



“Primeros Auxilios Mentales en Educación”

P.A.M

Autor: Basconcelo Juan Carlos

Lic., en Psicología,

Profesor en Psicología

Derechos Reservados

Introducción a la técnica

La urgente necesidad de una guía emocional de apoyo a los problemas emocionales en la escuela llevó a la confección de los “Primeros Auxilios Mentales” en Educación(P.A.M). La técnica está destinada a los docentes de todos los niveles como propuestas de solución a las problemáticas emocionales emergentes en la escuela.

Constituyen procedimientos y sugerencias prácticas de apoyo emocional y para reconocer y comprender los problemas psicológicos de la vida escolar. La técnica de los “Primeros Auxilios Mentales” se aplica con anterioridad a la intervención de los profesionales de la salud mental como un psicopedagogo, un psicólogo o un psiquiatra. En el caso de los psicopedagogos y trabajadores sociales puede constituir una técnica auxiliar útil para los primeros encuentros con el sujeto en conflicto. En términos generales, constituyen ideas directrices para posibilitar una ayuda, contención y apoyo emocional a los alumnos. Por otra parte, es lo que realizamos a diarios los docentes, hasta la intervención del Gabinete Psicopedagógico, el Psicólogo o el psiquiatra.

La técnica de los “Primeros Auxilios Mentales” se aplica con anterioridad a la intervención de los profesionales de la salud mental

Origen y características de la técnica de los Primeros Auxilios Mentales (“P.A.M”).

La técnica se origina en sugerencias e investigaciones de Anna Freud(“El psicoanálisis y la crianza del niño”). Los Primeros Auxilios mentales se caracterizan por simples sugerencias de cómo se debe interactuar con quienes padecen de alteraciones de la personalidad. No intenta suplir el rol de los profesionales sino brindar elementos conceptuales para optimizar la comunicación, la capacidad para reconocer las problemáticas y comprender la naturaleza de la situación emocional de las persona. El objetivo de la técnica es brindar ideas sobre los padecimientos más comunes en la escuela y brindar procedimientos de sentido común de cómo se deben solucionar tales problemas para que el alumno reciba apoyo emocional con anterioridad a la intervención de los profesionales. Como el caso de los “primeros auxilios corporales” no podemos ignorar que somos sujetos psicológicos, que poseemos necesidades emocionales, padecemos conflictos transitorios o recurrentes, y que el apoyo emocional no se le puede negar a nadie. Máxime si el alumno se encuentra ante los profesionales de la educación, que, en su formación han recibido una mínima formación en cuestiones humanas y en aspectos vinculados con la vida emocional de las personas. Es intención de la técnica dar orientación a esos conocimientos en función de la práctica y brindar una educación ,más sana

La técnica no intenta suplir el rol de los profesionales sino brindar elementos conceptuales para optimizar la comunicación, la capacidad para reconocer las problemáticas y comprender la naturaleza de la situación emocional de las persona

posibilitando una orientación emocional a los alumnos. Esperamos que la técnica tenga éxito en un mundo lleno de incertidumbre, problemas de familias, escolares y sociales.

La técnica consta de dos momentos: a) Una vinculada a la información general sobre el tipo de padecimiento, los síntomas y causas y, b) Procedimientos concretos para brindar una buena comunicación, apoyo emocional, orientación emocional, educación emocional, brindar seguridad, autoestima, valoración positiva de si mismo, comprender la propia enfermedad y las necesidades vinculada con los tipos de atención, los profesionales vinculados al caso, las instituciones y dispositivos pertinentes, entre otros.

En muchos casos, saber escuchar, mirar en forma franca, dar una sugerencia, intentar comprender el padecimiento del alumno, utilizar una comunicación franca, sincera, estar tranquilo, comunicar confianza e inteligencia, pueden ayudar mucho en la orientación de los alumnos con problemas emocionales.

Los alcances de la técnica es con anterioridad a la intervención de los psicólogos, psiquiatras, trabajadores sociales o psicopedagogos a la vez que puede servir como técnica de intervención a tales profesionales. Mejor dicho, la técnica intenta proveer de informaciones para que el docente y aún los psicopedagogos y trabajadores sociales, puedan orientar y asesorar al alumno en forma adecuada al tipo de trastorno de la personalidad para recibir asistencia en forma rápida y eficaz. No constituye una técnica sustitutiva sino complementaria a las ciencias de la salud mental. Además, permite la orientación en situaciones escolares donde en forma común reina la confusión y la incertidumbre ante los emergentes problemáticos de las cuestiones humanas.

La limitación de la técnica es que solo brinda apoyo emocional y orientación para los tratamientos posteriores. La información contenida en el manual sirve solo como orientación para la intervención en situaciones donde el sufrimiento penoso del ser humano requiere de apoyo y contención emocional urgente. Por otra parte, es lo que realizamos a diario los docentes hasta que intervienen los profesionales de la salud mental. Por lo tanto, se espera que el presente manual sea útil a Directivos de escuelas, profesores, maestras, preceptores, jefes de preceptores, maestros recuperadores, orientadores escolar, psicopedagogos, trabajadores sociales, enfermeras, médicos y profesionales afines a la salud mental.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE RESION ESCOLAR

Los Primeros Auxilios Mentales en el aula

Resulta claro que el docente debe planificar su clase según los modelos hegemónicos del currículum: constructivismo, modelo de Ausubel, etc. Cualquiera sea el modelo de organización de la clase, el docente puede utilizar las sugerencias sobre “primeros auxilio mentales” para mejorar su clase. La enseñanza no consiste en una cuestión intelectual

solamente: los procesos emocionales operan como variables intrínsecos y perturban el proceso de incorporación de los conocimientos. Por ello, en cualquier momento, sea en la introducción de la clase, durante las actividades, los debates, e intercambios de todo tipo, el docente debe considerar los aspectos emocionales so pena de encontrarse ante un curso ruidoso, con alumnos desatentos, hiperactivos, tímidos, con miedos, sin valores como el respeto o la tolerancia, etc. Puede también dedicar los primeros momentos de la clase o en el cierre del mismo para trabajar las cuestiones emocionales que perturban la marcha de los aprendizajes. En esto, recurrimos a la creatividad del docente, tanto como a los procedimientos y medios de abordaje de los jóvenes en etapa de crecimiento.

Recomendaciones para el trato con alumnos “difíciles”

Enseñar con adolescentes desatentos e hiperactivos, alumnos inhibidos, agresivos, sin valores sólidos, sin motivación, etc., resulta difícil para el docente. La clase se torna ineficaz, los alumnos no paran de hablar y no “enganchan” con el tema, y éste pierde el tiempo tratando de que el curso se concentre. Son los cursos problemáticos, con bajos rendimientos y muchos problemas de conductas. Ello no quita que el docente deba utilizar actitudes pedagógicas para mejorar la comunicación docente –alumno. Las siguientes recomendaciones pueden facilitar la tarea de enseñar y mejorar la conducta de los chicos en el aula:

- Recuerde que la “buena comunicación” facilita la incorporación de conocimientos.
- Mejora la comunicación cuando se discuten en forma democrática las expectativas de logros, naturaleza y fines de los contenidos, aclarando toda clase de dudas.
- Estimular la autoconfianza y autoestima de los alumnos facilita el interés por el aprendizaje.
- Mantener un clima de respeto mutuo en forma explícita, facilita delinear tareas realista.
- Se debe considerar que los alumnos poseen aspectos maduros que se deben estimularlo que implica la consideración de que no son solo niños inmaduros.
- Se debe buscar los comienzos de la clase o un día especial para debatir los problemas de conductas en un clima donde no se buscan culpables sino enfoques críticos para soluciones en forma conjunta.
- Es mejor negociar los problemas y solicitar soluciones a los alumnos a través de una mediación del docente, posibilitando el surgimiento de la conciencia moral o normativa de los alumnos.
- Todo mejora si el docente mantiene un enfoque optimista y relajado ante el grupo. Los alumnos suelen actuar en conjunto (“fuerzas de grupos) par lograr el equilibrio “hacia abajo” y estudiar lo menos posible. Si el docente es firme, correcto y tranquilo logra cambiar la actitud opositora o apática del grupo.

El docente nunca debe perder la tranquilidad, y debe permanecer impávido, sereno y reflexivo. Solo así estimulará el pensamiento lógico, la reflexión y el pensamiento crítico.

El manejo de la comunicación en la escuela

- Una formula original consiste en aprender a “escuchar para comprender el mensaje” (comprensión del punto de vista del emisor, su marco de referencia, lo que no significa que se comparta el punto de vista). Lo común es que el oyente tienda a valorizar, o a juzgar en forma negativa y esto lleva a la descalificación y el malentendido.

- Recuerde que la comunicación sana se da en un clima de “confirmación” y aceptación de la comunicación del otro y que la descalificación o indeterminación de los mensajes del prójimo lleva a problemas conflictos interpersonales.

- Una buena comunicación se da cuando el emisor y el receptor se retroalimentan respecto de sus mensajes, como cuando uno repite las mismas palabras del otro para captar el mensaje.

- El emisor debe presentar sus argumentos en forma lógica, ordenada y considerando las características del receptor.

- Es necesario, pensar, antes de hablar para tener claro el mensaje y sus efectos sobre el receptor.

- Las personas escuchan lo que desean escuchar. Por esto, la verdadera clave de toda buena comunicación consiste en “ponerse en el lugar del otro”(inversión de roles).

Asegurece de que comprendió a sus alumnos

- Escuchar es interpretar y comprender las demandas de los alumnos.
- Muestre interés desde sus actitudes.
- Sea receptivo y neutralice sus “deberías”.
- Escuche en forma reflexiva.
- Utilice el tono de voz y las expresiones en forma relajada.

Evitar la comunicación patológica

La comunicación patológica se caracteriza por el predominio del doble vínculo o comunicación contradictoria(dobles mensajes), que tiene por efecto alteraciones de la identidad, conflictos, rupturas, deserción, etc. Dificulta la capacidad de diferenciación porque la comunicación se da en varios niveles: por ejemplo, en el nivel verbal se afirma algo que es negado en el lenguaje corporal. como un “Yo te quiero” dicho en un tono casi despectivo. Imposibilita diferenciar entre un chiste, una fantasía, o si un mensaje es literal o metafórico (sentido figurado). Las características principales del doble vínculo son:

- 1- Un vínculo de dependencia(material y afectiva) respecto del otro, como la dependencia del alumno respecto del docente;

- 2- En éste vínculo, se emiten mensajes opuestos o contradictorios entre sí;

3- Imposibilidad para escapar del lugar o de posibilidad para diferenciar la realidad y se prohíbe la percepción de la contradicción: si lo intenta es calificado o rotulado como “tonto”, “loco”, o incluso castigado, etc.

El ejemplo del docente que enseña democracia en tonos y actitudes autoritarias. Otro ejemplo es del docente ansioso:

1- Inconscientemente es hostil hacia el alumno y retira permanentemente los afectos hacia los alumnos;

2- Esto le provoca culpa y se ve obligado a simular afectos;

3- Por consecuencia, el alumno está atrapado en este vínculo contradictorio y “pierde”, haga lo que haga. Si interpreta el mensaje en forma correcta (si capta la hostilidad del docente) es castigado (en forma verbal o gestual: “se calla”(por favor)), si interpreta en forma incorrecta, también es castigado (“se porta mal”).

- A su vez, la escuela debe presentar un proyecto claro, con objetivos especificados, con participación de todos los segmentos, otorgando poder a todas las partes a fin evitar internas feroces, y con un perfil institucional humanista donde se valore por sobre todas las cosas el factor humano.

- Las normas deben ser consensuadas entre toda la comunidad educativa, especificados en general y en lo concreto, donde se detallen las actitudes a valorar y las que se descalifican por inoportunas. En este sentido, los “Acuerdos de convivencia” resultan positivos, aunque deben ser internalizadas por los alumnos, a través de debates, jornadas, lecturas, etc., de tal manera que el alumno pueda poseer en la “memoria a largo plazo” las normas incorporadas. De otra manera, los acuerdos quedan “memorizadas” en las carpetas.

En la dinámica áulica y desde el rol docente

- Debe realizar una enseñanza y evaluación no represiva, equitativa desde el punto de vista de lo enseñado, y elaborado en el grupo en función de las capacidades reales de los alumnos. Es decir, debe realizar una evaluación justa (ni mucho ni poco),

- Debe saber delegar capacidades a sus alumnos, es decir, detectar e incentivar las habilidades de cada alumno y otorgar actividades en consonancia. El profesor que dicta todo, y no deja lugar al descubrimiento desemboca en contrasentidos comunicacionales.

- Aprenda el arte de escuchar.
- Dialogue sin juzgar.
- Otorgue apoyo y orientación.
- Sea un modelo inteligente y creativo.
- Sea un modelo valorativo en lo práctico. De buenos ejemplos.
- Ayude al alumno a comprender la dinámica de la escuela, los grupos, las jerarquías, motivaciones, conflictos y soluciones.
- Fomente la asunción de normas y disciplinas.
- Estimule la participación.
- Fomente el valor de los aprendizajes y el título en el proyecto de vida.

- No realizar favoritismos o tratos inequitativos entre sus alumnos. Esto ni excluye que incentive a los mas estudiosos como formas de demostrar los ejemplos de conductas de lo que se debe ser(estudioso, aplicado, etc.)
- Debe poseer “buena disposición” para con sus alumnos. Esto significa que sus propios problemas personales deben ser “neutralizados en lo posible(Principio de neutralidad emocional) para que pueda comprender mejor a los alumnos y enseñar sanamente. Naturalmente, los propios problemas seguirán influencia, aunque en menor medida.
- El debate de los problemas con los propios alumnos, a través de un tiempo especificado(10 primeros minutos, a fin de mes, en grupos de autoayudas, etc.) a de evitar que el problema pierda su especificidad y el docente pierda autoridad o legitimidad ante los alumnos y la escuela.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE'RESION ESCOLAR

Utilización de la teoría de la “Inteligencia Emocional” para resolver problemas emocionales en la escuela.

