



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

14 y 16 de febrero de 2023



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 3

Objetivos



Conceptos

Criterios

Estrategias

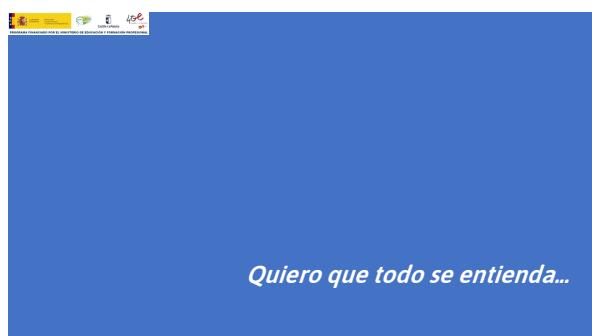
Materiales



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

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

Castilla-La Mancha

4GE
Castilla-La Mancha

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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

14

Consideraciones previas



Referencias legales

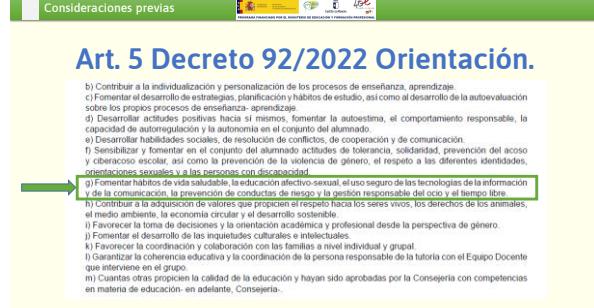
Decretos de Orientación 92/2022

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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

15

Consideraciones previas



Art. 5 Decreto 92/2022 Orientación.

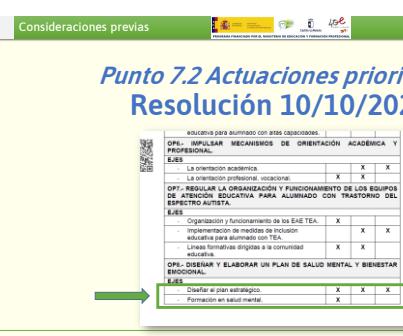
b) Contribuir a la individualización y personalización de los procesos de enseñanza, aprendizaje.

- c) Fomentar el desarrollo de estrategias, planes y hábitos de estudio, así como al desarrollo de la autoevaluación sobre los procesos propios de aprendizaje.
- d) Desarrollar actitudes positivas hacia sí mismos, 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, de comunicación.
- f) Sensibilizar sobre el consumo del alcohol, las drogas, la 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 salud mental y la salud emocional, la relación responsable del cuerpo y al tiempo libre.
- h) Contribuir a la adquisición de valores que promocionan el respeto hacia los seres vivos, los derechos de los animales, el medio ambiente, la economía circular y el desarrollo sostenible.
- i) Favorecer la toma de decisiones y la orientación académica y profesional desde la perspectiva de género.
- j) Fomentar la formación de competencias 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 propician 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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

16

Consideraciones previas



Punto 7.2 Actuaciones prioritarias Resolución 10/10/2022

OP1. IMPULSAR MECANISMOS DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL

Ejes:

- La orientación académica X X X
- La orientación profesional, vocacional X X

OP2. REGULAR LA ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO DE LOS EQUIPOS DE ATENCIÓN INTEGRADA PARA ALUMNADO CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTÍSTICO

Ejes:

- Organización y funcionamiento de los EAE.TEA. X
- Implementación de medidas de inclusión X X X
- Líneas formativas dirigidas a la comunidad educativa X X

OP3. DISEÑAR Y ELABORAR UN PLAN DE SALUD MENTAL Y BIENESTAR EMOCIONAL

Ejes:

- Diseñar e 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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

17

Consideraciones previas



Eje 1-SALUD MENTAL Y BIENESTAR SOCIOEMOCIONAL DE TODOS LOS MIEMBROS DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA

3.1. EJE 1-SALUD MENTAL Y BIENESTAR SOCIOEMOCIONAL DE TODOS LOS MIEMBROS DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA.

• **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Objetivo 1. Sensibilizar y formar a la comunidad educativa sobre la salud mental y los beneficios del desarrollo y bienestar emocional.
- Objetivo 2. Creación de un banco de recursos para fomentar el desarrollo y bienestar socioemocional en el ámbito educativo, facilitando herramientas y recursos comunitarios para la gestión de las emociones, el control del estrés y la ansiedad y la mejora de los estilos de vida.
- Objetivo 3. Mejorar el marco protector de convivencia y clima positivo en los centros educativos para promover su éxito educativo en todo el alumnado.
- Objetivo 4. Impulsar actuaciones formativas que contribuyan a la promoción de factores de protección (resiliencia, autoestima, habilidades sociales, resolución de conflictos, salud física y emocional).

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

18

Consideraciones previas



Algunos datos



Algunos datos

Consideraciones previas

ENFERMERAS FRENTE AL RIESGO DE EDUCACIÓN EN TRAMITACIÓN PROFESIONAL

Algunos datos

SEI2

El suicidio es la principal causa de muerte en jóvenes de 15 a 29 años

La salud mental de los jóvenes es un tema de especial preocupación, especialmente en la adolescencia

Imagen de la web de la Federación de Asociaciones de Enfermería de Andalucía (FAEA)

Carmina Latorre y María del Mar Martínez-Torres y Data Real en (2018)

El suicidio es la principal causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 29 años en España, después del suicidio de la juventud de los adolescentes de 10 a 19 años. La tasa de suicidio de los jóvenes en España es casi la media mundial, según los datos del Consejo General de Psicología de España. Además, las hospitalizaciones por suicidios entre los 10 y los 24 años casi se han cuadruplicado en los registros de Sanidad en las últimas décadas. En una entrevista con COFE el director del Movimiento Pontificio Sacerdotes Ocumare, José María del Corral, aboga por hablar del suicidio.

