	Inspirar metas, transmitir valores
16	Aprender a pedir ayuda

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. 112

Pautas para las familias	
1	Establece un vínculo seguro
2	Legítima las emociones
3	Formar un vocabulario emocional
4	Enseñar a tomar distancia de las emociones
5	Facilita una narrativa
6	Habla de lo que te preocupa
7	Tolerar la frustración
8	Aplazar la recompensa
9	Ser ejemplo positivo
10	Ir creando un locus de control ajustado
11	Sembrar la semilla de la empatía
12	Vida saludable
13	Enfrentar los problemas
14	Enseñar habilidades sociales
15	Inspirar metas, transmitir valores
16	Aprender a pedir ayuda

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. 113



Establece un vínculo seguro

Pautas para la familia

- Atiende a sus necesidades.
- Necesidades ≠ caprichos
- Escucha.
- Atiende a sus emociones.
- Empatía: sintoniza con sus emociones.
- Acogedor – receptivo.
- Relación asimétrica.
- Previsible.
- Mis padres se quieren.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesucarjanga.com

115



Establece un vínculo seguro

Pautas para la familia

Conductas contrarias al apego seguro

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesucarjanga.com

117

Establece un vínculo seguro

Pautas para la familia

Conductas contrarias a vínculo seguro

X

- **EVITATIVAS:**
 - No atiende el mundo emocional.
 - Poco contacto físico.
 - Quitar importancia al mundo emocional.
 - Demasiada autonomía.
 - Relación fría – distante.
- **ANSIOSAS – AMBIVALENTES**
 - Responden si hay insistencia.
 - Sobreprotección.
- **DESORGANIZADO**
 - Negligentes.
 - Ignoran, culpabilizan, reprimen el mundo emocional.
 - Dependen del estado de ánimo.
 - Invierten los roles.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesucarjanga.com

118

Pautas para las familias

1 Establece un vínculo seguro	9 Ser ejemplo positivo
2 Legítima las emociones	10 Ir creando un locus de control ajustado
3 Formar un vocabulario emocional	11 Sembrar la semilla de la empatía
4 Enseñar a tomar distancia de las emociones	12 Vida saludable
5 Facilita una narrativa	13 Enfrentar los problemas
6 Habla de lo que te preocupa	14 Enseñar habilidades sociales
7 Tolerar la frustración	15 Inspirar metas, transmitir valores
8 Aplazar la recompensa	16 Aprender a pedir ayuda

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesucarjanga.com

Legítima las emociones

Pautas para la familia

Legitimar las emociones

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesucarjanga.com

120

Legitima las emociones Pautas para la familia

Evita “Embotellar” las emociones

Susan David, Agilidad Emocional



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM. www.jesuojarqua.com 121

Legitima las emociones Pautas para la familia

Evita “Embotellar” las emociones

- Negar
- Ignorar
- Apartar



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM. www.jesuojarqua.com 122

Legitima las emociones Pautas para la familia

Evita “cavilar”

Susan David, Agilidad Emocional



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM. www.jesuojarqua.com 123

Legitima las emociones Pautas para la familia

Reflexión insistente

Con culpabilidad



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM. www.jesuojarqua.com 124

Legitima las emociones Pautas para la familia

Cambia la perspectiva de las emociones



Emociones positivas + (favorecer)

Emociones negativas - (evitar)

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM. www.jesuojarqua.com 125

Legitima las emociones Pautas para la familia

Enseñar una perspectiva adecuada de las emociones





Todas las emociones nos ayudan

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia ICOM. www.jesuojarqua.com 126

Legitima las emociones

Pautas para la familia

Aceptamos y validamos su experiencia emocional

Dejamos que las expresen



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM www.jesusalvaro.com 127

Legitima las emociones

Pautas para la familia

Las aceptamos

Las miramos con compasión



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM www.jesusalvaro.com 128

Legitima las emociones

Pautas para la familia

Mostrar las emociones

Para qué te sirve esa emoción

Qué te enseña esa emoción



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM www.jesusalvaro.com 129

Pautas para las familias

1	Establece un vínculo seguro
2	Legitima las emociones
3	Formar un vocabulario emocional
4	Enseñar a tomar distancia de las emociones
5	Facilita una narrativa
6	Habla de lo que te preocupa
7	Tolerar la frustración
8	Aplazar la recompensa
9	Ser ejemplo positivo
10	Ir creando un locus de control ajustado
11	Sembrar la semilla de la empatía
12	Vida saludable
13	Enfrentar los problemas
14	Enseñar habilidades sociales
15	Inspirar metas, transmitir valores
16	Aprender a pedir ayuda



Formar un vocabulario emocional

Pautas para la familia

Ir formando un vocabulario emocional



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM www.jesusalvaro.com 131

Formar un vocabulario emocional

Pautas para la familia



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM www.jesusalvaro.com 132

Formar un vocabulario emocional

Pautas para la familia



emocionario
Di lo que sientes

Palabra por palabra

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

133

Enseña a tomar distancia de las emociones

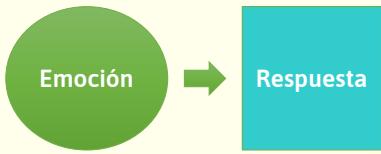


Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

Tomar distancia de las emociones

Pautas para la familia

Tomar distancia de las emociones



Emoción → Respuesta

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

135

Tomar distancia de las emociones

Pautas para la familia

Tomar distancia de las emociones



Emoción → Respuesta

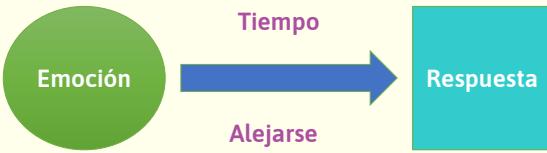
Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

136

Tomar distancia de las emociones

Pautas para la familia

Tomar distancia de las emociones



Emoción → Respuesta

Tiempo
Alejarse

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

137

Tomar distancia de las emociones

Pautas para la familia

Que la respuesta sea más consciente



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

138



Facilitar una narrativa

Pautas para la familia

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesionales. Servicio de Inclusión Educativa y Comunicación JCCM. www.jesuelparque.com

140



Facilitar una narrativa

Pautas para la familia

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesionales. Servicio de Inclusión Educativa y Comunicación JCCM. www.jesuelparque.com

142



Facilitar una narrativa

Pautas para la familia

Usamos historias sociales

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesionales. Servicio de Inclusión Educativa y Comunicación JCCM. www.jesuelparque.com

143

Pautas para las familias

1 Establece un vínculo seguro	9 Ser ejemplo positivo
2 Legítima las emociones	10 Ir creando un locus de control ajustado
3 Formar un vocabulario emocional	11 Sembrar la semilla de la empatía
4 Enseñar a tomar distancia de las emociones	12 Vida saludable
5 Facilita una narrativa	13 Enfrentar los problemas
6 Habla de lo que te preocupa	14 Enseñar habilidades sociales
7 Tolerar la frustración	15 Inspirar metas, transmitir valores
8 Aplazar la recompensa	16 Aprender a pedir ayuda



145

Habla de lo que te preocupa

Pautas para la familia



Habla de lo que te preocupa

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM www.jesusaljara.com

146

Habla de lo que te preocupa

Pautas para la familia

No queremos que nuestro hijo lo sepa



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM www.jesusaljara.com

147

Habla de lo que te preocupa

Pautas para la familia



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM www.jesusaljara.com

148

Habla de lo que te preocupa

Pautas para la familia

- Escucha en silencio y con atención.
- Acepta sus sentimientos con una palabra.
- Puede darle un nombre a un sentimiento.
- Puede concederle sus deseos en la imaginación.



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM www.jesusaljara.com

149

Pautas para las familias

1 Establece un vínculo seguro	9 Ser ejemplo positivo
2 Legítima las emociones	10 Ir creando un locus de control ajustado
3 Formar un vocabulario emocional	11 Sembrar la semilla de la empatía
4 Enseñar a tomar distancia de las emociones	12 Vida saludable
5 Facilita una narrativa	13 Enfrentar los problemas
6 Habla de lo que te preocupa	14 Enseñar habilidades sociales
7 Tolerar la frustración	15 Inspirar metas, transmitir valores
8 Aplazar la recompensa	16 Aprender a pedir ayuda



Tolerar la frustración

Experimentarla



Pautas para la familia

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para la familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. www.jesuojarqua.com

151

Tolerar la frustración

Tolerar la frustración



Pautas para la familia

- Experimentarla.
- No intervenir si no es necesario.
- No conceder todos los caprichos.
- No cambiar las decisiones.
- Ejemplo positivo.
- Enseñar respuestas adaptativas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para la familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. www.jesuojarqua.com

152

Tolerar la frustración

Tolerar el fracaso



Pautas para la familia

Forma parte de las reglas de la vida.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para la familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. www.jesuojarqua.com

153

Tolerar la frustración

¡Si quieres puedes!!



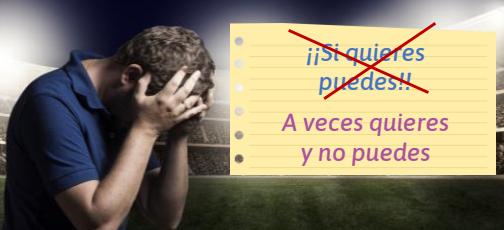
Pautas para la familia

-
-
-
-
-

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para la familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. www.jesuojarqua.com

154

Tolerar la frustración



Pautas para la familia

-
-
-
-
-

~~• Si quieres puedes!!~~

A veces quieres y no puedes

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para la familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. www.jesuojarqua.com

155

Aplazar la recompensa



Pautas para la familia

Aplazar la recompensa

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para la familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. www.jesuojarqua.com

156

Aplazar la recompensa



Pautas para la familia

- Todo no puede ser aquí y ahora.
- “Lo primero es antes”.
- Hasta que no hagas esto...

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesucarjua.com

159



Experiencias de espera

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesucarjua.com

Aplazar la recompensa

Pautas para la familia

Proponer metas a medio y largo plazo

Diciembre 2023						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesucarjua.com

159

Aplazar la recompensa

Pautas para la familia

A veces las recompensas no se consiguen



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesucarjua.com

160

Pautas para las familias

1 Establece un vínculo seguro
2 Legítima las emociones
3 Formar un vocabulario emocional
4 Enseñar a tomar distancia de las emociones
5 Facilita una narrativa
6 Habla de lo que te preocupa
7 Tolerar la frustración
8 Aplazar la recompensa
9 Ser ejemplo positivo
10 Ir creando un locus de control ajustado
11 Sembrar la semilla de la empatía
12 Vida saludable
13 Enfrentar los problemas
14 Enseñar habilidades sociales
15 Inspirar metas, transmitir valores
16 Aprender a pedir ayuda

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesucarjua.com

161

Ser ejemplo positivo

Pautas para la familia

Ser ejemplo positivo



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesucarjua.com

162

Ser ejemplo positivo

Pautas para la familia

Humanos imperfectos

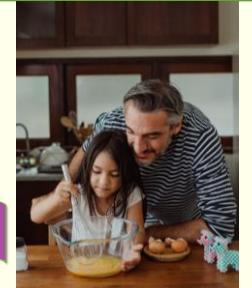


Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM. www.jesusalvaro.com

163

Ser ejemplo positivo

Pautas para la familia



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM. www.jesusalvaro.com

164



Ir creando locus de control ajustado

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM. www.jesusalvaro.com

Sembrar la semilla de la empatía

Pautas para la familia



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM. www.jesusalvaro.com

166

Sembrar la semilla de la empatía

Pautas para la familia

¿Cómo se sentirá el otro?

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM. www.jesusalvaro.com

168

Sembrar la semilla de la empatía

Pautas para la familia

Sembrar la semilla de la empatía

- El niño es egocéntrico.
- No estás solo.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM. www.jesusalvaro.com

167



¿Cómo se sentirá el otro?

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comercio JCCM. www.jesusalvaro.com

168

Sembrar la semilla de la empatía

Pautas para la familia

¿Y si te lo hicieran a ti?

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesionales. Servicio de Inclusión Educativa y Comunitaria XCM. 169



Vida saludable

Pautas para las familias

1	Establece un vínculo seguro	9	Ser ejemplo positivo
2	Legítima las emociones	10	Ir creando un locus de control ajustado
3	Formar un vocabulario emocional	11	Sembrar la semilla de la empatía
4	Enseñar a tomar distancia de las emociones	12	Vida saludable
5	Facilita una narrativa	13	Enfrentar los problemas
6	Habla de lo que te preocupa	14	Enseñar habilidades sociales
7	Tolerar la frustración	15	Inspirar metas, transmitir valores
8	Aplazar la recompensa	16	Aprender a pedir ayuda

Enfrentar los problemas

Pautas para la familia

Ya te lo hago yo

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesionales. Servicio de Inclusión Educativa y Comunitaria XCM. 173

Enfrentar los problemas

Pautas para la familia

Enfrentar los problemas

- Injusticias.
- Fracaso sentimental.
- Traiciones.
- Engaño.
- Decepciones.
- Enfermedad.
- Mala suerte.
- Decisiones equivocadas.
- Crisis económicas.
- Pérdidas...

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesionales. Servicio de Inclusión Educativa y Comunitaria XCM. 174

Enfrentar los problemas

Pautas para la familia



Enfrentar los problemas

- Evitar: "Te lo hago yo".
- Apoyar.
- Acompañar.
- Déjalo intentarlo.
- Hacer elecciones.
- Saber cuando no pueden.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesúsjargua.com

175

Enfrentar los problemas

Pautas para la familia



Enfrentar los problemas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesúsjargua.com

176

Pautas para las familias

1 Establece un vínculo seguro	9 Ser ejemplo positivo
2 Legítima las emociones	10 Ir creando un locus de control ajustado
3 Formar un vocabulario emocional	11 Sembrar la semilla de la empatía
4 Enseñar a tomar distancia de las emociones	12 Vida saludable
5 Facilita una narrativa	13 Enfrentar los problemas
6 Habla de lo que te preocupa	14 Enseñar habilidades sociales
7 Tolerar la frustración	15 Inspirar metas, transmitir valores
8 Aplazar la recompensa	16 Aprender a pedir ayuda

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesúsjargua.com

177

Enseñar habilidades sociales

Pautas para la familia



Factor protector

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesúsjargua.com

178

Enseñar habilidades sociales

Pautas para la familia

Estrategias y pautas para la interacción con los demás.

Interacción y comunicación

Objetos y actividades

Amistad

Asertivas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesúsjargua.com

179

Habilidades sociales

Usar palabras amables

Por favor, gracias, buenos días, perdón...

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCOM. www.jesúsjargua.com

180

Habilidades sociales

Escuchar con atención
al que habla.

Habilidades sociales

Evitar herir
o molestar a los demás.

Habilidades sociales

Cumplir las reglas
en los juegos.

Saber ganar...
Saber perder...

Habilidades sociales

Ser puntual.

Ser discretos con las
confidencias de los amigos.

Habilidades sociales

Felicitar, animar a los demás y
saber hacer “cumplidos”.

Hacer peticiones.

Habilidades sociales

Tener detalles con
las personas importantes.

No dejarse llevar.

Habilidades sociales

Defender lo que es suyo y lo que se considera justo.

Rechazar peticiones que van contra mis normas y valores

Habilidades sociales

- Usar palabras amables: "por favor, gracias, buenos días, perdón..."
- Escuchar con atención al que te habla.
- Evitar herir o molestar a los demás.
- Cumplir las reglas de los juegos.
- Saber ganar y perder.
- Ser puntual.
- Ser discreto con las confidencias de los amigos.
- Felicitar, animar a los demás y saber "hacer cumplidos".
- Hacer peticiones.
- Tener detalles con las personas importantes.
- No dejarse llevar.
- Defender lo que es suyo y lo que se considera justo.
- Rechazar peticiones que van contra mis normas y valores.

Enseñar habilidades sociales

Pautas para la familia



¿Cómo se enseñan?

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

www.jesucarquaque.com

189

Enseñar habilidades sociales

Pautas para la familia



Enseñanza directa

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

www.jesucarquaque.com

190

Enseñar habilidades sociales

Pautas para la familia



Siendo ejemplo

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

www.jesucarquaque.com

191

Enseñar habilidades sociales

Pautas para la familia



Reforzando lo que se hace bien

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

www.jesucarquaque.com

192

Enseñar habilidades sociales

Pautas para la familia

Corrigiendo lo que se hace mal

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCOM. www.jesusalvaroqua.com

193

Enseñar habilidades sociales

Pautas para la familia

Material habilidades sociales

AUTODEVALUACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES

Rodea en cada una de las habilidades la respuesta más adecuada a la forma de actuar.

HABILIDADES DE INTERVENCIÓN Y FORMA DE ACTUAR	
1. Sigue una línea recta de forma lineal y sistemática	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
2. Pide disculpas cuando se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
3. Se da cuenta de que se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
4. Se da cuenta de que se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
5. Muestra empatía con otras personas cuando "lo necesito"	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
6. Muestra empatía con otras personas cuando "lo necesito"	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
7. Pide disculpas cuando se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
8. Pide disculpas cuando se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
9. Pide disculpas cuando se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
10. Se da cuenta de que se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
11. Se da cuenta de que se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
12. Se da cuenta de que se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
13. Se da cuenta de que se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
14. Se da cuenta de que se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
15. Se da cuenta de que se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
16. Se da cuenta de que se ha hecho algo que no debía	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No

HABILIDADES RELATIVAS A VALORES Y ACTITUDES	
17. Ofrece a los demás objetos que no son de su propiedad	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
18. Ofrece a los demás objetos que no son de su propiedad	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
19. Pide permiso a los demás objetos que no son de su propiedad	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
20. Pide permiso a los demás objetos que no son de su propiedad	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
21. Se pone de acuerdo con los demás	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
22. Se pone de acuerdo con los demás	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
23. Se pone de acuerdo con los demás	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
24. Se pone de acuerdo con los demás	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
25. Se pone de acuerdo con los demás	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
26. Se pone de acuerdo con los demás	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
27. Se pone de acuerdo con los demás	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
28. Se pone de acuerdo con los demás	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
29. Se pone de acuerdo con los demás	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
30. Se pone de acuerdo con los demás	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCOM. www.jesusalvaroqua.com

