

La formació emocional del professorat

 *el diari
de l'educació*
.....
RECURSOS EDUCATIUS

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

La formació emocional del professorat

**Aprendre i ensenyar amb
benestar i empatia**

Octaedro 
Editorial

COL·LECCIÓ: Recursos educatius

SÈRIE: El diari de l'educació

TÍTOL 3: *La formació emocional del professorat*

Primera edició: octubre de 2107

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

© d'aquesta edició:
Editorial Octaedro, S.L.
C. Bailèn, 5 – 08010 Barcelona
Tel.: 93 246 40 02
octaedro@octaedro.com
www.octaedro.cat

Qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra només pot ser realitzada amb l'autorització dels seus titulars, llevat de les excepcions previstes a la llei. Dirigeixi's a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necessita fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra.

ISBN: 978-84-17219-01-7

Dipòsit legal: B. 24445-2017

Realització i producció: Editorial Octaedro

Disseny de la coberta: Tomàs Capdevila

Impressió: Press Line

Impress sobre paper ecològic, certificat FSC

Impress a la UE – *Printed in EU*



Sumari

Pròleg	9
Presentació	13
1. Emocions i educació, una integració necessària	15
<i>Pere Darder</i>	
2. Educació de les emocions, salut psicològica i centre educatiu	29
<i>Ferran Salmurri</i>	
3. Centres emocionalment intel·ligents	51
<i>Mariano Royo</i>	
4. Creixement emocional a l'aula.	79
<i>Anna Carpena</i>	
5. Emocions i processos educatius: els estils educatius i les emocions	115
<i>Josefina Sala i Lourdes Marzo</i>	
6. El <i>coaching</i> com a recurs: eines per entrenar les competències emocionals	137
<i>Marta Albaladejo</i>	
7. Noves perspectives en la formació inicial del professorat	159
<i>Mariano Royo</i>	

Els conceptes clau en l'educació de les emocions	181
Bibliografia	185
Sobre els autors	189



Pròleg

Si a més de configurar i fer possible el nostre benestar quotidià hi ha un territori on les emocions són especialment importants, aquest no és un altre que el de l'educació, quelcom que sempre han sabut i tingut en compte els bons mestres i educadors de totes les èpoques. Les emocions són reaccions neuroendocrines i conductuals, la majoria inconscients, que ocorren en el cos de les persones davant circumstàncies o esdeveniments importants. Els sentiments són la percepció conscient d'aquestes reaccions fisiològiques. Tots dos, emocions i sentiments, són el resultat d'un llarg procés evolutiu orientat a potenciar la supervivència i reproducció dels éssers vius. Són per tant fenòmens biològics, com la respiració o la fotosíntesi, que, utilitzats convenientment, proporcionen avantatges adaptatius als individus. Quan el desenvolupament progressiu de l'escorça cerebral va fer possible el pensament racional en la ment dels primats, les emocions ja eren allà des de feia molt de temps i, lluny de quedar marginades per aquest progrés, es van convertir en còmplices crítics del pensament i la racionalitat. És a dir, en el procés evolutiu que va des dels mamífers inferiors als primats superiors, les emocions i els sentiments es van implicar progressivament en els processos racionals per dirigir l'atenció cap a allò important, donar valor a les coses, facilitar la comunicació entre individus, seleccionar les memòries i influir críticament en la presa de decisions. A la neurociència d'avui dia li resulta molt difícil establir la línia de separació entre el cervell racional i el cervell de les emocions i els sentiments. És difícil trobar un procés mental en el qual les emocions i els sentiments no estiguin implicats d'una manera rellevant. D'aquí la importància que sempre han

tingut aquests processos en el món de l'educació, un món destinat a promoure comportaments adaptatius i nobles.