Consideraciones previas

Algunos datos

7 abril 2022



Comunicado del Grupo de Trabajo Multidisciplinar sobre Sistol 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 TDH 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



BRASIL PARCELA POR LA MEJORAS EN EDUCACIÓN Y DESARROLLO PROFESIONAL

Recomendaciones

7 abril 2022

- 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, asociaciones, servicios comunitarios y otros profesionales. Los centros de Salud y Educación deben priorizar estos mecanismos. Para lo cual se deben respaldar en los agujeros de los perfiles humanos específicos para estos 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 la identificación y regulación de emociones, respeto a la diversidad, etc.

Consideraciones previas



Consideraciones previas



¡Tenemos un problema!

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

25

Consideraciones previas

La escuela no es un centro de terapia



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

26

Consideraciones previas



No tenemos que diagnosticar

No hacemos terapia

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

27

Consideraciones previas

La escuela no es un centro de terapia

No tenemos que diagnosticar

Pero...

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

Consideraciones previas



Pero sí podemos sumar

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

29

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 JCCM www.jesusjarque.com

30

Consideraciones previas



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

31

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 JCCM www.jesusjarque.com

32

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 JCCM www.jesusjarque.com

33

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 JCCM www.jesusjarque.com

34

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

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

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL
Instituto Cervantes
Castilla-La Mancha
4GE
Castilla-La Mancha

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.

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.jesusjarque.com 37

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.jesusjarque.com 38

Emoción y sentimiento Las emociones

Emoción

- **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.jesusjarque.com 39

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.jesusjarque.com 40

Emoción y sentimiento Las emociones

Sentimientos

- **Interpretación subjetiva.**
- **Incluye pensamientos.**
- **Mayor duración en el tiempo.**
- **No tiene 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.jesusjarque.com 41

Clasificación de las emociones Las emociones

Clasificación de las emociones

Emociones Primarias	Emociones Secundarias

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 42

Clasificación de las emociones

Emociones Primarias	Emociones Secundarias
<ul style="list-style-type: none"> • Alegría. • Miedo. • Sorpresa. • Asco. • Ira. • Tristeza. 	

Clasificación de las emociones

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

Emociones primarias



Emociones secundarias



Dimensiones de la emoción

Desagradable  Agradable

Dimensiones de la emoción

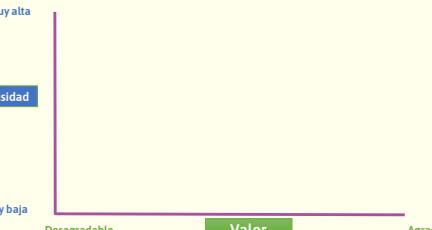
Muy alta

Intensidad

Muy baja

Dimensiones de la emoción  Las emociones

Dimensiones de la emoción



Intensidad

Muy alta

Muy baja

Desagradable Valor Agradable

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

49

Dimensiones de la emoción  Las emociones

Dimensiones de la emoción



Intensidad

Muy alta

Muy baja

Desagradable Valor Agradable

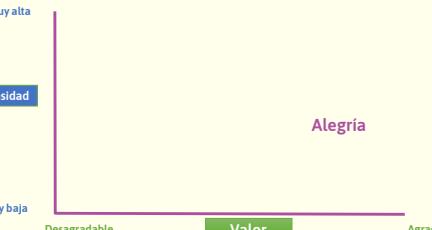
Ira

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

50

Dimensiones de la emoción  Las emociones

Dimensiones de la emoción



Intensidad

Muy alta

Muy baja

Desagradable Valor Agradable

Alegria

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

51

Dimensiones de la emoción  Las emociones

Dimensiones de la emoción



Intensidad

Muy alta

Muy baja

Desagradable Valor Agradable

Ira

Sorpresa

Vergüenza

Sorpresa

Enfado

Alegria

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

52

¿Hay emociones positivas y negativas?  Las emociones

¿Hay emociones positivas y negativas?



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

53

¿Hay emociones positivas y negativas?  Las emociones



No hay positivas y negativas

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

54

¿Hay emociones positivas y negativas?

Las emociones



No hay positivas y negativas

Hay agradables y desagradables

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

55

¿Hay emociones positivas y negativas?

Las emociones



No hay positivas y negativas

Hay agradables y desagradables

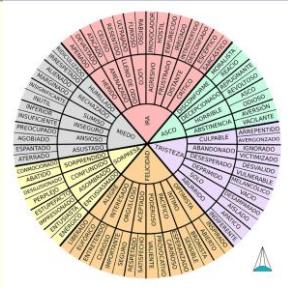
Todas nos ayudan a sobrevivir

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

56

¿Hay emociones positivas y negativas?

Las emociones



Rueda de palabras emocionales

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

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

57

¿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. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

58

¿Hay emociones positivas y negativas?

Las emociones



Todas las emociones tienen su función

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

59

¿Hay emociones positivas y negativas?

