



Producto final PFC  
Mejora integral de la  
convivencia  
IES Juan de Villanueva  
(2025-2026)

 creative  
commons



# RESILIENCIA

## AUTOCONTROL

### Contratiempo emocional

1



Condiciones ambientales  
y predisposición emocional

### Percepción situacional

AUTOESTIMA · RESPONSABILIDAD ·  
CREATIVIDAD · CONSECUCIÓN ·  
CONCENTRACIÓN · ATRIBUCIÓN ·  
INTROSPECCIÓN · RELACIÓN ·  
OPTIMIZACIÓN · EQUILIBRIO



2

### Conducta resiliente

Resistencia a la destrucción  
Reconstrucción en la adversidad  
Fortalecimiento



### ¿Cuándo?

Calma y prevención



4

### ¿Cómo?

Con hábitos automatizados  
Inmunización en la autoexposición  
Inmediación práctica  
Concentración presente  
Significación de las pequeñas cosas  
Crecimiento constante  
Ayuda incondicional  
Desconexión emocional



### Metamorfosis

Fortalecimiento positivo  
Preparación ante el contratiempo  
Asimilación de respuesta  
Actuación controlable



6

7



### ¿Para qué?

Todo es superable  
Todo genera angustia  
Todo induce a sensaciones de impotencia  
Todo requiere una responsabilidad serena

# CAPÍTULO 2 LA ACTITUD DEL PROFESOR

## CONCEPTO DE ACTITUD

La actitud sirve para adaptarse: se mantiene si es útil y se transforma si causa tensión. Hoy es más práctico enfocarse en desarrollar competencias. Algunos docentes mantienen conductas que obstaculizan, pero otros se ajustan y fortalecen su labor. Cambiar la actitud facilita enfrentar nuevas realidades y mejorar en el aula.

## FINALIDADES DE LA ACTITUD

**Adaptativa:** la actitud sirve para adaptarse: se mantiene si es útil y se transforma si causa tensión. Hoy es más práctico enfocarse en desarrollar competencias. Algunos docentes mantienen conductas que obstaculizan, pero otros se ajustan y fortalecen su labor. Cambiar la actitud facilita enfrentar nuevas realidades y mejorar en el aula.

**Económica,** ya que permite ahorrar esfuerzo al aplicar experiencias pasadas a situaciones similares y decidir el nivel de implicación según la relación entre esfuerzo y beneficio. Esta valoración es subjetiva y depende tanto de la persona como del contexto. Ante circunstancias difíciles, las personas pueden reaccionar de manera diferente: desde reducir su implicación hasta aumentar la motivación. Por ello, siempre existe cierto margen para adaptar la actitud a cada situación.

**Preventiva,** porque ayuda a evitar errores repitiendo estrategias que funcionaron y descartando las ineficaces

**Instrumental,** ya que para influir en la actitud de otros es necesario estar dispuesto a cambiar la propia.

**Pragmática,** vinculada a la evolución de la docencia hacia un enfoque más técnico, donde las actitudes ayudan a crear rutinas positivas y mejorar la práctica educativa.

**La actitud con que cada profesor se enfrenta a su labor determina los resultados de su intervención,** pues las mayores diferencias entre profesores son de actitud. La actitud, entendida como predisposición, aparece por tanto como uno de los tres componentes axiales que, si no garantizan, sí allanan la consecución de las metas perseguidas: querer (actitud), poder (capacidad de influencia) y saber (conocimientos).

## FACTORES INFLUYENTES EN LA ACTITUD

- **La claridad en la misión.**
- Con respecto al cambio: **profesor innovador o abierto al cambio o profesor inmutable y reacio al cambio (estatua/planta).**
- Con respecto a la integración en el proyecto colectivo: **el integrado y el individualista.**
- Con relación a **la receptividad (esponja/manguera).**
- La **actitud ante los problemas: agravantes (leña)/atenuantes/(hierro).** Los primeros magnifican los problemas y exageran su importancia y los atenuantes que quitan hierro a los problemas ayudando a solucionarlos. La ascendencia: los líderes y los que se dejan llevar y tienden a contradecir a los líderes.
- **Implicación:** implicados/remisos.
- **La aceptación de los compañeros:** aceptación positiva lo negativa.
- **La ascendencia:** los líderes y los que se dejan llevar y tienden a contradecir a los líderes (ascendentes y descendentes).

## ACTITUD RESPECTO A LOS ELEMENTOS DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Elementos presentes en el aula:

1. **El que enseña** (el profesor/a).
2. **El que aprende** (el alumno/a): el protagonista.
3. **Lo que se aprende** (el currículo): el punto de encuentro o de choque entre los dos anteriores.

Es deseable una relación equilibrada del profesor con esos tres elementos, para evitar desviaciones como las siguientes:

**El profesor centrado en sí mismo** (egocéntrico). Su principal objetivo es el lucimiento personal y el mantenimiento de su autoestima en niveles altos, utilizando su intervención en el aula como mecanismo compensador de carencias personales.