¿Qué es la Inteligencia Emocional y cuál es su utilidad para solucionar problemáticas humanos en la escuela? Muchos psicólogos, entre ellos Howard Gardner y Daniel Goleman, señalaron que las capacidades puramente intelectuales resultan insuficientes para una adaptación positiva al medio social(grupos, trabajo, institución, etc.). Ser inteligente desde lo intelectual no alcanza. Una persona con alta capacidad intelectual puede sufrir dificultades para adaptarse a los demás debido al pobre conocimiento de sí mismo(conocimiento de sí, de las propias reacciones emocionales en función de las situaciones), para captar los estados mentales y emocionales de los demás, así como para lograr el autocontrol en situaciones de alta densidad emocional. Es decir, la clásica valoración de la inteligencia a través de los test y el coeficiente intelectual resultante, aparecen como insuficientes porque con el aspecto intelectual no basta. Individuos con poca formación o de nivel intelectual bajo según los resultados del test de inteligencias, pueden obtener mejores resultados en grupos e instituciones por el simple hecho de poseer inteligencia emocional.

Definición de Inteligencia Emocional: Podemos caracterizar la inteligencia emocional como la capacidad para tomar conciencia de los propios estados emocionales y la de los demás, el control de los propios impulsos y emociones, conocimiento de las propias motivaciones(deseos, anhelos, fortalezas y debilidades, estados emocionales típicas, grado

de seguridad, autoestima, miedos, etc.), capacidad para “ponerse en el lugar de los demás”(inversión de roles) o empatía, y capacidad interpersonal(capacidad para adaptarse a grupos de trabajos, instituciones, etc.). Entonces, la inteligencia emocional se define como la capacidad para:

- La toma de conciencia de los estados emocionales personales e interpersonales
- El autocontrol o “límites” autoimpuestos en función de las situaciones humanas en juegos.
- La inversión de roles o habilidad para “ponerse en el lugar de los demás”
- Uso adecuado de la inteligencia intrapersonal e interpersonal para la obtener éxitos en el trabajo, las instituciones y la sociedad.

¿Cómo utilizar la propuesta de la Inteligencia Emocional par la solución de problemas de conductas como la violencia escolar, la desatención, la Hiperactividad, el barullo, la falta de límites éticos, el no respeto hacia el docente, la falta de toda clase de valores y el predominio de contravalores ?

- El docente puede utilizar dibujos, ejemplos de vidas, casuística, anécdotas o películas que reflejen las aptitudes emocionales.
- Para lograr el autocontrol emocional pude utilizar el Roleplaying o juego de roles de algunos ejemplos de personas que autocontrolan y son reflexivos,
- Sugerir la capacidad de ponerse en el lugar de los demás o capacidad empatía a través e ejemplos concretos o vinculado con el tema.
- Para la motivación se puede ejemplificar a través de películas, ejemplos, casos, etc., donde aparezcan personajes con mucha motivación de logro, de saber.
- Para el conocimiento de sí mismo existen muchos filósofos que hablan del “conócete a ti mismo” aunque la capacidad para el autoconocimiento pueda ser incorporada en forma más positiva si se la relaciona con el tema. En asignaturas como sociología o psicología no resulta difícil.

En pocas palabras, si el docente logra que los alumnos utilicen las aptitudes emocionales como la capacidad para conocerse a si mismo, el autocontrol, la motivación, la empatía o capacidad para ponerse en el lugar de los demás y las habilidades con la gente, podrá lograr alumnos más atentos, motivados, que se conozcan en su comportamiento áulico, control mutuo entre ellos, y un conocimiento más cabal de si mismo y los demás. Tal la propuesta de la inteligencia emocional para los primeros auxilios mentales en la educación. Por lo tanto, podemos decir que las escuelas, deberían estimular

Lo que debe evitar

- Criticar a los alumnos.
- Grandilocuencia.
- Dar recetas o consejos cerrados.
- Ser superficial ante los problemas escolares.
- Contradicción entre lo que dice, hace y siente.
- No considerar sus escalas de valores y su puesta en acto.

la Inteligencia emocional de los alumnos para construir un sujeto apto desde el punto de vista de la adaptación grupal e interpersonal en los diversos ámbitos de desempeño.

* Consejo para la clase: Puede resultar útil la confección de una lámina con personajes famosos que representen cada aptitud emocional. Por ejemplo, para el conocimiento de sí mismo a Sócrates, etc. De esta manera, ante irrupciones de conductas indeseables, el profesor puede indicar o recordar las aptitudes que no se están considerando.

- Sea claro y conciso.
- Exprese sus emociones y sentimientos en forma franca y natural.
- Indique sus valores humanos como ideales positivos.
- Justifique las conducta según normas y valores claros.

Las dificultades emocionales y de aprendizajes que requieren de los Primeros Auxilios Mentales(P.A.M).

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE RESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos con dificultades específicas de aprendizaje

Constituye una problemática nuestro de cada día la existencia de las dificultades de aprendizajes entre el alumnado. Solemos observar que los alumnos poseen dificultades para interpretar textos, problemas en matemáticas con los cálculos, malas escrituras, ortografía insuficientes, entre otros. Son los denominados “dificultades de aprendizajes”: se caracterizan por un rendimiento inferior a lo esperado según edad y grupo de pares. Pueden deberse a dificultades intelectuales como el retardo, o ser producto de un trastorno emocional(como la depresión, etc.). Tenemos el caso de la dislexia o dificultad para leer palabras y textos. Las causas se deben a la dificultad para diferenciar los fonemas y a un vocabulario pobre, escasez de conocimientos previos, falta de estrategias para comprender: resumen, preguntas, organización del estudio, baja motivación, relectura, autocontrol, etc.

En el caso de la discalculia, la dificultad es para el aprendizaje de las matemáticas: dificultades para reconocer, escribir, ordenar, jerarquizar, las operaciones

matemáticas (sumar, restar, multiplicar y dividir, junto a la dificultad para resolver problemas. Se deben a déficit de conocimientos previos, la dificultad para automatizar las operaciones elementales (suma, resta, etc.), el conocimiento de las tablas, las reglas para resolver problemas, y a baja motivación de logros. Otras dificultades típicas son la disgrafía o dificultad para escribir palabras y textos (mensaje, comunicación) y la disortografía o dificultad para conseguir una ortografía correcta.

Educación emocional

- En el caso de las dificultades para leer podemos explicitar a los alumnos el denominado “Efecto San Mateo” en lectura: quién lee más es más rico en lectura y quién lee menos es más pobre en lectura.
- Otra sugerencia a los alumnos es que se aprende a leer “leyendo”.
- Se debe sugerir el uso del diccionario para aumentar el vocabulario, cuya pobreza lleva a menor capacidad comprensiva de los textos.
- Los alumnos deben conocer que la escasez de conocimiento previos lleva a pobreza de la lectura y que si realizan el esfuerzo de conocer más podrán leer mejor.
- La falta de estrategias de lectura dificulta la lectura, como el subrayado de ideas principales, el resumen, síntesis, cuadros o mapas conceptuales, control de la propia lectura a través de preguntas sobre “¿Cuanto he aprendido?”, etc.
- La lectura audible en la clase o en la casa mejora notablemente la lectura.
- La lectura de temas de interés incrementa la capacidad para comprender.
- Dedicar un tiempo de lectura en la clase mejora la comprensión.
- Se recomienda los Directivos y miembros del Gabinete Psicopedagógico, conjuntamente con los docentes, la elaboración de un “Programa de mejora de la lectura” con procedimientos concretos en el aula.
- Es bueno que el docente lea en la clase para servir de ejemplo (modelado) a los alumnos de como se debe leer.
- En el caso de los problemas de cálculos, se debe lograr que los alumnos automaticen las operaciones elementales como suma y resta, para pasar a multiplicación y división, así como el conocimiento de las tablas y algoritmos de cada operación.
- Lo mismo que para la lectura, se debe repetir la consigna de que “Se aprende a calcular calculando”, el valor de la práctica.
- El docente se debe asegurar que cada alumno conoce los procedimientos de cada operación, es decir, si el alumno comprendió el modelo tipo de cada operación.
- El caso de la disgrafía o escritura deficitaria, se debe dictar algún texto de vez

en cuando y enseñar una escritura más armónica y clara. Para ello, se debe ejemplificar en el pizarrón los tipos de escritura y el ejemplo de lo que se debe escribir.

- Es bueno la confección de “Programas para mejorar los cálculos” en cada departamentos, con los procedimientos tipos para que cada docente la lleve a cabo.

Se pueden implementar concursos sobre problemas de matemáticas otorgando premio(1 libro, etc.), adivinanzas, operaciones de ingenio, etc.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE RESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos en situación de deserción(o en peligro de deserción)

Se suele observar sobre la marcha del ciclo lectivo escolar cómo disminuye la cantidad de alumnos en muchas escuelas. En forma progresiva, las sillas y bancos van quedando vacías. Impotentes, los profesores solemos buscar una justificación de la situación y a veces culpamos a la situación económica: al parecer, todo es económico. Sin embargo, los alumnos abandonan por varios motivos. Un motivo importante es que la escuela no resulta atractiva en su oferta educativa, no existen estímulos positivos como para que el alumno continúe. A esto se suma las motivaciones personales del alumno, que, puede pertenecer a una familia poco comunicativa, con padres abandonistas, ausentes en sus funciones, conflictivos, con problemas de alcohol, desocupados, subocupados, con problemas de parejas, poco cariñosos, con antecedentes de abandono de los estudios, retardo mental o baja valoración de la escuela. Son muchas las razones, aunque lo importante es ubicar las estrategias para evitar que los alumnos se alejen de las escuelas.

Educación emocional

- La escuela debe comenzar el año con una “Estrategia de marketing educativo” donde la promoción y publicidad de los tipos de carreras, estilo de gestión, utilidad social de un título, etc., aparezcan en primera plana. La escuela brinda servicio y si los “Clientes” no conocen la naturaleza de los servicios, ni se sienten incentivados en sus deseos de conocimiento y motivación de logros no podrán acercarse a la escuela.

- Los alumnos deben ser tratados en forma democrática para que experimenten el sentimiento de apoyo emocional de parte de la escuela.

- Deben ser reconocidos en sus progresos educativos a través de planes de incentivos con certificados otorgados en actos solemnes.

- Requieren de retroalimentación de cómo van en sus estudios, y, qué opinan de la marcha de los acontecimientos. Es decir, necesitan que se les otorgue la palabra.

- Necesitan de profesores flexibles que “se bajen” de sus roles al nivel de los alumnos y sin “dejar de ser profesores” comprensivos, dialógicos y afectuosos.

- Requieren de un “Plan de motivación” tanto áulico como institucional, así como de jornadas, exposiciones, encuentros, publicaciones, afiches, periódicos escolares, etc.,. De sus logros pedagógicos.

- Requieren de “Profesores consejeros” para dialogar en momentos informales, para sí, consolidar la identidad grupal de cada grupo y afianzar la cohesión entre sus integrantes. Tales, constituyen el sinequanon para la permanencia de cualquier individuo a cualquier grupos.

- Ante un alumno que ha desertado, la escuela debe movilizar a los miembros del Gabinete Psicopedagógico, debe comunicarse con la familia, reflexionar con la clase sobre el tema, armar una “red telefónica” para rescatar al compañero faltante.

- Se debe implicar al Centro de Estudiante para que, a través de diferentes propuestas, ayuden a integrar a los alumnos desertores.

- Los docentes deben problematizar la deserción y sus causas sociales a través de debates como forma de tomar conciencia del tema. Sobre todo en materias como “Psicología Educativa”, “Escuela para padres”, “Escuela y sociedad”, “Proyecto de vida, educación y trabajo en una sociedad en crisis”, etc.

- Se deben analizar las planificaciones áulicas y sus procedimientos para entrever el nivel de exigencia, la coherencia de los docentes en su enseñanza, el estilo de liderazgo de cada docente y sus efectos sobre el alumnado, la cantidad de contenidos vs. Capacidad de asimilación de los alumnos en función de sus niveles de conocimientos previos, estilos de memorización, nivel sociocultural, expectativas de vida, etc.

- Se deben revisar el estilo de gestión, las comunicaciones formales e informales, los métodos de solución de los conflictos, el grado de rigidez de la institución, y si la escuela constituye un marco continente de los jóvenes.

Aumente el estímulo hacia sus alumnos.

- Elogie el incentivo y el éxito en sus alumnos.
- Elogie sus capacidades reales y posibles.
- Exprese sentimientos legres.
- Demuestre una relación central y valorada.
- Ayude a ser optimista.
- Otórguele motivos para seguir.

- Se deben detectar los factores o causas de la deserción y debatir con los alumnos sobre las mismas. Por ejemplo, en una escuela rural, la inexistencia de calles, el frío, el ausentismo docente, la falta de calefacción, insuficiente iluminación, ambiente poco colorido, estilos de liderazgo poco carismáticos, etc., pueden predisponer al abandono de los estudios. La toma de conciencia de los factores de deserción ayudan a reorientar la propia vida.
- Se deben estimular los encuentros, jornadas, charlas de profesionales, conexión a Internet, los videos pedagógicos, la formación de centros de estudiantes, ongs educativos, Microemprendimientos, talleres y actividades recreativas, deportivas y culturales de todo tipo. Ello ayuda a consolidar el vinculo con la escuela.
- Recuerde que siempre puede pensar otros procedimientos y estrategias creativas para orientar las problemáticas humanas. Los procedimientos citados son solo sugerentes y estimativas.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE RESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos repetidores(“Crónicos”)

Los profesores suelen realizar un sondeo áulico en el primer día de clase. Intentan verificar qué tipo alumnos les ha tocado, formular un diagnóstico áulico para planificar y diseñar las estrategias de intervención. En esos momentos, suelen observar a los alumnos repetidores...Algo les dice que tales alumnos constituyen “problemas”. Esto sucede porque los profesores conocen a tales alumnos, y saben que suelen pasar el rato hablando, molestando, no toman apuntes, no atienden, no se hacen cargo de estudiar en serio y vuelven a repetir conductas parecidas a las que los condujo al fracaso escolar. Suelen provenir de familias poco continentales, padres abandonistas, cuando no ausentes lo que los predispone a la poca responsabilidad por su proyecto estudiantil. Lo peor es que suelen “contaminar” a los nuevos estudiantes porque ellos “ya saben” como son éste u otro profesor. Incentivan el juego, la euforia, la desatención y el barullo áulico, imposibilitando enseñar y comprender nada. Por imitación, muchos alumnos considerarán que “dejar” una o varias materias a marzo es conveniente o al menos una solución para seguir jugando con el celular, galantear y demostrar oposicionismo a los profesores. ¿Qué hacer ante un alumno repetidor?.

