

Abordaje de la salud emocional en la Escuela

14 de diciembre 2023. Centro Joaquín Roncal -Fundación CAI

Elisa Ferrer. Promoción de la salud. Dirección General de Salud pública

eferrerg@aragon.es



Educación socioemocional

La OMS estima que 1 de cada 5 niños, niñas y adolescentes sufre problemas de desarrollo, emocionales o de comportamiento.

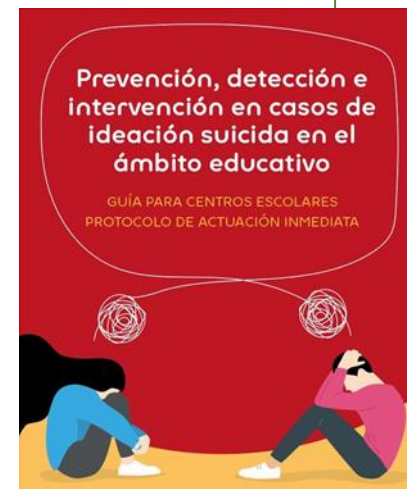
Las investigaciones demuestran que el 50% de los problemas de salud mental de los adultos empiezan antes de los 15 años. El 75 % antes de los 18 años.

Las investigaciones demuestran que los centros educativos que **priorizan el cuidado emocional y el bienestar psicológico de** toda la comunidad educativa mediante la EDUCACIÓN SOCIO-EMOCIONAL, muestran **efectos positivos** en el aprendizaje, abandono escolar, habilidades sociales y emocionales, autoimagen, abuso de sustancias, problemas de salud mental y conducta antisocial. (O'Connor et al., 2017; Ronés et al., 2000; Sklad et al., 2012, UNESCO, 2017)

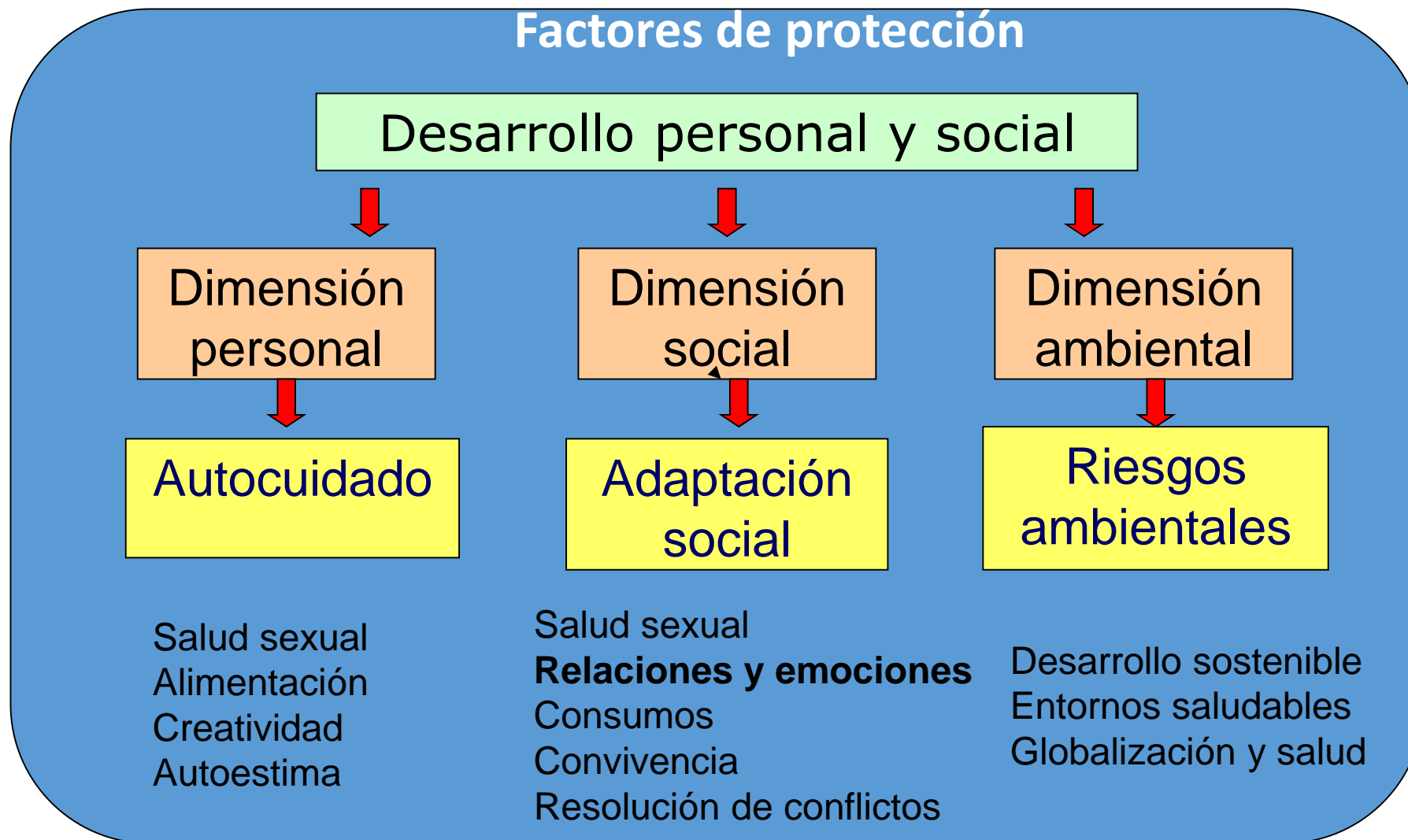
La salud se crea y se vive en el marco de la vida cotidiana: centros educativos , de trabajo y de ocio. La salud es el resultado de los **cuidados** que uno se dispensa a si mismo y a los demás, de la **capacidad de tomar decisiones** y controlar la vida propia y de asegurar que la **sociedad** en que uno vive ofrezca a todos sus miembros la posibilidad de **gozar de un buen estado de salud.**” Carta de Ottawa, 1986

