

# Educación emocional para la promoción de la salud mental y la prevención del acoso y ciberbullying

**Dra. Selene Valero Moreno & Dra. Konstanze Schoeps**  
 Dpto. Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos  
 Grupo de investigación EMINA  
 Selene.valero@uv.es  
 konstanze.schoeps@uv.es

Para más información y recursos:



## 1 RETOS DE LA PROFESIÓN DE LA ORIENTACIÓN



**EDUCACIÓN EMOCIONAL**

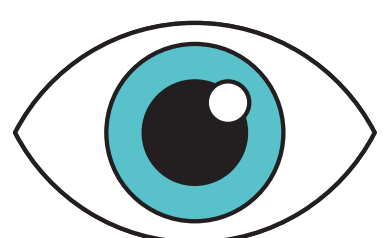


**CONVIVENCIA (ACOSO/ CIBERBULLYING)**

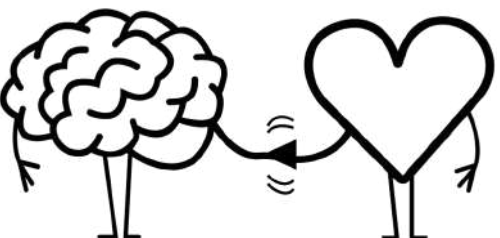


**SALUD MENTAL Y BIENESTAR**


## 3 DESARROLLO Y APRENDIZAJE DE LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES



**PERCIBIR (Reeve, 2009)**



**COMPRENDER (LeDoux, 1996)**



**REGULAR Gross & Thompson, 2007**

## 2 INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU IMPORTANCIA EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

Modelo de Inteligencia emocional (Mayer & Salovey, 1997, 2016)



## 4 ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL



Modelo procesual de regulación emocional (Gross & Thompson, 2007)

## 5 REFLEXIONES FINALES

Encontrar espacios y momentos de reflexión sobre cómo nos afectan las emociones

Aprender una secuencia natural para gestionar las propias emociones y la del otro

Reflexionar sobre las estrategias de regulación basadas en los antecedentes Vs respuestas

Reflexionar sobre la convivencia entre iguales y cómo lograr un clima de cooperación