

Orientación, tutoría y educación emocional

Rafael Bisquerra Alzina



Reservados todos los derechos. Está prohibido, bajo las sanciones penales y el resarcimiento civil previstos en las leyes, reproducir, registrar o transmitir esta publicación, íntegra o parcialmente, por cualquier sistema de recuperación y por cualquier medio, sea mecánico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o por cualquier otro, sin la autorización previa por escrito de Editorial Síntesis, S. A.

© Rafael Bisquerra Alzina

© EDITORIAL SÍNTESIS, S. A.
Vallehermoso, 34. 28015 Madrid
Teléfono 91 593 20 98
<http://www.sintesis.com>

ISBN: 978-84-995892-5-1
Depósito Legal: M. 32.353-2012

Impreso en España - Printed in Spain

Índice

<i>Introducción</i>	11
---------------------------	----

PARTE I: MARCO CONCEPTUAL

1. <i>Orientación psicopedagógica: claves conceptuales</i>	15
1.1. ¿Orientación psicopedagógica?	15
1.2. Competencias básicas para la vida	16
1.3. Áreas de la orientación	17
1.4. Modelos de intervención	18
1.5. Contextos de la orientación	19
1.6. Trabajo en equipo	20
1.7. Orientación y acción tutorial	20
1.8. El marco conceptual de la orientación psicopedagógica	21
1.9. Orientación y educación emocional	21

PARTE II: ÁREAS DE INTERVENCIÓN DE LA ORIENTACIÓN Y LA TUTORÍA

2. <i>Orientación profesional y toma de decisiones</i>	25
2.1. Orientación y madurez vocacional	26
2.2. El proceso de la orientación profesional	26
2.3. Autoconocimiento	28
2.4. La información académica y profesional	29

2.5. El proceso de toma de decisiones	30
2.6. La emoción en la toma de decisiones	31
2.7. Desarrollo de competencias	33
2.8. Secuenciación de la orientación profesional	33
2.9. Orientación en las transiciones	34
3. Orientación para el aprendizaje	37
3.1. Orientación y procesos de enseñanza-aprendizaje	38
3.2. Aplicaciones de las teorías del aprendizaje: el constructivismo	38
3.3. El aprendizaje autónomo	39
3.4. La motivación para el aprendizaje	40
3.5. Condiciones ambientales y personales	41
3.6. Incentivos para el aprendizaje	42
3.7. Estrategias de aprendizaje	42
3.8. Competencia metacognitiva	43
3.9. Enseñar a pensar y desarrollo de la inteligencia	44
3.10. Enseñar a aprender	45
3.11. La integración curricular	46
3.12. Leer para aprender	46
3.12. Las emociones en el aprendizaje	47
4. Orientación en la diversidad	51
4.1. ¿Qué se entiende por diversidad?	51
4.2. Dificultades de aprendizaje	52
4.3. La respuesta educativa a la diversidad	52
4.4. Agrupaciones flexibles	53
4.5. Adaptaciones curriculares	54
4.6. Derivar el caso	54
4.7. Atención a la diversidad y canal de flujo	55
4.8. La indefensión aprendida	56
4.9. La educación inclusiva	57
4.10. La dimensión emocional en la atención a la diversidad	58
5. Prevención y desarrollo de competencias para la vida	61
5.1. Niveles de prevención	62
5.2. Educación para el desarrollo	62
5.3. La orientación para la prevención y el desarrollo	63

5.4. Educación para la vida	64
5.5. Mejora de la autoestima	66
5.6. Prevención del estrés	71
5.7. Reestructuración cognitiva	72
5.8. Atribución causal	73
5.9. Técnicas de relajación	75
5.10. Imaginación emotiva	77
5.11. Desensibilización sistemática	77
5.12. Efecto sinergia	78

PARTE III: LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL MARCO DE LA TUTORÍA Y LA ORIENTACIÓN

6. Educación emocional y orientación	81
6.1. De la inteligencia general a las inteligencias múltiples	82
6.2. Antecedentes de la inteligencia emocional	84
6.3. Concepto de inteligencia emocional	86
6.4. Las competencias emocionales	87
6.5. ¿Qué es la educación emocional?	90
6.6. Fundamentos de la educación emocional	91
6.7. Objetivos de la educación emocional	93
6.8. Los contenidos de la educación emocional	93
6.9. La práctica de la educación emocional	95
6.10. Ejemplos de ejercicios de educación emocional	97
6.11. La formación del profesorado en educación emocional	101
6.12. El movimiento de la educación emocional	104
7. Educación emocional y transversalidad	107
7.1. El concepto de transversalidad	108
7.2. Relación de temas transversales	110
7.3. Objetivos generales de los temas transversales	111
7.4. Características de los temas transversales	111
7.5. Transversalidad e integración curricular	113
7.6. Acción tutorial y temas transversales	114
7.7. Educación moral	114
7.8. Educación para la ciudadanía	117
7.9. Educación intercultural	120

7.10. Educación para la paz	122
7.11. Educación para los derechos humanos	125
7.12. Educación para la salud	128
7.13. Educación sexual	131
7.14. Educación ambiental	132
7.15. Educación vial	134
7.16. Educación del consumidor	135
7.17. Educación para la igualdad de oportunidades	137
7.18. La educación emocional como eje transversal	139
7.19. Los Días Mundiales	139
7.20. Interrelaciones entre temas transversales	143
8. Coaching y entrevista	145
8.1. <i>Coaching, counseling</i> y orientación	145
8.2. Elementos del <i>coaching</i>	147
8.3. La entrevista de orientación	148
8.4. Factores que intervienen en la entrevista	149
8.5. Actitudes que favorecen el desarrollo de las entrevistas	149
8.6. Habilidades de comunicación necesarias para las entrevistas	151
8.7. Entrevistas iniciales y de seguimiento	152
8.8. La entrevista con las familias	157
8.9. Redacción y síntesis de los datos de la entrevista	158
9. Espacio familiar	161
9.1. De la escuela de padres al espacio familiar	162
9.2. Objetivos	163
9.3. Contenidos	163
9.4. Actividades	165
9.5. Realización de talleres	166
9.6. Otras posibilidades	167
9.7. Evaluación	168
10. Actividades de educación emocional en tutoría y orientación	169
10.1. Educación infantil	170
10.2. Educación primaria	173
10.3. Educación Secundaria Obligatoria	179

10.4. Educación secundaria postobligatoria	186
11. <i>El PAT en la práctica</i>	191
11.1. El PAT en el marco curricular	191
11.2. El PAT como instrumento	193
11.3. Elaboración del PAT	195
11.4. Un ejemplo de Plan de Acción Tutorial en la ESO	196
12. <i>Evaluación y diagnóstico psicopedagógico</i>	215
12.1. Medición y evaluación	215
12.2. Evaluación psicopedagógica para mejorar	216
12.3. Tipos de evaluación y sus funciones	216
12.4. Diagnóstico psicopedagógico	218
12.5. El proceso de diagnóstico en la evaluación psicopedagógica	218
12.6. Técnicas de recogida de datos	220
12.7. Tests referidos a la norma y tests referidos al criterio	221
12.8. De los modelos estáticos a la evaluación dinámica	222
12.9. Necesidad de profesionalidad	223
<i>Bibliografía</i>	227