Marco

- **Comisión mixta Sanidad -Educación, más de 30 años de coordinación.**
- **Convenio de actuaciones** entre el Departamento de Educación, Cultura y Deporte y el Departamento de Sanidad del Gobierno de Aragón para el desarrollo de actuaciones conjuntas de carácter educativo y sanitario.(9 de noviembre 2017).
- Las emociones se han convertido en un elemento fundamental en la educación. En la propia **LOMLOE** se contempla como un principio pedagógico clave para todas las áreas del plan de estudios. Aunque las **habilidades emocionales** ya se reconocían antes de la última reforma, con el nuevo texto cobran una especial relevancia, pues se incorporan como principio pedagógico en el artículo 19.
- Figura de **coordinador de bienestar.**
- **Formación** coordinada con la Dirección de Formación del D. Educación.
- **Protocolo contra el acoso escolar**, que lleva aplicándose de forma sistemática desde el año 2018
- La guía para la **prevención, detección e intervención de la ideación suicida en el ámbito educativo.**



Competencias básicas para el desarrollo personal y social del alumnado



Competencia Psicosocial

“Capacidad de una persona para enfrentar con éxito las **exigencias y desafíos** de la vida diaria, y para mantener un estado de **bienestar mental** que es evidente mediante un **comportamiento positivo** y adaptable, en la **interacción** con las demás personas y con el entorno social y cultural.”

OMS, 1993

La educación en habilidades para la vida busca el **empoderamiento** personal, mediante el fortalecimiento de la **competencia psicosocial**.

