

Revolución **Emocional** en educación

Dr. Pablo Fernández Berrocal
Catedrático de Psicología

Laboratorio de Emociones
Universidad de Málaga
@pabloberrocal



¿Qué soy, pues?
**Una cosa que
piensa**



Jean Piaget

















CHICOS, NECESITAMOS
UN NUEVO JEFE QUE SEPA
CONTROLAR SUS INSTINTOS



Ferran 2019 - .





¿Cómo
alguien tan
inteligente
puede ser
tan
estúpido?



Libération

Les hablé de sus vulnerabilidades:

Quiero ser presidente

pero soy judío, tengo gustos caros y me gustan demasiado las mujeres.





Daniel
Kahneman





**Daniel
Kahneman**

Premio Nobel de Economía

**Pensar
rápido,
pensar
despacio**



DEBOLSILLO

Dos opciones

1

Ahora

1000 €

2

**La semana
que viene**

1100 €

Walter Mischel y la tentación





Regular las emociones no es fácil



Es muy **difícil** !!











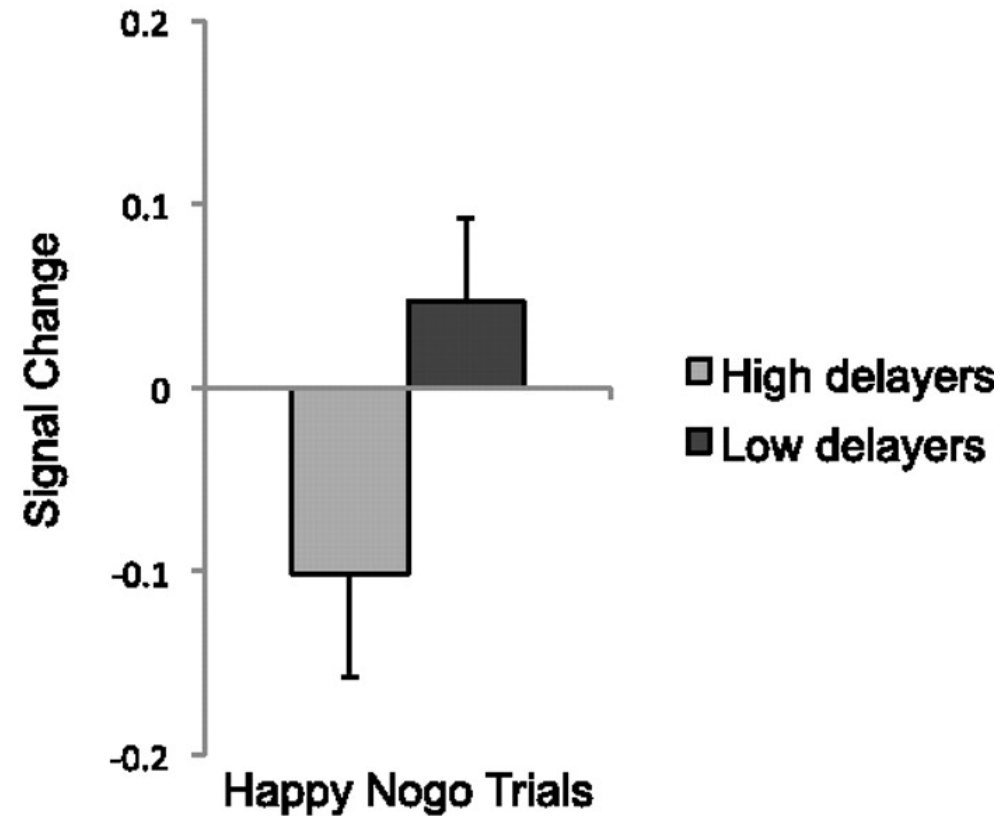
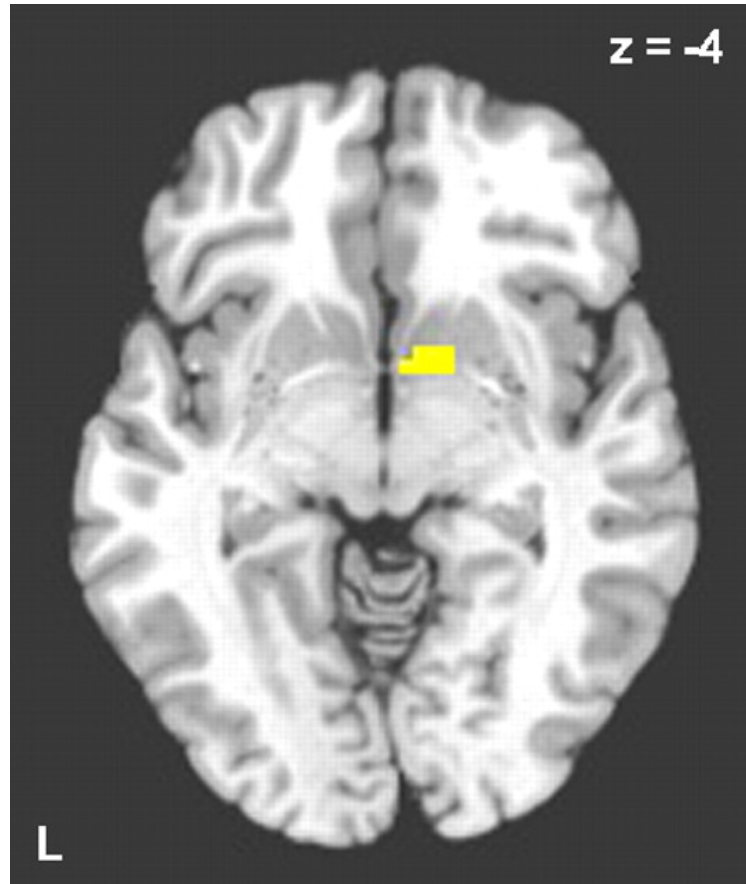