Las emociones

“El lado bueno de las emociones desagradables”

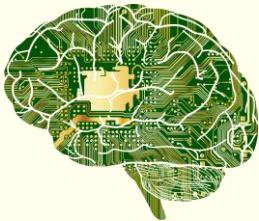
- Envidia: factor de motivación.
- Tristeza: algo va mal - necesitamos apoyo.
- Ira: cambiar y afrontar una situación injusta.
- Culpa: Reconocimiento situación, motivación para el cambio.
- Decepción: fuente de aprendizaje y memoria. Señalan lo importante.

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

60

El cerebro y las emociones | Las emociones

El cerebro no está diseñado para ser feliz...

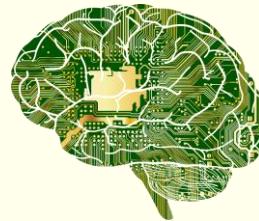


61

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

El cerebro y las emociones | Las emociones

El cerebro no está diseñado para ser feliz...



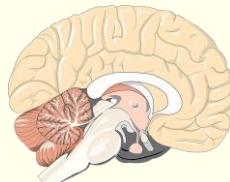
Sino para sobrevivir

62

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

El cerebro y las emociones | Las emociones

Tres “partes” en el cerebro
Paul McLean



Cerebro reptiliano

Sistema límbico

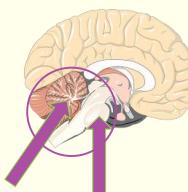
Neocortex

63

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

El cerebro y las emociones | Las emociones

Cerebro reptiliano



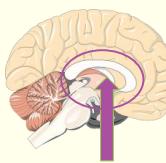
- Automático e inconsciente.
- No piensa, no emocional.
- Instintivo para supervivencia.
- Algunas conductas:
 - Ritmo cardíaco.
 - Respiración.
 - Conductas innatas: llorar, mamar...
 - Huida.
 - Lucha.
 - Parálisis.

64

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

El cerebro y las emociones | Las emociones

Sistema límbico



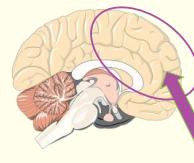
- Se generan las emociones.
- Motivaciones.
- Aprendizaje premio-castigo.
- Involuntario.
- Placer - placer.
- Memoria emocional.
- Sociabilidad.
- Relaciones de apego.
- Funciones:
 - Hacer lo que nos gusta.
 - Evitar lo que nos disgusta.

65

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

El cerebro y las emociones | Las emociones

Neocortex



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

66

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

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.jesusjarque.com 67

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
Castilla-La Mancha
4GE
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.

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL
Castilla-La Mancha
4GE
PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

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.jesusjarque.com 70

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL
Castilla-La Mancha
4GE
PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Factores protectores

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL
Castilla-La Mancha
4GE
PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

Factores protectores

Características Estrategias Variables

Factores protectores Salud mental

Reducen la probabilidad resultados adversos

Conceptos clave

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 72

Factores protectores

- 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.

Del propio niño o niña

Fuente: Schroeder y Gordon, 1991 1

Factores protectores

- 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.

Características de los progenitores

Fuente: Schroeder y Gordon, 1991 1

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 calidad.	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.		
Apego seguro.		

Fuente: Schroeder y Gordon, 1991 1

Factores protectores

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

Otros

Factores protectores





Factores de riesgo

Conceptos clave

Características Experiencias Eventos

Factores de riesgo Salud mental

Aumentan la probabilidad resultados adversos

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

80

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. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

81

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. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

82

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. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

83

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. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

84

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. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 85

¿Otros factores protectores? ¿Otros factores de riesgo?

- 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. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 86

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. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 87

Signos de alerta



Signos de alerta

Conceptos clave

Conductas o síntomas que pueden indicar la probabilidad de un problema

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 88

Intervenciones preventivas



Intervenciones preventivas

Conceptos clave



Intervenciones preventivas

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

91

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

Intervenciones preventivas

Conceptos clave



Prevención universal

A todo el alumnado
A todas las familias

92

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

Intervenciones preventivas

Conceptos clave



PLAN DIRECTOR

PARA LA CONIVENCIA Y MEJORA DE LA SEGURIDAD EN LOS CENTROS EDUCATIVOS Y SUS ENTORNOS

DESCARGATE LA APP ALERTCOPSO

93

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

Intervenciones preventivas

Conceptos clave



Prevención dirigida

Alumnado y Familias
En riego

94

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

Intervenciones preventivas

Conceptos clave



Atención signos de alerta

Tutorías más frecuentes

Facilitar más pautas

Amonestaciones

Enviar una carta

Intervenciones tempranas

95

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

Intervenciones preventivas

Conceptos clave



96

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

Intervenciones preventivas

Conceptos clave



Prevención clínica

Alumnado y Familias

Ya presentan los problemas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 97

