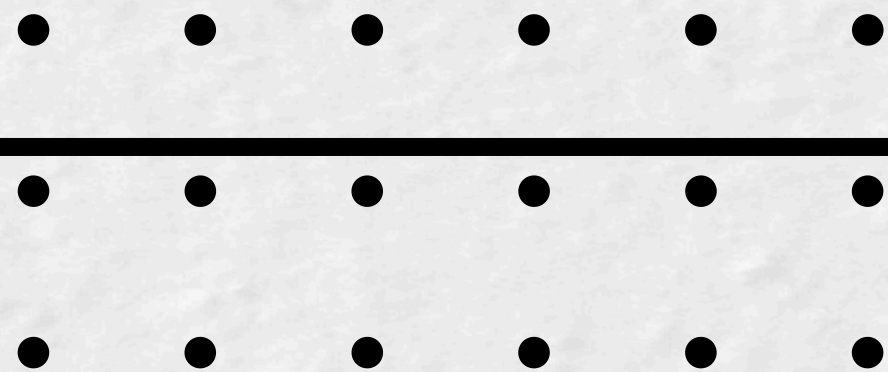
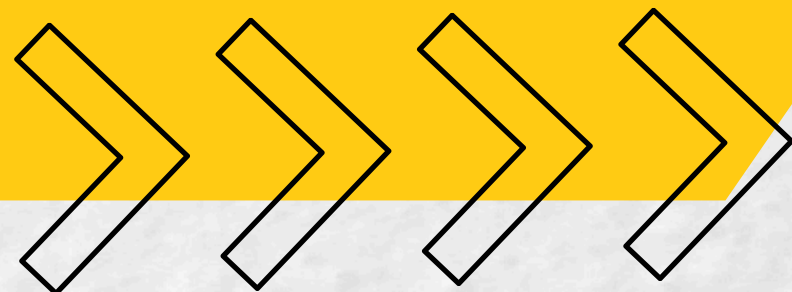


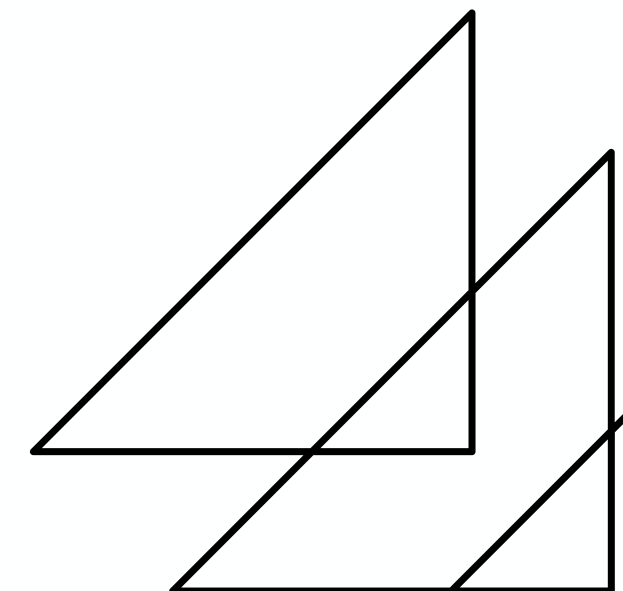
# Presentación del taller

# ALIANZAS EN LAS ESCUELAS



# AGENDA

- 01** Definir la alianza
- 02** Descubriendo problemas y desafíos de salud mental en las escuelas
- 03** Descubre tu poder
- 04** Aprenda acciones de alianza y como aliado
- 05** Revisar el marco de alianza activa
- 06** Presentar las sesiones de seguimiento