Educación emocional

- En los proyectos institucionales y planificaciones departamentales y áulicos deben constar estrategias para orientar a tales estudiantes.

- Se debe solicitar la ayuda del gabinete psicopedagógico si existiere o a la Dirección de Psicología y Asistencia Social para aunar criterios de intervención.
- Se debe solicitar la intervención del gabinete psicopedagógico en forma de atención directa y a través de charlas preventivas, encuentros sobre motivación estudiantil, charlas sobre la escuela, la carrera, etc.
- Si existiere algún psicólogo en la escuela se debe solicitar su asesoramiento y orientación.
- Se debe solicitar ayuda también a los profesores de “Ciencias de la Educación”.
- Se puede conformar el dispositivo de los “Grupos de autoayuda” para los repetidores de la escuela, aunque sin estigmatizar ni provocar efectos de discriminación o caída de la autoestima en tales alumnos.
- Se debe solicitar a cada docente el diseño de procedimientos orientados a “desarmar” el juego de los repetidores consistente en “contaminar” a los nuevos estudiantes con juegos, desatención, barullos, verborragia, etc.
- Se puede utilizar las experiencias o conocimientos previos de los repetidores durante la clase a través de preguntas y alusiones para que el alumno exprese algunas ideas. Esto aumentará la motivación y autoestima de los repetidores y originará una “sana competencia” con los compañeros.
- Si es un repetidor por cuestiones emocionales intensos se debe solicitar la urgente derivación a través del gabinete psicopedagógico o a través de una nota a la Dirección de Psicología.
- Lejos de promover el rol de “chivo expiatorio” de la clase, o llevar al aislamiento, se debe estimular las capacidades manifiestas y latentes del alumno repetidor, como sus capacidades en cálculos, lecturas, razonamientos, etc.
- Sin son muy difíciles de controlar y orientar, se debe trabajar en red con la familia, el gabinete psicopedagógico, los preceptores y el docente. A veces, la intervención paterna o materna puede revertir una indisciplina marcada.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE'RESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos con ataques de pánicos ante los exámenes

Cuando la angustia es muy intensa e indeterminada, es decir, el alumno no sabe porque está angustiado o lo vislumbra en menor medidas, estamos ante una situación de ataques de pánico. Se lo define como un miedo intenso y persistente ante una situación fobígena considerada peligrosa. Tal la situación de examen oral, donde el alumno debe enfrentar al docente y cuya personalidad le recuerda los aspectos dominantes o agresivos de algún personaje e su historia emocional. Se suele notar una actitud inhibida, silenciosa por el contrario, de Hiperactividad como forma de negación de la situación temida. Sin embargo, el alumno dice al docente: “no estudie”, “no paso”. Ello conduce al fracaso escolar. En algunos casos puede predominar en alumnas y en otros en los alumnos. La prevalencia es en las niñas.

Educación emocional

- Es bueno que el docente explique los aspectos procesales del examen, los contenidos, las técnicas, e incluso los tipos de preguntas.
- Se recomienda un criterio no interrogativo del examen, como si el docente fuera el juez que interroga al alumno. El clima optimo es de diálogo sereno, explicando que el examen constituye simplemente un momento de revisión no represiva de lo andado, y que es intención del docente no ser persecutorio o malo ante la situación.
- El docente puede sugerir las actitudes clásicas ante un examen, como la inhibición, la negación, la falta al examen, el posponer para fin de año, la timidez, el miedo e incluso el mismo ataque de pánico ante el examen.
- Debe diferenciar las actitudes adultas y maduras de las actitudes infantiles para que los alumnos opten hacia la integración.
- Por último, un roleplaying del examen puede mejorar la actitud temerosa de muchos alumnos.

Educación emocional de los alumnos con problemas de límites (“Impulsivos o agresivos”)

¿Cómo explicar la agresividad y las diversas formas de violencia escolar?. La agresividad (del latín “ad-gredi” que significa “ir contra”, dañar, atacar) requiere de intencionalidad. Otro termino muy usado es el de violencia (del latín “vis” y significa “fuerza contra algo”)

Hay agresiones físicas, hacia el docente, los compañeros, los mobiliarios, la institución, entre grupos escolares, violencia física como los golpes, etc., y psicológicas, como las agresiones verbales (críticas, rechazos, desvalorizaciones o humillaciones, prejuicios, campañas de desprestigios, discriminaciones, exclusiones, etc.).

Respecto de las causas, para los enfoques biológicos, somos agresivos por naturaleza. Para quienes ponen hincapié en el factor social (enfoque sociológico), la agresividad se aprende en la familia, a través de los medios y en la comunidad. Por otra parte, existen quienes dan preponderancia al factor social, y sostienen que es la sociedad la que frustra y origina agresividad. Para ésta propuesta, es posible una sociedad menos violenta, gracias a la educación de la “no-violencia” y la distribución justa de los medios de existencias.

- Indique las normas y procedimientos en forma clara y legítima.
- Justifique desde los Acuerdos de convivencia y la necesidad de orden en las relaciones humanas.
- Dé ejemplos y razones de las normas.
- Indique de las ventajas de respetar las normas.
- Explícite las consecuencias de las transgresiones y las soluciones posibles.

Desde el enfoque psicológico de la “Frustración-agresión” se sostiene que la frustración y la agresión se retroalimentan. A esto se suma el factor social y cultural con sus exigencias, doblando la frustración y la consiguiente agresividad. La agresividad es proporcional al grado de frustración y disminuye en forma proporcional a la expansión de las potencialidades individuales. Las condiciones sociales, como la pobreza, privaciones afectivas y materiales, educación punitivas, etc., operan como detonantes de la agresividad.

El mecanismo básico de la agresividad humana es la proyección, donde se desplaza sobre otro los propios impulsos agresivos ignorados.

Otros enfoques psicológicos sostienen que la represión de la agresividad lleva al aumento de la conciencia moral (escrúpulos, hipermoralidad), a la culpa, lo que a su vez genera necesidad de autocastigo inconsciente y agresión hacia el prójimo. Otra fuente de agresividad es el narcisismo o amor propio exagerado, que lleva a la “manía de grandeza” (delirio de grandeza). Cualquier crítica o contradicción es tomada como herida al egocentrismo narcisista, lo que provoca frustración y agresión. Algunos investigadores ubican al miedo como la fuente de la agresividad en sus diversas formas..

¿Cómo se aprende la agresividad?. Los modelos de conductas familiares y sociales son internalizados a través del mecanismo de “identificación con el agresor”. En ésta, el sujeto se identifica con el agresor, haciendo activo lo que sufrió en forma pasiva durante la socialización (en la familia, la escuela, modelos negativos de la TV, etc.).

También se aprende con la observación e idealización de modelos violentos(imitación) lo que lleva a la internalización de dichas pautas porque se considera que llevará al poder y al éxito como los “héroes” de la TV.

En cuanto al papel del a familia, se ha descubierto que si los hijos asisten a situaciones de violencia entre los padres, tenderán a definir la familia en términos de conflicto. Los ejemplos paternos son la primera escuela y la base para incorporar los ejemplos nocivos de la TV. Si la familia no es violenta, el chico tenderá a identificarse con personajes menos violentos, aunque igualmente debemos prevenir respecto de los medios y sus escenas de golpes, tiros y explosiones. En suma, el aprendizaje de la agresividad se da gracias a la imitación consciente de modelos violentos (familiares y sociales), y a través de la identificación inconsciente que llamamos “identificación con el agresor”.

Para reflexionar

La agresividad, ¿va en aumento?

En otras épocas, los ideales sociales y educativos(como las utopías), las normas religiosas y morales, los límites familiares y escolares, solían operar como diques para inhibir la agresividad. La falta de legitimidad de las instituciones previamente citadas, el narcisismo exagerado de los individuos, las condiciones económicas inciertas, la desaparición de las grandes utopías, y la falta de valores humanitarios claros desembocan en la desinhibición de los impulsos agresivos y su irrupción en la vida cotidiana a través de la violencia social de toda clase: violencia escolar y social, violencia de familia, etc. La ausencia de límites que contengan los impulsos agresivos ya se da en la propia familia, que constituye la célula básica donde se gestan los modelos violentos. A ello se suman los aportes de los medios y sus modelos agresivos, que contribuyen para estimular la “cultura de la violencia”. La dificultad más grande es que en el siglo XXI la patología principal consiste en la intolerancia hacia el prójimo y al diferente, lo cuál realimenta la violencia. En toda época existen factores sociales(crisis de valores, inseguridad), económicos(crisis económicas), psicológicas(frustración de los deseos y necesidades, narcisismo exagerado, falta de límites familiares) y políticos(falta de estrategias verdaderas para paliar el problema), que facilitan la agresividad. La agresividad ha aumentado y se ha diversificado en toda la población, y comienza a darse en las escuelas, para luego proliferar hacia lo social, llevando a la urgente necesidad de programas y estrategias varias para disminuir un flagelo negativo para todos.

¿Podemos crear un mundo no violento?.

Lo primero es que, para crear un mundo o una cultura “no violenta” debemos aceptar y transmitir a los alumnos que somos violentos, que no somos el “alma bella” del que hablaba Hegel y que consiste en creerse exento de agresividad y vivir ubicando la agresividad del lado del prójimo o el diferente, gracias al mecanismo de proyección. La toma de consciencia de nuestra faceta negativa, puede, por fin, operar el cambio hacia la utilización productiva y socialmente valorada de los impulsos y deseos agresivos que en el fondo consiste en la búsqueda de reconocimiento y aceptación por el Otro. La raíz de la agresividad es menos un impulso que el deseo de ser reconocido, aún a costa de los enfrentamientos y conflictos cotidianos de todo tipo. La sublimación o utilización productiva de los deseos negativos(en la ciencia, el deporte, el arte, el trabajo, la familia, etc.) puede ser instrumentado junto a otras estrategias como la de incentivar la cultura de la no-violencia, el castigo no represivo, la tolerancia al diferente, el pensamiento múltiples, y la lucha por una sociedad mas equitativa desde los socioeconómico. Y sobre todo, debemos conocer que las diversas formas de agresión, comienzan por casa.

Educación emocional.

Con el objetivo de crear una cultura de la no violencia, se aconsejan los siguientes lineamientos prácticos para prevenir comportamientos agresivos en el alumno:

- En el curso de la socialización, existen recursos como el castigo no represivo de la agresión en la educación de los chicos. Esto habla de la reparación consciente del hecho negativo y de un diálogo reflexivo con los chicos.
- Se deben evitar ejemplos y verbalizaciones agresivas.
- La creación de “centros preventivos de la violencia escolar, familiar y social” en la escuela resulta promisorio.
- Los alumnos violentos requieren de la atención de los miembros del gabinete psicopedagógico y si es excesivo el tratamiento psicológico.
- En el caso de niñas y niños, se deben evitar el prejuicio de que los varones son mas violentos “por naturaleza”, porque llevaría a confundir “rol activo”(por oposición a la mayor pasividad de las niñas) con impulsos agresivos. Ser “activo” no es sinónimo de “ser agresivo”. Otro proceso muy común es que las niñas deleguen a los niños el rol agresivo.

- Ante una situación de frustración o violencia se debe enseñar diversas alternativas de solución, como la reflexión, el dialogo, la retirada inteligente, la búsqueda de acuerdos, la reparación del daño, la restitución de la dignidad ajena, etc.
- Se debe incentivar las actitudes no violentas buscando la “cultura de la no-violencia”, la creatividad en todos los campos, el pensamiento múltiple, el humor sano, etc.
- Se debe desarticular la cultura del “héroe” donde todos juegan a ser grande y poderoso, y la cultura competitiva negativa resultante. Los ideales sociales generan agresividad al incentivar metas para las cuáles no existen los recursos humanos y materiales necesarios o existen en pocas manos.
- Se debe trabajar los valores como la solidaridad, la cooperación, amor a la paz, la justicia, la tolerancia, amor a la verdad, el dialogo, etc., porque los valores operan como diques de contención contra la irrupción de impulsos agresivos. No se debe olvidar los contravalores (deseo de no cooperación, no-solidaridad, intolerancia, etc.) que son facetas negativas de nuestro comportamiento y se alimentan de los propios impulsos agresivos.
- Se debe jerarquizar la verbalización de la agresividad, lo cual impide el “pasaje al acto” irracional. No se debe caer en el moralismo que intenta obviar nuestra faceta agresiva, sino en una visión que implique un uso productivo y humanista de los impulsos agresivos, que en el fondo, son energías de la conducta (pulsión agresiva)
- Se debe desacreditar los programas y películas violentos y promocionar las de contenido humanitario e inteligente.