B.J. Casey

Sackler Institute for Developmental Psychobiology
Cornell University

Sus cerebros 40 años después



Casey B J et al. PNAS 2011;108:14998-15003

Carolyn Weisz



Professor, Psychology

BA, Stanford University, 1987

MA, PhD, Princeton University, 1989, 1992

Carolyn Weisz is a Social Psychologist and Professor of Psychology at the University of Puget Sound. Her teaching and research focus on issues of social perception, stereotyping, stigma, racism, intergroup relations, homelessness, and friendship. She participates in the University of Puget Sound's Race and Pedagogy Initiative and Civic Scholarship Program.

Su hermano: Craig



Me habría gustado ser una persona con más paciencia...

Mirando hacia atrás, hay definitivamente momentos en los que me habría ayudado a tomar mejores decisiones.



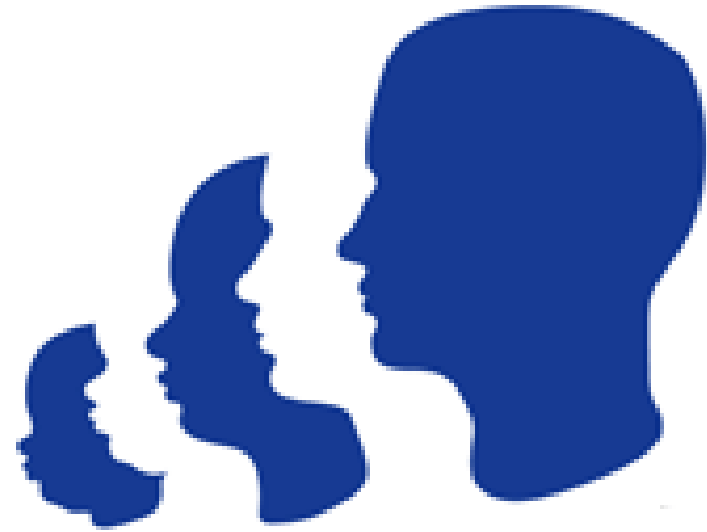
Dunedin en Nueva Zelanda

1033 personas hasta los 33 años



Dunedin Multidisciplinary
Health & Development
Research Unit

DMHDRU



Terrie Moffitt





Peor salud

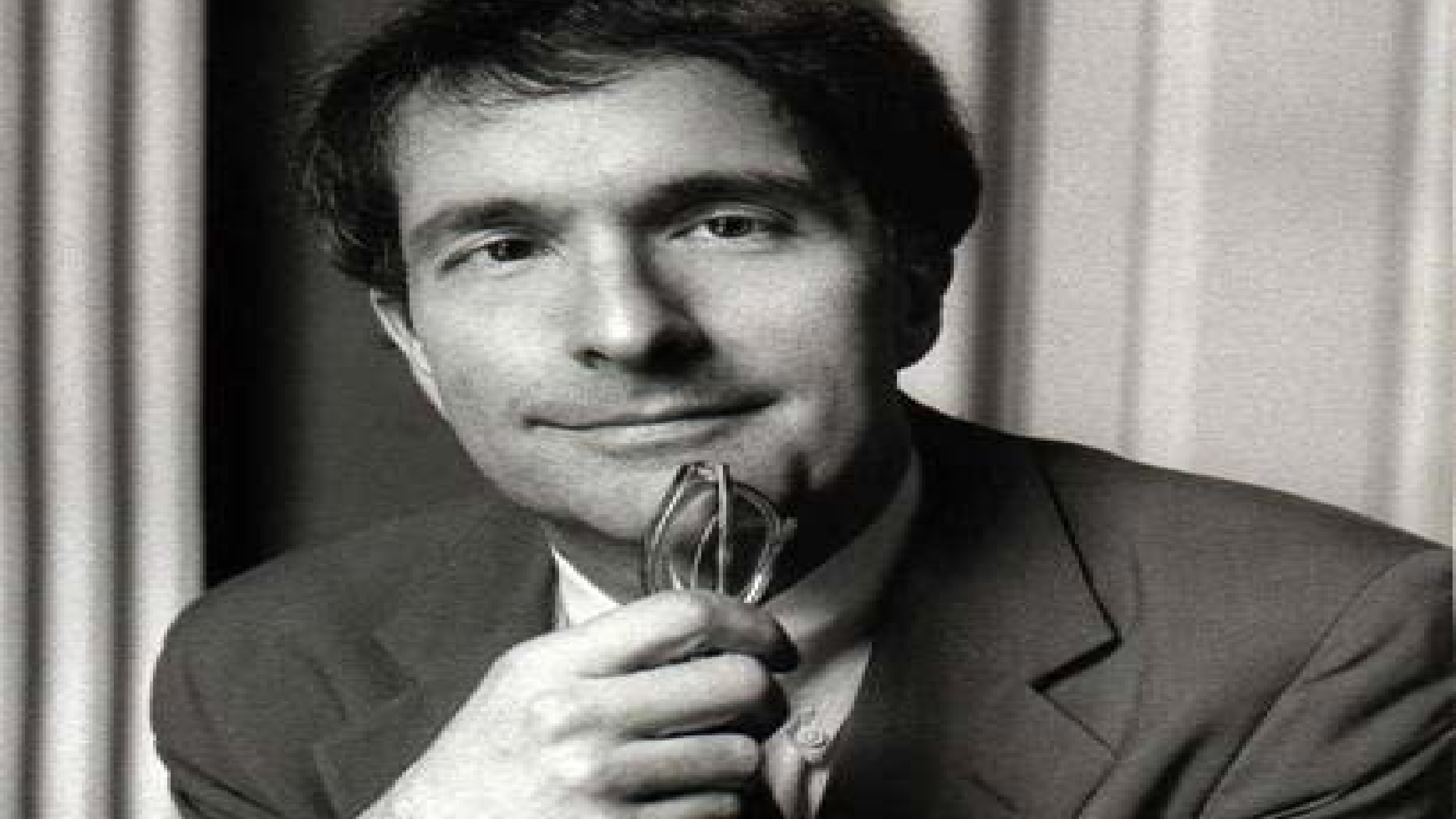


Peor salario



Más
delincuencia







