

La Rioja

CRiE Centro Riojano de Innovación Educativa

Invalidación emocional, escucha y acompañamiento del sufrimiento adolescente

NÚMERO DE HORAS: 8

NÚMERO DE PLAZAS: 12

FECHAS: 24-25 noviembre de 2026

MODALIDAD: presencial

LUGAR DE REALIZACIÓN: Logroño

Curso de formación organizado por el CRIE

1. INFORMACIÓN GENERAL

NÚMERO DE HORAS:

8 horas.

PLAZAS OFERTADAS:

12 plazas.

MODALIDAD:

Presencial

PONENTES:

Ana Belén López García
Ilustradora, escritora y divulgadora. Autora de *Formas de invalidar el dolor emocional*, un fanzine ilustrado que aborda, desde el humor, la experiencia y la reflexión, las maneras en que invalidamos el sufrimiento propio y ajeno. También es la autora de "La vida es ahora...después", "Si quieres puedes ÑIñiñi", "Balcosaciones", "Viñetas en cuarentena", "El libro de Microestigmas", "El 1% de lo que cabe en un ser humano", y coautora junto al psicólogo Pedro Jara Vera de "Quién decide por ti cuando decides tú".
Desarrolla proyectos que combinan ilustración reflexión para abrir conversaciones, cuestionar automatismos y explorar otras formas de comprendernos.

Magdalena Pérez Trenado
Psicóloga clínica y experta en duelo y conducta suicida. Es coordinadora de ConectaSuic, Unidad de Atención especializada en Conducta Suicida.

2. JUSTIFICACIÓN DEL CURSO

El sufrimiento emocional forma parte de la experiencia humana, también durante la adolescencia. Sin embargo, no siempre sabemos reconocerlo, expresarlo o acompañarlo. A menudo minimizamos lo que sentimos, nos juzgamos por estar mal o intentamos que el malestar desaparezca cuanto antes, y lo hacemos tanto en la relación con nosotros mismos como con los otros, incluso cuando pretendemos ayudar. Dentro del marco educativo de sensibilización y prevención de las autolesiones y la conducta suicida, este proyecto propone trabajar sobre la invalidación emocional incidiendo en aprender a reconocer el malestar, favoreciendo su expresión y la importancia de encontrar espacios donde poder hablar y sentirse escuchado. La propuesta se desarrolla a través de talleres para profesorado, tomando como eje el fanzine FORMAS DE INVALIDAR EL DOLOR EMOCIONAL, sus viñetas y diferentes dinámicas de reflexión. Como complemento, incorpora una herramienta de inteligencia artificial que permite continuar explorando estos mecanismos y situaciones cotidianas más allá del encuentro presencial.

3. OBJETIVOS DEL CURSO

1. Reconocer mecanismos cotidianos de invalidación
2. Revisar respuestas adultas ante el malestar adolescente. Identificar cómo nuestras propias incomodidades influyen en el acompañamiento
3. Favorecer la escucha y la expresión emocional
4. Reflexionar sobre el papel del entorno educativo en la prevención y la búsqueda de ayuda

4. CONTENIDOS

- Formas de invalidar el dolor ajeno y propio. Introducción a la invalidación emocional y sus manifestaciones cotidianas.
- La incomodidad adulta ante el sufrimiento.
- Escuchar, acompañar y validar sin minimizar.
- El entorno educativo como espacio de confianza y apoyo.
- Herramientas complementarias GPT invalidación emocional

Análisis de viñetas y situaciones habituales en el entorno educativo. Dinámicas de observación sobre las respuestas adultas ante el malestar adolescente. Reflexión sobre la diferencia entre intentar solucionar el sufrimiento y acompañar a quien lo está viviendo. Ideas para favorecer la escucha y la expresión emocional

5. A QUIÉN VA DIRIGIDO

Profesorado en activo o en situaciones asimiladas, con destino en los centros educativos sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de La Rioja en los que se impartan enseñanzas no universitarias. Excepcionalmente, por el artículo 2.2 de la Orden EDC/3/2022, de 19 de enero, podrán participar el personal docente con destino en otras Comunidades Autónomas que ocupen puestos en organizaciones sindicales en La Rioja.

6. CRITERIOS DE SELECCIÓN

Cuando el número de inscripciones supere al número de plazas ofertadas, la selección se hará en base a los siguientes criterios:

- 1º Responsables de Orientación y Servicios a la Comunidad en Centros de Educación Primaria y Secundaria.
- 2º Coordinadores de Bienestar de los centros de Educación Secundaria.
- 3º Resto de docentes de la etapa de Educación Secundaria.
- 4º Resto de profesorado destinatario del curso.

Atendiendo a estos criterios, los participantes serán seleccionados por riguroso orden de inscripción.

7. FECHAS Y HORARIOS DE LA ACTIVIDAD

- 24/11/2026 (presencial) de 16:00 – 20:00 (4 horas).
- 25/11/2026 (presencial) de 16:00 – 20:00 (4 horas).

8. LUGAR DE REALIZACIÓN

La actividad se realizará en Aulario CRIE. C/ Magisterio nº 1 de Logroño.

9. INSCRIPCIONES

Las inscripciones se realizarán a través de la web de educación del Gobierno de La Rioja, en Innovación y Formación, cursos en convocatoria. El plazo comienza el 4 de noviembre y finaliza el día 16 de noviembre de 2026 a las 23:59 h.

Con el fin de simplificar la comunicación con los docentes y la gestión de las formaciones, es **obligatorio utilizar el correo corporativo de @larioja.edu.es** en la inscripción.

10. ADMISIONES

La lista de admisión se publicará el día 17 de noviembre de 2026 en la web de educación del Gobierno de La Rioja, en Innovación y Formación, cursos en proceso.

11. COORDINACIÓN DEL CURSO

Antonio Jesús Barreno Rivera (ajbarreno@larioja.org) asesor del Centro Riojano de Innovación Educativa.

12. OBSERVACIONES

De acuerdo con la **Resolución 11/2024, de 25 de marzo de la Dirección General de Innovación Educativa** (BOR 2 de abril):

- La actividad **podrá suspenderse** si el número de admisiones fuera inferior al 75% de las plazas ofertadas.
- La **renuncia a la participación** deberá realizarse durante las **48 horas** siguientes al envío del correo electrónico en que se comunica la admisión.
- Cuando las fechas de realización de varias actividades formativas coincidan y el desarrollo de las mismas implique presencialidad (física u online síncrona), solo se podrá participar en una de ellas. En caso de admisión en varias actividades simultáneas, deberá optarse por una de ellas, comunicando la renuncia al resto a través del mismo medio por el que se comunicó la admisión.
- Se aplicará una **limitación de acceso a las actividades formativas** convocadas por el centro responsable de la formación permanente del profesorado, durante **cuatro meses lectivos** atendiendo a las siguientes casuísticas**:**
    - Personas admitidas que no asistan y **no comuniquen su baja** en las 48 horas siguientes al envío del correo electrónico en que se comunica su admisión.
    - Quienes, una vez iniciada la actividad presencial, **no asistan** al menos al 40 % de las horas presenciales de la misma: a partir del momento en que se tenga **conocimiento** de que las faltas de asistencia superan el 40% de la duración presencial del curso.
    - La misma limitación se aplicará a las actividades en online en las que quienes participen no obtengan una **calificación positiva** de al menos un **20%** en las tareas obligatorias: a partir de la fecha en que se emita la certificación del curso.
- Una vez concluida la actividad, y con la finalidad de dar respuesta a las necesidades y demandas formativas de los centros educativos, del profesorado y del propio sistema educativo, se realizará una valoración de la

misma a través de una **encuesta** enviada desde el centro responsable de la formación del profesorado, que deberá ser cumplimentada en los **tres días** posteriores a su recepción.

13. CERTIFICACIÓN

Para tener derecho a certificación, de acuerdo con la Orden EDC/3/2022, de 19 de enero (BOR de 27 de enero de 2022) por la que se regula la formación del profesorado en la Comunidad Autónoma de La Rioja, la evaluación de los participantes tendrá en cuenta tanto la participación continuada y activa en las fases presenciales y las pruebas objetivas, como la ejecución de las diversas propuestas de trabajo que se programen para las fases no presenciales y las tareas propuestas en la plataforma en línea para las actividades que incluyan fase telemática.

Las faltas de asistencia, independientemente de la causa, no podrán superar el 15% de la duración presencial de la actividad formativa.