Intervenciones preventivas

Conceptos clave



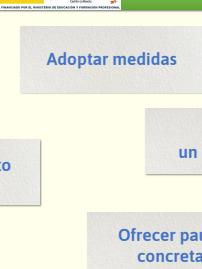
Prevención clínica

Intervención directa sobre el problema

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 98

Intervenciones preventivas

Conceptos clave



Realizar una valoración

Adoptar medidas

Acompañamiento personal

Derivar un especialista

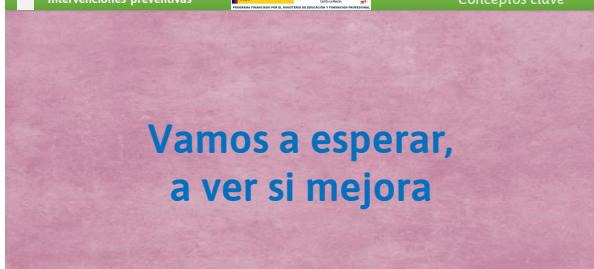
Asesoramiento a la familia

Ofrecer pautas concretas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 99

Intervenciones preventivas

Conceptos clave



Vamos a esperar, a ver si mejora

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 100

Intervenciones preventivas

Conceptos clave



Vamos a esperar, a ver si mejora

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 101

Intervenciones preventivas

Conceptos clave



Intervenciones preventivas

Prevención universal

Prevención dirigida

Prevención clínica

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 102



Intervenciones preventivas



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. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

104



Acontecimientos vitales estresantes



Acontecimientos vitales estresantes

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

...

Conceptos clave

Escala de Holmes y Rale (150)

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

105



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.



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. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

106

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

107

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. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 109

¿Qué estrategia seguir frente a los problemas emocionales?

Factores protectores
¡Up!

1

↓

¡Down!
Factores de riesgo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 111

Detector
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 JCCM www.jesusjarque.com 113

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



Pautas para las familias

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

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

116

Intervenciones preventivas

- Prevención universal
- Prevención dirigida
- Prevención clínica

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

117

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

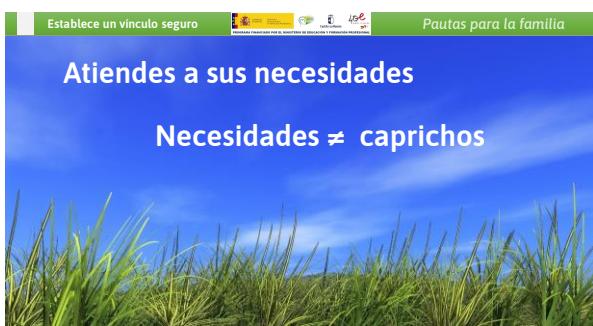
118

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

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





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.

Establece un vínculo seguro

Pautas para la familia

Conductas contrarias al apego seguro

Establece un vínculo seguro Pautas para la familia

No atender al mundo emocional

Quitar importancia

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

133

Establece un vínculo seguro Pautas para la familia

Demasiada autonomía

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

134

Establece un vínculo seguro Pautas para la familia

Relación fría y distante

Poco contacto físico

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

135

Establece un vínculo seguro Pautas para la familia

Padres - Madres Imprevisibles

Dependen del estado de ánimo

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

136

Establece un vínculo seguro Pautas para la familia

Los roles se invierten

El niño o niña es el apoyo emocional

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

137

Establece un vínculo seguro Pautas para la familia

Conductas contrarias a vínculo seguro

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.jesusjarque.com

138



Puedo contar contigo

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

Legitima 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.jesusjarque.com

141

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

142

Legitima las emociones

Pautas para la familia

Evita “Embotellar” las emociones

- Negar
- Ignorar
- Apartar

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

143

Legitima las emociones

Pautas para la familia

Evita “cavilar”

Susan David, Agilidad Emocional

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

144

Legitima las emociones  Pautas para la familia



Reflexión insistente

Con culpabilidad

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

145

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

146

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

147

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

148

Legitima las emociones  Pautas para la familia



Las aceptamos

Las miramos con compasión

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

149

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

150

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

Ir formando un vocabulario emocional



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

152



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

153



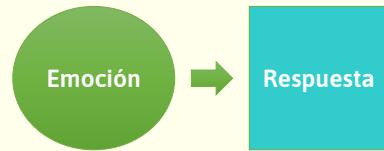
Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

154



Enseña a tomar distancia de las emociones

Tomar distancia de las emociones



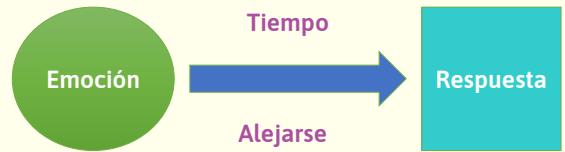
Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