# ACTIVIDAD INDIVIDUAL



5 minutos



01  
DEFINIR  
ALIANZA



# LA ALIANZA PUEDE SER UNA FUERZA

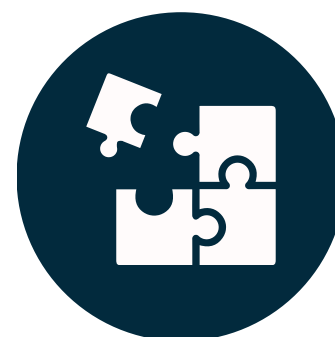


## PODEROSA PARA EL BIEN

**LOS ALIADOS AYUDAN  
A LAS PERSONAS A  
SENTIRSE APOYADAS  
E INCLUIDAS.**



**OTRAS PERSONAS  
PUEDEN  
PARTICIPAR**



**CAMBIOS CULTURALES  
PARA PROMOVER LA  
SALUD MENTAL EN LA  
ESCUELA**



# ALIADO



## 01

“Allyship at school” contribuye a cerrar esta brecha al ayudar a los maestros, estudiantes y personal en todos los niveles de su escuela a identificar formas concretas de tomar medidas para lograr un impacto significativo en la promoción y protección de la salud emocional y mental de los estudiantes.

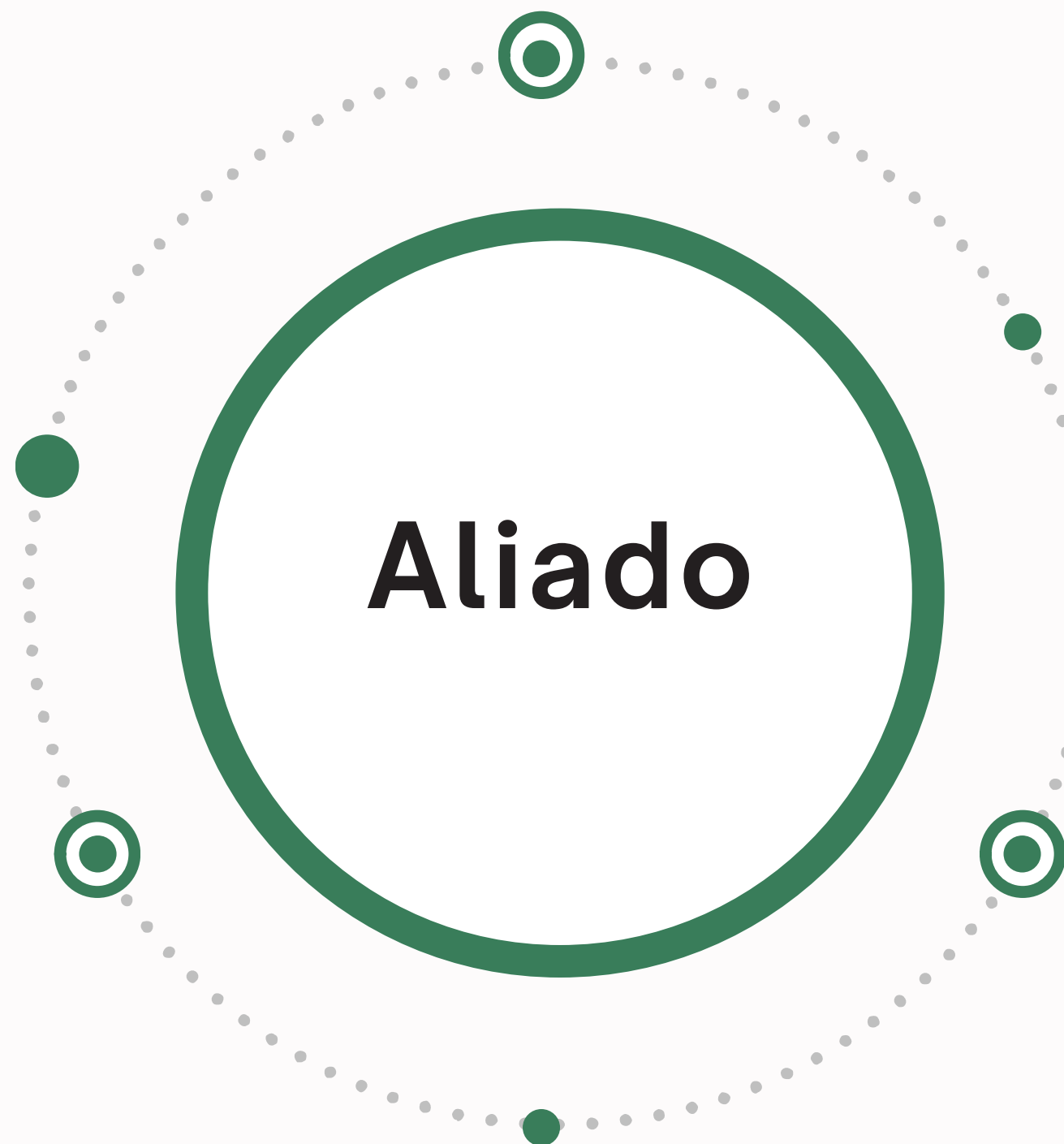
## 02

“Allyship at School” ayuda a los maestros, estudiantes y padres a reconocer su poder posicional y aprender qué acciones específicas pueden tomar para mostrarse como aliados en la promoción y protección de la salud mental.



**Marco de  
alianza  
activa**

**01**  
**IDENTIFICAR LOS DESAFÍOS  
EN LA ESCUELA**



**02**  
**APROPÍATE DE  
TU PODER  
POSICIONAL**

**03**  
**CONSIDERE LAS  
ACCIONES A TOMAR**

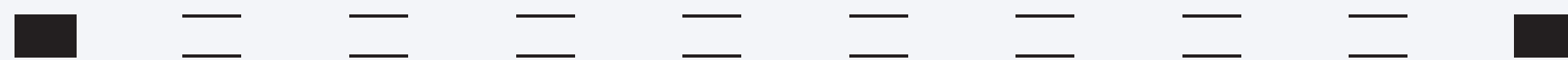


# ALIADO

La “Alianza para la Promoción y Protección de la Salud Mental en las Escuelas” se puede definir como

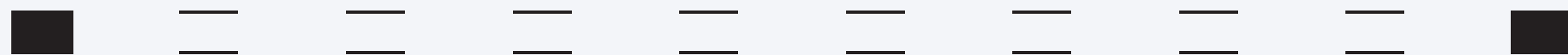