**El profesor exclusivamente centrado en el currículo** (robot). Sólo le preocupa dar el temario despreocupándose de que tipo de alumnos tiene delante y sin prestar ningún tipo de atención a la diversidad. Dar temas es el objetivo con el cual considera que ya ha cumplido su misión. Si no hay resultados satisfactorios, se debe a causas ajenas a él. Adopta un enfoque idealizado, apoyado en la idea de que "alguien debe arreglarle la clase, someterle a los indisciplinados" y motivarles a los desmotivados," en el que sólo caben alumnos interesados y dispuestos a aprender.

**El profesor centrado sólo en la relación con el alumno (colega).** priman las relaciones con sus alumnos, pero descuidando a menudo la tarea y el control del aula lo que hace que se descuiden los objetivos formativos

## LA ACTITUD RESILIENTE

Caben dos maneras de afrontar las contrariedades que con seguridad se van a ir presentando en la vida personal y laboral.

1. **La actitud resiliente:** Se afrontan los problemas con decisión y con el convencimiento de que son oportunidades para ejercitar nuestra capacidad de superación.
2. **La actitud no resiliente.** Se afrontan los problemas con temor, preocupación y ansiedad La actitud resiliente frente a los problemas es una competencia socioemocional de carácter transversal que está presente en todas las demás.

# HABILIDADES DEL DOCENTE QUE FAVORECEN SU RELACIÓN CON OTROS PROFESORES

- La **aceptación mutua** es clave porque solo se aceptan los mensajes si hay confianza
- Las relaciones adultas se basan en **intercambios de apoyo emocional**, donde es preciso sentirse aceptado
- La **reciprocidad positiva** crea vínculos de respeto y cooperación, mientras que la negativa genera relaciones tóxicas y egoístas.
- El trato recibido suele reflejar el que damos
- La aceptación se construye mediante las emociones que transmitimos y las percepciones que los otros forman de nosotros.
- Actitudes como la empatía, la tolerancia, el agradecimiento y la generosidad favorecen relaciones más sanas.
- Evitar la crítica excesiva y fomentar interacciones positivas ayuda a crear un clima de confianza y bienestar.

- Clave para el **clima social del centro**
- Basadas en la **cooperación** entre iguales
- Las **redes informales** influyen mucho en la comunicación y el ambiente
- El **clima social es frágil**: cuesta construirlo y mantenerlo, pero puede deteriorarse rápidamente

- El **éxito profesional** depende de mantener buenas relaciones con los compañeros.
- Es más eficaz **centrarse en conductas concretas** para corregirlas que etiquetar a las personas.
- **Las críticas generales o personales** dificultan el cambio y generan más conflicto

- La satisfacción del profesor también depende de su **identificación con el proyecto educativo** del centro.
- La **autonomía en el trabajo** favorece la motivación, aunque puede verse limitada por conflictos organizativos.
- La **cohesión del grupo** es clave para el buen funcionamiento y la implicación colectiva.
- La **confianza** permite relaciones más fluidas y reduce tensiones dentro del entorno educativo.

# HABILIDADES DEL DOCENTE QUE FAVORECEN SU RELACIÓN CON LAS FAMILIAS

- La actitud del profesor es clave para mejorar estas relaciones y fomentar la cooperación.
- Es fundamental reconocer la diversidad familiar y evitar generalizaciones simplistas.

- Las familias varían en estructura, implicación, influencia sobre los hijos y conocimientos educativos.
- También difieren en el equilibrio entre control y afecto, lo que influye en la educación de los hijos.
- Se hace necesario analizar estas variables para comprender mejor cada situación familiar.
- Objetivo: adaptar su actuación: implicar, asesorar o apoyar según las necesidades de cada familia.

## LA DIVERSIDAD DE LAS FAMILIAS

- Es necesario evitar generalizaciones y conocer su diversidad.
- Es importante analizar cada familia según distintas **variables**:
- La **estructura familiar**
- El **nivel de implicación**
- También cambia la **capacidad de influencia** que los padres tienen sobre sus hijos.
- El **nivel educativo**
- El **equilibrio entre control y afecto** e
- Una vez detectado y registrado el tipo de familia con el que nos estamos relacionando, hay que saber de qué padres estamos hablando, pues no se puede tratar igual a los que son diferentes. No podemos, por ejemplo, caer en la simplificación de exigir implicación a padres que se dejan la piel velando por transmitir a sus hijos valores positivos. **Como guía básica, podemos simplificar siguiendo esta máxima:** • **Hacer presentes a los ausentes.** • **Implicar a los no comprometidos (NI).** • **Asesorar a los necesitados de formación (NS).** • **Ayudar a los impotentes (NP).** • **Corregir desequilibrios entre control y afecto.**