Personas especiales



El listo

Daniel
Goleman
publica en 1995
su bestseller
*Inteligencia
Emocional*

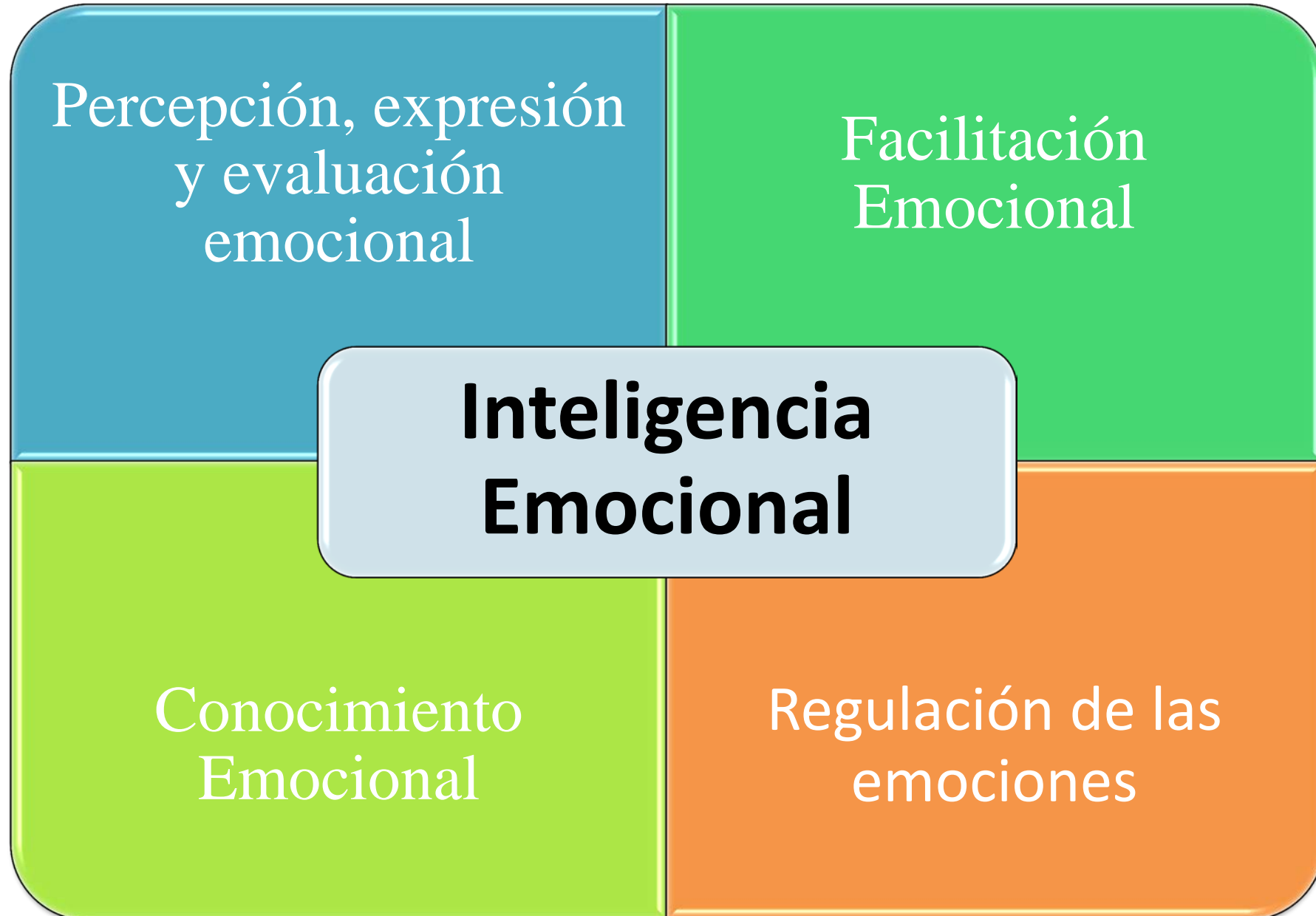


Qué es la Inteligencia Emocional

La IE es la habilidad para reconocer,
comprender y regular nuestras
emociones y las de los demás

Mayer y Salovey (1997)

Modelo de Mayer y Salovey (1997)

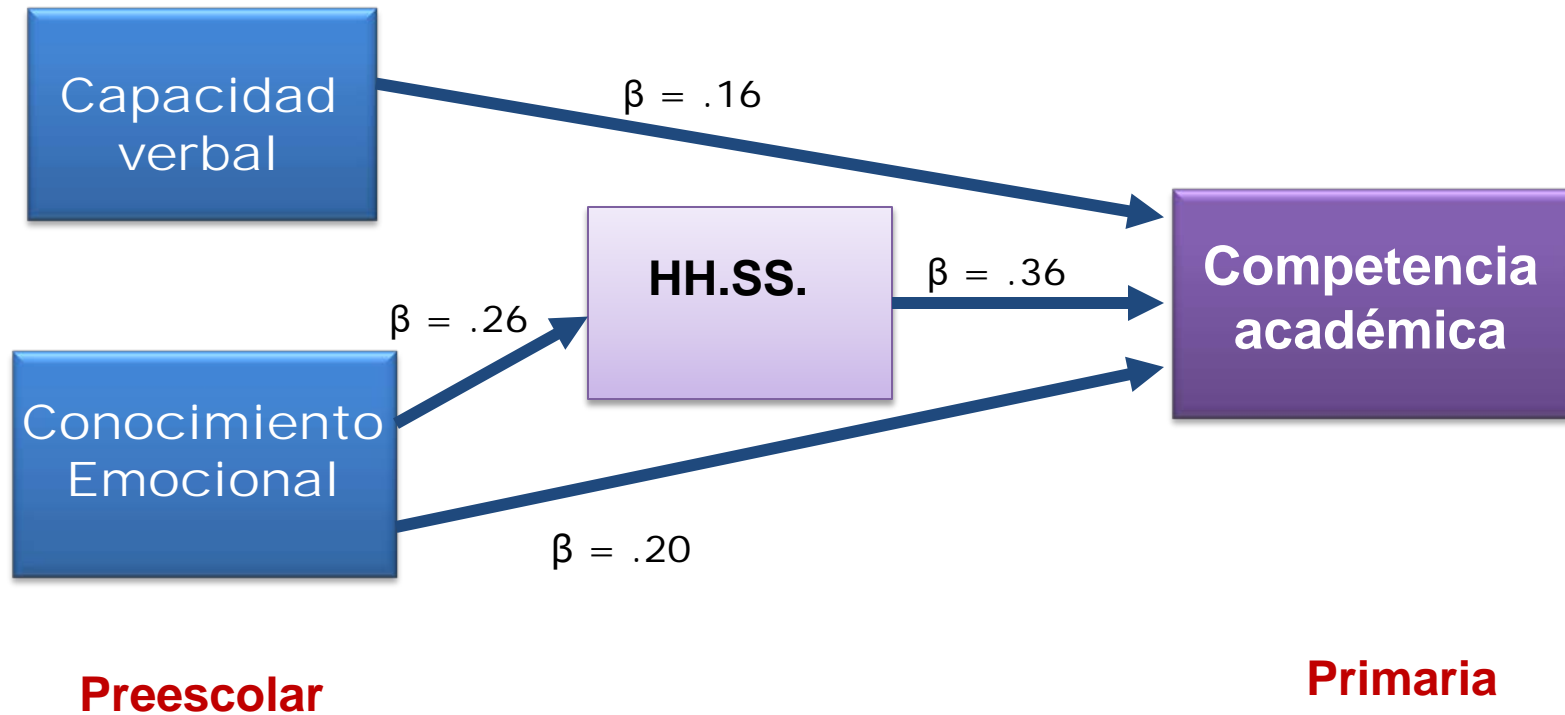





Durlak, J.A., Weissberg, R.P., Taylor, R.D., & Dymnicki, A.B. (2011). The effects of school-based social and emotional learning: A meta-analytic review. *Child Development*.