Sugerencias de otras actividades:

1- Trabajar con los jefes de departamentos y sus docentes respectivos de las diversas áreas los Temas Transversales siguientes:

- Prevención de la violencia escolar y social: temática que puede ser instrumentada en asignaturas como “Filosofía y formación Etica Ciudadana” como contenido transversal y evaluado a través de una nota conceptual a fin de año. A tal fin, podría ser útil actividades como:

a) La confección de una monografía de investigación sobre los tipos de violencia social, escolar y familiar, métodos y estrategias de prevención, casuística concretas, causales sociales, económicos y políticos, psicología de la agresividad humana, sociología del mismo, programas gubernamentales existentes con fines preventivos, etc.

b) Creación de Centros Preventivos Escolares de Prevención de la Violencia Escolar coordinados con la Dirección de Psicología, por los docentes y estudiantes o de estudiantes a través de los “Centros de Estudaintes” para que los alumnos elaboren sus propios estudios o investigaciones sobre el tema de la violencia escolar y social y realizar publicaciones como un “Periódico Estudiantil” mensual, cartillas informativas, afiches publicitarios preventivos, consejos, charlas entre estudiantes coordinados por docentes de Filosofía u otros, etc.

c) La creación del “Profesor Consejero” por cada curso, como figura de autoridad moral e intelectual que oficie de mediador y consejero en las situaciones

problemáticas. La misión del profesor consejero debería ser de orientación, con espacios de debates sobre el tema en momentos del año, sin perjudicar el dictado de su materia y pensando en la prevención de muchos males (violencia, drogadependencia, embarazo precoz, SIDA, caída de valores, etc).

d) La recreación de los Delegados de alumnos por curso, pero con fines preventivos, para que el alumno más valorizado como líder de grupo pueda officiar de guía, contención y consejero sobre actitudes irracionales en la escuela.

e) Jornadas o “Ferias Preventivas” que se podría organizar con aportes de cada materia sobre el tema. Cada departamento podría organizar su stand, con temáticas, investigar en Internet, solicitar asesoramiento, y lograr que los alumnos expongan sus producciones anuales, tanto de las materias como de los contenidos preventivos sobre violencia social, drogadependencia, caída de valores, prevención de Ets, fracaso escolar, orientación vocacional, etc.

f) Se podría convocar la charlas de especialistas sobre el tema a través de la dirección de psicología o con recursos humanos del distrito (Asistentes sociales, psicólogos, médicos, etc?). Estas charlas se podrían realizar el día de la “Expo” o a través de “Conferencias” en materias como Filosofía.

g) Se podría crear la “Biblioteca de prevención” jerarquizando los textos del mismo en la biblioteca para que los alumnos puedan darle otra trascendencia. Materiales extraídos de Internet sobre tema podrían servir para estimular el interés sobre el tema.

h) La creación de un “Periódico Mural” a colocar en las paredes, con aportes de los departamentos, docentes y alumnos sobre el tema en cuestión y para que los alumnos puedan leer el periódico en el recreo y recibir información en forma breve y didáctica.

i) “Clases de Reflexión” mensual con los alumnos sobre la temática de la caída de los valores y el predominio de una cultura de la intolerancia, entre otros. Estas clases pueden realizarse cuando el docente considere que el nivel de indisciplina ha llegado a un umbral de difícil manejo. Podría ser liderado por el Profesor Consejero o los preceptores junto al jefe de preceptores o un jefe de departamento.

j) Murales preventivos en la escuela y barrio. Etc.

2- Los resultados o propuestas podrían ser compartidos con los padres para lograr la participación de los mismos en el control, y mejora de la conducta de los alumnos.

3- Por otra parte, como propuesta un tanto utópico podría ser la posibilidad de trabajar con las demás escuela a través de una “Red interinstitucional” o red de escuelas, liderado por los Directivos e Inspectores y con el asesoramiento y participación activa de los docentes de la Dirección de Psicología y Asistencia Escolar distrital.

4- Otro recurso podría ser los resultados de las reuniones de los preceptores con el Equipo distrital de psicología y los equipos distritales de infancia y adolescencia.

5- Otros

Educación emocional de los alumnos hiperactivos y desatentos.

Como indica el título, éste síndrome se caracteriza por la Hiperactividad y falta de atención permanente de los chicos, lo que lleva a dificultades para comprender y procesar los conocimientos escolares. A la desatención se le suma la Hiperactividad o dificultad para quedarse quieto. Es prevalente en los varones, aunque una forma especial de inquietud y desatención en las niñas se da cuando se busca ser centro de atención, llamar la atención todo el tiempo, golpear el banco con los lápices, etc. Los síntomas se detectan ya desde el jardín de infante. Los más típicos son: el movimiento constante e imposibilidad para detenerse(déficit del autocontrol y de las emociones), movimientos de manos, pies, la verborragia, risas, saltos, actividades físicas de riesgos, desobediencia hacia el docente, falta de valoración real de la situación escolar, con imposibilidad para mantener una atención concentrada en la tarea, entre otros. La consecuencia más inmediata es que el chico no aprende bien y el docente termina padeciendo estrés laboral, depresión, etc..

Educación emocional

- En éstos casos, la intervención del Equipo de orientación escolar salta a la vista.
- El docente puede manejar la clase con su autoridad y su presencia. Por ejemplo, no seguir explicando si los alumnos no se callan, mirar en forma detenida a quienes hablan en forma permanente, realizar preguntas reiteradas a los desatentos,
- Utilizar el caudal de energía de tales alumnos para que investiguen en la biblioteca, Internet, tareas para la casa, exposiciones, teatros, roleplaying, etc.
- Se puede sugerir a los alumnos hiperactivos que cambien los movimientos molestos(golpear el banco, movimientos, atender solo a sus compañeros, etc.) por otros movimientos no molestos como mover las piernas.
- Se recomienda la aplicación de los conceptos de Inteligencia Emocional explicitados más arriba.
- La intervención del psicólogo y los centros de orientación familiar permiten mejorar la conducta y disminuir el fracaso escolar en esto casos.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE RESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos con angustia escolar(fobia escolar).

El alumno con angustia suele aparecer con un estado de nerviosismo generalizado aunque sin saber muy bien del porqué. Aparece como ansioso, intranquilo, y con actitud de negativismo hacia el docente en quién, finalmente, proyecta su angustia. Los síntomas típicos de la angustia son las palpitaciones cardíacas, respiración acelerada, estado de tensión, escalofrío, entre otros. Lo que podemos denominar Fobia escolar consiste en un miedo a desenvolverse en la clase, miedo a mirar al profesor, temor incrementado para dar examen oral o leer un texto en el aula, entre otras formas de inhibición. Constituye un factor de fracaso escolar en muchos casos y debe ser tratado por el docente con la técnica de los primeros auxilios mentales escolares.

El caso de un “Trastorno de estrés postraumático” resulta de una situación traumatizante como el robo de una bicicleta, un intento de robo, violación, accidentes familiares, u otras formas de agresión. El alumno aparece angustiado, con predominio del pensamiento sobre la temática traumática, lo que le impide la concentración necesaria para incorporar los conocimientos. Requiere de una derivación urgente al Equipo de Orientación Escolar y al psicólogo.

Educación emocional

- Es bueno que el docente ayude a incrementar la autoestima del alumno a través de elogios o reconocimientos explícitos de algunos de sus capacidades. Tal el caso de la inteligencia o la capacidad para estar callado y escuchar, entre otros. El objetivo del docente debe ser la pulverización de los pensamientos negativos del chico hacia su propia personalidad. Tales pensamiento negativos operan en forma inconsciente sobre el alumno llevándolo hacia la inhibición y el desasosiego.
- Puede sugerir a sus alumnos la capacidad para la relajación a través de una educación para la relajación: sugerir la distensión muscular, respiración pausado, tranquilidad, etc.
- Sugerir ejercicios físicos u otras actividades deportivas, recreativas o culturales. En tales actividades, la angustia se transforma en energía física y se sublima o utiliza en fines socialmente valoradas. De esta manera, el yo del alumno se ve premiado desde lo social y familiar por sus diversos desempeños positivos.

- Derivar el caso al Equipo de Orientación Escolar para el tratamiento de la problemática emocional y sus consecuencias escolares, quienes a su vez, realizarán la derivación correspondiente para que el alumno realice una terapia psicológica. Los distritos suelen contar con un Equipo interdisciplinario de psicólogo, orientador social y psicopedagogos para las escuelas que carezcan de gabinete psicopedagógico.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFÍCILES-PATOLOGÍA DE LA COMUNICACIÓN-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECÍFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERCIÓN ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXÁMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACIÓN-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCIÓN-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONÓMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMOCIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DETERSION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos de baja motivación("abúlicos")

El gran problema de la escuela posmoderna actual es que los jóvenes desarrollan un principio hedonista de la vida, con baja necesidad de logros académicos, con actitudes apáticos, sin voluntad de logros escolares. Viven la inmediatez y anhelando las ofertas de un mercado social dominado por el marketing consumista. No elaboran un proyecto de vida, ni un proyecto laboral o familiar. Por lo tanto, la falta de motivación constituye un gran obstáculo para la escuela y su solución requiere de un conocimiento de las teorías científicas sobre la motivación y los procedimientos para incentivar mayores niveles de motivación.

Educación motivacional en la escuela

Para comprender a un alumno debemos conocer sus motivaciones y necesidades

Los deseos o motivaciones más comunes de los alumnos son las siguientes:

- **Búsqueda de afiliación:** necesidad de afectos(ser querido por el docente y los compañeros), pertenencias de grupo(ser parte de la clase, de la escuela), tener amistad, ser leal.

- Estimule la participación en actividades recreativas, culturales y deportivas de toda clase.
- Comparta las actividades con sus alumnos.
- Sea el ejemplo "de lo que se debe ser".
- Sea dialógico y explicité sus utopías.
- Otorgue el lugar y el respeto necesario a cada alumno.

- **Autonomía:** ser independientes(no al control, la dominación o el control excesivo), evitar la dependencia(espacio de “libertad de estudio”).
- **Ayuda:** ser cuidado, recibir apoyo(intelectual y ser querido), sentirse protegido.
- **Defensa:** contra la crítica negativa y la culpa. Necesidad de justificarse(“pretextos típicos”).
- **Dominación:** controlar, influir, seducir, persuadir, dar ordenes, disuadir, restringir o prohibir.
- **Logros:** intelectuales, éxitos, triunfos, realizaciones económicas.
- **Orden:** orden y limpieza, equilibrio, organización.
- **Receptividad:** disposición positiva a las relaciones humanas, cortesía, pasividad.
- **Sexualidad humana:** Fantasías, deseos.
- **Juegos:** diversión, risas, bromas, deportes, bailes, reuniones.
- **Defensa:** de los propios intereses.

Para el psicólogo Erich Fromm:

- 1- **Búsqueda de afinidad:** relaciones humanas que impliquen cuidado mutuo, responsabilidad y respeto, tanto como comprensión.
- 2- **Búsqueda de trascendencia:** llegar a ser una persona creativa e importante, como paliativo de la destructividad humana. Encaminar las propias energías hacia fines trascendentes (ciencia, arte, deporte, amor, etc.).
- 3- **Búsqueda de arraigo:** deseo de ser parte de un grupo compartido por iguales. Sentimiento de comunión con otros semejantes.
- 4- **Búsqueda de identidad personal:** deseo de ser único, con una **identidad personal** obtenido sobre la base de identificaciones con grupos e individuos importantes.
- 5- **Búsqueda de un “marco de orientación”:** búsqueda de comprensión de un mundo cambiante. (necesidad de comprender los procesos sociales, políticos y económicos).

¿Como podemos aplicar las teorías motivacionales en la clase y en la escuela?

Debemos comenzar diciendo que la satisfacción plena de los deseos o motivaciones enumeradas no produce motivación. En estado de homeostásis o de equilibrio y satisfacción, el alumno no aprende. Es lo que sucede cuando somos “permisivos” o cuando buscamos satisfacer los intereses hedonistas del alumno. ¿Qué es lo que motiva entonces?

- La dosificación adecuada de la frustración que impone las actividades escolares (ni poco ni mucho, el “justo medio”, según cada alumno y su tipo predominante de pensamientos múltiples tanto como la estimulación de las demás formas de pensamientos.).
- Motiva la secuencia creativa de los contenidos y procedimientos
- Motiva el poder explicativo o discurso múltiple del docente (retórica del docente).
- Motiva la flexibilidad del docente para pasar de una forma de pensamiento a otro y sin olvidar la relación entre teoría y práctica.
- Motiva el dominio de la materia, su visión múltiple y su relación con la vida concreta
- Motiva la clase mayéutica o interrogativa a través de los diversos estilos de pensamiento.
- Motiva el control democrático de la clase.
- Motiva las novedades, los cambios de enfoques y el posicionamiento del docente en los diversos discursos. Esto facilita el modelado o imitación de los alumnos y un aprendizaje eficaz.
- Motiva el enfoque interdisciplinario de los contenidos
- Motiva el estímulo de la competencia (sana) interindividual, lo que deriva en la controversia conceptual y la ruptura de los puntos de vistas individuales o de pensamiento único.
- Motiva la competencia y la cooperación intergrupala a través de síntesis de la diversidad de puntos de vistas.
- Motiva el liderazgo móvil, flexible y cambiante.

Según la teoría motivacional de Maslow, podemos abstraer 3 principios educativos para motivar a la clase y a toda la comunidad educativa:

- 1) Principio de las metas comunes.
- 2) El principio del sentimiento de apoyo recíproco
- 3) Principio de responsabilidad

El primer principio, el de las metas comunes puede ser enunciado así: “ Mientras más metas comunes posean alumnos y docentes, mejor se desarrollaran las potencialidades de cada uno, logrando aprendizajes productivos”

Llevado a la clase, significa que el docente debe detectar las metas comunes entre él y el alumno y la comunidad educativa toda (incluido la familia). Algunas metas comunes pueden ser:

- Que a pesar de la diversidad de pensamientos y personalidades, existen objetivos y deseos comunes que debemos contribuir para sostener y mejorar.
- Los contenidos, las expectativas de logros, actividades, etc., deben ser valorados como “metas comunes” para el docente y el alumno. Deben ser enfocadas como un “capital cultural” valioso para aumentar el nivel intelectual y la capacidad personal.
- Las consignas como “Nuestra meta ahora es conocer el apasionante mundo del átomo...tal como lo vivió Demócrito hace mucho....” aparecen como estimulante del pensamiento motivacional porque el docente mismo se presenta motivado.
- El alumno debe saber que posee deseo de saber y que el interés depende del valor otorgado al tema, y el docente debe “persuadir” o sugerir, actitudes, relatos, cuentos, novedades, cambios bruscos, etc.
- Una meta común para todos podría ser la de ser creativos en todos los campos y a través de los diversos estilos de pensamientos.
- Trabajar juntos en forma cooperativa para integrar los diversos puntos de vistas y respetando la individualidad de cada uno.
- Que la búsqueda de satisfacción no quita el principio de realidad y para cumplir con el principio de responsabilidad se debe trabajar mucho (leer, investigar, etc.).
- Lograr un clima áulico equilibrado y productivo.

- Capacidad para dialogar, escuchar y ser escuchado.
- Tratar los contenidos en forma democrático y participativo.
- Valorar y ser valorado. Otros.

El segundo principio, el del sentimiento de apoyo puede ser enunciado así: “El liderazgo del docente y otros procesos(administrativos, técnicos, situacionales, etc.) deben asegurar al máximo el apoyo mutuo de toda la comunidad educativa”.

Los alumnos deben sentir que la escuela los apoya y que todos trabajamos para el sentido y valor personal de cada uno. Deben saber que para nosotros, ellos son importantes, que son la razón de ser de la educación, que son el futuro y que sociedad futura depende de ello, de cuántos logren estudiar. ¿Cómo se logra esto en la dinámica áulica?.

