herramientas emocionales

de ECOLOGÍA EMOCIONAL

Formación en Inteligencia emocional llevada a la práctica con el Modelo de Ecología Emocional®

Herramientas prácticas para fortalecer la **gestión personal, el clima escolar, los vínculos y la corresponsabilidad** en la comunidad educativa.

Dirigido a: Personal docente, equipos directivos escolares, áreas de orientación y acompañamiento.

1
Gestión personal

2
Gestión de la incertidumbre

3
Sostenibilidad Emocional

4
Clima escolar

5
Vínculos

6
Herramientas de Aplicación en aula

INSTITUT INTERNACIONAL ECOLOGIA EMOCIONAL

herramientas emocionales

Presentación del programa

Herramientas Emocionales EE es un programa intensivo de form-acción que lleva la inteligencia emocional a la práctica a través del **Modelo de Ecología Emocional®**

Está dirigido a docentes, equipos directivos y áreas de orientación y acompañamiento que buscan incorporar recursos concretos de gestión emocional en la vida cotidiana escolar: el aula, la convivencia, los equipos de trabajo y los espacios de acompañamiento.

Más que un curso teórico, es una experiencia para integrar herramientas emocionales que puedan convertirse en parte viva de la cultura escolar.

¿Por qué este programa hoy?

Las comunidades educativas viven hoy desafíos cada vez más complejos. Las poblaciones estudiantiles requieren mayor acompañamiento emocional, mientras que muchos equipos docentes y directivos sostienen su labor en contextos de alta exigencia, sobrecarga y desgaste.

Al mismo tiempo, los marcos educativos actuales reconocen la importancia de la formación socioemocional; sin embargo, en la práctica cotidiana muchas instituciones aún necesitan herramientas claras para pasar del **qué** al **cómo.**

Herramientas Emocionales EE responde a esta necesidad ofreciendo una ruta práctica para fortalecer la inteligencia emocional aplicada en la vida escolar: gestionar mejor las emociones, cuidar los vínculos, favorecer la convivencia y construir climas más saludables y sostenibles.

Porque la inteligencia emocional no solo se comprende: se practica, se entrena y se vive en comunidad.

INSTITUT INTERNACIONAL ECOLOGIA EMOCIONAL

herramientas emocionales

Dirigido a

Herramientas Emocionales EE está dirigido a instituciones educativas públicas y privadas que buscan fortalecer a quienes acompañan, orientan y sostienen la vida escolar cotidiana, especialmente en contextos donde la gestión emocional, la convivencia y el cuidado del clima institucional se han vuelto cada vez más relevantes.

Personas destinatarias:

Personal docente de distintos niveles educativos.

Equipos directivos y de coordinación académica.

Áreas de orientación, tutoría y acompañamiento.

Equipos de convivencia, psicopedagogía o bienestar escolar

Personal educativo que participa en la construcción de una cultura institucional más consciente, corresponsable y humana.

Objetivo general

Formar de manera práctica y vivencial a docentes, equipos directivos y áreas de orientación y acompañamiento para traducir los propósitos socioemocionales y humanistas de los marcos educativos actuales en herramientas concretas que favorezcan la gestión emocional, la convivencia, el cuidado del clima institucional y la salud mental en la comunidad educativa

Objetivos específicos

Al finalizar el programa, las personas participantes podrán:

- **Reconocer el impacto de su mundo emocional** en su labor educativa, en la calidad de sus relaciones y en el clima institucional que ayudan a construir.
- **Autoaplicar herramientas de gestión emocional** para responder con mayor consciencia ante situaciones de tensión, incertidumbre, conflicto, sobrecarga o desgaste.
- **Promover espacios emocionalmente más protegidos** que favorezcan la confianza, el respeto, la participación y el cuidado del bienestar y la salud mental.
- **Adaptar y diseñar acciones propias** a partir de las herramientas trabajadas, considerando las necesidades, recursos y realidades específicas de su aula, equipo de trabajo o área de orientación y acompañamiento.
- **Impulsar prácticas corresponsables de convivencia** que contribuyan a una cultura institucional más humana, consciente y emocionalmente sostenible.