- **Las nuevas estructuras familiares han reducido la implicación de miembros extensos**, pasando a familias nucleares muchas veces desestructuradas,
- La **tecnología y los medios de comunicación** han desplazado parte de la socialización tradicional,
- Esto ha derivado en **familias permisivas e impotentes**, donde los hijos carecen de límites claros y el desarrollo de responsabilidad se ve afectado.
- El profesor debe **analizar cada familia en detalle**, evitando estereotipos, y fomentar la cooperación con estrategias proactivas.
- Las **quejas de los padres** deben evaluarse objetivamente, distinguiendo entre justas, injustas y su forma de presentación.
- El contacto con las familias debe **centrarse en los miembros con mayor influencia** sobre el hijo, convirtiendo a los ausentes en presentes si es posible.
- Se deben **establecer medidas conjuntas, pedir colaboración, unificar criterios de crianza y fomentar responsabilidad y afecto.**
- Evitar comparaciones con otros, negociar sin rigidez y supervisar relaciones de riesgo contribuye a un entorno educativo saludable.
- En casos extremos, el profesor puede intervenir contra la familia si su actitud perjudica claramente al hijo.

# EL RESPETO DEL PROFESOR

- El respeto del profesor se basa en tres pilares: **ser respetuoso con los alumnos, ser respetable por su conducta y ser respetado en reciprocidad.**
- Para hacerse respetar, el profesor debe **ofrecer clases dignas, comprensivas y motivadoras**, especialmente a alumnos reacios, cuidando trato y atención individual.
- Es **importante fijar límites** con firmeza y calma, responder adecuadamente a incumplimientos o peticiones abusivas, y enseñar críticas constructivas.
- Con las familias, se debe **sustituir reactividad y atribución externa por proactividad y atribución interna**, buscando soluciones conjuntas y responsabilidad compartida.
- El **respeto efectivo** se concreta en las 3 A: **atención a la diversidad, ayudas directas o indirectas y acuerdos flexibles** sobre contenidos y evaluación.
- La **negociación** es clave; el profesor debe ser flexible, adaptando normas según la edad y características del alumnado, evitando rigidez unilateral.
- Las **concesiones** deben ser progresivas, equilibradas, intercambiadas y nunca abusivas, buscando acuerdos beneficiosos sin humillar a la otra parte.
- Ante **bloqueos**, se recomienda mediación, pausas o acuerdos mínimos, priorizando la cortesía y el diálogo constructivo.
- El cierre de negociaciones debe ser amistoso, con prudencia, estrategias finales reservadas y manteniendo una relación positiva con alumnos y familias.

# EL PROFESOR EMOCIONALMENTE Y MENTALIZADO

## NUEVO ESCENARIO Y ROLES

Analizamos la necesidad de que el profesorado desarrolle competencias socioemocionales para responder a las nuevas demandas del aula. El rol tradicional del docente ya no es suficiente, por lo que debe construir el respeto y la actitud positiva del alumnado mediante habilidades personales y relacionales, como la escucha activa, la motivación y la gestión de conflictos. Una formación emocional sólida resulta imprescindible para garantizar una enseñanza y un aprendizaje eficaces.

## UNA CLASE DIFÍCIL

Durante una clase de secundaria, el profesor explica un contenido nuevo mientras varios alumnos hablan entre ellos, usan el móvil y muestran desinterés. Al llamarles la atención, uno de los estudiantes responde de forma desafiante: "Esto no sirve para nada". El ambiente se vuelve tenso y el resto del grupo observa en silencio. El profesor siente frustración y duda entre sancionar inmediatamente o continuar la clase ignorando el comentario.

## APLICACIÓN DEL EJERCICIO

1. Identifica las emociones del profesor y del alumnado.
2. Señala qué competencias socioemocionales están en juego (escucha activa, autocontrol, establecimiento de límites, empatía, negociación...).
3. Propón una intervención del profesor que combine firmeza y respeto.
4. Explica cómo esta actuación puede mejorar el clima del aula y favorecer el aprendizaje.

## EL PROFESOR MENTALIZADO

La mentalización es un proceso de reflexión personal que permite afrontar el trabajo con una actitud positiva y protectora, favoreciendo el autoconocimiento y el autocontrol como base de la madurez emocional. Este proceso implica reconocer tanto las emociones positivas como vigilar las negativas, ya que estas pueden dificultar una gestión clara de los problemas. La mentalización busca sustituir hábitos de pensamiento tóxicos por hábitos reflexivos saludables, mediante un esfuerzo consciente y constante que permita reconducir actitudes y evitar que los hábitos disfuncionales dirijan la conducta.

## MENTALIZACIÓN EN EL AULA

Una profesora de secundaria y que nota que, al enfrentarse a un grupo conflictivo, suele sentirse frustrada y reaccionar de forma impulsiva, levantando la voz o tomando decisiones apresuradas. Esto provoca tensión en el aula y afecta la relación con el alumnado, así como su propio bienestar emocional.