- Cuando el alumno siente que lo comprendemos, que lo aceptamos tal cual es, que no intentamos cambiar su personalidad y que pueden cambiar cuando lo deseen.
- Necesitan saber que sus producciones valen, que si los desaprobamos es para revisar el conocimiento y por el bien de ellos en función de futuro laboral y social.
- Necesitan saber que son respetados y que nuestro objetivo es ayudar, orientar y asesorar en todo momento para que logren los mejores aprendizajes en una sociedad ultracompetitiva.
- Demostramos el principio de apoyo mutuo cuando ayudamos al alumno y logramos que entre ellos se ayuden(trabajo cooperativo)
- El docente que no da apoyo, u otorga apoyo en forma superficial, rechaza en forma inconsciente al alumno, lo que el alumno percibe y cae en la autodesvalorización, la apatía y el fracaso escolar.
- Se apoya al alumnado cuando se está interesado en conocer su psicología, su situación social, familiar, emocional, económica, valorativo, etc.
- La falta de apoyo genera ansiedad, frustración, bloqueo, abandono, repitencias, y enfermedades psicológicas como la depresión, el estrés, etc.
- Aún el docente más competente desde los conocimientos puede generar rechazo y apatía si desconsidera el principio de apoyo intelectual y emocional.

El tercer principio es el principio de responsabilidad y puede enunciarse así: “El alumno estará más contento y la escuela logrará más calidad educativa cuando las responsabilidades atribuidas lo inciten a utilizar su caudal de pensamientos múltiples, tanto como su destreza y creatividad”

Los dos principios previos ayudan a motivar, aunque no aseguran la asunción de la responsabilidad. El niño y el adolescente caen fácilmente presa de sus deseos hedonistas y éste principio ayuda a recordar el principio de realidad, la tarea, el deber, los objetivos, la razón de ser de la escuela y del rol de alumno. Por ello, en la dinámica áulica se debe buscar:

- La creación de procedimientos que estimulen la responsabilidad del alumno.
- Se debe otorgar responsabilidad según la capacidad intelectual del alumno: investigaciones personales, indagaciones que toda la clase espera, acudir a ciertas capacidades diferenciales de ciertos alumnos(para que lean, expongan, problematicen, etc.
- La utilización de los procedimientos según el Pensamiento Múltiple de los alumnos ayudan a asumir la responsabilidad porque el alumno comprende que es comprendido y valorizado en forma adecuada. Por ello, invitamos a planificar y enseñar según la teoría del Pensamiento Múltiple.
- Se debe facilitar el reconocimiento mutuo de las obligaciones, lo que ayuda a tomar conciencia de las responsabilidades.
- Explicar las metas del grupo como metas igualmente individuales.
- Buscar la decisión grupal para el cumplimiento de los objetivos de aprendizajes.
- Inculcar responsabilidad resulta difícil con las concepciones tradicionales sobre el alumno: apático, incapaz, hedonista, inmaduro, conflictivo, etc.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE'RESION ESCOLAR

Decálogo para motivar al estudiante

- Explíquelo a los alumnos en forma clara sus responsabilidades, las consignas y tareas.
- Provéale de retroalimentación acerca de su desempeño,
- Reconozca sus logros y desaciertos como esfuerzos de aprendizajes(el error como variable de aprendizaje).
- Concédale autorización para el error y utilice el error para revisar los aprendizajes.
- Trátemo con respeto y dignidad
- Permita el desarrollo potencial de cada alumno.
- Otorgue autoridad igual a la responsabilidad asignada
- Otorgue información suficiente y deje un espacio para la autonomía del pensar
- Permita un entrenamiento adecuado para cada tema

- No abuse de la heteronomia y otorgue dosis suficientes de autonomia personal

Educación emocional de los alumnos genios o superdotados

¿Porqué constituye un problema la existencia de alumnos sobresalientes o genios en la escuela?. Podemos deducir de la práctica que tales alumnos sobresalen o aparecen como figuras intelectuales y esto genera efectos en los demás alumnos. Por un lado puede que los demás compañeros lo mantengan al margen, es decir, no le otorguen validez a sus logros y éste experimente el sentimiento de exclusión cuando no de “chivo expiatorio” de la situación. Por otro, puede que él mismo se sienta superior a muchos y experimente sentimientos de grandeza y excepcionalidad, lo que desemboca en un alumno que se dedica a molestar en la clase. Esto sucede porque sus capacidades no son valoradas adecuadamente y por la inexistencia de procedimientos para alumnos genios en la planificación áulica e institucional. Por su parte, los gabinetes psicopedagogicos no se dedican a detectar a tales alumnos que así, pasan desapercibidos y aparecen como brillantes y molestos, sin que nadie canalice sus altas expectativas. Por ello, el alumno se dedica a ser como los demás. Especifiquemos mejor las características de un genio. Se considera que el “superdotado” o genio intelectual posee una inteligencia de nivel superior al común de la gente, gran creatividad, originalidad de producciones, pensamiento de tipo divergente (porque resuelve problemas a través de caminos nuevos), capacidad simbólica, entre otros.

El genio intelectual o superdotado, ¿nace o se hace? .Las controversias genético-adquiridas nunca dieron respuestas cabales al respecto. Mejor es hablar de complementariedad entre lo que se hereda (como potencialidad) y lo que se adquiere en la socialización. Así, el genio constituye un producto de las múltiples estimulaciones de parte de una madre suficientemente buena y de un padre que cumplió su función de “asesor” respecto de cómo se resuelven las cosas. Para construir un genio es imprescindible la estimulación múltiple de las diversas capacidades (intelectuales, afectivas, prácticas, interpersonal, numéricas, etc.).

Sin embargo, un ambiente facilitador que otorgue límites adecuados, con funciones maternas y paternas adecuadas, son indispensables para estructurar una vida afectiva sana, condición indispensable para entrar en la categoría de “genio” (intelectual y afectivo). Para ser genio no bastan las capacidades intelectuales, porque se suman las capacidades humanitarias o emocionales. Uno puede ser un genio en robótica, pero muy poco sociable. Ambos aspectos (el intelectual y el adaptativo o emocional) se complementan en el genio.

Educación emocional

- Se recomienda que el docente ponga atención a los niveles de rendimiento de los alumnos para detectar a los genios o superdotados.
- De lo posible, puede acudir a los miembros de gabinetes psicopedagogico para que ellos apliquen test de inteligencia y personifiquen a los de inteligencia brillante.
- Sobre la base de lo anterior, cada docente debe utilizar las capacidad de éstos alumnos a través de procedimientos mas exigentes que las comunes o más inteligentes.

- Se podría llamar procedimientos especiales a las actividades especiales que se le encomendarán a éstos alumnos: como investigar temas en Internet, preparar una clase especial, liderar debates, escribir su propia teoría sobre algo, organizar una ongs sobre diversos temas, publicar un periódico estudiantil, escribir un libro, campeonatos de matemática, robótica, telemática, informática, entre otros.

- Se puede confeccionar programas especiales que detecten e incentiven a los brillantes de todas las áreas de estudios y generar diversas actividades de estimulación liderado por profesionales de la psicología, psicopedagogía, trabajo social, etc.

- Es importante también considerar que no está aludiendo solo a los genios intelectuales sino a los aspectos adaptativos del ser humano, es decir, estamos hablando de diferentes tipos de genios, como los genios en ética, conducta, psicología, comunicación, literatura, política, arte, informática, oficios, inventores, etc. Por ello, se recomienda la utilización de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner para visualizar las habilidades existentes y su incentivo en los alumnos.

- Para tales alumnos, el conocimiento de la Inteligencia emocional resulta útil porque les permite pasar de un mundo puramente intelectual y tecnocrática a otro de conocimiento de si mismo, de los demás, de las habilidades con la gente, el control emocional, entre otros.

Lo importante es evitar la desconsideración de las habilidades intelectuales de tales alumnos o la segregación y marginalización de los mismos porque nadie permite el desarrollo de sus capacidades.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE'RESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos con retraso mental

Es indudable que la falta de estimulación intelectual y de la inteligencia en las clases menos pudiente puede conducir a lo que se denomina “retraso mental”. Al menos en su forma “límitrofe” o “leve”, en que los alumnos todavía pueden adaptarse en forma insuficiente a las exigencias de la escuela.

Se lo define como el retraso en el desarrollo de las funciones mentales como el pensamiento y la inteligencia. En las escalas de desarrollo infantil, el niño rinde por debajo de la media en sus capacidades intelectuales, adaptativas y emocionales. De acuerdo con los resultados del test de inteligencia, se observa una capacidad intelectual inferior al promedio, es decir, un C.I (cociente intelectual) aproximadamente de 70 o inferior en un test de C.I. Aparecen déficit o alteraciones de la adaptación como la falta de eficacia para satisfacer exigencias propias de la edad y grupo cultural en áreas como la comunicación,

cuidado personal, vida doméstica, habilidades / interpersonales, utilización de recursos comunitarios, autocontrol, habilidades escolares como dificultades de aprendizajes, trabajo, ocio, salud y seguridad. El inicio debe ser anterior a los 18 años.

El retardo puede fijarse en la estructura mental, repercutiendo en el conjunto del desarrollo evolutivo y en las formas de relación. El deficiente leve, con dificultades escolares, con los números, para comprender, para leer, etc., si goza de oportunidades y adiestramientos adecuadas a sus capacidades, puede desarrollar buenas habilidades adaptativas y a partir de un momento dado no presentar el grado de afectación requerida para él diagnóstico de retardo mental que también depende de las expectativas del medio.

También se la denomina debilidad mental y es definida como una construcción operatoria inacabada, es decir, ser débil significa pensar por operaciones concretas sin poder acceder al pensamiento formal abstracta en la adolescencia.

Educación emocional

- Se debe considerar que los alumnos de clase baja, por el menor estímulo intelectual suelen padecer del retraso mental, lo cuál, no impide que la escuela sea un lugar de estímulos estructurados, atractivos y de apoyo.
- El equipo directivo debe trabajar en red con los miembros de gabinete, con el docente y la familia, con el objetivo de programar los contenidos y estrategias para adecuar a los alumnos con bajos rendimientos intelectuales.
- Se puede trabajar conjuntamente con las escuelas especiales si existiere duda del nivel real de inteligencia del niño, posibilitando un acompañamiento programado desde la escuela normal.
- Por su parte, la Maestra recuperadora debe redoblar los esfuerzos para estimular las capacidades del chico, junto al seguimiento emocional del psicólogo escolar.
- Conjuntamente, el docente debe consultar con el gabinete psicopedagógico sobre los procedimientos comunes para los demás alumnos y para el chico en cuestión, de manera que utilice procedimientos especiales sin que el alumno se sienta diferenciado.
- El docente debe utilizar explicaciones claras, no muy extensas, con muchos gráficos, y ser repetitivo para que el alumno pueda incorporar los conceptos y procedimientos. El tema con el deficiente leve es que “tarda” más en asimilar los conocimientos. Por ello, requerirá más paciencia que los chicos comunes.
- La familia debe estar advertida y se le debe explicar de la lentitud para la comprensión del niño sin que se sientan discriminados u ofendidos. Se los debe incorporar como aliados para estimular al chico en sus tareas.

Se deben instrumentar para el alumno las estrategias de aprendizaje como: a) Cómo usar libros, textos, la biblioteca, computadora, y cómo utilizar otros materiales de laboratorio. Requerirá más atención. B) Cómo incorporar contenidos, es decir, las habilidades para escuchar, comprender, recordar(mnemotecnia) como leer(leerle en voz

alta, etc.,) como tomar apuntes, resumir, etc. Es decir, se le debe adecuar las técnicas de estudios en sentido diferencial. C) Se le debe indicar cómo organizar sus estudios en tiempo y lugar, las prioridades, los recursos, cómo conseguir los como libros, recortes, etc. D) se debe considerar que el chico puede comenzar un aprendizaje guiado los primeros tiempos para luego pasar progresivamente a un aprendizaje más autónomo. E) Se debe estimular en el niño las habilidades creativas como generar sus propias ideas, imaginar situaciones, deducir, oponer ideas, formular hipótesis, buscar analogías, el pensamiento crítico, el diálogo en grupo, y dramatizaciones. En éste sentido, creemos que la Teoría de las inteligencias Múltiples” de Howard Gardner puede servir como guía para realizar una estimulación de muchas de sus capacidades. F) Se debe estimular sus habilidades de control metacognitivo de sus producciones como el hacerse preguntas sobre la marcha de los estudios, detectar errores, volver a revisar las problemáticas, autoevaluación procesual de sus aprendizajes. G) Otorgar tiempo y lugar para la toma de decisiones gracias a elecciones racionales y estimular las habilidades de comunicación.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMOCIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE RESION ESCOLAR

- Dialogue con sus alumnos.
- Ayude a dramatizar los sentimientos a sus alumnos.
- Disfrute de los encuentros y desencuentros.
- Exprese mentalidad de equipo con los demás docentes.
- Permita la participación de alumnos-docentes y padres en sus propuestas.

Educación emocional de los alumnos con baja autoestima

El alumno con baja autoestima se caracteriza por una autovaloración disminuida, poca confianza en si mismo, las propias cualidades positivas son descalificadas y ello conduce a menores rendimientos en la escuela. Las raíces de la baja autoestima o valoración pobre de si mismo se ubica en la familia, donde los personajes principales de la historia emocional de alumno fueron descalificantes, no lograron valorizar las capacidades del alumno y éste no desarrolló un sentimiento de seguridad personal, confianza en si y autovaloración positiva. Por ello es que necesita de la aprobación externa para poder lograr mayores logros. Los alumnos de baja autoestima son los que consideran que “no pueden”, y rehusan a ser figuras en la clase, permaneciendo como fondo. El protagonismo les da temor y suelen padecer de angustia ante los exámenes orales, para leer en la clase, defender sus derechos, etc.

Educación emocional

Como tales alumnos padecen de una baja valoración de si, poca autoconfianza, y no se aceptan como legítimos, inteligentes y seguros, la educación emocional se orienta hacia la construcción de tales capacidades.