**una colaboración estratégica entre diversas partes interesadas, incluidas instituciones educativas, autoridades sanitarias, organizaciones no gubernamentales, profesionales de la salud mental, padres y comunidades.**

Su objetivo es fomentar un ambiente escolar que apoye activamente el bienestar emocional y psicológico de los estudiantes.





# **VIDEO SOBRE ALIANZAS**



DEBATE EN GRUPO



# DEBATE SOBRE LA ALIANZA

Objetivo: Perfeccionar su definición de aliado



15 minutos

# 02

## **DESVELANDO LOS PROBLEMAS Y RETOS DE SALUD MENTAL EN LAS ESCUELAS**



**Los problemas y desafíos de salud mental en las escuelas son**



**Diverso y complejo,**

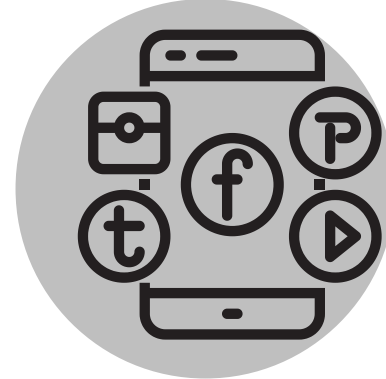


**Afecta a estudiantes, profesores y al entorno educativo en general.**

**DEPRESIÓN**



**IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES**



**ACOSO ESCOLAR**

**PROBLEMAS Y DESAFÍOS DE SALUD MENTAL EN LAS ESCUELAS**

**PROBLEMAS FAMILIARES**



**ANSIEDAD Y ESTRÉS**



**ESTIGMA DE LA SALUD MENTAL**

# 1 ALTA PREVALENCIA DE TRASTORNOS MENTALES:

**Ansiedad y estrés:** Muchos estudiantes sufren de ansiedad y estrés debido a la presión académica, las expectativas familiares y sociales y los cambios hormonales.

**Depresión:** La depresión es común entre los adolescentes, influenciada por factores como el bullying, los problemas familiares y la falta de apoyo emocional.