Entrenamiento en habilidades



Fundamentos conceptuales del enfoque de Habilidades para la Vida

- Es importante aprender a identificar y manejar distintas **fuentes de presión social**
- Desde el punto de vista educativo, es posible **anticipar estas presiones y desarrollar habilidades para enfrentarlas (autonomía, responsabilidad)**, lo que es más efectivo que la simple información o inculcar miedo
- El comportamiento está influenciado por los valores, creencias y actitudes del individuo y la percepción que amigos y familiares tienen sobre el mismo, por lo que las **habilidades de clarificación y pensamiento crítico** (para autoevaluarse y evaluar los valores sociales y culturales) son un aspecto importante de los programas de HpV.

Fundamentos conceptuales del enfoque de Habilidades para la Vida

- La **falta de habilidades para resolver problemas** está relacionada con conductas sociales insuficientes (frustración, rechazo) por lo que la solución de problemas debe ser parte de los **programas de HpV**.
- Aprender a manejar las propias **emociones y sentimientos** es, por lo menos, tan importante como el **desarrollo intelectual** para tener éxito en la vida.
- Una visión más amplia apunta hacia el uso de diferentes **estilos de aprendizaje (diferentes herramientas e instrumentos, estructuras de apoyo)**.

Habilidades para la vida O.M.S, 1993

- Conocimiento de sí mismo(a)
- Comunicación efectiva (asertiva)
- Toma de decisiones
- Pensamiento creativo
- Manejo de emociones y sentimientos

- Empatía
- Relaciones interpersonales
- Solución de problemas y conflictos
- Pensamiento crítico
- Manejo de tensiones o estrés

Promoción de la salud mental

- **Programar actuaciones relacionadas con las competencias/habilidades.**
- Identificar **factores y elementos protectores** ante el malestar emocional mediante diferentes herramientas e instrumentos, las estructuras de apoyo (Alumnado ayudante, Ciberayudantes, Hermano/a Mayor o Alumnado Mediador), la educación inclusiva o la educación socioemocional.
- Las intervenciones en **Plan de acción tutorial** generan así efectos que influyen en un mejor ajuste psicológico, reducción de los problemas de aprendizaje y mayor bienestar mental tanto en el profesorado como en el alumnado.
- Los centros educativos deben desarrollar este tipo de actuaciones integradas de **forma transversal en el currículo** y dirigidas a toda la comunidad escolar ya que las intervenciones dirigidas globalmente a familias, alumnado y profesorado son más eficaces.

Programas escolares

- Existe evidencia suficiente que demuestra que los programas de promoción de la salud en habilidades para la vida dirigidos a personas sanas **influyen de manera positiva en el bienestar mental**, la calidad de vida y la reducción de riesgos de padecimiento de trastorno mental.
- Estos programas deben incidir especialmente en la **potenciación y desarrollo de los factores protectores de índole psicológica** (autoestima, conocimiento de sí mismo, capacidad para afrontar problemas, adaptabilidad, autonomía personal) **y de interacción social** (habilidades sociales, participación social, relaciones personales positivas, reforzamiento, etc.).
- Promueven el Crecimiento y la Autorrealización Personal: **aprendiendo a realizarse.**
- Enseñan la **negociación, asertividad y cooperación.** Educación Social y Afectiva.

ACTUACIONES DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN LOS CENTROS EDUCATIVOS

CURSO 2023-24

Los resultados de la evaluación de programas muestran que el desarrollo de las habilidades para la vida puede retrasar el inicio del uso de drogas, prevenir conductas sexuales de alto riesgo, enseñar a controlar la ira, mejorar el desempeño académico y promover el ajuste social positivo.



Escuelas promotoras de salud

Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud , prioriza la salud y el bienestar de la comunidad educativa en su proyecto educativo y favorecen el intercambio de experiencias entre los equipos de trabajo.