IE y competencia académica



A close-up photograph of two young women. The woman in the foreground has brown hair and is wearing a light blue button-down shirt. She is looking down and to the left with a slight smile. The woman behind her has blonde hair and is also looking in the same direction. The background is blurred, showing other people in a classroom or school setting.

**Menos
abandono escolar**

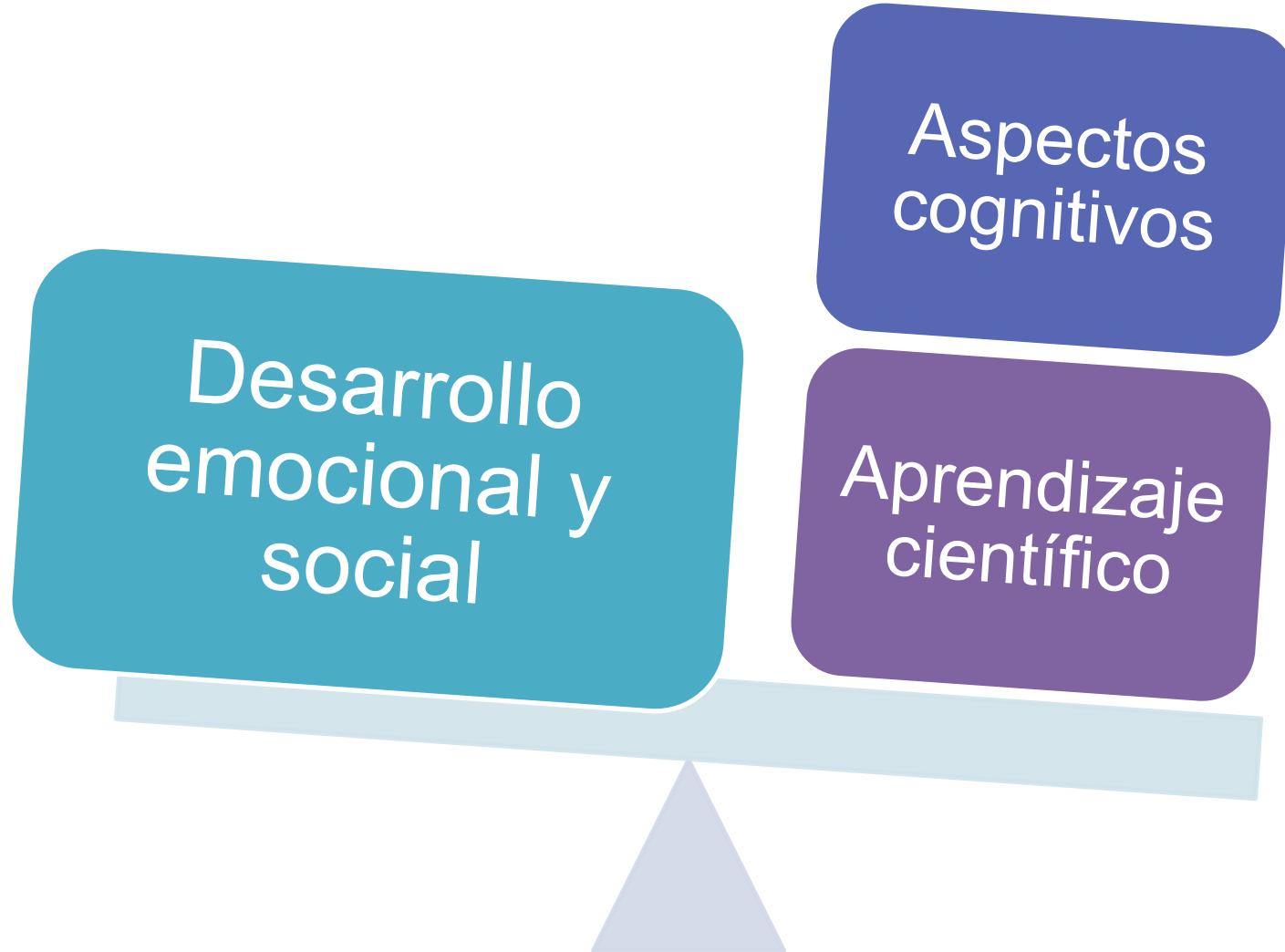
Escuela
Siglo XXI

Escuela

Aspectos
cognitivos

Desarrollo
emocional y
social

Aprendizaje
científico



¿Para qué?



Profesores + IE menos desgaste personal

1. Menos cansancio emocional
2. Menor grado de despersonalización
3. Más realización personal



Augusto et al. (2007); Extremera et al (2007)