- Se recomienda al docente utilizar elogios de las capacidades salientes de tales alumnos.
- El docente debe estimular la confianza en si mismo de los alumnos con autoestima baja y dedicarle atención en los momentos oportunos.
- Debe crear consignas que afiancen la seguridad en si, la autoconfianza y aceptación de si.
- Debe descalificar las críticas desvalorizante entre los alumnos y maximizar los elogios.
- Puede otorgar tareas importantes a tales alumnos e incentivar sus habilidades latentes,
- Puede utilizar algún momento de la clase para trabajar las dificultades varias como la baja autoestima, mal comportamiento, etc.
- Con la ayuda del a Inteligencia Emocional en la clase, puede lograr que tales alumnos despierten hacia la autovaloración positiva, la seguridad y el logro escolar.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE RESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos hipocondríacos(“Enfermos imaginarios”)

El alumno hipocondríaco es aquel alumno que pide constantemente ir al baño, se siente enfermo, padece de náuseas, dolor de cabeza, mal estar estomacal, dolores corporales, mareos, etc., que utiliza para faltar o para llamar la atención. Sin embargo, tales síntomas suelen ser imaginarios, fantaseado, porque el alumno vive preocupado por su salud y las enfermedades. Tales motivaciones arraigan en la familia, con padres sobreprotectores y que pusieron mucha atención en los cuidados corporales y en las enfermedades.

- El docente debe comprender que el alumno padece de una “enfermedad imaginaria”(Moliere) y que el alumno va a solicitar ir al baño, salir afuera a tomar aire ante náuseas, opresión en la gargantea, ir a gabinete psicopedagogico, faltar par ir al médico, entre otros.

- Por lo anterior, el docente puede preparar estrategias didácticas para que el alumno pueda seguir investigando en su casa, realice tareas vinculado a su enfermedad en algunas materias y que le sirva de información útil.

- Si los síntomas son persistentes, el docente debe realizar la derivación a gabinete a través de los preceptores y éstos “tratar la enfermedad imaginaria”. Por su parte, el equipo de orientación puede derivar al alumno a un psicólogo para el tratamiento psicológico.

- Además, como el alumnos de baja autoestima, a tales alumnos se les debe inculcar la autoconfianza, la seguridad personal y la valoración más realista de si mismo.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE RESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos con trastornos obsesivo-compulsivos(T.O.C).

Son muchos los alumnos que aparecen como rígidos, muy atentos al aspecto normativo como cuando indican al docente que no debe atender al celular si a ellos no se les permite, u otras situaciones donde se erigen como portavoces de la norma.

La edad de comienzo es hacia los 7 años o en la adolescencia. Las obsesiones nos hablan de un sujeto asediado (por ideas obsesivas) y necesidad de rituales con verificar una o otra vez la carpeta, sin focalizar la tarea, verificar la cartuchera, es decir, la realización de rituales repetitivas, actos compulsivos como el enfrenar de repente a un compañero por alguna burla, la ambivalencia hacia el docente como el estar bien con él y luego criticar o exigir explicaciones en forma compulsiva, etc. Tales alumnos suelen padecer de algunos síntomas característicos:

- Ideas obsesivas como temores de que un profesor desapruuebe a otro o lo rete.

- Indique a sus alumnos cómo organizar sus tareas, actividades y trabajo en forma equitativa.
- Asuma un pensamiento múltiple de los problemas.
- Exprese un enfoque práctico y flexible de los problemas.
- Tome decisiones con naturalidad.
- Otorgue poder de decisión a sus

alumnos.

- Dudas sobre el aprecio de los profesores hacia ellos, eticidad, escrúpulos.

- Perfeccionismo cuando exigen que el decente sea claro más allá de lo normal, intelectualización de los contenidos aunque sin realismo, llevando las problemáticas hacia cuestiones sobre la vida, la pobreza, la justicia o injusticia hacia los jóvenes, etc., racionalización o justificación de algún compañero por ciertas travesuras, defendiendo lo indefendible.

- Sabe que padecen de cierta rigidez e imposibilidad para ser flexible aunque no pueden cambiar, esto es, poseen conciencia de sus estados psicológicos.

- Actos compulsivos como: manías repetitivas como verificar una y otra vez la careta, el texto, cartuchera, orden, necesidad de control de la situación, aislamiento como cuando se callan y permanecen rígidos, pronto para irrumpir con exigencias, etc.

Es típico la inhibición, los impedimentos, temores a cometer actos y lucha ansiosa deteriora ante la irrupción de fantasías, pánico o ansiedad. Los trastornos obsesivo-compulsivo derivan de conflictos infantiles no resueltos en la infancia.

Educación emocional

- Es bueno incentivar una cultura áulica flexible y comunicativo.

- Se debe trabajar las preocupaciones excesivas de los obsesivos a través de indicaciones y explicaciones claras sobre las tareas para disipar dudas.

- El docente debe evitar ser hipercrítico para evitar discusiones o intervenciones exabrupto de los “alumnos rígidos”.

- El trabajo en equipo a través de un líder de cada subgrupo puede facilitar el intercambio de los puntos de vistas y la participación del os obsesivos que tienden a aislarse.

- El docente puede utilizar la capacidad para la intelectualización de obsesivos como ejemplo para los alumnos reacios a conceptualizar e intelectualizar.

- Se debe señalar la ambivalencia o actitudes contradictorias a través de actitudes flexibles, una humorada, un cuento o anécdota, para que el obsesivo disminuya su monto de agresividad.

- Los obsesivos suelen ser pesimista, lo que requerirá dosis de optimismo de parte del docente.

- Se le pueden encomendar misiones áulicas como publicar un periódico escolar, investigar en Internet, organizar un dramatización, etc. Para incentivar la capacidad flexible del obsesivo.

- Si el monto de la inhibición y el potencial agresivo es muy alto, se debe derivar hacia gabinete psicopedagógico y de éstos hacia el psicólogo. Naturalmente se debe evitar la “psiquiatría” y buscar medios pedagógicos varios antes de realizar la derivación.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFÍCILES-PATOLOGÍA DE LA COMUNICACIÓN-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECÍFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERCIÓN ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXÁMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACIÓN-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCIÓN-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONÓMICOS-CAÍDA DE VALORES-INMADUREZ EMOCIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DETERSION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos que se aíslan(tímidos)

La característica de los alumnos tímidos son: tienen temor para leer en la clase, hablar o expresar un concepto, participan poco(lo imprescindible), evitan mirar al docente, no dialogan mucho con sus pares, y tienen tendencia a aislarse dentro del grupo. Son poco comunicativo, retraídos, casi “antisociales” por la actitud de encierro en sí mismo, no compiten con sus compañeros y se asustan en los exámenes(fobia a los exámenes como las orales).

Educación emocional

- El docente debe promocionar la participación sin coacción en la clase.
- Debe elogiar y acercarse a tales alumnos, hasta tocarles el hombro para que experimenten la desensibilización progresiva del miedo.
- Las clases deben ser estratégicamente planificados de tal modo que en ciertos momentos se pueda trabajar el tema en relación a sí mismo, explicitando y premiando las conductas no temerosas, como la capacidad para expresar ideas, el no tener miedo a participar, el estar seguro de sí mismo, la autovalorización etc.
- El docente debe saber el tímido posee una valoración negativa de sí y sus capacidades intelectuales. Que es pesimista de sí, lo que requerirá trabajar éstos tópicos a través del humor, el incentivo de la palabra, el “jugarse” alguna vez, etc.
- El docente puede buscar un “ejemplo” de la clase, como los alumnos desinhibidos y dialógicos.
- Como algunos tímidos son reacios a participar, el docente puede sugerir que escriban sus ideas y los lean.

- En definitiva, el apoyo emocional a un tímida se encamina al aumento de la autoestima, la seguridad personal y la valoración positiva de sí.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFÍCILES-PATOLOGÍA DE LA COMUNICACIÓN-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECÍFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERCIÓN ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXÁMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACIÓN-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCIÓN-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONÓMICOS-CAÍDA DE VALORES-INMADUREZ EMOCIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DESERCIÓN ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos con problemas de adicción

Por la relevancia del tema en la actual sociedad, debemos preguntar sobre la naturaleza de la drogodependencia y sus causas para intervenir en sentido educativo. Es indudable que los índices de alumnos adictos han aumentado grandemente. Los centros de atención de los casos de adicción no dan abasto y la temática de prevención primaria de las adicciones aparece como la actividad más promisorias. Constituyen problema educativo de primer orden porque al ser la escuela una institución de socialización, los actores educativos se ven obligados a cumplir con su misión de lograr individuos sanos y adaptados a su entorno social. Como la adicción constituye un desvío patológico, la solución no podrá provenir solamente de un enfoque terapéutico o psicológico sino-sobre todo- de la actividad preventiva de la escuela a través de los “Centros preventivos Escolares”, en las aulas y desde una actividad conjunta con la familia y los medios.

Educación emocional

En relación a los jóvenes se debe lograr:

- Una buena comunicación como forma de expresar que su problema nos interesa y que pueden esperar apoyo emocional y solución a sus problemas.
- Se debe buscar que el joven tome conciencia de su enfermedad como primer paso a los tratamientos posteriores.
- Se le debe asesorar sobre los recursos institucionales existentes como los centros de prevención escolar o distrital, psicólogos, grupos de autoayudas, entre otros.
- Explicarle al joven que dejar la droga implica un sacrificio aunque su solución implica un proyecto de vida positivo y sano.
- Brindarle ejemplos de jóvenes que han dejado la droga y los pasos y sacrificios realizados.

En la clase y en la escuela:

Para evitar que los jóvenes caigan en conductas adictivas, se debe trabajar en la clase, en los proyectos institucionales, en los Centros Preventivos Escolares y como tema transversal los fundamentos sociales y psicológicas de la conducta adictiva:

- Los jóvenes necesitan saber que el valor dominante en la sociedad es el consumismo.
- Que a veces se pueden encontrar solos en la muchedumbre y que es bueno dialogar con un docente, los miembros de gabinete psicopedagógico, el profesor tutor o consejero o con los padres.
- Deben tomar conciencia de que jóvenes creen que el consumo da status social, poder, éxito y placer.
- Necesitan debatir acerca de que la droga no constituye una solución al vacío existencial promovido por una sociedad materialista, consumista y hedonista.
- Que la droga no permite ser alguien en una sociedad exitista, donde se idealizan a los héroes y se desprecian a los débiles.
- Que por las ambiciones económicas o riqueza (circuito de circulación y comercialización de la droga) muchos jóvenes terminan en “Centro de Rehabilitación de las Adicciones” o en circuitos delictivos como la cárcel.
- Que la sustancia droga anuda el mundo imaginario con lo corporal otorgando una ilusión de que se posee un verdadero ser, una identidad artificial y ilusorio, que nos convoca con la muerte, el SIDA y el fracaso existencial.
- Que existe una carencia o una falta que la droga “tapa”: el sentido de la propia vida.
- Que la droga nos hace creer que somos mejores desde una competencia negativa y desleal.
- Que la droga permite evadir la realidad insoportable de la falta en ser, aunque conduce a la muerte del ser hacia un proyecto de muerte y no de un proyecto de vida
- Que la falta de comunicación en la familia y en la escuela nos conduce hacia los grupos de riesgos donde nos ofrecen la “solución” a nuestro problema emocional.
- Que mientras que el discurso paterno valga menos que los héroes de la TV los jóvenes se inclinarán hacia el consumo de la muerte.
- Que en el proceso de socialización, la familiar ha perdido protagonismo ante los medios masivos de información con sus modelos consumistas y de apología del consumo de drogas legales como el alcohol o el cigarrillo.
- Que la sociedad genera demandas para las cuales no existen los medios posibles, lo cual genera frustración y la consiguiente mecanismo evasión a través de las drogas.

En la escuela:

- Se debe evitar el aburrimiento de los alumnos a través de actividades deportivas, culturales y sociales.
- SE debe implementar asignaturas que traten el tema de las adicciones juntos otros males como la bulimia y anorexia, violencia escolar y social, la caída de valores, la familia en crisis, etc.
- Se debe contrarrestar los sentimientos de impotencia, fracaso, rebeldía, abulia y falta de voluntad a través de clases bien estructurada, con la valoración de la autoridad del docente, con contenidos atractivos, utilizando dvd, videos, Internet, dramatizaciones, y mucho protagonismo de los jóvenes en su totalidad.
- Se debe incentivar el control de las propias emociones a través de ejercicios de relajación, el tratamiento de los descontroles emocionales en el aula, la reflexión, y brindar un espacio para expresar las emociones negativa junto a la elaboración de un proyecto mejor.
- Se puede instrumentar los “Grupos de autoayuda” para prevenir las adicciones y que forme parte del proyecto institucional y áulico(por ejemplo 1 vez al mes, los sábados, etc.).
- Se debe utilizar los “Centros de Estudiantes” para conformar “Centros de Prevención” de las adicciones de parte de los mismos estudiantes y guiados por docentes vinculados al mundo psicológico y de salud.
- Se debe instrumentar talleres preventivos en el marco de programas preventivos donde participen las familia.
- Se puede organizar “Conferencias” de parte de profesionales afines.
- La escuela debe trabajar en forma conjunta con los “Centros Preventivos Municipales” o similares existentes en cada distrito.
- El tema de las adicciones debe formar parte de los contenidos en forma de temas transversales.
- Es bueno que los alumnos conformen el “Periódico escolar” donde vuelquen sus inquietudes sobre el tema.
- Se puede conformar una radio escolar como medio de prevención, entre otros.
- Es recomendable la realización de afiches en los corredores donde se sintetizen las informaciones centrales.
- Se recomienda a los Gabinetes Psicopedagogicos la realización “Charlas preventivas” en horas libres o en tiempos estipulados por la dirección a fin de detectar los casos o los factores de riesgos junto a la prevención primaria.