<https://eps.aragon.es/raeps/>



<https://eps.aragon.es/jornadas-de-las-raeps/>



<https://eps.aragon.es/convocatoria-de-integracion/>

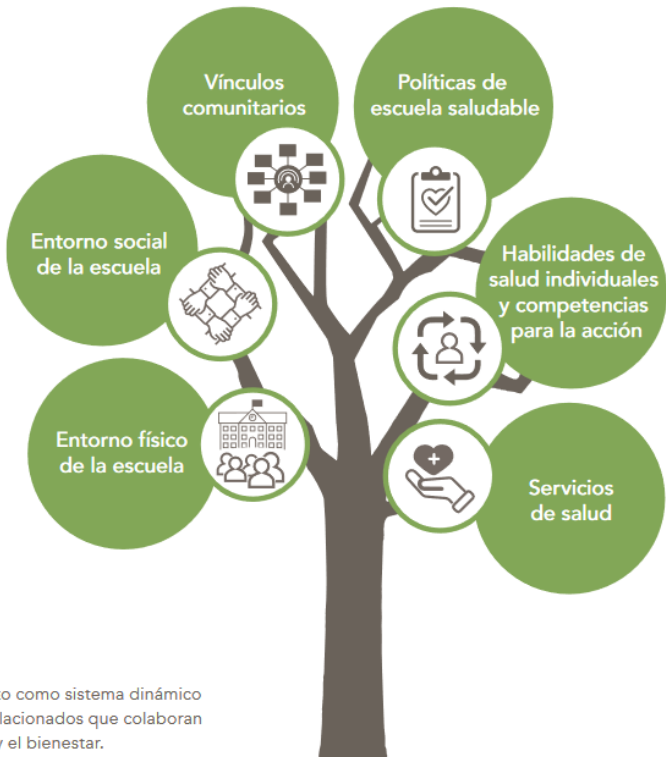
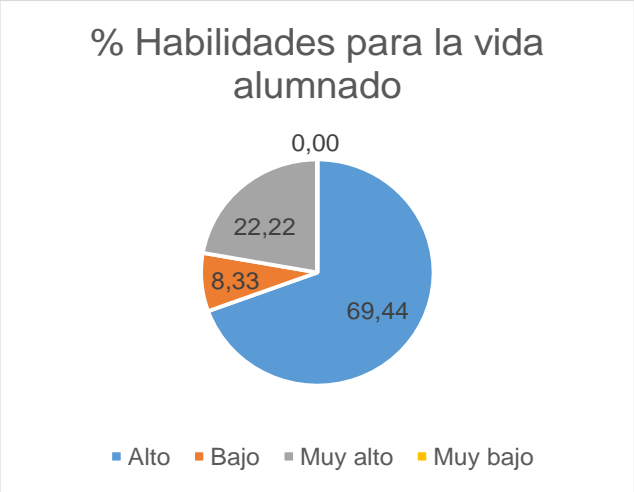


Figura 1. La escuela en su conjunto como sistema dinámico de componentes interrelacionados que colaboran para promover la salud y el bienestar.

Datos relativos a las diferentes áreas

a. Habilidades para la vida

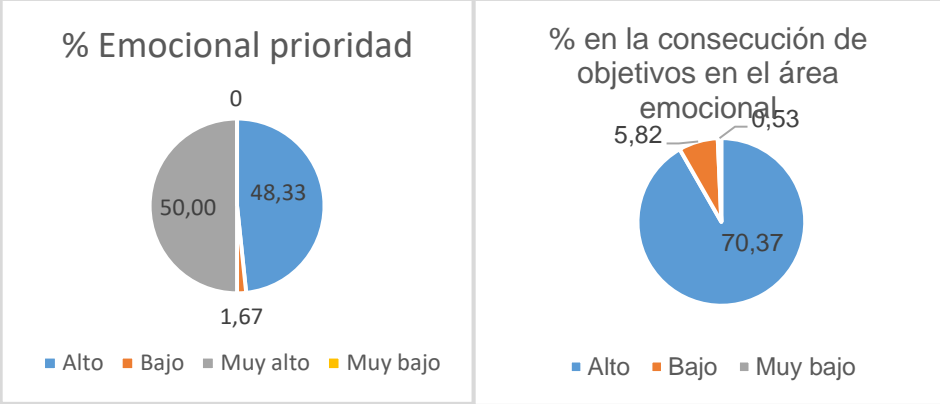
El desarrollo de habilidades para la vida del alumnado en la experiencia de la EPS es considerado alto o muy alto (91,66%)



Porcentaje de habilidades para la vida en el alumnado

a. Salud emocional y convivencia

Casi todos los centros conceden una prioridad alta o muy alta al área de salud emocional y convivencia escolar (98,33%). La consecución objetivos es en general de alto (70,37%).