**Trastornos del comportamiento:** Incluyen problemas como el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) y el trastorno negativista desafiante (ODD), que afectan el rendimiento académico y las relaciones interpersonales.

# 2

## ACOSO ESCOLAR

**El acoso escolar puede tener un impacto grave en la salud mental de los estudiantes, provocando ansiedad, depresión y, en casos extremos, pensamientos suicidas.**

# **3 | IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES:**

**Las redes sociales pueden contribuir a problemas de salud mental, incluidos ansiedad, depresión y problemas de imagen corporal debido al acoso cibernético y la presión para cumplir con ciertos estándares de belleza y éxito.**

# 4 | PROBLEMAS FAMILIARES:

Situaciones como el divorcio de los padres, la violencia doméstica y la pobreza pueden afectar negativamente la salud mental de los estudiantes.

# 5

## ESTIGMA DE LA SALUD MENTAL

Muchos estudiantes evitan buscar ayuda debido al estigma asociado con los problemas de salud mental, lo que puede empeorar su situación.

# RETOS DE SALUD MENTAL EN LAS ESCUELAS



# Desafíos de salud mental



**01**

**Falta de recursos y personal capacitado**

**02**

**Capacitación insuficiente para el personal escolar**

**03**

**Falta de apoyo integral**

**04**

**Colaboración entre padres y escuela**

**05**

**Acceso limitado a los servicios de salud mental**

DEBATE EN GRUPO



# DEBATE SOBRE PROBLEMAS Y DESAFÍOS DE SALUD MENTAL EN LAS ESCUELAS

Objetivo: agudizar los principales problemas y retos de la salud mental en la escuela.



15 minutos

03

**DESCUBRE TU  
PODER**





# ACTIVIDAD INDIVIDUAL



## EXPLORA EL PODER

Comprender nuestro poder es fundamental para ser aliado.  
No es una evaluación: no obtendrás una puntuación de poder.

5 minutos



**Los docentes desempeñan un papel fundamental en la promoción y protección de la salud mental de los alumnos. Su influencia abarca varios aspectos que pueden contribuir positivamente al bienestar emocional y psicológico de los estudiantes.**



**TU PODER ES TU**

**HABILIDAD PARA**

**CREAR IMPACTO**





# Algunas formas en que los docentes pueden ejercer este poder

**01**

Promoviendo un ambiente positivo y seguro

**02**

Educación y Concienciación

**03**

Apoyo

**04**

Estrategias de enseñanza y gestión del aula

**05**

Colaboración con la comunidad escolar

**06**

Formación y desarrollo profesional

**07**

Ejemplo personal

01

# Promoviendo un ambiente positivo y seguro



Promoviendo un ambiente positivo y seguro



Ayudar a los estudiantes a comprender y cumplir expectativas claras puede reducir la ansiedad y aumentar la confianza en sí mismos.

02

# Educación y Concienciación



Enseñar habilidades de gestión emocional, resolución de conflictos y comunicación eficaz puede capacitar a los estudiantes para gestionar el estrés y las emociones de una manera saludable.



Incluir información sobre la importancia de la salud mental y los recursos disponibles puede ayudar a desestigmatizar estos problemas y alentar a los estudiantes a buscar ayuda cuando la necesiten.

# 03 Apoyo



Los docentes están en una posición privilegiada para observar cambios en el comportamiento y el rendimiento académico que pueden indicar problemas de salud mental. La detección temprana permite una intervención más eficaz.



Ofrecer apoyo emocional y escuchar puede ser vital para los estudiantes que atraviesan dificultades.

04

# Estrategias de enseñanza y gestión del aula



Adaptar las metodologías de enseñanza para satisfacer diferentes estilos y necesidades de aprendizaje puede reducir el estrés y la ansiedad académica.



Fomentar el cuidado personal y un equilibrio saludable entre el trabajo escolar y el tiempo libre puede ayudar a los estudiantes a controlar el estrés.

05

# Colaboración con la comunidad escolar



Trabajar junto con las familias puede proporcionar un apoyo más coherente y efectivo a los estudiantes.