20% de
personas en
edad de trabajar
sufre algún
trastorno mental

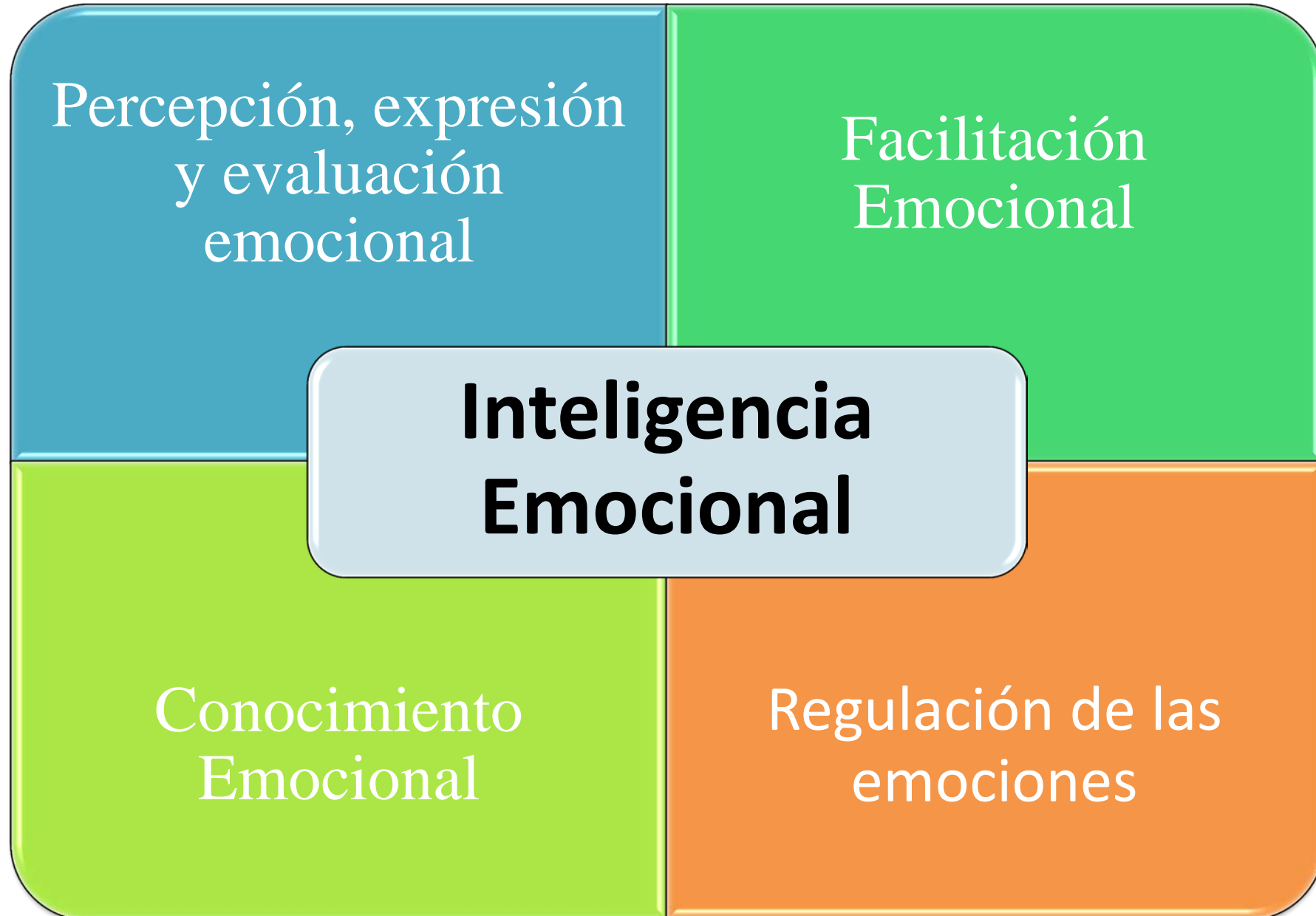
 OECD

Informe de la OCDE (2015)

Revolución *Emocional*



Modelo de Mayer y Salovey (1997)





Proyecto Intemo

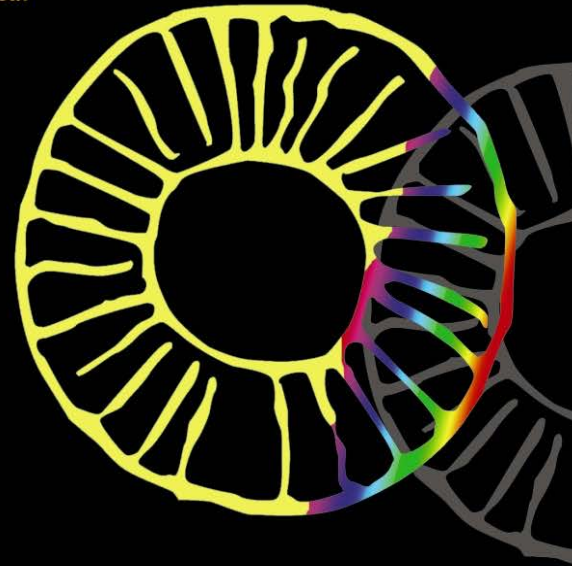
colección
OJOS SOLARES

programas

PROGRAMA INTEMO+

Mejorar la inteligencia emocional de los adolescentes

Rosario Cabello González
Ruth Castillo Gualda
Pilar Rueda Gallego
Pablo Fernández-Berrocal



Prólogo de: César Bona
(único docente español candidato a los Global Teacher Prize)

PIRÁMIDE





Estrategia de implementación

Nivel 1

Formación de los educadores en su propia IE

Nivel 2

Aprender a aplicar el programa INTEMO

Nivel 3

Aprender a aplicar el programa INTEMO avanzado

Las personas **no** sabemos
cómo funcionan
nuestras emociones





Siento,
luego existo



 Estoy bien

¿CÓMO ESTOY?