Actualment és possible conjugar els nous coneixements de la psicologia i la neurociència per comprendre millor que mai com operen les emocions en el terreny de l'ensenyament, l'aprenentatge i l'educació. Es tracta d'estimular i potenciar aquells estils i competències educatives que millor sintonitzen amb la manera de treballar del cervell a l'hora de crear motivacions, controlar el comportament i millorar els aprenentatges. Si, com va dir el gran Albert Einstein, l'educació és allò que ens queda quan oblidem el que hem après, és possible que les emocions i els sentiments generats per la instrucció i els seus mètodes tinguin un paper determinant en l'establiment d'aquest llegat educatiu implícit i persistent que tant influeix en el nostre comportament.

De tot això tracta precisament una obra com la que el lector té a les seves mans, orientada a la integració entre els nous coneixements científics i l'experiència acumulada en els nous i tecnificats escenaris de la docència i el món de l'educació. El llarg treball en equip dels autors sobre totes les dimensions personals i socials de l'educació emocional i la reflexió, coordinació i experimentació continuades, ofereixen garanties de pertinença i qualitat en l'organització de l'obra i en la selecció dels continguts que hi apareixen. Aquests destacats professors especialistes aborden aspectes tan importants en el món educatiu com el control i la gestió de les emocions; el seu paper en les relacions intrapersonals i interpersonals; la comunicació emocional i la influència dels sentiments en els diferents estils educatius. Com no podia ser d'una altra manera, el treball realitzat té a més un enfocament bidireccional en reconèixer que educadors i educats s'influeixen mútuament a través de les seves emocions i sentiments.

Els psicobiòlegs i neurocientífics assumim i investiguem els processos cerebrals i mentals que fan possible el coneixement i l'educació, determinant les seves característiques i la seva dinàmica funcional. Però són els propis professionals de l'educació els encarregats d'orientar el funcionament i el dinamisme d'aquests processos cap a determinats valors individuals i socials, preferentment cap a aquells que siguin generadors de benestar personal, saviesa, enteniment i cooperació entre individus i grups humans. D'aquí la gran responsabilitat d'aquests professionals i la seva

necessitat de millorar contínuament la seva formació i les seves competències, motius pels quals una obra com aquesta els pot ser de gran ajuda. Un treball que ha estat fruit de l'experiència, la col·laboració i els sentiments d'excel·lents professionals de l'àmbit educatiu.

IGNACIO MORGADO BERNAL

Catedràtic de Psicobiologia de l'Institut de Neurociència
de la Universitat Autònoma de Barcelona



Presentació

Dos fets encadenats han estat el punt de partida pròxim i incidental de la decisió de realitzar aquesta publicació.

En primer lloc, la participació dels autors en la introducció de l'educació emocional en el Curs de Qualificació del Professorat (CQP) experimental, que ha continuat, un cop oficialitzat, en forma de màster. La tasca de tots aquests anys ens ha anat confirmant en la urgència de formar al col·lectiu docent en les dimensions emocionals de l'educació, ja des de la formació inicial de tot el professorat.

La petició, en segon lloc, per part del director de la revista *Perspectiva Escolar*, de redactar un monogràfic sobre les emocions, també va influir en la determinació de fer la publicació. Un cop fet el monogràfic, vam creure que, partint dels continguts ja elaborats, podíem ampliar el marc de referència a tot el professorat i aportar més indicacions i materials pràctics.

Hi ha però un punt de partida més profund i general: la descoberta que han fet les neurociències, a finals del segle passat, de la importància i funció de les emocions en el desenvolupament personal i social, cosa que demana un canvi profund, especialment en l'educació.

D'alguna manera, ens volem fer més presents comunicant als lectors les nostres propostes per a la millora de la formació del professorat, com a dimensió indispensable per al progrés de l'educació, i com a mostra del nostre interès pel desenvolupament de les persones i de la societat.

Tot partint del tractament científic, persones, col·lectius i institucions, amb diferents accents, van anar impulsant lentament

la introducció d'una nova visió en el camp educatiu. Com tots els canvis, aquest moviment dóna lloc a incomprendiments, resistències i aplicacions parcials o de curta durada que influeixen poc en la seva implantació. Però paral·lelament detectem un desplegament d'iniciatives de recerca, de formació i una extensió continuada del tema que ens ocupa.