155

Tomar distancia de las emociones



Tomar distancia de las emociones



Que la respuesta sea más consciente

facilitar una narrativa



Facilitar una narrativa

Pautas para la familia



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

163

Facilitar una narrativa

Pautas para la familia



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

164

Facilitar una narrativa

Pautas para la familia

Usamos historias sociales



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

165

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 JCCM www.jesusjarque.com

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

167

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

168

Habla de lo que te preocupa

Pautas para la familia

ADELE FABER Y ELAINE MAZLISH
CÓMO HABLAR PARA QUE LOS NIÑOS ESCUCHEN Y CÓMO ESCUCHAR PARA QUE LOS NIÑOS HABLEN

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 169

Habla de lo que te preocupa

Pautas para la familia

ADELE FABER Y ELAINE MAZLISH
CÓMO HABLAR PARA QUE LOS NIÑOS ESCUCHEN Y CÓMO ESCUCHAR PARA QUE LOS NIÑOS HABLEN

Escucha en silencio y con atención

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 170

Habla de lo que te preocupa

Pautas para la familia

ADELE FABER Y ELAINE MAZLISH
CÓMO HABLAR PARA QUE LOS NIÑOS ESCUCHEN Y CÓMO ESCUCHAR PARA QUE LOS NIÑOS HABLEN

Acepta sus sentimientos con una palabra

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 171

Habla de lo que te preocupa

Pautas para la familia

ADELE FABER Y ELAINE MAZLISH
CÓMO HABLAR PARA QUE LOS NIÑOS ESCUCHEN Y CÓMO ESCUCHAR PARA QUE LOS NIÑOS HABLEN

Nombra el sentimiento

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 172

Habla de lo que te preocupa

Pautas para la familia

ADELE FABER Y ELAINE MAZLISH
CÓMO HABLAR PARA QUE LOS NIÑOS ESCUCHEN Y CÓMO ESCUCHAR PARA QUE LOS NIÑOS HABLEN

Imagina un deseo

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 173

Habla de lo que te preocupa

Pautas para la familia

ADELE FABER Y ELAINE MAZLISH
CÓMO HABLAR PARA QUE LOS NIÑOS ESCUCHEN Y CÓMO ESCUCHAR PARA QUE LOS NIÑOS HABLEN

- 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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 174

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

Pautas para la familia

Experimentarla



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

176

Tolerar la frustración

Pautas para la familia

*No intervenir
si no es necesario*



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

177

Tolerar la frustración

Pautas para la familia

*No conceder todos
los caprichos
(aunque podamos)*



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

178

Tolerar la frustración

Pautas para la familia

*Enseñar
respuestas adaptativas*



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

179

Tolerar la frustración

Pautas para la familia

*No cambiar
las decisiones*



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

180

Tolerar la frustración

Pautas para la familia

Ser ejemplo positivo

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

181

Tolerar la frustración

Pautas para la familia

Tolerar la frustración

- 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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

182

Tolerar la frustración

Pautas para la familia

Tolerar el fracaso

Forma parte de las reglas de la vida.

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

183

Tolerar la frustración

Pautas para la familia

¡¡Si quieres puedes!!

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

184

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

185

Aplazar la recompensa

Pautas para la familia

Aplazar la recompensa

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

186

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 187

Pautas para la familia



Experiencias de espera

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 188

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 189

Aplazar la recompensa

Pautas para la familia

A veces las recompensas no se consiguen



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 190

Aplazar la recompensa

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.jesusjarque.com 191

Ser ejemplo positivo

Pautas para la familia

Ser ejemplo positivo



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 192

Ser ejemplo positivo

Pautas para la familia

Humanos imperfectos



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

193

Ser ejemplo positivo

Pautas para la familia

- Mostrar las emociones
- Autocompásion
- Harlar de lo que preocupa
- Vocabulario emocional
- Aplazar recompensa
- Tolerar la frustración



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

194

Ir creando locus de control ajustado



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

Sembrar la semilla de la empatía

Pautas para la familia

Sembrar la semilla de la empatía



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

195

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

197

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 familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

198

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 profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarqua.com 199

 Pautas para la familia



“Fíjate”

 Pautas para la familia



Vida saludable

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

 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 JCCM www.jesusjarqua.com 201

Enfrentar los problemas  Pautas para la familia



“Ya te lo hago yo”

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarqua.com 202

Enfrentar los problemas  Pautas para la familia



- 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 profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarqua.com 203

Enfrentar los problemas Pautas para la familia

Apoyar



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 205

Enfrentar los problemas Pautas para la familia

Apoyar

Acompañar



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 206

Enfrentar los problemas Pautas para la familia

Apoyar

Acompañar

Déjalo intentarlo

Hacer elecciones



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 207

Enfrentar los problemas Pautas para la familia

Saber cuándo realmente no pueden



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 208

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 JCCM www.jesusjarque.com 209

Enfrentar los problemas Pautas para la familia

Enfrentar los problemas

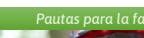
Lista de soluciones



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 210

 **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 miedos, transmitir valores
8 Aplazar la recompensa	16 Aprender a pedir ayuda

 **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 JCCM www.jesusjarque.com 212

 **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 JCCM www.jesusjarque.com 213

 **Habilidades sociales**

Usar palabras amables

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

 **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?

A woman with long dark hair tied back, wearing a light blue button-down shirt, is pointing her right index finger towards the right side of the frame. To the right of her hand is a white notepad with horizontal blue lines. A blue pushpin is pinned to the top right corner of the notepad. The notepad has the text 'Enseñanza directa' written in blue ink. The background is plain white.

A woman with long dark hair, wearing a light blue button-down shirt, is pointing with her right hand towards a notepad. The notepad has the text 'Siendo ejemplo' written on it in blue ink. The notepad is white with horizontal lines and has a red binding on the left. There are several grey circular punch holes along the left edge of the notepad. The background is plain white. At the top of the slide, there is a green header bar with the text 'Enseñar habilidades sociales' on the left and 'Pautas para la familia' on the right. The green bar also features the logo of the Ministry of Education and the 'IIEP-UNESCO' logo. Below the header, there is a small banner with the text 'FONDO FRANCÉS PARA EL DESARROLLO DE LA EDUCACIÓN Y LA FORMACIÓN PROFESIONAL'.

