



TALLERES PARA PROFESORADO DE SECUNDARIA

COMPRESIÓN DE LA SALUD MENTAL ADOLESCENTE

1. Salud Mental en la Adolescencia: Un Panorama General.

Ofrecer una visión general de la salud mental en la adolescencia, incluyendo factores de riesgo y protectores, y desmitificando creencias erróneas.

2. Desarrollo Socioemocional en la Adolescencia.

Comprender las particularidades del desarrollo socioemocional en la adolescencia y cómo influyen en la salud mental.

3. Problemas de Salud Mental Comunes en Secundaria.

Proporcionar información básica sobre las dificultades de salud mental más frecuentes en la adolescencia (ansiedad, depresión, trastornos de la conducta alimentaria, autolesiones, ideación suicida).

GESTIÓN EMOCIONAL Y BIENESTAR DEL PROFESORADO

1. Cuidando al Cuidador: Estrategias de Autocuidado para Docentes.

Ayudar a los profesores a reconocer sus propias necesidades emocionales, identificar fuentes de estrés y desarrollar estrategias de autocuidado efectivas.

2. Manejo del Estrés y Prevención del Burnout en el Aula de Secundaria.

Ofrecer herramientas prácticas para gestionar el estrés específico del entorno de secundaria (presión académica, diversidad de necesidades, conflictos, etc.) y prevenir el burnout.

3. Comunicación Asertiva y Resolución de Conflictos en el Entorno Educativo.

Mejorar las habilidades de comunicación asertiva y proporcionar estrategias para abordar conflictos de manera constructiva con alumnos, familias y compañeros.



ESTRATEGIAS PARA APOYAR LA SALUD MENTAL Y LA GESTIÓN EMOCIONAL DE LOS ALUMNOS DE SECUNDARIA

1. Creando un Clima de Aula Positivo y de Apoyo.

Proporcionar estrategias para fomentar un ambiente de aula seguro, respetuoso y que promueva el bienestar emocional de los estudiantes de secundaria.

2. Herramientas de Aula para la Gestión Emocional de Adolescentes.

Ofrecer recursos y actividades prácticas que los profesores puedan integrar en sus clases para ayudar a los alumnos a identificar, expresar y regular sus emociones

3. Detección Temprana y Derivación de Dificultades de Salud Mental en Secundaria.

Capacitar a los profesores para reconocer las señales de alerta de posibles problemas de salud mental en los estudiantes y conocer los protocolos de derivación del centro.

4. Trabajando con Familias de Adolescentes: Un Enfoque Colaborativo.

Proporcionar estrategias para establecer una comunicación efectiva y una colaboración positiva con las familias en relación con la salud mental y emocional de los adolescentes.