Com d'altres, els autors hem participat en moltes d'aquestes iniciatives. A través de les diferents accions (conferències, taules rodones, cursos, assessorament, congressos, intervencions en grups i centres, articles, publicacions, col·lectius que treballen en seminaris i apliquen tècniques a nivell ampli o restringit...) realitzades individualment o en col·laboració, i també en el marc d'una xarxa informal molt activa, els autors hem intercanviat punts de vista sobre aquest tema.

Tot això ens ha portat a aproximar postures, a valorar la necessitat d'explicitar un marc teòric i a establir una connexió permanent entre la teoria, la pràctica i l'experimentació de les diferents tècniques dins el marc de l'aula i del centre educatiu. I a fer-ho des de la vivència del pensar, sentir i actuar de cadascú de nosaltres, des de la pròpia singularitat, formació i dedicació professional. Valorem aquesta diversitat com un element altament significatiu pel que fa a aportar una visió diferenciada del món afectiu-emocional en la seva aplicació al sistema educatiu. Ens ha semblat, també, que d'aquesta forma podíem facilitar que els lectors s'orientessin millor a l'hora d'emprendre la seva pròpia formació com a condició per ajudar els seus alumnes.

Volem acabar donant les gràcies a totes les persones, els grups, els centres educatius i les institucions amb les que hem interactuat pel que fa a les emocions. Tothom ens ha ensenyat i nosaltres hem intentat aprendre. Gràcies. Desitgem continuar amb tots l'esforç per millorar l'educació i el desenvolupament personal i social de tots els ciutadans.

ELS AUTORS



Sobre els autors

Pere Darder Vidal

Llicenciat en Filosofia. Doctor en Ciències de l'Educació. Emèrit de la UAB. En el marc dels moviments de renovació pedagògica va iniciar la vida professional impulsant les dimensions afectives en el que s'anomenà l'educació integral, en el treball en equip i en l'establiment de relacions empàtiques en l'aula i en el centre educatiu. Va ser una iniciació, de llarga durada, intensa i gratificant en la tasca docent i de gestió a primària i secundària.

A la universitat, l'eixamplament de l'experiència docent i de gestió, l'aprofundiment en les descobertes científiques, individualment i en grup, i l'experimentació en centres educatius han refermat en ell la necessitat d'estendre les dimensions emocionals a l'educació i a tots els àmbits de la vida. Les relacions personals s'han presentat com un factor omnipresent, necessari i indispensable per les persones i els col·lectius. La major part de publicacions i d'experimentacions les ha dedicat a aprofundir en l'empatia, la participació i la col·laboració i en la construcció d'un estil de vida amarat de realisme, il·lusió i estimació.

Ferran Salmurri Trinxet

Psicòleg clínic amb experiència com a terapeuta tant amb joves com amb adults. Interessat en el fet que els coneixements de què disposem surtin de les aules de les facultats de Psicologia o de les consultes dels clínics per ajudar a millorar la vida diària de les persones. Parteix de la idea que gran part dels esforços haurien d'anar encaminats a aconseguir una preparació més adequada de la població i que això actuï com a factor de protecció del patiment emocional dels éssers humans. Així, des de fa un cert temps, ha orientat la seva activitat, a més de la clínica, cap a la prevenció. Més

concretament, en la recerca de factors de protecció i posada en marxa de plans per a una millor educació de les emocions, tant en àmbits escolars o familiars amb menors, com en àmbits acadèmics o professionals amb població adulta.

Mariano Royo Arpón

Professor de Filosofia. Ha fet diversos estudis sobre gestió educativa i sobre intel·ligència emocional. Ha treballat a l'escola privada i a la pública, a secundària (institut i professional), a la universitat i també com a formador de directors i com assessor de centres. Ha estat, entre d'altres, director d'institut, membre del Consell Escolar de Catalunya, i investigador en formació inicial a càrrec de l'Institut de Formació del Professorat, Recerca i Innovació Educativa del MEC.