A woman with long dark hair tied back, wearing a light blue button-down shirt, is pointing her right index finger towards the right side of the frame. She is smiling slightly. To the right of the image is a white lined notebook page. At the top of the page, there is a blue star sticker. Below the star, the text 'Reforzando lo que se hace bien' is written in blue, bold, sans-serif font. To the left of the text, there is a vertical column of ten grey circular bullet points. The background is a plain, light color.

Enseñar habilidades sociales

MINISTERIO DE EDUCACIÓN, INVESTIGACIONES Y CULTURA
FONDO FRANCÉS PARA EL DESARROLLO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

Pautas para la familia





Enseñar habilidades sociales

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y
DE INVESTIGACIONES
y
INSTITUTO
NACIONAL
DE
ESTADÍSTICA
y
ESTUDIOS
SOCIALES

ENSEÑAR HABILIDADES SOCIALES

Pautas para la familia



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.jesusjarqua.com

231



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

232



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

233



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

234

Inspirar metas, transmitir valores  **Pautas para la familia**



Ayudarles a plantearse metas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 235

Inspirar metas, transmitir valores  **Pautas para la familia**



- Aprender un nuevo idioma
- Aprender a bailar
- Llevar al día mis estudios
- Vencer mi timidez
- Ser menos agresivo
- Ayudar en casa
- 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 JCCM www.jesusjarque.com 236

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 JCCM www.jesusjarque.com 237



Nos ayudan a tomar decisiones

 **A qué dedicamos el tiempo y esfuerzo**




Nos libera de seguir la corriente



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

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.jesusjarqua.com 243

Aprender a pedir ayuda

Pautas para la familia

Ser ejemplo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarqua.com 244

Aprender a pedir ayuda

Pautas para la familia

Entender las señales

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarqua.com 245

Aprender a pedir ayuda

Pautas para la familia

Señales de ayuda

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

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarqua.com 246

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

Una más...

Pautas para la familia

Supervisión continua

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

249

Pautas para la familia

No necesitamos familias perfectas

sino razonablemente buenas

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

250

Pautas para la familia

<https://www.youtube.com/watch?v=mFQ4YRmBeM>

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

251

Pautas para la familia

¿Y cómo lo hacemos?

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

252





Pautas para el centro educativo	
1. Acoso Escolar 0.0	
2. Favorece la colaboración	9. Formación del profesorado
3. Ser ejemplo positivo	10. Facilitar información
4. Ir formando un vocabulario emocional	11. Conocer los signos de alerta
5. Favorecer un locus de control ajustado	12. Organizar la respuesta a los S.A.
6. Educadores, educadoras receptivos	13. Atender las peticiones de ayuda
7. Enseñar habilidades sociales	14. Favorecer la reflexión personal
8. Favorecemos una sana autoestima	15. Acompañamiento personal

Acoso escolar 0,0



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para el centro educativo

Acoso escolar 0,0

Aplicar el protocolo

267

Acoso escolar 0,0

Conocer cómo funciona



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para el centro educativo

Acoso escolar 0,0

Valorar a cada alumno es protegerlo

266

Acoso escolar 0,0



Aplicar el protocolo

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para el centro educativo

Acoso escolar 0,0

267

Acoso escolar 0,0

Valorar a cada alumno es protegerlo



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para el centro educativo

Acoso escolar 0,0

266

Acoso escolar 0,0



Medidas preventivas

- Formación.
- Información Y Sensibilización.
- Vigilancia.
- Formas de comunicarlo.
- Valoramos a todos los alumnos.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para el centro educativo

Acoso escolar 0,0

269

Acoso escolar 0,0

Frente al **BULLYING**
#TÚ CUENTAS
LLAMA 116 111



BIENESTAR SOCIAL

Castilla-La Mancha

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para el centro educativo

Acoso escolar 0,0

270

Acoso escolar 0,0

                                     <img alt="Logo of the Ministry of

Favorece la colaboración  **Pautas para el centro educativo**



Valorar a todos los alumnos

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 277

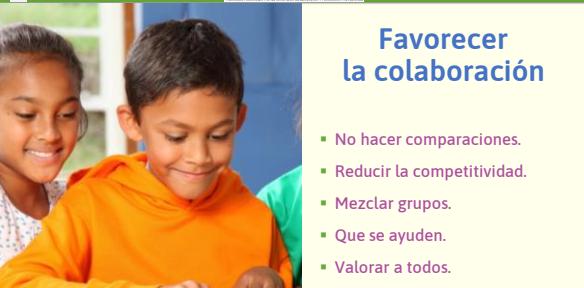
Favorece la colaboración  **Pautas para el centro educativo**



Favorece que se ayuden

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 278

Favorece la colaboración  **Pautas para el centro educativo**



Favorecer la colaboración

- No hacer comparaciones.
- Reducir la competitividad.
- Mezclar grupos.
- Que se ayuden.
- Valorar a todos.

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 279

Pautas para el centro educativo



1	Acoso Escolar 0.0	9	Formación del profesorado
2	Favorece la colaboración	10	Facilitar información
3	Ser ejemplo positivo	11	Conocer los signos de alerta
4	Ir formando un vocabulario emocional	12	Organizar la respuesta a los S.A.
5	Favorecer un locus de control ajustado	13	Atender las peticiones de ayuda
6	Educadores, educadoras receptivos	14	Favorecer la reflexión personal
7	Enseñar habilidades sociales	15	Acompañamiento personal
8	Favorecemos una sana autoestima		

Ser ejemplo positivo  **Pautas para el centro educativo**



Ser ejemplo positivo

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 281

Ser ejemplo positivo  **Pautas para el centro educativo**



Gestionando nuestras emociones

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 282

Ser ejemplo positivo   **Pautas para el centro educativo**

Habilidades sociales



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 283

Ser ejemplo positivo   **Pautas para el centro educativo**

Empatía



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 284

Ser ejemplo positivo   **Pautas para el centro educativo**

Ser ejemplo positivo



■ Gestión de emociones.
■ Habilidades sociales.
■ Empatía.