Los docentes pueden contribuir al desarrollo y la promoción de políticas y programas escolares que prioricen la salud mental y el bienestar de los estudiantes.

06

# Formación y desarrollo profesional



Capacitación continua en salud mental: participar en capacitaciones y talleres sobre salud mental y bienestar puede brindar a los docentes herramientas y estrategias actualizadas para apoyar mejor a sus estudiantes.

# 07 Ejemplo personal



Los docentes pueden servir como modelos a seguir practicando el autocuidado, gestionando el estrés de manera eficaz y mostrando empatía y comprensión en sus interacciones diarias.

DEBATE EN GRUPO

# DEBATE SOBRE EL PODER



Objetivo: Comprender tu poder para impulsar el cambio en tu escuela



15 minutos

04

**APRENDER  
ACCIONES DE  
ALIANZAS**



DEBATE GRUPAL



# DEBATE SOBRE TIPOS DE ACCIONES DE ALIANZAS

**Objetivo:** Aprender acciones específicas de alianzas que puedes llevar a cabo basándote en tu poder posicional, y hacer una lluvia de ideas sobre cómo aplicarlas en tu escuela.



15 minutos

**VÍDEO  
SOBRE  
ACCIONES  
DE  
ALIANZA**



05

**MARCO DE  
ALIANZAS ACTIVAS**





**IDENTIFICAR LOS  
DESAFÍOS EN LA ESCUELA  
01**

**APROVECHE SU  
PODER  
POSICIONAL**

**CONSIDERAR  
ACCIONES A  
TOMAR**



# VÍDEO SOBRE EL MARCO DE ALIADO ACTIVO

EN DESARROLLO



DISCUSIÓN EN GRUPO

# DISCUSIÓN SOBRE LOS TIPOS DE ACCIONES DE ALIANZA



**Objetivo:** aprender acciones de alianza específicas que puedes llevar a cabo en función de tu poder posicional y pensar en ideas sobre cómo aplicarlas en tu escuela.



15 minutos

06

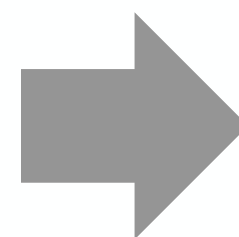
**INTRODUCIR LAS  
SESIONES DE  
SEGUIMIENTO**



# SESIONES DE SEGUIMIENTO

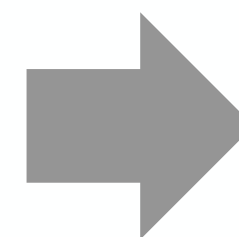
Compartir los retos que enfrentan en la escuela para promover y prevenir la salud emocional y mental

**1ER**



Explora más estrategias para practicar como aliado

**2DO**



Fomente la responsabilidad continua asumiendo un compromiso al final de cada sesión.

**3ER**

**Las sesiones de seguimiento son círculos de influencia que crean un espacio donde pequeños grupos de diferentes funciones y niveles pueden reunirse:**

**01**

**Debatir cómo abordar los desafíos de la protección y promoción de la salud mental en la escuela**

**02**

**Reciba orientación entre pares y conéctese entre sí**

**03**

**Reconocer nuevas estrategias y combatir los sesgos de salud mental y desarrollar fortalezas**



# CONECTANDO

Las sesiones de seguimiento son círculos de influencia que crean un espacio en su centro a un espacio en su centro para compartir sus experiencias, dar y recibir consejos y abordar juntos los desafíos de la promoción y protección de la salud mental.

# MENTORÍA

Los círculos alientan a los miembros a debatir nuevas ideas y practicar nuevas estrategias juntos. Los miembros también se benefician del conocimiento y la experiencia de sus pares, o incluso de profesionales, que pueden ser tan eficaces como las relaciones tradicionales entre mentor y aprendiz.