Els seus escrits i accions han estat regits per la idea que l'educació es fa principalment en el centre educatiu. Sempre ha defensat que en ell es pot gaudir de la professió més profundament humana i humanitzadora, a condició de defensar l'autonomia i el benestar emocional del centre i del professorat.

Anna Carpena Casajuana

Mestra. Especialista en Educació especial. Amb dedicació a l'estudi i aplicació de l'educació emocional en docents i alumnat des del 1997. Té diverses publicacions sobre aquest tema.

La seva trajectòria durant aquests anys ha estat orientada a sensibilitzar educadors i educadores sobre la necessitat d'estar emocionalment format per educar tant l'alumnat com fills i filles. Aquest principi l'ha acompanyat en tota activitat formativa –en assessoraments a centres escolars, de primària i de secundària, en cursos, tallers i seminaris i en escoles de pares– presentant propostes a dues bandes: professorat/alumnat, pares/ fills. El seu contingut educatiu ha tingut sempre aquesta doble vessant que convergeix en un objectiu: el desenvolupament d'éssers humans feliços, sans, sensibles i responsables vers la humanitat i la biosfera.

Josefina Sala Roca

Professora de la Universitat Autònoma de Barcelona. Bona part de la seva tasca investigadora s'ha centrat en les competències emocionals en professionals, nens i joves en diferents àmbits educatius. Bona part de la seva recerca ha estat publicada en revistes científiques. Ha desenvolupat diverses accions formatives orientades a promoure les competències emocionals

en els educadors. Actualment com a professora de la UAB imparteix bona part de la seva docència en la formació de les competències emocionals dels futurs educadors.

Lourdes Marzo Ruiz

Tècnica de formació a l'Institut de Ciències de l'Educació de la Universitat de Barcelona i professora associada a la Universitat Autònoma de Barcelona. La seva tesi se centra en les competències socioemocionals, tant de l'alumnat d'educació primària com dels professionals d'aquesta etapa. Ha desenvolupat, juntament amb la Dra. Josefina Sala, un programa de formació per al desenvolupament de les competències socioemocionals dels nens dins l'escola. La seva tasca professional i investigadora ha estat sempre vinculada a la docència.

Marta Albaladejo Mur

Mestra. Llicenciada en Filologia. Màster en Gestió de la comunicació. Pedagoga sistèmica. Psicoterapeuta en anàlisi transaccional i *coach*. S'ha especialitzat en comunicació interpersonal i anàlisi de la conversa. El seu darrer llibre és: *Com dir-ho. Entrevistes eficaces en l'àmbit educatiu*.

Ha exercit com a docent a primària i a Comunicació Audiovisual de la Universitat Pompeu Fabra. Des del 1983, s'ha dedicat intermitentment a la formació de professorat. Des del 2002 es dedica al *counselling* i al *coaching* (entrenament emocional); és coordinadora de la formació en *Coaching* Sistèmic Transaccional de *Coaching* & Comunicació; continua col·laborant amb programes de formació de professorat i imparteix conferències per a pares i mares amb la voluntat d'aportar recursos i donar suport a l'educació emocional dels infants i joves.



Índex

Pròleg	9
Presentació	13
1. Emocions i educació, una integració necessària	15
Introducció	15
1. Dimensions generals.	16
Els humans com a sistemes socials oberts.	16
La supervivència i el desenvolupament.	17
La consciència d'un mateix i de la realitat.	17
La complexitat de la vida, de l'educació	18
El desenvolupament i l'aprenentatge es produeixen al llarg de la vida	18
2. Les emocions, avui: canvis de final de segle.	19
El tractament científic del tombant de segle	19
Algunes afirmacions fonamentals sobre l'abast de les emocions	20
Caracterització de les emocions. Què ens aporten?.	21
Podem gestionar les nostres emocions	22
3. La dinàmica del desenvolupament	23
Ajustament i conflicte.	24
Emocions positives i negatives.	24
Emocions positives i eficàcia educativa.	25
4. Algunes consideracions finals sobre la formació emocional del professorat	26
Bibliografia	28