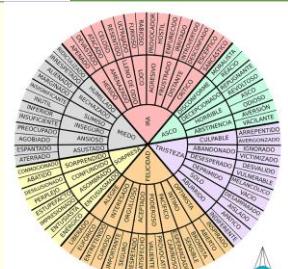
Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 285

Pautas para el centro educativo

1	Acoso Escolar 0,0
2	Favorece la colaboración
3	Ser ejemplo positivo
4	Ir formando un vocabulario emocional
5	Favorecer un locus de control ajustado
6	Educadoras, educadoras receptivos
7	Enseñar habilidades sociales
8	Favorecemos una sana autoestima
9	Formación del profesorado
10	Facilitar información
11	Conocer los signos de alerta
12	Organizar la respuesta a los S.A.
13	Atender las peticiones de ayuda
14	Favorecer la reflexión personal
15	Acompañamiento personal

Formar un vocabulario emocional   **Pautas para el centro educativo**

Ir formando un vocabulario emocional



Rueda de palabras emocionales
<http://adrianolopez.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 JCCM www.jesusjarque.com 287

Favorecer locus de control ajustado

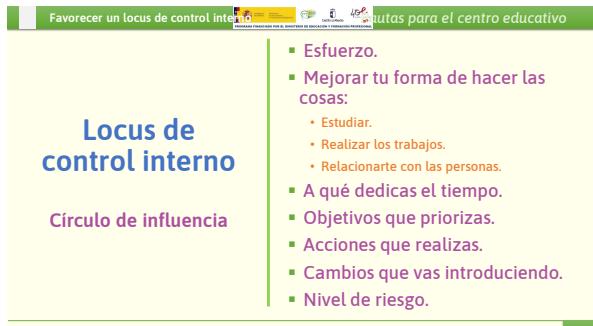




Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 289



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 290



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 291

Pautas para el centro educativo

Favorecer un locus de control interno. 

1	Acoso Escolar 0,0	9	Formación del profesorado
2	Favorece la colaboración	10	Facilitar información
3	Ser ejemplo positivo	11	Conocer los signos de alerta
4	Ir formando un vocabulario emocional	12	Organizar la respuesta a los S.A.
5	Favorecer un locus de control ajustado	13	Atender las peticiones de ayuda
6	Educadores, educadoras receptivos	14	Favorecer la reflexión personal
7	Enseñar habilidades sociales	15	Acompañamiento personal
8	Favorecemos una sana autoestima		



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 294

Enseñar habilidades sociales  **Guías para el centro educativo**

Habilidades sociales

Contexto privilegiado

- Interacción y comunicación**
- Objetos y actividades**
- Amistad**
- Asertivas**

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 295

Enseñar habilidades sociales  **Guías para el centro educativo**

Enseñar habilidades sociales

Contexto privilegiado

- Enseñarlas**
- Reforzarlas**
- Corregirlas**

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 296

 **Habilidades sociales**

- Usar palabras amables: "por favor, gracias, buenos días, perdón..."
- Respetar los turnos de palabra.
- Escuchar con atención al que te habla.
- Evitar herir o molestar a los demás gratuitamente.
- 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".
- No dejarse llevar.
- Resolver los conflictos de manera dialogada.
- Llegar a acuerdos.
- Defender lo que es suyo y lo que se considera justo.
- Rechazar peticiones que van contra mis normas y valores.

Enseñar habilidades sociales  **Guías para el centro educativo**

Habilidades sociales

Enseñarlas



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 298

Enseñar habilidades sociales  **Guías para el centro educativo**

Habilidades sociales

Reforzarlas



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 299

Enseñar habilidades sociales  **Guías para el centro educativo**

Habilidades sociales

Corregirlas

3 - 1



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 300

Favorecemos una sana autoestima



PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

45e

Favorecemos una sana autoestima



PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

45e

Valorando lo que se hace bien

Favorecemos una sana autoestima



PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

45e

Corrigiendo (3 a 1)

Haz profeías favorables



PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

45e

Pautas para el centro educativo



PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

45e

1 Acoso Escolar 0.0	9 Formación del profesorado
2 Favorece la colaboración	10 Facilitar información
3 Ser ejemplo positivo	11 Conocer los signos de alerta
4 Ir formando un vocabulario emocional	12 Organizar la respuesta a los S.A.
5 Favorecer un locus de control ajustado	13 Atender las peticiones de ayuda
6 Educadores, educadoras receptivos	14 Favorecer la reflexión personal
7 Enseñar habilidades sociales	15 Acompañamiento personal
8 Favorecemos una sana autoestima	

