NOTA DE PRENSA

Octaedro Editorial



Open Access - Acceso abierto

Colección: Horizontes Universidad
Temas: Educación, Educación emocional, Educación en competencias, Psicología, Salud Mental
Género: No ficción
Dimensiones: 15 x 23 cm
ISBN: 9788410790971
Páginas: 214 (2,6 MB)
Ref. 09700-1
Formato: ePDF

SOBRE EL LIBRO

Para más información
93 246 40 02
octaedro@octaedro.com
www.octaedro.com

Desarrollo de competencias sociales y emocionales para fortalecer el bienestar del profesorado

Andrea Izquierdo

NOVEDAD 2025 JUNIO

El entorno académico está lleno de desafíos a los que el profesorado se ha de enfrentar día a día: carga de trabajo excesiva, conflictos que debe resolver o mediar, cuestionamientos por parte de las familias y el abordaje de situaciones complejas en el aula. Estos retos exigen paciencia y habilidades profesionales, así como una sólida capacidad para manejar las emociones y las relaciones interpersonales, en donde la gestión del estrés y la resiliencia son clave. Por ello, contar con competencias sociales y emocionales bien desarrolladas resulta esencial.

Con un enfoque práctico y accesible, este libro ofrece estrategias basadas en la educación emocional para que el profesorado afronte estos desafíos con confianza. Mediante ejemplos reales del entorno académico, actividades reflexivas y herramientas efectivas, está diseñado para que tanto docentes en formación como en activo desarrollen competencias sociales y emocionales indispensables para su bienestar y su equilibrio profesional. Al mismo tiempo, busca que promuevan aulas más respetuosas y seguras, se conviertan en modelos para su alumnado y contribuyan a transformar la enseñanza y el aprendizaje.

Este libro es derivado de las «Jornadas Técnicas de Transferencia: Aplicaciones para la mejora del bienestar y la autoeficacia en la práctica docente», relativas a las actividades de investigación, innovación y transferencia del proyecto *Factores contextuales y personales en la eficacia docente y su influencia en el alumnado. Diseño y evaluación de un programa de intervención* (EFIDOC). Este proyecto, financiado por MCIN/AEI/10.13039/501100011033/FEDER, UE (Ref. PID2021-125279OB-100), busca proporcionar herramientas prácticas para potenciar la eficacia y el bienestar docente.

AUTORÍA

Andrea Izquierdo Guillermo. Profesora en el Departamento de Psicología Evolutiva y Didáctica de la Universidad de Alicante (España). Miembro activo del grupo de investigación SOCEDU. Su línea de trabajo se centra en la intervención educativa a través de programas para el desarrollo de competencias socioemocionales, dirigidos tanto al profesorado en formación como al que está en activo.

ÍNDICE

Presentación
Introducción

PARTE I. EL PUNTO DE PARTIDA: CONCEPTOS CLAVE Y FUNDAMENTOS

Capítulo 1. Las competencias sociales y emocionales
1. Competencias sociales
2. Competencias emocionales

Capítulo 2. Las inteligencias
1. Inteligencia intrapersonal e interpersonal
2. Inteligencia social
3. Inteligencia emocional

PARTE II. DE LA TEORÍA A LA ACCIÓN: GUÍA PRÁCTICA

Capítulo 3. ¿Qué implica poseer inteligencia emocional?
1. Percepción, valoración y expresión de las emociones
2. Comprensión emocional
3. Conciencia emocional
4. Regulación emocional

Capítulo 4. Control de impulsos
1. Reestructuración cognitiva
2. Técnicas de desactivación

Capítulo 5. Gestión del estrés
1. Administración del tiempo y establecimiento de objetivos
2. Prácticas de autocuidado.

Capítulo 6. Un paso más allá: fortaleciendo las relaciones interpersonales
1. Asertividad
2. Empatía
3. Manejo de las relaciones interpersonales

Capítulo 7. Resiliencia: afrontando y superando desafíos
1. Flexibilidad
2. Solución de problemas
3. Estrategias para desarrollar la resiliencia

Referencias
Anexos