

1. **Nombre del Curso:** Curso de Educación emocional en contexto escolar

2. **Frase de Bajada:**

Adquiere competencias y habilidades para el promover el desarrollo socioemocional de tus estudiantes.

3. **Descripción:**

Este curso tiene como objetivo proporcionar a los docentes las herramientas necesarias para apoyar de manera efectiva el desarrollo emocional de sus estudiantes. Es importante destacar que las emociones no son ni correctas ni incorrectas en sí mismas, pero es esencial aprender a gestionarlas adecuadamente para evitar caer en la impulsividad. La regulación emocional permite que los niños y adolescentes desarrollen habilidades fundamentales para la vida y al mismo tiempo mejorar sus sustancialmente sus resultados académicos.

A lo largo del curso los participantes revisarán los conceptos fundamentales de las emociones desde la neurociencia y los elementos que sustentan el trabajo de la educación emocional en el contexto escolar, para luego conocer medidas concretas que se pueden implementar en los establecimientos educacionales para apoyar a niños/as y jóvenes en su desarrollo emocional.

4. **Objetivos:**

- Conocer la conceptualización de las emociones desde la neurociencia.
- Apoyar a los estudiantes en la gestión y regulación de sus emociones.
- Implementar medidas generales de apoyo al desarrollo socioemocional de los niños/as y jóvenes en el establecimiento educacional.

5. **Evidencia/Teoría de la acción:**

Las emociones son formas de responder que tenemos las personas para hacer frente a los acontecimientos. Muchos problemas personales y sociales son una manifestación del analfabetismo emocional. Las emociones no son correctas ni incorrectas, pero hay que saber gestionarlas correctamente para no dejarse llevar por la impulsividad (Bisquerra, 2009).

La regulación emocional puede enseñarle al niño/a y adolescente habilidades relacionadas con la empatía, el buen trato, la comprensión de las consecuencias de las acciones, la autorregulación y el enfrentamiento al estrés (Lecannelier, 2016). La educación emocional propone el desarrollo de competencias emocionales, entendidas como competencias básicas para la vida, con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2009).

Más de 20 años, y cientos de estudios y revisiones han demostrado que aquellas instituciones educacionales que implementan programas de educación emocional de modo serio, ordenado,

sistemático y continuo, las mejoras en los niveles de aprendizaje cognitivo, puntajes en pruebas estandarizadas, razonamiento abstracto y aprendizaje integrado, capacidades de regulación, comprensión y expresión emocional, empatía, habilidades sociales, autoconocimiento y toma de decisiones, y disminución de conductas agresivas, de riesgo, adicciones, embarazo adolescente, y deserción escolar, son estadísticamente significativas (Weissberg, Durlak, Domitrovich, , & Gullotta, 2015).

Por ejemplo, en un reciente metaanálisis, analizando 213 estudios y 270.000 estudiantes, se confirmó ampliamente los beneficios mencionados anteriormente (Durlak et al., 2011).

Este curso puede ayudar a entender mejor qué es la educación emocional y como desarrollarla, al mismo tiempo se presentarán algunas acciones que los establecimientos pueden implementar para el desarrollo y gestión emocional.

**6. Público objetivo:**

Profesores de educación básica y media, encargados de convivencia escolar y duplas psicosociales.

**7. Estructura, metodología y contenidos:**

El curso se compone de 3 sesiones de 4 horas de duración cada una, a lo que se suman 8 horas de trabajo autónomo, con lo que en total requiere de 20 horas de dedicación. Se presentará información teórica de cada uno de los aspectos más importantes a través de clases expositivas, pero también se presentarán casos prácticos y estrategias concretas en donde los participantes podrían aprender a gestionar las emociones de sus estudiantes, y cómo implementar medidas de apoyo en los contextos educacionales.

Sesión	Contenidos
Sesión 1 (4 horas)	<p>Conceptualización de las emociones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Educación emocional</li> <li>- ¿Qué son las emociones?: Teorías clásicas y actuales</li> <li>- Neuroeducación: el cerebro infantil y adolescente</li> </ul>
Sesión 2 (4 horas)	<p>Competencias y habilidades emocionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Consciencia emocional</li> <li>- Regulación emocional</li> <li>- Competencias emocionales</li> <li>- Desarrollo y motivación emocional</li> </ul>
Sesión 3 (4 horas)	<p>Desarrollo de competencias emocionales en el contexto escolar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Didácticas y estrategias de educación emocional</li> <li>- Contención emocional del estudiante, desbordes y escáner emocional. Análisis de casos y diseño de intervenciones.</li> <li>- Educación Emocional en valores</li> <li>- Comunicación efectiva y afectiva</li> </ul>

	- Autoconocimiento, Gestión Emocional y Liderazgo
--	---

Finalizado el curso, se entregará a cada participante una constancia de participación en la que se detallan las horas cursadas.

## 8. Director del Programa

### **Valentina Romo Prado**

Psicóloga Clínica Infanto Juvenil de la Universidad de los Andes con un Máster en Psicoterapia Infanto Juvenil del Instituto Superior de Estudios Psicológicos de Madrid (ISEP). Además, con diplomado en Inteligencia Emocional de la Fundación Liderazgo Chile (FLICH). Actualmente trabaja en el Centro de Investigación de Salud Mental Estudiantil de la Facultad de Educación de la Universidad de los Andes.

## 9. Referencias.

Lecannelier, F. (2016). A.M.A.R. Edicionesb, Providencia.

Bisquerra, Rafael (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis,.A, Madrid.

Durlak, J.A., Weissberg, R.P., Dymnicki, A.B., Taylor, R.D. and Schellinger, K.B. (2011), The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child Development*, 82: 405-432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>

Weissberg, R. P., Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., & Gullotta, T. P. (2015). Social and emotional learning: Past, present, and future.