

## Intervención en problemas emocionales

### ENLACES DE INTERÉS

*Jesús Jarque*

MATERIAL DEL PLAN ESTRATÉGICO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE CASTILLA-LA MANCHA

<https://www.educa.jccm.es/es/sistema-educativo/estrategia-exito-educativo-castilla-mancha/orientacion/plan-estrategico-inteligencia-emocional-bienestar-socioemoc>

VÍDEO: Agilidad Emocional, un entrenamiento para vivir mejor. Susan David

<https://youtu.be/tEntuVUc7PM>

VÍDEO: Cristina Mitre, El síndrome del Burnout.

[https://youtu.be/c1x98Kyh7kl?si=D\\_6W17S7l72mhzK](https://youtu.be/c1x98Kyh7kl?si=D_6W17S7l72mhzK)

VÍDEO: Técnica de relajación para niños; la nube

[https://youtu.be/XXy7C6PftVA?si=yWXeug\\_nZjjprAli](https://youtu.be/XXy7C6PftVA?si=yWXeug_nZjjprAli)

VÍDEO: Tranquilos y atentos como una rana

<https://youtu.be/J2m56TQoZIM?si=c90TiGxdoyNDYCgg>

VÍDEO: Relajación Mantra Om mani padmehum

<https://youtu.be/-1ihy3IH-Uo?si=Y0umxNWDx3c8SKRI>

VÍDEO: El teatro de las emociones; la tristeza

<https://youtu.be/73OMXUzXPGk?si=iEqVQj68OniKWVEv>

VÍDEO: El teatro de las emociones; La ira

<https://youtu.be/Y4GSlrVSQFs?si=vQXMbllISgeCE2Pr1>

VÍDEO: El teatro de las emociones; El asco

[https://youtu.be/q00K\\_J1mKSI?si=KVevp4RF8o00N\\_z1](https://youtu.be/q00K_J1mKSI?si=KVevp4RF8o00N_z1)

VÍDEO: El teatro de las emociones; El miedo

[https://youtu.be/f24TszOjie4?si=D2w9luNzBpTvJsU\\_](https://youtu.be/f24TszOjie4?si=D2w9luNzBpTvJsU_)

VÍDEO: El teatro de las emociones; La alegría

<https://youtu.be/tCvp679l0bQ?si=Adb1srWKgnc8fcko>

VÍDEO. Un decálogo para cuidar la salud mental de los adolescentes. Montserrat Dolz

<https://youtu.be/41el0jzy4rg>

MATERIAL SOBRE EDUCACIÓN EMOCIONAL DE LA DIPUTACIÓN DE GUIPÚZCOA

<https://www.eskolabakegune.euskadi.eus/es/web/eskolabakegune/material-de-la-diputacion-de-guipuzcoa>

PÁGINA EDUCATIVA DE JESÚS JARQUE

<https://familiaycole.com/>

PÁGINA PERSONAL DE JESÚS JARQUE

<https://jesusjarque.com/>

Taller on line para niños y adolescentes de J. Jarque: Cómo afrontar las preocupaciones

[https://infosal.es/courses/taller\\_preocupaciones/](https://infosal.es/courses/taller_preocupaciones/)

LIBRO: CONSIGUE TU MEJOR VERSIÓN

<https://editorialccs.com/libro/6319/consigue-tu-mejor-version/>