BIENESTAR DOCENTE Y CLIMA ESCOLAR

INSTITUT INTERNACIONAL ECOLOGIA EMOCIONAL

Cuidar a quienes cuidan y educan.
Fortalecer el clima emocional de la escuela.

Reforestar nuestros Corazones

Ecología Emocional aplicada para fortalecer al equipo educativo, renovar su energía emocional y mejorar el clima escolar.

Reforestar el corazón de la escuela comienza por cuidar a quienes la sostienen cada día.

INFORMACIÓN DEL PROGRAMA

DIRIGIDO A
Docentes, directivos, personal administrativo y equipos de acompañamiento escolar

MODALIDAD
Presencial u online síncrona
Calendario flexible

DURACIÓN
15 horas en vivo
5 sesiones de 3 horas
+ actividades opcionales entre sesiones

METODOLOGÍA
Vivencial, lúdica, sencilla y profundamente práctica

INSTITUT INTERNACIONAL ECOLOGIA EMOCIONAL

Reforestar nuestros Corazones

Programa formativo para docentes
Modalidad: Presencial u Online Síncrono

Duración: 20 horas
Fechas y horarios: Flexibles y adpatables a las necesidades del grupo

Presentación

El contexto educativo actual exige mucho más que competencias técnicas. Diversos estudios internacionales señalan que **más del 50% del profesorado reporta altos niveles de agotamiento emocional, mientras que niñas, niños y adolescentes presentan un incremento sostenido de depresión, ansiedad, estrés y dificultades socioemocionales,** con un impacto directo en las familias y en la convivencia escolar.

A este escenario se suma la **rápida irrupción de la inteligencia artificial y los cambios tecnológicos,** que transforman profundamente la manera de aprender, relacionarse y construir sentido, **haciendo cada vez más urgente fortalecer el pensamiento crítico, la gestión emocional y las competencias para la vida** dentro de la comunidad educativa. En este contexto, la pregunta clave es**: ¿cómo estamos cuidando la salud mental y emocional de quienes educan y acompañan? ¿Y qué herramientas estamos ofreciendo para afrontar los desafíos presentes y futuros?**

Reforestar Nuestros Corazones es un programa vivencial del Modelo de Ecología Emocional®, implementado internacionalmente, diseñado para fortalecer el bienestar del cuerpo docente y administrativo, **mejorar el clima escolar y dotar a la comunidad educativa de herramientas emocionales esenciales, aplicables de inmediato.** Más que un curso, **es una experiencia transformadora** que permite recuperar energía, renovar el sentido del acto educativo y desarrollar competencias emocionales y de salud mental desde **un enfoque sostenible, humano y profundamente práctico.**

Impacto esperado en la Comunidad Educativa

- Reducción del desgaste emocional y mayor bienestar docente.
- Mejora del clima emocional de la comunidad educativa y la convivencia escolar.
- Docentes y equipos habilitados con herramientas concretas especializadas en gestión emocional.
- Mayor sentido de comunidad, pertenencia y colaboración entre equipos.
- Incremento del compromiso profesional y la motivación sostenible.
- Implementación de prácticas emocionales que fortalecen la cultura escolar.

Objetivos

Reforestar Nuestros Corazones

1. Reforestar el corazón de educadores, fortaleciendo recursos personales.
2. Crear espacios de cuidado emocional en la comunidad educativa, desde la empatía y la sensibilidad.
3. Identificar los paisajes emocionales que se viven en la escuela, para gestionarlos equilibradamente.
4. Desarrollar herramientas para promover expresión emocional saludable en estudiantes.
5. Acompañar desde una pedagogía emocionalmente ecológica que fomente resiliencia, sentido y bienestar.

> "La escuela florece cuando cultivamos semillas de confianza, creatividad y presencia consciente."
>
> Soler & Conangla

Metodología

FORM-ACCIÓN

La metodología **FORM-ACCIÓN** integra aprendizaje y experiencias vivenciales que se aplican de inmediato en la práctica educativa. Cada sesión combina reflexión, acción y creatividad, favoreciendo una participación activa y significativa.

Creamos un **espacio protegido, lúdico y estimulante**, donde el pensamiento crítico y la flexibilidad mental se desarrollan a través de dinámicas, metáforas, preguntas despertador y ejercicios que fortalecen el bienestar docente y la conexión con el propio ecosistema emocional.

Es un enfoque que impulsa cambios reales: **cuidar al que cuida**, promoviendo una cultura emocional más consciente y sostenible dentro de la comunidad educativa.

Contenidos

1. **Ecología Emocional:** Reconocimiento del ecosistema interior (escáner emocional). Casa de las Emociones. Las cuatro áreas de la sostenibilidad emocional.
2. **Territorios y paisajes emocionales:** Identificación de los estados emocionales (paisajes). Mapas y dragones para la gestión del cambio. Transitar del miedo a la confianza.
3. **Energías emocionales:** Ciclo de la energía emocional y detección de fugas. Vitaminas emocionales. Las 4 R de la Ecología Emocional.
4. **Clima emocional interno y compartido:** Meteorología emocional, lenguaje que acompaña, drenaje emocional equilibrante, saco del fatal y prácticas de serenidad para estudiantes y docentes.
5. **Vínculos y Ecosistema Relacional:** Relato personal, resiliencia docente, sentido del acto educativo

INSTITUT INTERNACIONAL ECOLOGIA EMOCIONAL

Reforestar nuestros Corazones

Programa formativo para docentes
Modalidad: Presencial u Online Síncrono

Datos generales sobre el programa

Duración y horarios:

Duración: **20** horas (**5** sesiones de **3** h + **5** h de trabajo individual recomendado).

Modalidades: **Presencial** (sujeta a disponibilidad) | **En línea** síncrono por Zoom.

Fechas: A definir con cada institución.

Sesión 1
Ecología Emocional

Sesión 2
Territorios y paisajes emocionales

Sesión 3
Energías Emocionales

Sesión 4
Clima emocional interno y compartido

Sesión 5
Vínculos y Ecosistema Relacional

Inversión:

Proyecto institucional (grupo exclusivo):
Desde **$45,000 MXN** por grupo de hasta **30 participantes**

Grupo recomendado: 15 a 30 participantes

Modalidad abierta: **$3,500 MXN** por articipante

Incluye:

- Lecturas y recursos complementarios de Ecología Emocional® de aplicación en aula
- Una conferencia para familias de la comunidad educativa
- Manual participante digital

Los proyectos institucionales se cotizan según sede, modalidad y número de grupos.

Informes e inscripciones:

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