En los casos en que se detecten un alumno con adicción, recuerde que:

- La información sobre las causas, tipos de drogas, sus efectos, las estadísticas, etc., permiten el “despegue” de la adicción,
- El docente debe buscar el asesoramiento con profesionales como psicólogos y derivar el caso en forma urgente al gabinete psicopedagógico o a otros centros de atención a través de la dirección de la escuela.
- La escuela debe buscar el apoyo a la vez que el asesoramiento de la familia.
- Se puede recurrir a los Centros Preventivos de las Adicciones existentes en el distrito.
- Que el alumno sepa que la baja autoestima y el descuido lleva a las adicciones.
- Que la droga constituye un proyecto de muerte y no un proyecto de vida.
- Que necesita un tratamiento psicológico donde pueda expresar sus sentimientos y problemas familiares como medio de solucionar su problemática.
- Debe saber que siempre hay tiempo para mejorar.
- Que la escuela se preocupa por él, como la familia a pesar de los problemas y que necesita de un esfuerzo positivo para despegarse del consumo.
- Que requiere de grupos de pares más positivos donde no le ofrezcan la muerte en forma de polvo blanco, inyección o “porro”.
- Que lo más importante en este momento es su proyecto de vida y que necesita escuchar a su voz interior para encontrar soluciones.
- Que necesita de ejercicios físicos u actividades recreativas productivas.
- Además necesita saber que para liberarse del problema necesita de firmeza, convencimiento, voluntad y coraje para enfrentar la situación. La droga es un problema que requiere el deseo de poder salir, perseverancia y un nuevo plan de vida.

En los casos de “Ciberadicción” se debe seguir un lineamiento semejante, poniendo hincapié en la escucha, intentando verificar de los motivos por el cuál el ciber resulta más atractivo que la escuela o la familia. Luego se procederá a sugerir de algunos deberes, de la necesidad de jerarquizar algunas tareas, de dividir en día en tareas, jugos, estudios, etc.

Educación emocional de los alumnos con bulimia y anorexia

Es innegable que los jóvenes adolescentes padecen hoy en día diversos trastornos de la personalidad debido a un ideal social de belleza y de cuerpo. Los modelos en los medios y ciertas familias donde el modelo de mujer es flaquísima, constituyen las raíces de un ideal corporal perfecta. Las jóvenes realizan grandes esfuerzos para lograr semejarse a tales modelos ideales y culminan padeciendo de anorexia o bulimia. Por lo tanto, constituye un problema crucial para la familia y la escuela, porque constituyen los últimos referentes que pueden promover una identidad legítima y alejada del consumismo capitalista. Veamos primero la naturaleza psicológica de la bulimia y la anorexia y los primeros auxilios posibles en los dos casos.

Los “desordenes de la alimentación”(bulimia y anorexia, obesidad, etc.) son consecuencias de una alteración de la imagen corporal. Hay dificultad para el reconocimiento o asunción del propio cuerpo.

Etimológicamente anorexia significa “sin apetito“. Actualmente se la define como “deseo de nada“. ¿Porqué?. Por un temor exagerado a estar gordo. Puede aparecer junto a otras manifestaciones, como cuando precede a la bulimia, en la histeria u obsesión, etc. Son característico la brusca caída del peso, la negativa a comer bien, el comer solo determinados alimentos (sólidos o líquidos, etc.), el comer poco, etc.

Lo que la anorexia expresa es una dificultad –en ambos sexos-para asumir el cuerpo tal como es vista en el espejo. Esto no necesariamente coincide con la imagen real del sujeto. Más bien, es el deseo de una figura escultural y perfecta lo que lleva a evitar la buena alimentación. En el fondo, lo que la anorexia expresa es la dificultad para asumir un cuerpo erótico. Cuerpo que, al cambiar en la adolescencia, junto a los caracteres sexuales en desarrollo (voz, altura, genital, etc.) provocan el rechazo del sujeto(resistencia a asumir el cuerpo erótico de mujer (feminidad) o la masculinidad en el caso de hombres).

Por un lado, lo que los anoréxicos buscan con un cuerpo perfecto, es responder a las exigencias de la moda y los ideales familiares y sociales perfeccionistas, y por otro lado, responder al enigma de la feminidad. En el caso del varón, la pregunta inconsciente alude a la existencia (¿Existo?) y respecto de la masculinidad.

Los síntomas característicos son:

- Temor a estar gordo/a e intensos deseos de estar flaco/a
- Sentimiento de culpa por haber comido.
- Brusca pérdida de peso.

- **Depresión y baja autoestima.**
- **Imagen corporal desproporcionado: “Verse gorda/o”.**
- **Dietas severas, sin medir las consecuencias.**
- **Hiperactividad y ejercicios físicos para bajar de peso.**
- **Amenórrea o pérdida de menstruación en las jóvenes, etc.**

¿Quién sufre de bulimia? Quién comienza con una dieta, seguida del atracón de comida para terminar en vómitos autoinducidos, gimnasias y otras medidas para no engordar. Luego la historia se repite. Esto se diferencia del caso en que por exigencias laborales, estudios, etc., se come mas, para luego, volver al curso regular.

Como en la anorexia, el factor social tiene peso en el desencadenamiento: la silueta ideal en los medios. Desde la familia, un ideal perfeccionista del cuerpo, opera en la misma dirección. La bulimia y la anorexia son prevalentes en la población femenina, y en menor medida en sujetos masculinos. Afecta a sujetos entre los 10 y 21 años aproximadamente.

El síntoma se adquiere vía identificación. En el bulímico, los atracones y vómitos son sentidas con asco y vergüenza, donde el sujeto es ajeno a sus síntomas. El círculo vicioso de la situación se torna incontrolable. Lleva a frustraciones y caída de la autoestima. Tanto la anorexia como la bulimia se pueden suceder en el tiempo, dándose en asociación con otras alteraciones neuróticas, como la obesidad, etc. Conducen a alteraciones del metabolismo corporal, problemas gastrointestinales, amenórrea, depresión, ansiedad, etc.

Síntomas característicos:

- **Temor a estar gordo/a.**
- **Depresión e irritabilidad.**
- **Baja autoestima.**
- **Atracones o grandes ingestas de alimentos.**
- **Vómitos autoinducidos a través de laxantes, etc.**
- **Deterioro del esmalte dental, cólicos, dolores abdominales, etc.**
- **Dietas que restringen la ingesta de alimentos, lo que lleva a los atracones.**

- Ciclos repetitivos: temor a engordar-ansiedad-atracones-purga-culpa-deseo de adelgazar.

Educación emocional

- Ante un caso, el docente debe derivar al Equipo de Orientación Psicopedagógico quienes evaluarán si el caso está para un tratamiento psicológico.
- En la clase, se debe incentivar la autovalorización y el cuidado del propio cuerpo.
- Se debe incentivar la buena alimentación, el deporte y el cuerpo normal en materias como “Salud y adolescencia”, Biología, Psicología de la familia, etc.
- Se debe abrir debates y lecturas sobre la cultura del cuerpo ideal de los modelos y los medios para comparar la realidad con la ficción.
- Los jóvenes bulímicas y anoréxicas deben saber que tales modelos ideales son adquiridas en la familia y a través de los medios.
- El docente puede utilizar casos para ejemplificar el proceso como medio de “llegar” a las jóvenes que padezcan de la enfermedad.
- Es importante también que comprendan el mecanismo de la enfermedad como la ansiedad-atracción y purga en los casos de bulimia. La investigación textual, en Internet y otros medios facilitan el acceso a informaciones que orientan hacia terapia y una alimentación más realista.
- Se debe recomendar a los jóvenes la consulta al nutricionista antes de iniciar una dieta
- Se debe incentivar el deporte en la cultura juvenil a través de campeonatos regionales, intercolegiales, “Juegos Olímpicos Distritales”, “Encuentros” para significar el cuerpo en acción.
- Se pueden realizar talleres, charlas de especialistas e incorporar el tema contenido transversal.

Educación emocional de los alumnos con problemas económicos.

En una sociedad donde el empleo no abunda, donde las familias conviven con necesidades básicas insatisfechas, donde a veces se depende de una plan social de miseria, y donde la norma es la subocupacion y el bajo poder adquisitivo de los salarios cuando las hay, es lógico que existan alumnos con “problemas económicos”. Son los hijos de los excluidos, los que no poseen un horizonte laboral seguro y conviven con la pobreza económica, psicológica, moral, sanitaria, emocional e intelectual. No se es pobre solamente en lo económico. En éstos alumnos, podemos encontrar desde desatención marcado a rebeldía sin causa, Hiperactividad, desconsideración hacia la escuela, problemas emocionales, hambre, frío en invierno, marginalidad y delincuencia, adicciones y peleas recurrentes. Constituyen un verdadero reto para el sistema educativo y la solución posible se ubica desde lo político y económico. Sin embargo, no podemos esperar las “soluciones”(siempre prometidas) y debemos actuar en forma pedagógica con la técnica de los primeros auxilios mentales. Las consecuencias de la pobreza son los conflictos familiares, el alumno se enferma, está conflictivo y no rinde en forma óptima en la escuela.

Educación emocional

- Se debe comprender al alumno en sus características de personalidad “conflictiva”, producto de la crisis familiar y la pobreza.
- Se deben adecuar los proyectos educativos, los planes de clase, los textos y su nivel de exigencia(transposición didáctica) y el pedido de los útiles para evitar abrumar al alumno desde lo económico, pues carece de dinero para útiles.
- Se debe incentivar los “Programas de asistencia al alumno carenciado” a través de subsidios, como forma de ayuda a éstos alumnos.
- Se debe incentivar los comedores escolares o refrigerios suplementarios para los alumnos con problemas económicos.
- Los planes de becas deben ser masivos y equitativos como ayuda a las familias y al alumno. Recomendamos que las becas sean administradas por los padres y comuniquen del gasto a la escuela a través del cuaderno de comunicación.
- Los docentes deben comprender que los problemas económicos llevan al hambre, y a la mayor dificultad para estudiar. Un cerebro deficitario desde lo alimentario retiene menos y se debe adecuar los procedimientos áulicos en forma “comprensiva”.
- La escuela puede solicitar donaciones a empresas, librerías, editoriales, y otras entidades para recabar recursos destinados a tales alumnos.
- Se pueden realizar rifas, bailes, kermesses, solicitud de ayuda a docentes, etc., como forma de recaudar dinero para la compra de útiles , ropas y comidas.
- Se puede solicitar el padrinazgo de la escuela a través de Internet y otros medios para solventar gastos.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE'RESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos con caída de valores

Es importante considerar éste tópico porque asistimos a una sociedad donde se han perdidos los valores tradicionales, donde predomina la intolerancia, la falta de respeto y la poca solidaridad lo que dificulta una buena comunicación entre el docente y el alumno. Mejor dicho, es una sociedad donde los contravalores negativos son explicitados en mayor medida llevando al mal del siglo: la intolerancia junto a discriminaciones y agresiones de todo tipo. Por lo tanto, la didáctica de los valores resulta necesaria en forma urgente.

¿Qué son los valores? Los valores son normas internalizadas que rigen nuestra vida.

Abarcan desde simples preferencias respecto de cómo debe actuar un alumno, un profesor, una familia, etc., hasta principios morales como el “no mentir”, etc. Algunos de los valores típicos son: la confianza, la sinceridad, ser justo, la cooperación, la solidaridad, la paz, la vida, la justicia, el dialogo, la amistad, el altruismo, la tolerancia, la comprensión, saber perdonar, el amor, el respeto, la benevolencia, la humildad, el empeño, etc.

Hay valores positivos que salvan al semejante y al diferente, y contravalores o valores negativos que dañan a los demás. ¿De dónde provienen los valores? Los hijos asimilan o se identifican con los deseos de los padres (los dichos, máximas, refranes, normas morales, con el pensamiento respecto de cómo deben valorarse las relaciones humanas, la vida, la paz, etc. Los valores sociales, por ejemplo, cómo debe ser un chico moderno, una chica actualizada, el noviazgo, la moda, o cómo tratar a los grandes, etc., “entran” gracias a los valores familiares previamente internalizados. Naturalmente, una familia de clase baja transmite valores diferentes que otra de clase media o alta. Un individuo sano transmite valores saludables y otro no muy saludable puede vehiculizar contravalores.

La tendencia común es que se hace algo porque se piensa que se “debe” hacer, lo cuál imposibilita el análisis de la situación y de los valores que quían la acción.

De la siguiente lista de valores y contravalores, y considerando los dos principios ya citados, se considera que cada persona jerarquiza su Escala personal de valores según educación, pertenencia de clase, grado de salud mental, entre otros: seguridad, conocimiento, felicidad, rectitud, belleza, armonía, vida, paz, cooperación, solidaridad, igualdad, dignidad, amistad, respeto, poder, libertad, riqueza, éxito, fama, salud, justicia, honor, diálogo, altruismo, etc.. Los valores como la vida, la seguridad, la cooperación, la solidaridad, la justicia, etc, están en primera ubicación. Son los valores fundamentales y humanitarios. Por otra parte, los contravalores se encuentran jerarquizadas en cada

individuo y sociedad, como el ejemplo del militar por la guerra o el materialista por los objetos de valor.

Los seres humanos experimentamos progresos y retrocesos en materia de valores, en consonancia con el medio social y el grado de salud mental de individuos y grupos sociales. A veces, los contravalores materialista (intolerancia, falta de respeto, poder, riqueza, consumismo, éxito económico, subir en la escala social, ganar por sobre todas las cosas, etc.) predominan sobre los valores humanitarios (salud, vida, tolerancia, solidaridad, etc.). Los valores negativos se justifican con el mecanismo de racionalización, que consiste en justificar según los propios deseos antes que la realidad compartida. Además, son proyectados sobre el prójimo: “No soy yo, son ellos”. También podemos negar (ignorar) los valores como un simple autoengaño.

Educación emocional

- Los docentes deben considerar que los alumnos incorporan los valores concretos, es decir, lo que los docente actúan como modelos valorativos-aún con contradicciones- y no incorporan valores “ideales”.
- La educación de valores debe figurar en forma explícita en los proyectos y planes de clase.
- En todo momento, el docente debe buscar la toma de conciencia de parte de los alumnos de los diversos valores.
- Como ejercicio mental para la toma de conciencia, puede solicitar la jerarquización o valoración de 1 a 10 puntos de cada valor para que cada alumno comprenda cuáles son sus valores principales. Lo mismo se recomienda con los Contravalores.
- Para alguno, será una sorpresa saber que sabía de algunos valores pero que nunca puso en práctica, porque sufre de una resistencia inconsciente, es decir, inconscientemente desea otro valor o Contravalores como referencias ideales
- Se puede solicitar a cada alumno la jerarquización de sus valores según una Escala personal de valores: seguridad, conocimiento, felicidad, rectitud, belleza, armonía, vida, paz, cooperación, solidaridad, igualdad, dignidad, amistad, respeto, poder, libertad, riqueza, éxito, fama, salud, justicia, honor, diálogo, altruismo, etc.,.
- Se debe poner hincapié en que los valores como la vida, la seguridad, la cooperación, la solidaridad, el respeto, la tolerancia, la justicia, etc., sean considerados en los primeros puestos.
- Se pueden presentar casos donde predomine los valores y contravalores, para que los alumnos acepten sus propios contravalores y valoraciones personales para poder sustituir los valores negativos por las positivas.

