

CURSO:

**GESTIÓN DE LA
FRUSTRACIÓN Y LA
VIOLENCIA EN EL
ALUMNADO**



10HS

fecerval
FEDERACIÓN DE CENTROS
DE ENSEÑANZA



INTRODUCCIÓN



La gestión emocional de la frustración y actuaciones violentas tiene como objetivo el desarrollo de competencias emocionales (identificación, expresión y regulación de emociones), básicas para poder disfrutar de una vida plena, lo que la convierte en un aspecto de vital importancia, tanto para los docentes como para los niños a los que acompañan.



JUSTIFICACIÓN

La gestión emocional permite al alumnado ser independiente, a respetar a los demás, a comunicarse de forma más efectiva, a comprender mejor a sus compañeros/as, a tener una mayor seguridad en sí mismos y a concentrarse mejor en la tarea que tienen entre manos, así pueden aprender más y mejor en cualquier situación, y eso es algo que van a agradecer cuando sean adultos.



CONTENIDOS

1. ¿Con qué recursos cuenta el alumnado para identificar la violencia?

- Entender al alumno desde su momento vital: El cerebro del adolescente, etapa hacia la madurez, etapa de cambios, acompañarle para que gane seguridad.
- Identificar diferentes modos de violencia.
- Lenguaje positivo, educar en la oportunidad
- La escucha para aprender a pensar.
- La autoestima como base para aprender a desarrollarse.
- La confianza como herramienta para educar al adolescente.
- Las emociones.
- La rabia como emoción capacitante.
- La frustración.



CONTENIDOS



2. ¿Con qué recursos cuenta el alumnado para gestionar la frustración?

- **La importancia actual del pensamiento crítico.**
- **Metas y objetivos.**



OBJETIVOS

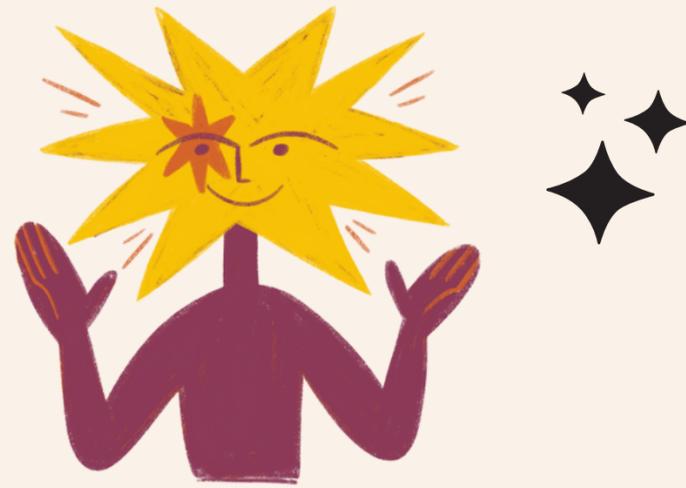


- Conocer la importancia de la autorregulación emocional en los adolescentes
- Trabajar de forma preventiva para evitar episodios de violencia
- Trabajar la frustración como antesala de episodios de violencia y/o autolesiones.
- Conocer recursos para trabajar con nuestro alumnado la frustración
- Acompañar y ayudar a desarrollar a los alumnos, recursos frente a cualquier tipo de violencia en el entorno educativo y social.

DOCENTE



Gema Sánchez López de Lerma: licenciada en Administración y Dirección de Empresas por la Universidad de Valencia, Especializada en Coaching para adolescentes y familias por la EEC (Escuela Europea de Coaching), miembro de ASNIE (Asociación Nacional de Inteligencia Emocional) y docente en Asociaciones profesionales como AERCE, ACLUNAGA, FEUGA y Universidades como la Universidad Católica de Valencia.



**GESTIONAR NUESTRAS
EMOCIONES NOS HACE MEJORES
AMIGOS/AS, ALUMNOS/AS,
DOCENTES, PROGENITORES E
HIJOS/AS.**

¿HABLAMOS?



Victoria García Moret
VGMformación
637924153
victoria@vgmformación.com

fecerval
FEDERACIÓN DE CENTROS
DE ENSEÑANZA