Porcentaje en prioridad emocional Porcentaje en consecución de objetivos en el área emocional



Experiencias

El Colegio Ramón y Cajal de Alpartir

'Para cuidar a nuestras niñas y niños hace falta el pueblo entero'.

Actuaciones que fomentan el bienestar de las personas (educación cognitivo-afectiva), las relaciones (educación socio-política) y con el entorno (educación ecológica) a través de la colaboración con las familias y entidades locales.

IES Francisco Grande Covián

'Implicándonos en el Bienestar Emocional de la comunidad educativa 'Grande Covián'

Actuaciones de promoción del bienestar a través de protocolos de prevención del acoso, violencia de género y violencia sexual, con atención especial a la prevención y actuación ante la mutilación genital femenina.

<https://redescuelasaragon.blogspot.com/>



Para cuidar a nuestras niñas y niños hace falta el pueblo entero

el junio 28, 2023



0



BIENESTAR EMOCIONAL DE NIÑOS Y NIÑAS: PRIMERO EL JUEGO

el mayo 11, 2020



1



"Conectando salud y emociones": XIII Jornada de la RAEPS

el abril 11, 2022



0



PREMIOS BIENESTAR EMOCIONAL

el junio 28, 2023



0



Salud emocional y convivencia. Aportaciones de la Jornada 2.013

el febrero 08, 2013



0



Salud mental también en el cole

el abril 11, 2022



0



Otros recursos emocionales <https://eps.aragon.es/caja-de-herramientas/>

Caja de herramientas de educación Infantil y Primaria



ACTIVIDADES Y DINÁMICAS



LECTURAS



AUDIOVISUALES



CANCIONES

Caja de herramientas para educación secundaria (ESO, Bachillerato, Ciclos formativos)



ACTIVIDADES Y DINÁMICAS



LECTURAS



AUDIOVISUALES

Lecciones aprendidas

- **Refuerzo positivo directo.**
- Los centros escolares se convierten en **espacios claves** para detectar el malestar emocional, y promover a través del **dialogo, el cambio, el aprendizaje, la cooperación el apoyo y la superación.**
- Acciones encaminadas a prevenir y detectar posibles situaciones de acoso, ciberacoso o malestar emocional. **Favorecer comunidades resilientes y cohesionadas.**
- Programas que fomenten una cultura de valores en la escuela que favorezca la inclusión y la convivencia positiva, buen trato implicando tanto al profesorado, como al alumnado y sus familias desde edad temprana . **Favorecer el aprendizaje de habilidades para el bienestar emocional.**
- Crear **entornos** físicos, sociales, laborales favorecedores de la salud mental.
- Impulsar la promoción y difusión de nuevos **modelos de relación igualitaria y sana** entre mujeres y hombres.
- El **bienestar del docente** es la base para una mejor convivencia en clase, una mejora del clima emocional del aula y un mejor aprendizaje y bienestar del alumnado.
- **Planes de apoyo, protocolos** para toda la comunidad educativa.
- **Abogacía políticas publicas.**

Favorecer entornos promotores de la salud mental



Programas en la infancia



Potenciar emociones positivas



La escuela del siglo XXI debe convertirse en un **ESPACIO EMOCIONAL, AMABLE Y HABITABLE.**



Un entorno de bienestar para todos, que favorezca el desarrollo de competencias cognitivas y emocionales y el crecimiento personal.

!!!GRACIAS!!!