Metodología

Herramientas Emocionales EE se desarrolla bajo una metodología de **form-acción:** las personas participantes no solo reciben contenidos, sino que **viven**, **autoaplican** y **reflexionan** sobre herramientas que pueden trasladar a su realidad escolar.

La experiencia combina momentos breves de conceptualización, ejercicios de autoobservación, trabajo individual y grupal, diálogo reflexivo y aplicación a situaciones concretas del aula, los equipos de trabajo y las áreas de orientación o acompañamiento.

El programa utiliza recursos propios del Modelo de Ecología Emocional®, como metáforas, preguntas despertador, relatos y dinámicas participativas, dentro de un **Espacio Emocionalmente Protegido** que favorece la confianza, el respeto, la participación y el aprendizaje compartido.

A lo largo del proceso, cada institución puede identificar formas pertinentes de aplicación de acuerdo con sus necesidades, recursos y cultura interna, para que los aprendizajes no queden como ideas aisladas, sino como prácticas posibles dentro de la vida escolar cotidiana.

Duración y modalidad

El programa tiene una duración total de **18 horas.**

Se recomienda realizarlo en formato **intensivo de 3 días**, ya que esta modalidad favorece la inmersión, la integración del grupo y la construcción de un lenguaje común entre las personas participantes.

Puede implementarse en periodos de capacitación docente, vacaciones del alumnado, preparación del ciclo escolar o distribuirse en **tres sesiones de Consejo Técnico**, de acuerdo con las posibilidades de cada institución.

Aunque el formato presencial intensivo es el más recomendable por su impacto vivencial e integrador, el programa también puede adaptarse a modalidad online o a sesiones más breves, cuidando siempre la continuidad del proceso y la profundidad de la experiencia.

Estructura del programa

El programa se organiza en **6 unidades de trabajo** que avanzan de manera progresiva: del autoconocimiento y la gestión personal hacia la comprensión del clima, los vínculos y la vida institucional, para cerrar con la aplicación concreta en la realidad escolar.

INSTITUT INTERNACIONAL ECOLOGIA EMOCIONAL

herramientas emocionales

Unidad	Eje de trabajo	Sentido de la unidad
1 Gestión personal	Autoconocimiento y Gestión Emocional Equilibrante	Reconocer el mundo emocional propio y aprender una ruta práctica para gestionar las emociones.
2 Gestión de la incertidumbre	Territorios emocionales, incertidumbre y confianza	Identificar creencias, límites, miedos y recursos personales para ampliar posibilidades de acción.
3 Sostenibilidad Emocional	Energía emocional y sostenibilidad personal	Revisar fuentes, fugas y formas de canalizar la energía emocional en la labor educativa.
4 Clima escolar	Clima emocional, convivencia y gestión de emociones intensas	Comprender el impacto del contagio emocional, la reactividad y la corresponsabilidad en el clima institucional y la convivencia cotidiana.
5 Vínculos	Vínculos, huella emocional y autocuidado de quien educa	Revalorizar la labor educativa y reconocer la huella emocional que dejan docentes, directivos y equipos de acompañamiento, integrando el autocuidado como base para cuidar, orientar y vincularse mejor.
6 Herramientas de Aplicación en aula	Herramientas de aplicación en el aula y la vida escolar	Integrar aprendizajes y diseñar acciones propias para el aula, los equipos de trabajo y las áreas de orientación o acompañamiento.

Beneficios para la comunidad educativa

La implementación de **Herramientas Emocionales EE** permite que docentes, equipos directivos y áreas de acompañamiento cuenten con recursos sencillos, profundos y aplicables para responder mejor a los desafíos emocionales del mundo actual. Al fortalecer a quienes sostienen la vida escolar, el impacto llega también al aula, a la convivencia cotidiana y al alumnado.