 Estoy mal

 Estoy
estresado/a

 Estoy
enamorado/a

 Estoy
contento/a

 Estoy
confundido/a

 Estoy
sorprendido/a

 Estoy
enfadado/a

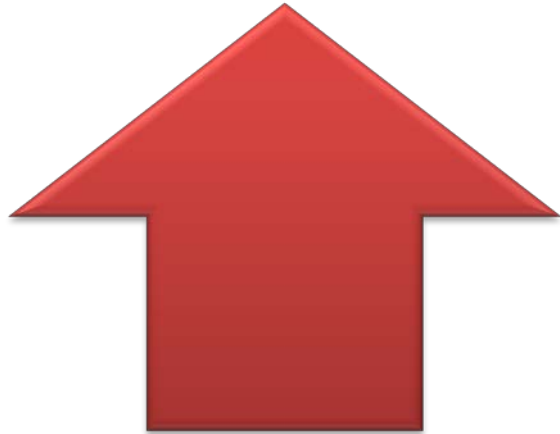
 Estoy triste

Sigal Barsade





Porcentaje de emociones expresadas en el trabajo



Ira

• 53%

¿Qué porcentaje sentís vosotros?



Alegría

• 19%





Creativas

Productivas





30%-40%

- Productivas



Comprender a los demás



La relevancia de las relaciones sociales

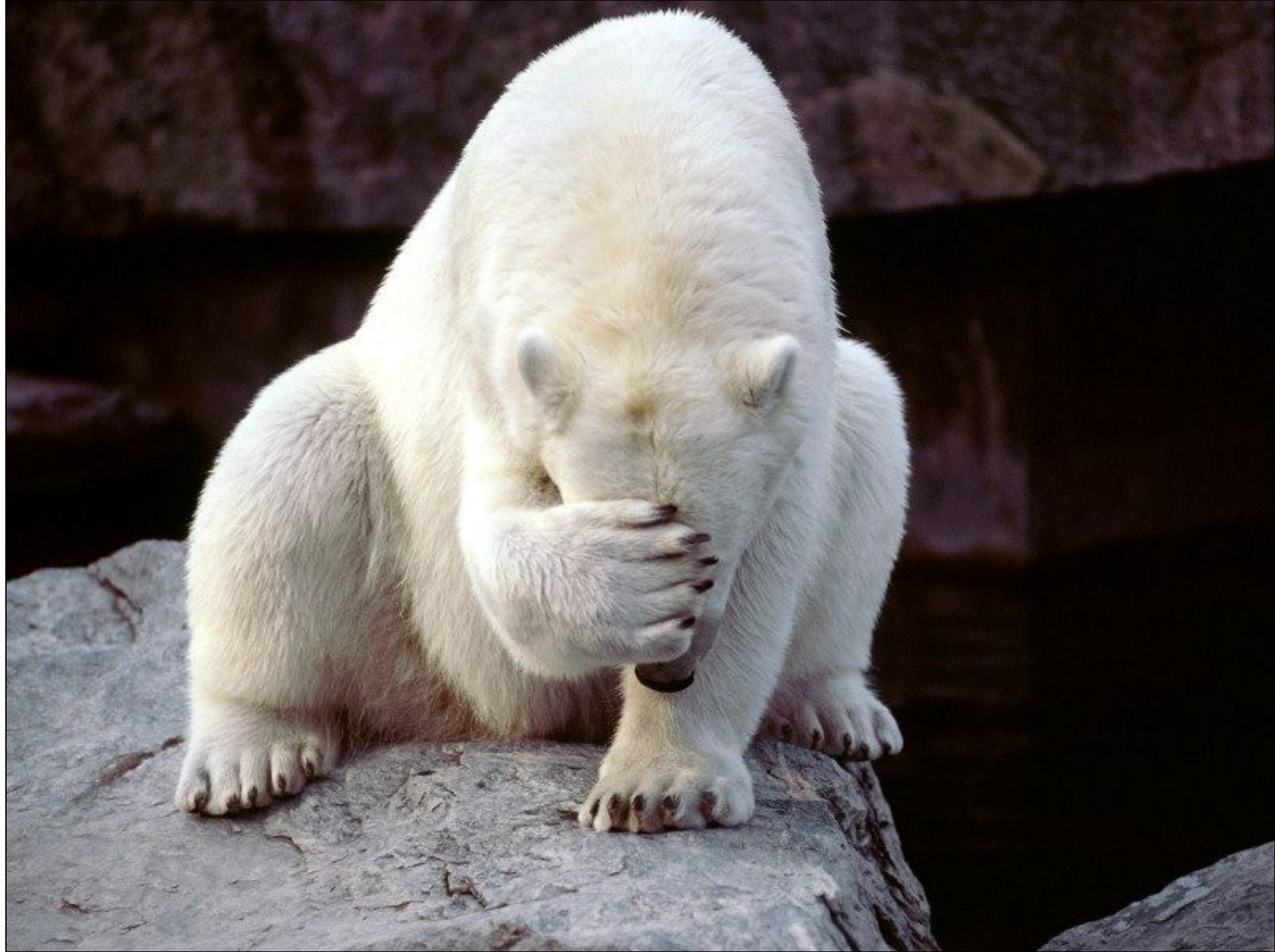














fantaseando
aturdida
deseo
convencida



fantaseando
aturdida
deseo