# EL PROFESOR EMOCIONALMENTE COMPETENTE.

## 4. El profesor coherente

(tomado de Joan Vaello)

# 1. CONCEPTOS CLAVE



## **Emoción:**

“Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática.” (RAE)

## **Sentimiento:**

“Estado afectivo del ánimo.” (RAE)

**¿Por qué principios de actuación en vez de actuación por ensayo-error?**

- Principio: “Norma o idea fundamental que rige el pensamiento o la conducta.” (RAE)
- Coherencia: “Actitud lógica y consecuente con los principios que se profesan.” (RAE)



**2.**

## **COMPETENCIAS DEL PROFESOR COHERENTE**

I. Coherencia en la acción.

II. Acción basada en principios de actuación.

## **Principios básicos a tener en cuenta:**

1. **Autogestión respaldada**
2. **Economía**
3. **Eficacia**
4. **Implicación calculada**
5. **Los problemas como ocasiones**
6. **Unificación de criterios**
7. **Firmeza calmada**
8. **Influencia entendida como “auctoritas” no como poder**
9. **Proactividad**
10. **Tres vías para una consecuencia**



**3.**

**DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS  
DEL PROFESOR COHERENTE**

# I. Autogestión respaldada:

Dosis justa y equilibrada de responsabilidad (hacer lo máximo y saber que se está respaldado. El alumno capta que el profesor no está solo y que existe una organización que respalda su trabajo.

## II. Economía:

Axioma “Lo complicado no funciona”.

MINIMALISMO o economía de personas, burocracia y tiempos.

### III. Eficacia:

La eficacia de un estrategia es resultado de una multiplicación: poder del agente x validez objetiva de la estrategia x permeabilidad del receptor.

Conocer posibilidades y limitaciones de gestión:  
cómo controlo y cómo mejoro:

- me relaciono con alumnos - conecto con profesores - me motivo -  
evito ansiedad...

## IV. Implicación calculada:

Equilibrio entre compromiso — DISTANCIA  
EMOCIONAL - autoprotección.

Lograr una actitud TÁCTICA (medir esfuerzos, aprender  
de los errores, controlar la ansiedad, mantener la  
implicación).

## V. Los problemas como cuñas emocionales:

Visión negativa: -eliminar y evitar-

Visión positiva: +oportunidad para cambiar actitudes+

Beneficios de las cuñas emocionales:

- > reduce ansiedad/agresividad/resentimiento/negatividad
  - > gestión creativa del problema
  - > aprendizaje a partir de lo conflictivo

## VI. Unificación de criterios:

Motivo:

evitar “actuar en solitario” algo frecuente en educación

Cómo unificar criterios:

1.º reducir número de personas:

pequeños equipos, triangulación, codocencia

2.º uno o dos temas/problemas:

concentra esfuerzos, aumenta posibilidad éxito

3.º intercomunicación rápida

herramienta accesible y fácil “whatsapp”

## VII. Firmeza calmada:

Significa “estilo relacional calmado y tranquilo”,  
pero ¿cómo lograrlo?

- prepararse con antelación
- propósito de ralentizar respuestas (no decir todo lo que se nos pasa por la cabeza en ese momento)
- acompañar la respuesta de “firmeza asertiva desprovista de cualquier señal de agresividad”

## VIII. Capacidad de influencia =“auctoritas”:

Fuentes de poder del profesor

La empatía

Capacidad de repartir recompensas y castigos

La credibilidad y el prestigio

El carisma (o atractivo personal/profesional)

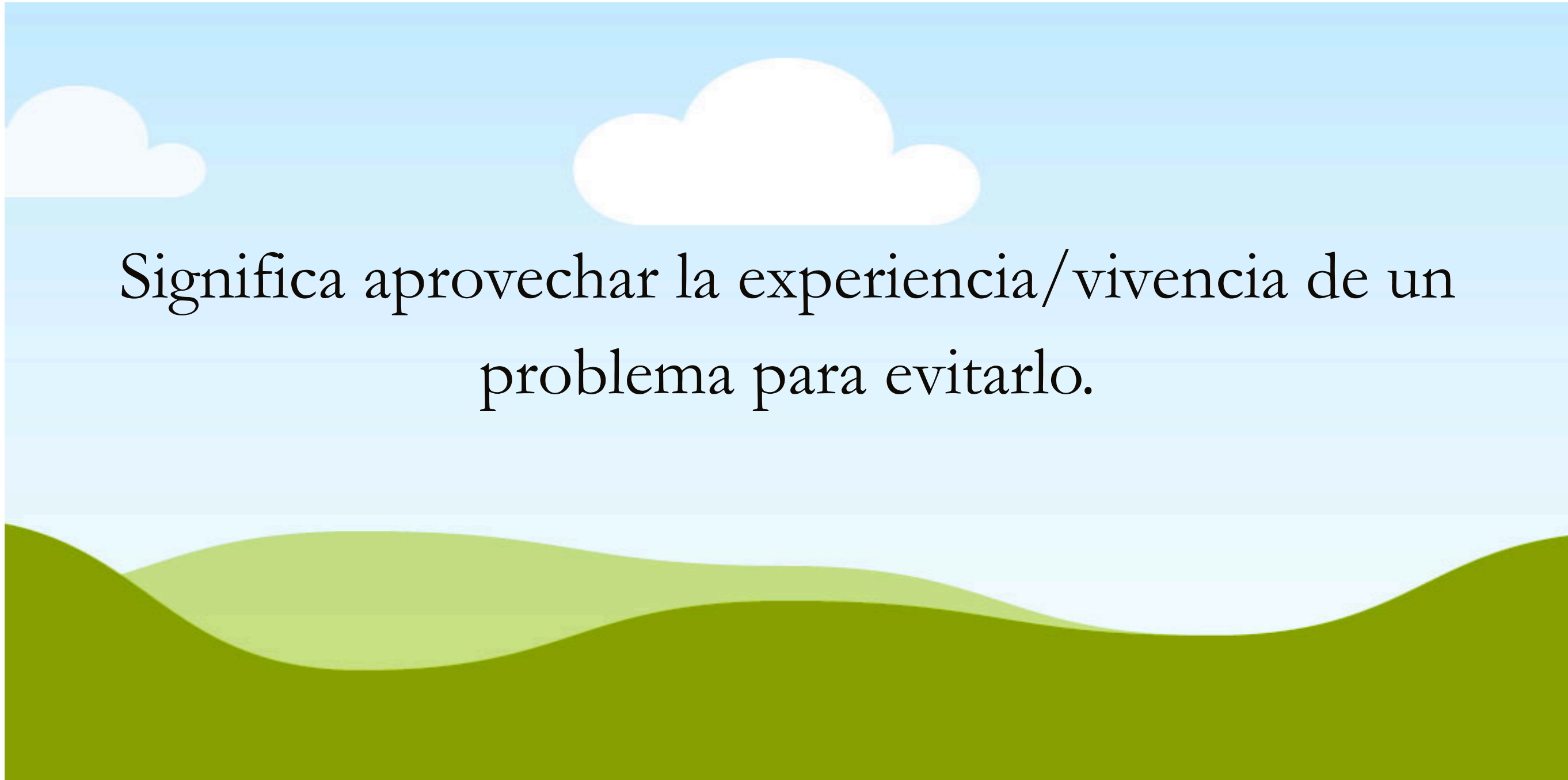
Capacidad de intimidación

Legitimidad (estatus)

Alianzas

## **IX. Proactividad:**

Significa aprovechar la experiencia/vivencia de un problema para evitarlo.



## **X. Principio de las tres vías:**

Significa asociar actos a consecuencias

Tres vías de corrección de lo inadecuado:

**Impunidad: NO**

porque es seguir haciendo lo mismo y “no pasa nada...”.

**Responsabilidad inhibitoria: NO**

porque es asumir sanciones sin alternativas positivas.

**Responsabilidad creativa: SÍ**

porque significa que el alumno haga algo bueno y positivo que salga de él.

# Principios complementarios:

Optimismo

Uso del humor

Filtrado positivo

Claridad en la misión

Vigilancia del nivel de satisfacción

Preparación mental, logística/táctica y pedagógica

2R - Respeto y responsabilidad

3A - Atención, ayuda, acuerdos

Método para deshacer conflictos

6P - Despliegue de pasos o procesos

Categorizar problemas

Ubicar problemas y manejar diques de intervención



Fin de la presentación



# **EL PROFESOR EMOCIONALMENTE COMPETENTE.**

## **6. AUTOCONTROL: el profesor calmado y reflexivo**

**(tomado de Joan Vaello)**

# 1. CONCEPTOS CLAVE (I)

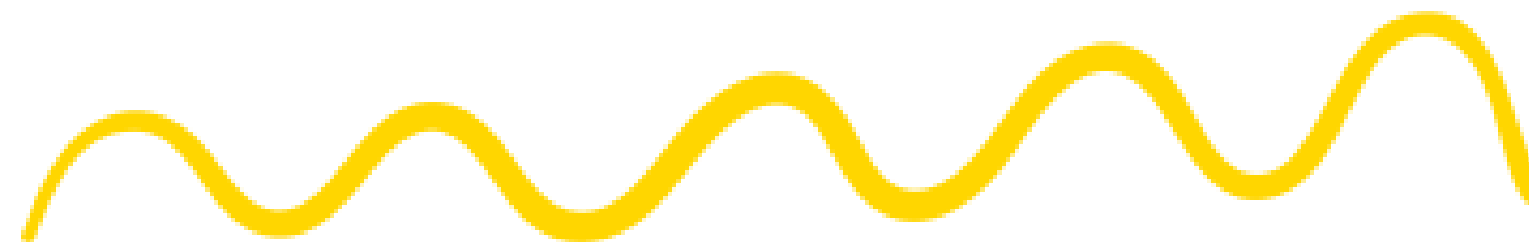


**AUTOCONTROL es una habilidad/capacidad:**

- > Capacidad de regular emociones -negativas- y de controlar los impulsos.
- > Supone suspender acciones o reacciones para pensar antes de actuar.
  - > Implica canalización de emociones en beneficio propio.