2. Educació de les emocions, salut psicològica i centre educatiu.	29
1. La vida canviant i el necessari canvi de formació	29
2. Des de la prehistòria educativa.	31
3. Educació i salut psicològica	32
4. Esbrinant per a què serveix	33
5. La millora personal.	35
6. Prevenció en el centre educatiu	36
7. L'índex de benestar emocional o de felicitat.	39
8. Signes d'alarma i símptomes per a la derivació	40
Referències bibliogràfiques.	45
Annexos	47
Escala d'habilitats emocionals (EHE-3)	47
Índex de benestar emocional (IBE)	49
Correcció de l'EHE-3	50
Correcció de l'IBE.	50
Interpretació i valoració d'aquests qüestionaris.	50
3. Centres emocionalment intel·ligents	51
1. L'escola-santuari.	51
L'actual política educativa.	53
Observacions.	54
2. El centre és on s'educa	55
La dimensió oblidada	56
Experiències	56
Anècdotes o categories	57
Concretem?	58
Poesia o prosa	58
3. El pensament dels professors	60
Cultura positiva o negativa	61
4. La cultura professional com a autoimatge	63
El primer pas, conèixer	63
5. Una proposta d'anàlisi d'autoimatge d'un centre educatiu.	65
Dos exemples comentats	67
Què fer?	74
Referències bibliogràfiques.	77

4. Creixement emocional a l'aula.	79
Introducció.	79
1. Educació emocional en les competències intrapersonals.	84
Com treballar els continguts	86
2. Educació emocional en les competències interpersonals.	93
Com treballar els continguts	96
Avaluació	107
Conclusions.	108
Programes i recursos	110
Referències bibliogràfiques.	112
Annex.	113
Observació i enregistrament de comportaments	113
5. Emocions i processos educatius: els estils educatius i les emocions	115
1. Estils educatius i atribucionals.	115
L'emoció en les relacions d'ensenyament-aprenentatge.	115
Estils atribucionals.	116
Estils educatius	119
Els estils educatius i els processos d'aprenentatge	121
2. Recomanacions pràctiques	123
Recomanacions	123
Exercicis	134
Referències bibliogràfiques.	135
6. El <i>coaching</i> com a recurs: eines per entrenar les competències emocionals	137
Introducció.	137
1. Entrenar les competències emocionals necessàries per educar	138
2. Com podem desenvolupar les competències emocionals?	139
3. L'actitud emocional que ajuda a aprendre	141
4. Què és el <i>coaching</i> ?	144
5. Et vols fer <i>autocoaching</i> ? Guia per autoaplicar-te la metodologia del <i>coaching</i>	146
Ets una persona congruent? Començar pel primer pas	146

Les preguntes que serveixen per inventar. El segon pas . . .	148
Sense acció no hi ha <i>coaching</i> . El tercer pas:	
arribar a un compromís d'acció	150
Reflexionar sobre què ha passat. El quart pas	151
6. És fàcil donar reforç positiu? I donar-se'l un mateix? . .	152
Resumim	157
Referències bibliogràfiques.	157
Webs	158
7. Noves perspectives en la formació inicial del	
professorat.	159
1. El sistema MIR	159
2. Vivències diverses de la professió	160
El territori emocional	162
N'hi ha prou amb el grau o el màster?	165
Quin modelat? Es tracta simplement de pràctiques	
d'aula? 166	
3. Actituds personals i cultures professionals	168
4. Els millors centres per fer les pràctiques	171
Les oposicions	172
La carrera docent	176
Resumim.	178
Referències bibliogràfiques.	178
Els conceptes clau en l'educació de les emocions	181
Bibliografia	185
Sobre els autors	189