- Si los docentes son democráticos y respetuosos, es decir, si ellos demuestran in acto los valores que dicen sostener, los alumnos asimilarán tales valores a través de la identificación con el docente.
- Se debe diseñar la escala de valor de cada grupo de alumno como “La escala de la clase” y realizar un esfuerzo para cumplir tales valores.
- Una estrategia interdepartamental o entre áreas podría ser que cada área o departamento ponga hincapié en la construcción de un tipo de valor faltante en la escuela. De tal manera, en términos de meses los alumnos podrán consolidar nuevos valores.
- Se puede solicitar a los profesores consejeros que realicen charlas sobre valores.
- Algunos espacios curriculares como Formación Ética, Filosofía, Sociología, etc., son idóneos para profundizar en los valores.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMOCIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DEPRESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos inmaduros

Las característica mas sobresaliente del alumno inmaduro es su falta de responsabilidad, el descontrol emocional ante el grupo de pares, la dificultad para atender en la clase, el predominio de un enfoque hedonista de la situación, y la dificultad para cooperar con los compañeros en los trabajos grupales. Pose gran dificultad para manejar sus emociones y deseos en forma equilibrada, como lo haría un alumno más maduro. Naturalmente, los niños pequeños y adolescente adolecen de inmadurez y en este caso estamos aludiendo a alumnos que no han logrado la “madures media”, es decir, no responden en forma estabilizada desde lo emocional e intelectual como los demás. No existe una etapa precisa en que se pueda definir la madurez o estabilización de la personalidad. Un sujeto maduro cuando logra estabilidad emocional, equilibrio relativo en sus relaciones escolares y sociales y no experimenta regresiones a fases precedentes de su desarrollo vital ni se desvía de la realidad compartida. Los recursos intelectuales no resultan suficientes para contener las pulsiones o deseos. Como consecuencia, el alumno puede que no logre el éxito académico necesario y se retrase en sus estudios, con la frustración y sentimiento de impotencia resultante..

Educación emocional

- Se debe estimular al alumno para que amplíe su horizonte de expectativa hacia el logro de sus compañeros, para que, vía competencia, logre rendimientos similares a sus compañeros.
- Es importante que el docente no responda actuando ante una acción inmadura para estimular un modelo maduro y equilibrado.
- Se debe desconsiderar su pasado de inmadurez y maximizar sus actividades maduras para integrar nuevos comportamientos maduros.
- Se le debe mostrar al alumno el “antes” y el “después” de su conducta.
- Se debe estimular en él los elementos de la Inteligencia emocional como el autoconocimiento, el autocontrol, el ponerse en el lugar de los demás, la motivación y las habilidades sociales.
- Se debe considerar que, desde el punto de vista de las inteligencias múltiples, el alumno puede ser inmaduro en lo interpersonal e intrapersonal, pero puede estar más desarrollado en otras inteligencias como la visuo-espacial, lógica, corporal-kinética, digital, etc.
- El docente debe ser expresivo, jugar sus afectos y demostrar autocontrol, flexibilidad y responsabilidad para lograr el “modelado” de un perfil más maduro.
- Organizar acuerdos de convivencias claras del curso, donde se establezcan límites y consecuencias de su violación, para que los alumnos aprendan el autocontrol de su conducta.
- Se debe trabajar en equipo con los miembros del gabinete psicopedagógico, el jefe de departamento y los preceptores para aunar criterios de oferta educativa para con el grupo de alumnos. La incongruencia de la oferta educativa (planificaciones, métodos de enseñanza, etc.) son captados y explotados por los alumnos en forma hedonista.
- El docente debe evaluar los progresos emocionales en términos de madures como progresos actitudinales para que el alumno tome en serio la situación.
- Se puede coordinar métodos individuales de trabajos con dinámicas de grupos, para facilitar las controversias e intercambios de los puntos de vista, lo que deriva en progresos madurativos.
- En asignaturas vinculadas con la familia y la adolescencia en la sociedad, etc., se debe poner hincapié en los progresos madurativos.

- Se puede confeccionar el “Perfil de madurez” de la clase, previo debate y elección de las conductas adecuadas para que los alumnos contemplen una referencia clara de cómo se debe ser.
- Se puede además confeccionar un “código de ética estudiantil” en los centros de estudiantes como forma de incentivar el comportamiento integrado.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE RESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos con problemas de depresión

Solemos observar alumnos que no cuidan su vestimenta, el pelo, no realizan la tarea, no participan, y se encuentran con una actitud negativa con el docente. Se encuentran malhumorados, con faltos de vitalidad y jamas realizan una humorada alegre. Enfocan los contenidos con un pesimismo negativista y poseen un autoconcepto negativo de si mismo. Internalizar conocimientos en esta situación emocional resulta dificultoso.

Algunos indicadores de depresión en la adolescencia

En la adolescencia, podemos diferenciar dos actitudes sintomáticas bien delimitadas. Por un lado, tenemos los síntomas comunes como la apatía generalizada, la visión pesimista de sí mismo y de los demás, el desinterés marcado por los estudios, la tristeza y la irritabilidad ante las exigencias adultas, la falta de voluntad y la autoestima baja, como las mas típicas. Por otro lado, podemos observar adolescentes que reaccionan ante los síntomas previamente descriptos con conductas violentas, negativismo, incomunicación, malhumor, infantilismo reactivo, y los sentimientos de que los adultos son malos y poco comprensibles con ellos. En algunos casos manifiestan fantasías de suicidio o antecedentes de intentos de suicidios. Por ello, la situación áulica con alumnos depresivos deben ser considerados seriamente.

En pocas palabras, la depresión escolar see caracteriza por sentimientos de tristeza, desánimo y quejas, junto a autorreproches y pensamientos de autodesprecio. Se produce por sentimientos de no ser querido(en forma consciente o inconsciente) y cuidado en forma adecuada, por pérdida de uno de los padres, por la función paterna y materna fallida, educación rígida, entre otros.

Educación emocional

- Se debe acudir al Equipo de Orientación Escolar para el tratamiento y derivación al psicólogo del caso.
- Se debe tomar seriamente las afirmaciones sobre autoagresión, fantasías de suicidios, negativismo ante el docente, el pesimismo, la irritabilidad, sentimiento de fracaso, y los vaivenes del humor que pueden oscilar de la euforia a la tristeza franca en los casos de depresión bipolar.
- Se le debe demostrar el deseo de ayuda, escucha y contención emocional.
- Se debe educar al curso para que tome conciencia de la situación emocional del compañero.
- El docente debe ser positivo, optimista y alegre, incitando al alumno a un enfoque más positivo sobre la vida.
- Al mismo tiempo, se debe evitar el favoritismo en el trato a todo la clase, para evitar la situación de “chico expiatorio” de los demás compañeros hacia el sujeto depresivo.
- El Equipo de Orientación debe realizar la derivación en forma urgente para que el alumno reciba una terapia de apoyo emocional o un psicoanálisis profundo si la situación lo requiere.

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMCOIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE RESION ESCOLAR

Educación emocional de los alumnos con estrés escolar (“Agotamiento escolar”)

A veces, los docentes no logran codificar que los contenidos educativos, las tareas y relaciones humanas en la escuela resultan en sobrestimulación o exigencia excesivas para los alumnos. Las presiones escolares resultan en demasía para la capacidad intelectual de ciertos alumnos y éstos terminan agotados desde el punto de vista psicológico. Es lo que se denomina “estrés escolar”. Ello redundaría en agotamiento físico, desgano, decaimiento, depresión, pérdida del interés y bajos rendimientos escolares. Otra causa del estrés escolar son las calificaciones bajas que incrementan la baja autoestima del alumno llevando a un abandono del interés por los estudios. Por último, los conflictos interpersonales en el aula con los compañeros, rivalidades, frustraciones por críticas, o indicaciones del docente llevan a un cansancio mental que a veces, los alumnos lo racionalizan o niegan a través del abandono o repitencias.

Educación emocional

- La escuela debe ponerse de acuerdo sobre el nivel de exigencia en términos de contenidos y procedimientos para evitar sobrecarga intelectual de los alumnos.
- Se debe realizar una “política de recursos humanos” para valorar en forma realista qué tipo de alumnos asisten a la escuela y cómo serán las relaciones humanas en la escuela. Esto evitaría conflictos y estrés consecuentes.
- Se debe evitar situaciones ansiógenas en el alumnado como tomar un examen oral directo a los nuevos(primer año), lo que se recomienda hacia el termino del año. Esto es válido para toda situación educativa proveniente de los docentes.
- Se debe recomendar a los alumnos actividades físicas que fortalecen el sistema inmunológico y la fortaleza física ante el estrés.
- Se debe combinar trabajos individuales y grupales para evitar la monotonía y rutina, causa de estrés escolar.
- Se debe adecuar a los alumnos para que realicen ejercicios de relajación y respiración profunda, y calmo.
- Se debe incentivar la recreación sana a través de programas escolares en contraturno o los fines de semanas.
- El docente debe desarrollar un liderazgo democrático, con sentido del humor positivo y creativo.
- Se debe incentivar el apoyo mutuo, la comprensión, el diálogo y toda actitud de respeto.
- Desarrollar un entrenamiento en afirmaciones positivas como: “”Me siento fuerte, inteligente y activo”, etc.

Indice

Primeros Auxilios Mentales.....	1
Introducción a la técnica.....	1
Origen y características de la técnica de los Primeros Auxilios Mentales(PAM).....	2
Los Primeros Auxilios Mentales en el aula.....	3
Recomendaciones para el trato con alumnos difíciles.....	3


El manejo de la comunicación en la escuela.....	4
Evitar la comunicación patológica.....	5
Utilización de la teoría de la Inteligencia Emocional para resolver problemas emocionales en la escuela.....	7
Las dificultades emocionales y de aprendizajes que requieren de los Primeros Auxilios Mentales(PAM).....	8
Educación emocionales de los alumnos con dificultades específicas de aprendizajes.....	9
Educación emocional de los alumnos en situación de deserción escolar(en peligro de deserción).....	11
Educación emocional de los alumnos repetidores(“crónicos”).....	13
Educación emocional de los alumnos con ataques de pánicos ante los exámenes	15
Educación emocional de los alumnos con problemas de límites(“Impulsivos y agresivos”).....	15
Educación emocional de los alumnos hiperactivos y desatentos.....	20
Educación emocional de los alumnos con angustia escolar(fobia escolar).....	21
Educación emocional de los alumnos con baja motivación(“Abúlicos”).....	22
Educación emocional de los alumnos genios o superdotados.....	29
Educación emocional de los alumnos con retraso mental.....	31
Educación emocional de los alumnos con baja autoestima.....	32
Educación emocional de los alumnos hipocondríacos(“Enfermos imaginarios”).....	33
Educación emocional de los alumnos con trastorno obsesivo-compulsivo(TOC).....	34
Educación emocional de los alumnos que se aíslan(“Tímidos”).....	36
Educación emocional de los alumnos con problemas de adicción.....	37
Educación emocional de los alumnos con bulimia y anorexia.....	54
Educación emocional de los alumnos con problemas económicos.....	48
Educación emocional de los alumnos con caída de valores.....	49
Educación emocional de los alumnos inmaduros.....	51
Educación emocional de los alumnos con problemas de depresión.....	53

Educación emocional de los alumnos con estrés escolar(“Agotamiento escolar”).....54
Indice.....56

Bibliografía

- **“Normalidad y patología en la niñez”. Anna Freud. Ficha de cátedra. U.N.L.P.**
- **“Psicología”. Basconcelo Juan Carlos. Año 2000. Editado como CD.**
- **Introducción a la Hipnodidáctica, Basconcelo Juan Carlos. Año 2001 Inédito**
- **Pedagogía de la Multiplicidad. Basconcelo Juan Carlos. Año 2003. Editado en CD.**

P.A.M-PRIMEROS AUXILIOS MENTALES-ALUMNOS DIFICILES-PATOLOGIA DE LA COMUNICACION-INTELIGENCIA EMOCIONAL-DIFICULTADES ESPECIFICAS DEL APRENDIZAJE-DESERSION ESCOLAR-REPITENCIA-MIEDO A LOS EXAMENES-AGRESIVIDAD-DESATENCION E HIPERACTIVIDAD-FOBIA ESCOLAR-BAJA MOTIVACION-SUPERDOTADOS-RETRASO MENTAL-BAJA AUTOESTIMA-HIPOCONDRIA-OBSESIONES Y COMPULSIONES-TIMIDEZ-ADICCION-BULIMIA Y ANOREXIA-PROBLEMAS ECONOMICOS-CAIDA DE VALORES-INMADUREZ EMOCIONAL-ESTRÉS ESCOLAR-DE RESION ESCOLAR



Este libro fue distribuido por cortesía de:



Para obtener tu propio acceso a lecturas y libros electrónicos ilimitados GRATIS hoy mismo, visita:

<http://espanol.Free-eBooks.net>

Comparte este libro con todos y cada uno de tus amigos de forma automática, mediante la selección de cualquiera de las opciones de abajo:



Para mostrar tu agradecimiento al autor y ayudar a otros para tener agradables experiencias de lectura y encontrar información valiosa, estaremos muy agradecidos si

["publicas un comentario para este libro aquí"](#)



INFORMACIÓN DE LOS DERECHOS DEL AUTOR

Free-eBooks.net respeta la propiedad intelectual de otros. Cuando los propietarios de los derechos de un libro envían su trabajo a Free-eBooks.net, nos están dando permiso para distribuir dicho material. A menos que se indique lo contrario en este libro, este permiso no se transmite a los demás. Por lo tanto, la redistribución de este libro sin el permiso del propietario de los derechos, puede constituir una infracción a las leyes de propiedad intelectual. Si usted cree que su trabajo se ha utilizado de una manera que constituya una violación a los derechos de autor, por favor, siga nuestras Recomendaciones y Procedimiento de Reclamos de Violación a Derechos de Autor como se ve en nuestras Condiciones de Servicio aquí:

<http://espanol.free-ebooks.net/tos.html>