**El AUTOCONTROL en los PROFESORES significa:**

**— madurez — capacidad crítica — resiliencia**

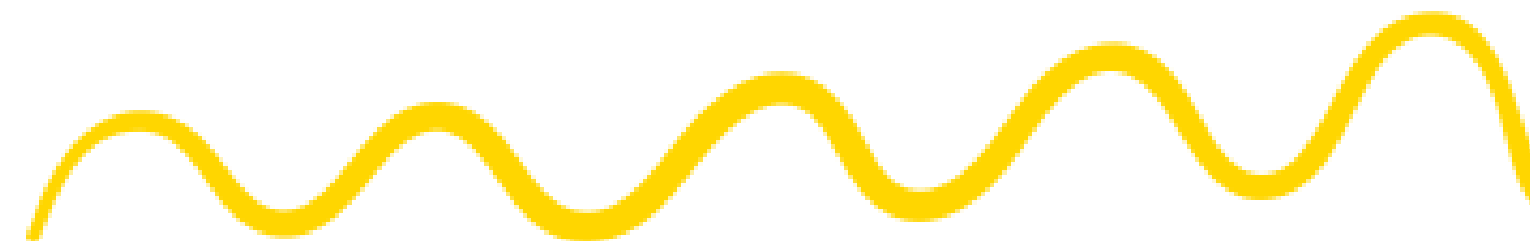


# 1. CONCEPTOS CLAVE (II)



**El AUTOCONTROL es:**

- de vital importancia - imprescindible -
- el profesor no puede ser impulsivo -
- la falta de control supone perder la autoridad moral -
- aceptar la diversidad - se puede entrenar - madurez: entrenar nuestra vía superior (la reflexiva, la corteza cerebral) para el control de la vía inferior (la intuitiva o emocional, la amígdala)



**2.**

## **BASES PARA EL AUTOCONTROL EN LA ACTIVIDAD DOCENTE**

- El profesor calmado.
- Estilo comunicativo balsámico.
- Actitud táctica del profesor.
- Control periódico del nivel de ansiedad.
- Combatir causas generadoras de ansiedad tóxica.

**3.**

**DESARROLLO  
DE LAS BASES DEL AUTOCONTROL**

# I. El profesor calmado (I)

Vigila el nivel de ansiedad.

El estrés profesional es señal de desequilibrio.

Se combate con autocontrol.

“aprende a detenerse y a rebajar la línea base de tensión...”.

# I. El profesor calmado (II)

## Antídoto balsámico contra la ansiedad:

\*aplicar sistemáticamente la vía superior o reflexiva...

\* mensajes internos o “mantras”:

. aguanto, espero /callo y espero

. hablaré poco

. controlo mis expresiones no verbales

. no sé qué haré pero lo haré tranquilo

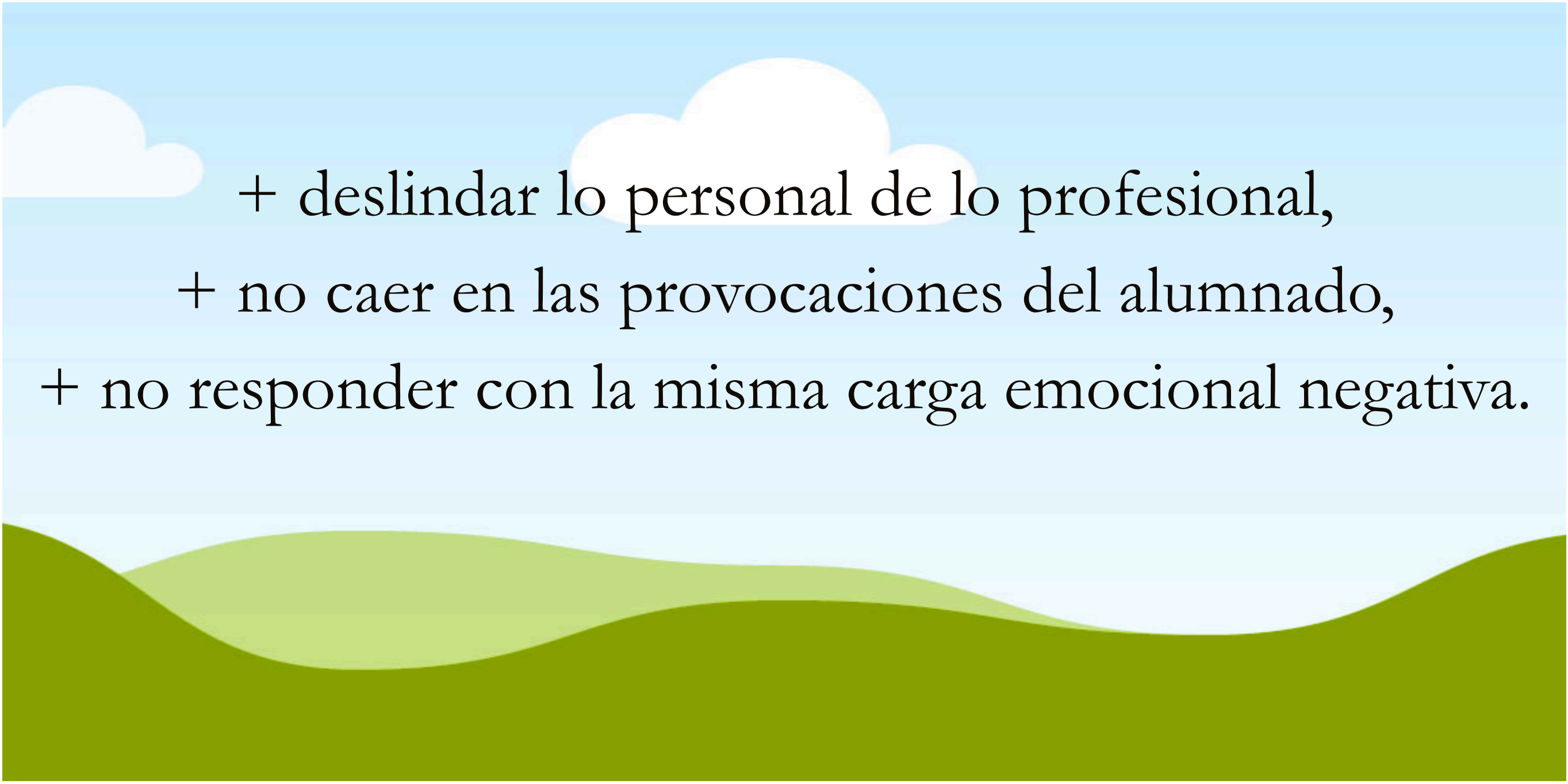
. no caeré en la tentación/provocación

. contaré hasta diez...

## II. Estilo comunicativo balsámico:

- hablar en un tono bajo y lento, sobre todo cuando la situación es tensa;
- también significa no ser distante, ni protocolario, ni autoritario
- el estilo autoritario es incompatible con el estilo balsámico.

### III. Actitud táctica del profesor:

- 
- + deslindar lo personal de lo profesional,
  - + no caer en las provocaciones del alumnado,
  - + no responder con la misma carga emocional negativa.

## IV. Control periódico del nivel de ansiedad:

Hay que evitar que el estrés se cronifique y dé lugar al síndrome del profesor quemado:

- \* agotamiento emocional (falta de energía y entusiasmo por enseñar)
  - \* descenso del interés por el alumnado
- \* percepción de los alumnos como indignos, desmotivantes...
- \* insatisfacción profesional (deseos de dejar la enseñanza...)
- \* despersonalización (distanciamiento, frialdad en el trato, insensibilidad...)

## V. Combatir las causas de ansiedad tóxica (I):

### ¿Qué es el estrés?:

- desajuste entre demandas y recursos personales, entre lo que se exige y lo que se puede dar,
- percepción de sentirse desbordado.

## V. Combatir las causas de ansiedad tóxica (II):

Hay que vigilar:

- . vinculación excesiva al trabajo,
- . fronteras personales y profesionales,
- . presión de las familias hostiles,
- . imposibilidad de atender a la diversidad del alumnado,
  - . problemas de disciplina,
  - . indiferencia en el alumnado,
- . exceso de trabajo y falta de tiempo,
- . malentendidos con los compañeros, roces,
  - . continuos cambios normativos,
- . percepción de ser evaluados constantemente, etc.

## V. Combatir las causas de ansiedad tóxica (III):

Fórmulas para evitar el estrés:

= evitar la anticipación de la ansiedad:

- . ocuparnos en vez de preocuparnos . ocuparnos del presente

= implicación calculada:

- . calibrar el compromiso . proteger lo personal . relativizar

= evitar el contagio emocional negativo:

- . empatía con los demás . no “entrar al trapo”

= administrar el tiempo:

- . priorizar . no aplazar las tareas



**Fin de la presentación**



# 7 AUTOESTIMA: EL profesor mentalmente fuerte

LA AUTOESTIMA INFLUYE DIRECTAMENTE EN LA FORMA QUE TIENE EL DOCENTE DE INTERPRETAR LOS PROBLEMAS



Se defiende que un docente con una autoestima sana gestiona mejor las dificultades del aula, mantiene la motivación y transmite seguridad y equilibrio emocional al alumnado.

## INDICADORES DE BAJA AUTOESTIMA

- Autocrítica constante y culpabilización excesiva.
- Sensación de fracaso continuo.
- Necesidad exagerada de aprobación constante.
- Rigidez en la práctica docente.
- Desgaste emocional y desmotivación profesional.