convencida

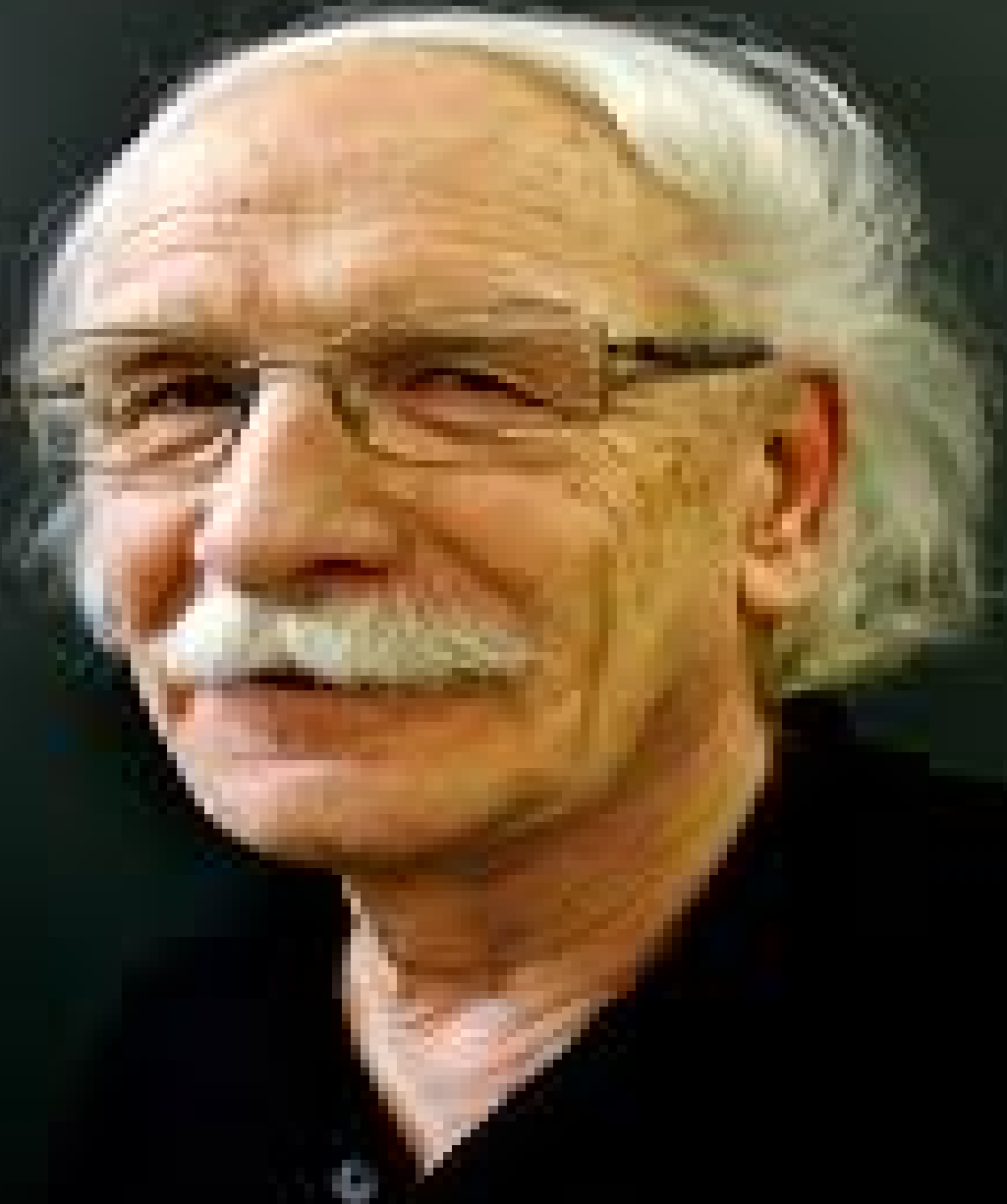


fantaseando
aturdida
deseo
convencida



Crear un clima positivo





GIACOMO RIZZOLATTI
CORRADO SINIGAGLIA

LAS NEURONAS
ESPEJO

Los mecanismos de la empatía emocional











!!Fijaos cómo cambia!!



¿Qué cara emocional
tengo en reposo?

¿COMUNICAR
CON
EMPATÍA?



Comunicación no verbal



BY VIRGILI



Contacto visual



Busca personas en tu
entorno que aumenten tu
energía y tu **entusiasmo**

.





Revolución *Emocional*

Escribe 3 cosas que te
encantan de las **personas**

GRACIAS

@pabloberrocal