# Agenda de sesiones de seguimiento



**1**

**Reflexiona sobre tus desafíos**

**2**

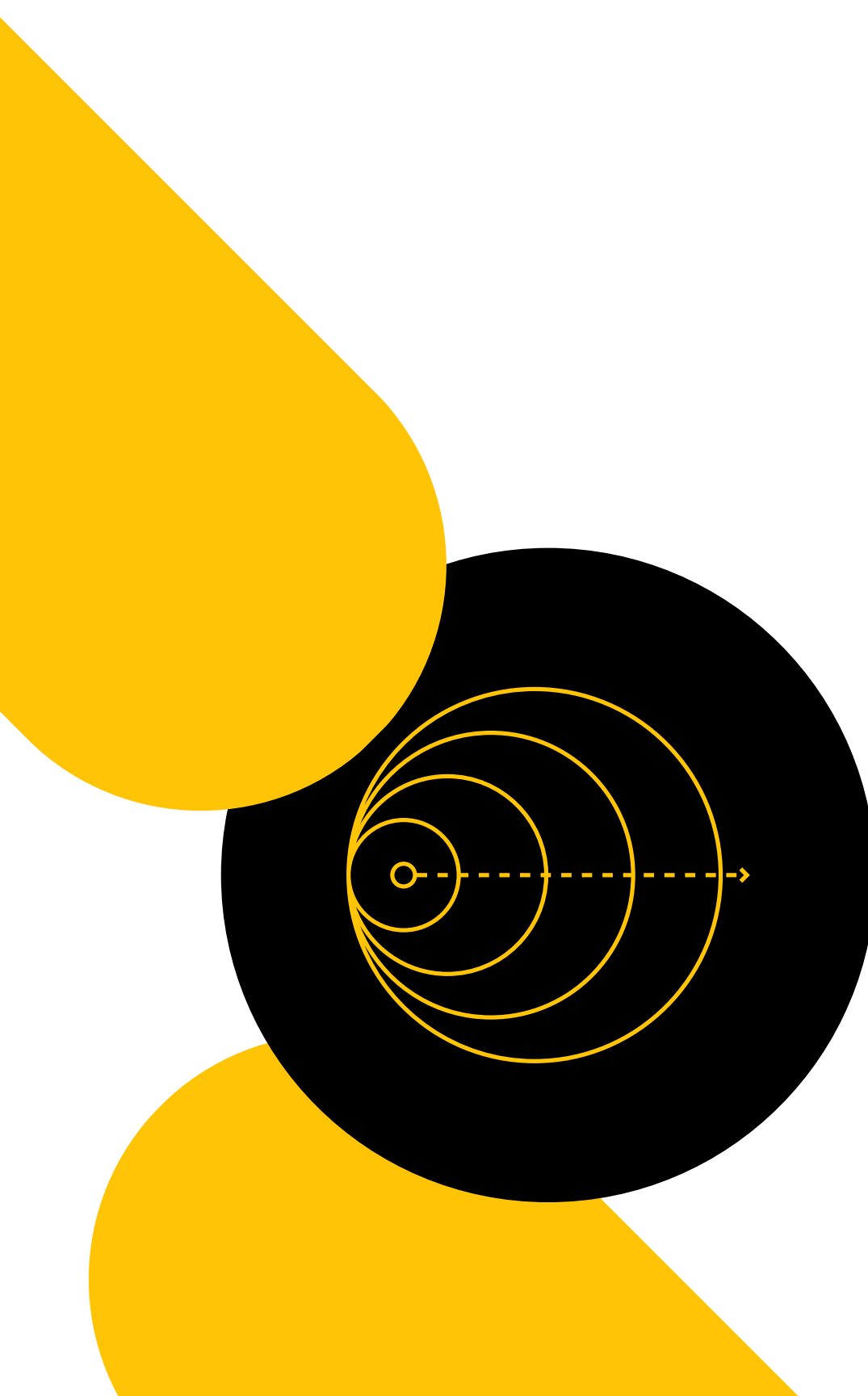
**Explorar una nueva estrategia de  
alianza**

**3**

**Practica el uso del marco de  
alianza activa**

**4**

**Haz tu único compromiso**





**GRACIAS!**



**Co-funded by  
the European Union**

**Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos**