

La formación emocional del profesorado

 *el diario
de la educación*

RECURSOS EDUCATIVOS

**Pere Darder Vidal (coord.)
Ferran Salmurri Trinxet
Mariano Royo Arpón
Anna Carpena Casajuana
Josefina Sala Roca
Lourdes Marzo Ruiz
Marta Albaladejo Mur**

La formación emocional del profesorado

**Aprender y educar con
bienestar y empatía**

Octaedro 
Editorial

COLECCIÓN: Recursos educativos
SERIE: El diario de la educación
TÍTULO 3: *La formación emocional del profesorado*

Primera edición: octubre de 2107

© Pere Darder Vidal, Ferran Salmurri Trinxet, Mariano Royo Arpón,
Anna Carpena Casajuana, Josefina Sala Roca, Lourdes Marzo Ruiz,
Marta Albadalejo Mur

© de esta edición:
Ediciones OCTAEDRO, S.L.
C. Bailén, 5 – 08010 Barcelona
Tel.: 93 246 40 02
octaedro@octaedro.com
www.octaedro.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ISBN: 978-84-17219-00-0
Depósito legal: B. 24427-2017

Diseño y producción: Editorial Octaedro
Diseño de la cubierta: Tomàs Capdevila

Impresión: Press Line

Impreso sobre papel ecológico, certificado FSC

Impreso en España – *Printed in Spain*



Sumario

Prólogo	9
Presentación	13
1. Emociones y educación, una integración necesaria <i>Pere Darder</i>	15
2. Educación de las emociones, salud psicológica y centro educativo <i>Ferran Salmurri</i>	31
3. Centros emocionalmente inteligentes <i>Mariano Royo</i>	55
4. Crecimiento emocional en el aula <i>Anna Carpena</i>	83
5. Emociones y procesos educativos: los estilos educativos y las emociones <i>Josefina Sala y Lourdes Marzo</i>	121
6. El <i>coaching</i> como recurso: herramientas para entrenar las competencias emocionales <i>Marta Albaladejo</i>	145
7. Nuevas perspectivas en la formación inicial del profesorado <i>Mariano Royo</i>	169

Los conceptos clave en la educación de las emociones	191
Bibliografía	195
Sobre los autores	199



Prólogo

Si además de configurar y hacer posible nuestro bienestar cotidiano existe un territorio donde las emociones son especialmente importantes, ese no es otro que el de la educación, algo que siempre han sabido y tenido en cuenta los buenos maestros y educadores de todas las épocas. Las emociones son reacciones neuroendocrinas y conductuales, la mayoría inconscientes, que se dan en el cuerpo de las personas ante circunstancias o acontecimientos importantes. Los sentimientos son la percepción consciente de esas reacciones fisiológicas. Ambos, emociones y sentimientos, son el resultado de un largo proceso evolutivo orientado a potenciar la supervivencia y reproducción de los seres vivos. Son por tanto fenómenos biológicos, como la respiración y la fotosíntesis, que, utilizados convenientemente, proporcionan ventajas adaptativas a los individuos. Cuando el desarrollo progresivo de la corteza cerebral hizo posible el pensamiento racional en la mente de los primates, las emociones ya estaban allí desde hacía mucho tiempo y, lejos de quedar marginadas por ese progreso, se convirtieron en cómplices críticos del pensamiento y la racionalidad. Es decir, en el proceso evolutivo que va desde los mamíferos inferiores a los primates superiores, las emociones y los sentimientos se implicaron progresivamente en los procesos racionales para dirigir la atención hacia lo más importante, dar valor a las cosas, facilitar la comunicación entre individuos, seleccionar las memorias e influir críticamente en la toma de decisiones. A la neurociencia de hoy día le resulta muy difícil establecer la línea de separación entre el cerebro racional y el cerebro de las emociones y los sentimientos. Es difícil encontrar un proceso mental en el que las emociones y

los sentimientos no estén implicados de una manera relevante. De ahí la importancia que siempre han tenido estos procesos en el mundo de la educación, un mundo destinado a promover comportamientos adaptativos y nobles.

Actualmente es posible conjugar los nuevos conocimientos de la psicología y la neurociencia para comprender mejor que nunca cómo operan las emociones en el terreno de la enseñanza, el aprendizaje y la educación. Se trata de estimular y potenciar aquellos estilos y competencias educativas que mejor sintonizan con la manera de trabajar del cerebro a la hora de crear motivaciones, controlar el comportamiento y mejorar los aprendizajes. Si, como dijo el gran Albert Einstein, la educación es lo que nos queda cuando olvidamos lo que hemos aprendido, es posible que las emociones y los sentimientos generados por la instrucción y sus métodos tengan un papel determinado en el establecimiento de ese legado educativo implícito y persistente que tanto influye en nuestro comportamiento.

De todo eso trata precisamente una obra como la que el lector tiene en sus manos, orientada a la integración entre los nuevos conocimientos científicos y la experiencia acumulada en los nuevos y tecnificados escenarios de la docencia y el mundo de la educación. El largo trabajo en equipo de los autores sobre todas las dimensiones personales y sociales de la educación emocional y la reflexión, coordinación y experimentación continuadas ofrecen garantías de pertinencia y calidad en la organización de la obra y en la selección de sus contenidos. En ella, destacados profesores especialistas abordan aspectos tan importantes en el mundo educativo como el control y la gestión de las emociones; su papel en las relaciones intrapersonales e interpersonales; la comunicación emocional y la influencia de los sentimientos en los diferentes estilos educativos. Como no podía ser de otra manera, el trabajo realizado tiene además un enfoque bidireccional al reconocer que educadores y educados se influyen mutuamente a través de sus emociones y sentimientos.

Los psicobiólogos y neurocientíficos asumimos e investigamos los procesos cerebrales y mentales que hacen posible el conocimiento y la educación, determinando sus características y su dinámica funcional. Pero son los propios profesionales de la educación los encargados de orientar el funcionamiento y el dinamismo de

esos procesos hacia determinados valores individuales y sociales, preferentemente hacia aquellos que sean generadores de bienestar personal, sabiduría, entendimiento y cooperación entre individuos y grupos humanos. De ahí la gran responsabilidad de esos profesionales y su necesidad de mejorar continuamente su formación y sus competencias, motivos por los cuales una obra como esta les puede ser de gran ayuda. Un trabajo que ha sido fruto de la experiencia, la colaboración y los sentimientos de excelentes profesionales en el ámbito educativo.

IGNACIO MORGADO BERNAL

Catedrático de Psicología del Instituto de Neurociencia
de la Universidad Autónoma de Barcelona



Presentación

Dos hechos consecutivos han sido el punto de partida próximo e incidental de la decisión de realizar esta publicación.

En primer lugar, la participación de los autores en la introducción de la educación emocional en el Curs de Qualificació del Professorat (CQP) experimental, que ha continuado, una vez oficializado, en forma de máster. La labor de todos estos años nos ha ido confirmando en la urgencia de formar al colectivo docente en las dimensiones emocionales de la educación, ya desde la formación inicial de todo el profesorado.

En segundo lugar, la petición por parte del director de la revista *Perspectiva escolar*, de redactar un monográfico sobre las emociones, también influyó en la determinación de llevar a cabo la publicación. Una vez confeccionado el monográfico, creímos que, partiendo de los contenidos ya elaborados, podíamos ampliar el marco de referencia a todo el profesorado y aportar más indicaciones y materiales prácticos.

Pero hay un punto de partida más profundo y general: el descubrimiento que han hecho las neurociencias, a finales del siglo pasado, de la importancia y función de las emociones en el desarrollo personal y social, cosa que exige un cambio profundo, especialmente en la educación.

De alguna manera, queremos hacernos más presentes comunicando a los lectores nuestras propuestas para la mejora de la formación del profesorado, como dimensión indispensable para el progreso de la educación y como muestra de nuestro interés por el desarrollo de las personas y de la sociedad.

Partiendo del tratamiento científico, personas, colectivos e instituciones, con diferentes acentos, han ido impulsando lentamente la introducción de una nueva visión en el campo educativo. Como todos los cambios, este movimiento da lugar a incomprendiones, resistencias y aplicaciones parciales o de corta duración que influyen poco en su implantación. Pero, paralelamente, detectamos un despliegue de iniciativas de investigación, de formación y una extensión continuada del tema que nos ocupa.

Como otros, los autores hemos participado en muchas de estas iniciativas. A través de las distintas acciones (conferencias, mesas redondas, cursos, asesoramientos, congresos, intervenciones en grupos y centros, artículos, publicaciones, presencia en colectivos que trabajan en seminarios y aplican técnicas a nivel amplio o restringido...) realizadas individualmente o en colaboración, y también en el marco de una red informal muy activa, los autores hemos intercambiado puntos de vista sobre este tema.

Todo eso nos ha llevado a acercar posturas, a valorar la necesidad de explicitar un marco teórico y a establecer una conexión permanente entre la teoría, la práctica y la experimentación de las diferentes técnicas dentro del marco del aula y del centro educativo. Y a hacerlo desde la vivencia del pensar, sentir y actuar de cada uno de nosotros, desde la propia singularidad, formación y dedicación profesional. Valoramos esta diversidad como un elemento altamente significativo en cuanto a aportar una visión diferenciada del mundo afectivo-emocional en su aplicación al sistema educativo. Nos ha parecido, también, que de esta forma podíamos facilitar que los lectores se orientasen mejor a la hora de emprender su propia formación como condición para ayudar a sus alumnos.

Queremos acabar dando las gracias a todas las personas, los grupos, los centros educativos y las instituciones con las que hemos interactuado con respecto a las emociones. Todos nos han enseñado y nosotros hemos intentado aprender. Gracias. Deseamos continuar con todos el esfuerzo para mejorar la educación y el desarrollo personal y social de todos los ciudadanos.

LOS AUTORES



Sobre los autores

Pere Darder Vidal

Licenciado en Filosofía. Doctor en Ciencias de la Educación. Emérito de la UAB. En el marco de los movimientos de renovación pedagógica inició la vida profesional impulsando las dimensiones afectivas en lo que se llamó la educación integral, en el trabajo en equipo y en el establecimiento de relaciones empáticas en el aula y en el centro educativo. Fue una iniciación, de larga duración, intensa y gratificante en la labor docente y de gestión en primaria y secundaria.

En la universidad, la ampliación de la experiencia docente y de gestión, la profundización en los descubrimientos científicos, individualmente y en grupo, y la experimentación en centros educativos han afianzado en él la necesidad de extender las dimensiones emocionales a la educación y a todos los ámbitos de la vida. Las relaciones personales se han presentado como un factor omnipresente, necesario e indispensable para las personas y los colectivos. La mayor parte de publicaciones y de experimentaciones las ha dedicado a profundizar en la empatía, la participación, la colaboración y en la construcción de un estilo de vida impregnado de realismo, ilusión y cariño.

Ferran Salmurri Trinxet

Psicólogo clínico con experiencia como terapeuta tanto con jóvenes como con adultos. Interesado en el hecho de que los conocimientos de que disponemos salgan de las aulas de las facultades de Psicología o de las consultas clínicas para ayudar a mejorar la vida diaria de las personas. Parte de la idea de que gran parte de los esfuerzos deberían ir encaminados a conseguir una preparación más adecuada de la población y que eso actúe como factor de protección del sufrimiento emocional de los seres huma-

nos. Así, desde hace un cierto tiempo, ha orientado su actividad, además de la clínica, a la prevención. Más concretamente, a la búsqueda de factores de protección y puesta en marcha de planes para una mejor educación de las emociones, tanto en ámbitos escolares o familiares con menores, como en ámbitos académicos o profesionales con población adulta.

Mariano Royo Arpón

Profesor de filosofía. Ha hecho diversos estudios sobre gestión educativa y sobre inteligencia emocional. Ha trabajado en la escuela privada y en la pública, en secundaria (instituto y profesional), en la universidad y también como formador de directores y como asesor de centros. Ha sido, entre otras, director de instituto, miembro del Consejo Escolar de Catalunya, e investigador en formación inicial a cargo del Instituto de Formación del Profesorado, Investigación e Innovación Educativa del MEC.

Sus estudios y acciones han sido regidos por la idea de que la educación se hace principalmente en el centro educativo. Siempre ha trabajado por la mejora educativa, pensando que es en el centro donde se puede actuar para disfrutar de la profesión más profundamente humana y humanizadora, a condición de mejorar su organización, defender su autonomía y liderarlo adecuadamente para conseguir un clima emocional alegre y eficaz.

Anna Carpena Casajuana

Maestra. Especialista en Educación especial. Con dedicación al estudio y aplicación de la educación emocional en docentes y alumnado desde 1997. Tiene diversas publicaciones sobre este tema.

Su trayectoria durante estos años ha estado orientada a sensibilizar a educadores y educadoras sobre la necesidad de estar emocionalmente formado para educar tanto al alumnado como a hijos e hijas. Este principio la ha acompañado en toda la actividad formativa —en asesoramientos a centros escolares de primaria y de secundaria, en cursos, talleres y seminarios y en escuelas de padres— presentando propuestas a dos bandas: profesorado/alumnado, padres/hijos. Su contenido educativo ha tenido siempre esta doble vertiente que converge en un objetivo: el desarrollo de seres humanos felices, sanos, sensibles y responsables con la humanidad y la biosfera.

Josefina Sala Roca

Profesora de la Universidad Autónoma de Barcelona. Buena parte de su labor investigadora se ha centrado en las competencias emocionales en

profesionales, niños y jóvenes en diferentes ámbitos educativos. Gran parte de su investigación ha sido publicada en revistas científicas. Ha desarrollado diversas acciones formativas orientadas a promover las competencias emocionales en los educadores. Actualmente, como profesora de la UAB, dedica su docencia, principalmente, a la formación de las competencias emocionales de los futuros educadores.

Lourdes Marzo Ruiz

Técnica de formación en el Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad de Barcelona y profesora asociada en la Universidad Autónoma de Barcelona. Su tesis doctoral se centra en las competencias socioemocionales, tanto del alumnado de educación primaria como de los profesionales de esta etapa. Ha desarrollado, junto con la Dra. Josefina Sala, un programa de formación para el desarrollo de las competencias socioemocionales de los niños dentro de la escuela. Su labor profesional e investigadora ha estado siempre vinculada a la docencia.

Marta Albaladejo Mur

Maestra. Licenciada en Filología. Máster en Gestión de la comunicación. Pedagoga sistémica. Psicoterapeuta en análisis transaccional y *coach*. Se ha especializado en comunicación interpersonal y análisis de la conversación. Su último libro lleva por título: *Cómo decirlo. Entrevistas eficaces en el ámbito educativo*.

Ha ejercido como docente en primaria y en Comunicación Audiovisual de la Universitat Pompeu Fabra. Desde 1983 se ha dedicado intermitentemente a la formación de profesorado. Desde 2002 se dedica al *counselling* y al *coaching* (entrenamiento emocional); es coordinadora de la formación en *Coaching* Sistémico Transaccional de *Coaching* & Comunicación; sigue colaborando con programas de formación de profesorado e imparte conferencias para padres y madres con la voluntad de aportar recursos y dar soporte a la educación emocional de los niños y jóvenes.



Índice

Prólogo	9
Presentación	13
1. Emociones y educación, una integración necesaria	15
Introducción.	15
1. Dimensiones generales	16
Los humanos como sistemas sociales abiertos.	17
La supervivencia y el desarrollo.	17
La conciencia de uno mismo y de la realidad	18
La complejidad de la vida, de la educación	18
El desarrollo y el aprendizaje se producen a lo largo de la vida.	18
2. Las emociones, hoy: cambios de final de siglo	19
El tratamiento científico de final de siglo	20
Algunas afirmaciones fundamentales sobre el alcance de las emociones	20
Caracterización de las emociones. ¿Qué nos aportan?.	22
Podemos gestionar nuestras emociones.	22
3. La dinámica del desarrollo.	24
Ajuste y conflicto	24
Emociones positivas y negativas	25
Emociones positivas y eficacia educativa	25
4. Algunas consideraciones finales sobre la formación emocional del profesorado	27
Bibliografía.	28

2. Educación de las emociones, salud psicológica y centro educativo	31
1. La vida cambiante y el necesario cambio de formación	31
2. Desde la prehistoria educativa	33
3. Educación y salud psicológica	34
4. Adivinar para qué sirve	35
5. La mejora personal	38
6. Prevención en el centro educativo	39
7. El índice de bienestar emocional o de felicidad	42
8. Signos de alarma y síntomas para la derivación.	43
Referencias bibliográficas.	48
Anexos	50
Escala de habilidades emocionales (EHE-3).	50
Índice de bienestar emocional (IBE)	52
Corrección del EHE-3	53
Corrección del IBE	53
Interpretación y valoración de estos cuestionarios.	53
3. Centros emocionalmente inteligentes	55
1. Escuela-santuario	55
La actual política educativa.	57
Observaciones	58
2. El centro es donde se educa	59
La dimensión olvidada	60
Experiencias	60
Anécdotas o categorías	61
¿Concretamos?	62
Poesía o prosa	63
3. El pensamiento de los profesores	65
Cultura positiva o negativa	66
4. La cultura profesional como autoimagen	67
El primer paso, conocer.	68
5. Una propuesta de análisis de autoimagen de un centro educativo	69
Dos ejemplos comentados	72
¿Qué hacer?	79
Referencias bibliográficas.	81

4. Crecimiento emocional en el aula	83
Introducción	83
1. Educación emocional en las competencias intrapersonales	88
Cómo trabajar los contenidos	90
2. Educación emocional en las competencias interpersonales	98
Cómo trabajar los contenidos	101
Evaluación	113
Conclusiones	114
Programas y recursos	115
Referencias bibliográficas	117
Anexo	119
Observación y registro de comportamientos	119
5. Emociones y procesos educativos: los estilos educativos y las emociones	121
1. Estilos educativos y atribucionales	121
La emoción en las relaciones de enseñanza-aprendizaje	121
Estilos atribucionales	122
Estilos educativos	126
Los estilos educativos y los procesos de aprendizaje	128
2. Recomendaciones prácticas	130
Recomendaciones	130
Ejercicios	141
Referencias bibliográficas	143
6. El <i>coaching</i> como recurso: herramientas para entrenar las competencias emocionales	145
Introducción	145
1. Entrenar las competencias emocionales necesarias para educar	146
2. ¿Cómo podemos desarrollar las competencias emocionales?	147
3. La actitud emocional que ayuda a aprender	149
4. ¿Qué es el <i>coaching</i> ?	152
5. ¿Quieres hacer <i>autocoaching</i> ? Guía para autoaplicarte la metodología del <i>coaching</i>	154

¿Eres una persona congruente? Empezar por el primer paso	154
Las preguntas que sirven para inventar. El segundo paso	156
Sin acción no hay <i>coaching</i> . El tercer paso: llegar a un compromiso de acción.	159
Reflexionar sobre lo que ha pasado. El cuarto paso	159
6. ¿Es fácil dar refuerzo positivo? ¿Y dárselo uno mismo?	161
Resumimos.	166
Referencias bibliográficas.	166
Webs	167
7. Nuevas perspectivas en la formación inicial del profesorado	169
1. El sistema MIR	169
2. Vivencias diversas de la profesión	170
El territorio emocional	172
¿Es suficiente el grado o el máster?	175
¿Qué modelado? ¿Se trata simplemente de prácticas de aula?	176
3. Actitudes personales y culturas profesionales.	178
Algunos detalles más	180
4. Los mejores centros para hacer las prácticas	182
Las oposiciones	183
La carrera docente	187
Resumimos	189
Referencias bibliográficas.	189
Los conceptos clave en la educación de las emociones.	191
Bibliografía	195
Sobre los autores	199