Beneficios principales:

- Desarrolla mayor capacidad para reconocer y gestionar emociones en situaciones reales de la vida escolar.
- Favorece respuestas más conscientes ante tensión, conflicto, incertidumbre, sobrecarga o desgaste.
- Ofrece herramientas prácticas que pueden autoaplicarse y trasladarse al aula, los equipos y los espacios de acompañamiento.
- Contribuye a crear ambientes escolares más seguros, humanos y emocionalmente cuidados.
- Promueve comunidades educativas más autónomas, capaces de diseñar acciones propias según sus necesidades y recursos.
- Impacta positivamente en el alumnado a través de una presencia adulta más consciente, regulada y corresponsable.
- Impulsa una cultura escolar más humana, colaborativa y emocionalmente sostenible.

Experiencia aplicada

Herramientas Emocionales EE se fundamenta en experiencias formativas desarrolladas por el Institut Internacional Ecología Emocional en comunidades educativas públicas y privadas, tanto en escuelas de menor escala como en procesos institucionales de amplio alcance.

El programa ha sido aplicado en contextos educativos diversos, incluyendo una experiencia presencial con **400 participantes en distintas sedes del país**, lo que ha permitido adaptar sus herramientas a realidades escolares variadas y fortalecer su aplicación en el aula, los equipos de trabajo y los espacios de acompañamiento.

Esta trayectoria confirma que el Modelo de Ecología Emocional® puede implementarse con profundidad, sencillez y sentido práctico, tanto en comunidades escolares pequeñas como en instituciones educativas de gran escala.

Sobre el Institut Internacional Ecología Emocional

El **Institut Internacional Ecología Emocional** acompaña a personas, comunidades educativas y organizaciones en el desarrollo de competencias emocionales, relacionales y éticas para construir ecosistemas más conscientes, humanos y sostenibles.

Sus programas se basan en el **Modelo de Ecología Emocional®**, creado por Mercè Conangla y Jaume Soler, y se distinguen por traducir la inteligencia emocional en herramientas sencillas, profundas y aplicables a la vida cotidiana.

El Institut cuenta con un equipo de facilitadores y especialistas de alto nivel, con experiencia en formación, acompañamiento grupal, educación emocional y aplicación del Modelo de Ecología Emocional® en distintos contextos educativos e institucionales.

Respaldo STPS

Las **18 horas de formación de Herramientas Emocionales EE** se documentan como capacitación laboral mediante la constancia de competencias o habilidades correspondiente.

La institución recibe los **formatos DC-3 por participante** para integrar esta formación a sus procesos internos de capacitación y, cuando corresponda, reportar las listas de constancias ante la **Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS)** conforme a los procedimientos aplicables.

Implementación y cotización

La implementación de **Herramientas Emocionales EE** se define de acuerdo con las características de cada institución: sede, modalidad, número de participantes, calendario disponible y distribución de sesiones. La cotización se elabora con base en estos elementos, procurando que el formato acordado conserve la profundidad vivencial del programa y responda a las posibilidades operativas de cada comunidad educativa.

M. MERCÈ CONANGLA MARIN

@EcoEmocional
Co-creadora del Modelo Ecología Emocional®
Fundadora y Presidenta
Fundació Àmbit Ecologia Emocional

JAUME SOLER I LLEONART

Co-creador del Modelo Ecología Emocional®
Fundador y Presidente Honorario
Fundació Àmbit Ecologia Emocional

DULCE CAMARILLO MESH

Directora General Global
Institut Internacional Ecología Emocional

dcamarillo@ecologiaemocionalmx.org

CONTACTO

+52 (55) 8135-3421
+52 (55) 5536-6444
contacto@ecologiaemocionalmx.org

www.ecologiaemocional.org

Equipo de profesionales

El Intersomos de Ecología Emocional
Consulta de semblanzas, programas y más información del Modelo EE

Institut Internacional Ecología Emocional

@EcoEmocionalMx

@Institutecologiaemocional

Institut Internacional Ecología Emocional

@EcologiaEmocionalMX