194

Pautas para las familias

1 Establece un vínculo seguro	9 Ser ejemplo positivo
2 Legítima las emociones	10 Ir creando un locus de control ajustado
3 Formar un vocabulario emocional	11 Sembrar la semilla de la empatía
4 Enseñar a tomar distancia de las emociones	12 Vida saludable
5 Facilita una narrativa	13 Enfrentar los problemas
6 Habla de lo que te preocupa	14 Enseñar habilidades sociales
7 Tolerar la frustración	15 Inspirar metas, transmitir valores
8 Aplazar la recompensa	16 Aprender a pedir ayuda

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCOM. www.jesusalvaroqua.com

195

Inspirar metas

Transmitir valores

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCOM. www.jesusalvaroqua.com

196

Inspirar metas, transmitir valores

Pautas para la familia

Deseos convertidos en objetivos

Rumbo - dirección

Objetivos intermedios

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCOM. www.jesusalvaroqua.com

197

Inspirar metas, transmitir valores

Pautas para la familia

Ayudarles a plantearse metas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCOM. www.jesusalvaroqua.com

198

Inspirar metas, transmitir valores

Pautas para la familia



Aprender un nuevo idioma Llevar al dia mis estudios
 Aprender a bailar Ayudar en casa
 Ser menos agresivo Ayudar en casa
 Vencer mi timidez Leer dos libros sobre un tema
 Apuntarme a un equipo Aprender un instrumento

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia IECM. www.jesúsjargua.com 199

Inspirar metas, transmitir valores

Pautas para la familia

Valores

Principios, ideales, prioridades.
 Hacer lo correcto
 Elección personal: creencia



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia IECM. www.jesúsjargua.com 200



Pautas para las familias

1 Establece un vínculo seguro	9 Ser ejemplo positivo
2 Legítima las emociones	10 Ir creando un locus de control ajustado
3 Formar un vocabulario emocional	11 Sembrar la semilla de la empatía
4 Enseñar a tomar distancia de las emociones	12 Vida saludable
5 Facilita una narrativa	13 Enfrentar los problemas
6 Habla de lo que te preocupa	14 Enseñar habilidades sociales
7 Tolerar la frustración	15 Inspirar metas, transmitir valores
8 Aplazar la recompensa	16 Aprender a pedir ayuda

 207

Aprender a pedir ayuda Pautas para la familia



Aprender a pedir ayudar

 Censo. Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comunicación JCCM. www.jesucarjanda.com 206

Aprender a pedir ayuda Pautas para la familia

Ser ejemplo



 Censo. Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comunicación JCCM. www.jesucarjanda.com 207

Aprender a pedir ayuda Pautas para la familia

Entender las señales



 Censo. Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comunicación JCCM. www.jesucarjanda.com 208

Aprender a pedir ayuda Pautas para la familia

Señales de ayuda

- **Llamadas de atención.**
- **Cambios en la conducta.**
- **Reproches...**



 Censo. Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para Familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comunicación JCCM. www.jesucarjanda.com 209

Pautas para las familias

1 Establece un vínculo seguro	9 Ser ejemplo positivo
2 Legítima las emociones	10 Ir creando un locus de control ajustado
3 Formar un vocabulario emocional	11 Sembrar la semilla de la empatía
4 Enseñar a tomar distancia de las emociones	12 Vida saludable
5 Facilita una narrativa	13 Enfrentar los problemas
6 Habla de lo que te preocupa	14 Habilidades sociales
7 Tolerar la frustración	15 Inspirar metas, transmitir valores
8 Aplazar la recompensa	16 Aprender a pedir ayuda

 35



Pautas para la familia

No necesitamos familias perfectas

sino razonablemente buenas



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familia y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia XCM. 213

Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

Consideraciones previas	Las emociones	Conceptos clave
Pautas para las familias	Pautas para el centro educativo	Signos de alerta generales
Actuaciones desde orientación	Actuaciones para algunos problemas	Conclusiones

PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Problemas emocionales en la infancia y adolescencia

Pautas concretas de actuación para familias y profesorado

Servicio de Inclusión Educativa y convivencia

Jesús Jarque García
pedagogo y orientador educativo

16, 17 y 18 de mayo de 2023