Formación del profesorado

45e

Pautas para el centro educativo



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

306

Facilitar información

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 307

Conocer los signos de alerta de problemas emocionales

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 308

Organizar la respuesta a los S. Alerta

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 309

Organizar la respuesta a los S. Alerta

Organizar la respuesta

Que hacer si se detectan signos de alerta

A quién se les comunica

Acción siguiente

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 310

Organizar la respuesta a los S. Alerta

Comunicar a la persona responsable

Orientador u orientadora

Bienestar emocional

Equipo directivo

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 311

Organizar la respuesta a los S. Alerta

Atender los signos de alerta

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 312

Pautas para el centro educativo

PROYECTO FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

1 **Acoso Escolar 0,0**

2 **Favorece la colaboración**

3 **Ser ejemplo positivo**

4 **Ir formando un vocabulario emocional**

5 **Favorecer un locus de control ajustado**

6 **Educadores, educadoras receptivos**

7 **Enseñar habilidades sociales**

8 **Favorecemos una sana autoestima**

9 **Formación del profesorado**

10 **Facilitar información**

11 **Conocer los signos de alerta**

12 **Organizar la respuesta a los S.A.**

13 **Atender las peticiones de ayuda**

14 **Favorecer la reflexión personal**

15 **Acompañamiento personal**

PROYECTO FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Atender las peticiones de ayuda

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 314

Atender las peticiones de ayuda

PROYECTO FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Aislamiento

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 315

Atender las peticiones de ayuda

PROYECTO FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



No trabaja

Aislamiento

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 316

Atender las peticiones de ayuda

PROYECTO FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



No trabaja

Rebelde - contradicción

Culpa

Expresiones negativas

Dibujos

Aislamiento

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 317

Atender las peticiones de ayuda

PROYECTO FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Atender las peticiones de ayuda

- **Aislamiento.**
- **Rebelde - contradicción.**
- **Culpa.**
- **Expresiones negativas.**
- **Dibujos.**

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 318

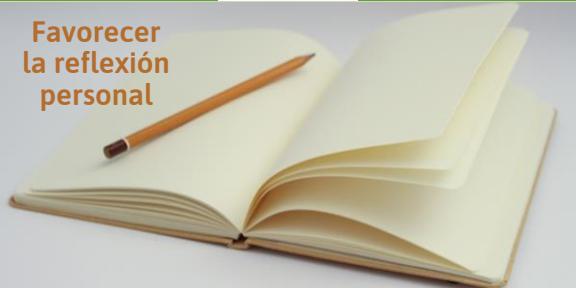
Pautas para el centro educativo

RECOPILA PRACTICAS PARA EL APRENDIZAJE Y FORMACION PROFESIONAL

1 **Acoso Escolar 0,0**
 2 Favorece la colaboración
 3 Ser ejemplo positivo
 4 Ir formando un vocabulario emocional
 5 Favorecer un locus de control ajustado
 6 Educadores, educadoras receptivos
 7 Enseñar habilidades sociales
 8 Favorecemos una sana autoestima
 9 Formación del profesorado
 10 Facilitar información
 11 Conocer los signos de alerta
 12 Organizar la respuesta a los S.A.
 13 Atender las peticiones de ayuda
 14 Favorecer la reflexión personal
 15 Acompañamiento personal

Favorecer la reflexión personal

RECOPILA PRACTICAS PARA EL APRENDIZAJE Y FORMACION PROFESIONAL



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 320

Favorecer la reflexión personal

RECOPILA PRACTICAS PARA EL APRENDIZAJE Y FORMACION PROFESIONAL

Programa "piensa y reflexiona"

■ Escribir.
 ■ A partir de preguntas.
 ■ Voluntario.
 ■ Quincenal...
 ■ Con feedback.



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 321

Favorecer la reflexión personal

RECOPILA PRACTICAS PARA EL APRENDIZAJE Y FORMACION PROFESIONAL

✓ **Las personas más importantes de tu vida.**
 ✓ **¿Qué te preocupa?**
 ✓ **¿Qué objetivos te planteas?**
 ✓ **¿Cuáles son las cosas más importantes de tu vida?**
 ✓ **¿Qué es para ti la amistad?**
 ✓ **¿Qué te hace sufrir?**



Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 322

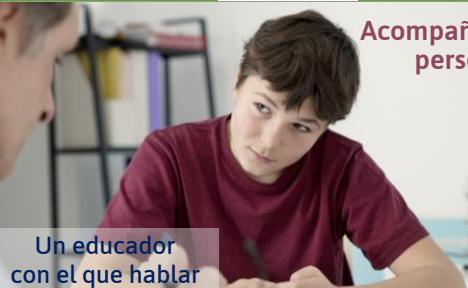
Pautas para el centro educativo

RECOPILA PRACTICAS PARA EL APRENDIZAJE Y FORMACION PROFESIONAL

1 **Acoso Escolar 0,0**
 2 Favorece la colaboración
 3 Ser ejemplo positivo
 4 Ir formando un vocabulario emocional
 5 Favorecer un locus de control ajustado
 6 Educadores, educadoras receptivos
 7 Enseñar habilidades sociales
 8 Favorecemos una sana autoestima
 9 Formación del profesorado
 10 Facilitar información
 11 Conocer los signos de alerta
 12 Organizar la respuesta a los S.A.
 13 Atender las peticiones de ayuda
 14 Favorecer la reflexión personal
 15 Acompañamiento personal

Acompañamiento personal

RECOPILA PRACTICAS PARA EL APRENDIZAJE Y FORMACION PROFESIONAL



Un educador con el que hablar

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 323

Acompañamiento personal                   <img alt="Logo of the Ministry of Education" data-bbox="1472



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

14 y 16 de febrero de 2023



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

PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

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