Partiendo de los indicadores, como docentes, debemos reflexionar si realmente tenemos una BAJA AUTOESTIMA como profesores o es que no sabemos ver otra realidad.

## CAMBIO DE PENSAMIENTO

- Reconocer logros y competencias propias.
- Aceptar el error como parte del aprendizaje profesional.
- Reducir la autocrítica destructiva.
- Centrarse en lo que depende de uno mismo

Un docente con autoestima sólida transmite seguridad emocional y genera un clima de aula más positivo.



Lo que realmente nos afecta emocionalmente no son los hechos, sino nuestra interpretación de los mismos.

# 9 EL PROFESOR INTEGRADO. EL TRABAJO EN EQUIPO

El trabajo en equipo es una competencia socioemocional clave del profesorado, indispensable para afrontar con eficacia y equilibrio emocional la complejidad de la tarea docente.

ES UN TRABAJO INDIVIDUAL PERO...



Un claustro cohesionado es emocionalmente más fuerte que la suma de docentes que trabajan de manera individualista.

## DOS TIPOS DE REDES DE APOYO

- Redes formales: Son las estructuras oficiales del centro.
- Redes informales: Son las relaciones personales espontáneas entre compañeros basadas en la confianza, la afinidad y el apoyo mutuo.

## UN TRABAJO DE EMPATÍA....

La empatía permite comprender las dificultades y limitaciones de los compañeros, favoreciendo relaciones más humanas y solidarias. El respeto mutuo es la base de cualquier equipo funcional.

El trabajo en equipo no solo mejora el funcionamiento del centro, sino que protege la salud emocional del profesorado.



# 8 LAS HABILIDADES INTERPERSONALES DEL PROFESOR

Conjunto de **habilidades sociales necesarias** para desempeñarse con éxito en situaciones cotidianas de relación interpersonal

Un centro educativo es un **lugar de encuentro entre personas**, con contactos interpersonales continuos y cuyos objetivos se refieren a personas, por lo cual **la competencia social del profesorado es absolutamente necesaria** y prioritaria para poder abordar relaciones **extensas e intensas**.

**OBJETIVOS:** desde el punto de vista instrumental y afectivo basándose en los intereses mutuos

Dinámicas a tener en cuenta: contagio de emociones

- vía inferior, rápida pero imprecisa
- vía superior, lenta pero precisa
- dinámicas relacionales en el centro: detección y canalización: el clima social del centro es la resultante de las diferentes dinámicas relacionales, bien individuales, bien grupales, formales e informales
- propias de la organización

## HABILIDADES DEL DOCENTE QUE FAVORECEN SU RELACIÓN CON EL ALUMNADO

**ASERTIVIDAD  
EMPATÍA  
COMUNICACIÓN**

### ¿QUÉ CARACTERIZA LA RELACIÓN PROFESOR-ALUMNO?

1

Están sujetas a un guion preestablecido

Está determinada por una tarea prefijada a ambos

Son relaciones entre desiguales

Son **relaciones formales** basadas en unos protocolos estandarizados, pero **con elementos informales de gran influencia**, por lo que los aspectos personales se acaban entremezclando con los profesionales.

### LA INFLUENCIA SOCIAL DEL PROFESOR

La presencia de la misión que hay que cumplir hace que entre profesor y alumno no baste una relación armónica, sino que es necesaria una relación influyente.

2

La influencia social es la capacidad de manejar emociones ajenas mediante la emisión de mensajes verbales y no verbales más o menos explícitos (**persuasión**) con el objetivo de facilitar la **aceptación de los mensajes**.

Exposición selectiva: las personas tendemos a buscar y recibir **mensajes que concuerden con nuestras creencias y actitudes, y evitamos exponernos a los que las contradigan**. Este principio nos previene de la dificultad de conseguir cambios significativos, pues la mayoría no está predispuesta a dejarse persuadir y se suele aferrar a sus posiciones.

La capacidad persuasiva del profesor se basa en la credibilidad y el atractivo, pero también en su **poder y la conexión afectiva** entre él y sus alumnos.

El profesor con influencia persuasiva sabe que tiene que procurar que la nueva información caiga dentro del rango de aceptación del alumno

El profesor con influencia persuasiva sabe que tiene que procurar que la nueva información caiga dentro del rango de aceptación del alumno

El profesor con influencia persuasiva sabe que tiene que **procurar que la nueva información caiga dentro del rango de aceptación del alumno**

Pero hay ocasiones en que el mensaje está completamente fuera del rango de aceptación y no se pueden intentar directamente cambios congruentes, sino que hay que intentar un cambio previo de sentido (cambios incongruentes)

El profesor con influencia persuasiva sabe que tiene que **procurar que la nueva información caiga dentro del rango de aceptación del alumno**

Con alumnos que presentan una actitud desafiante y radicalmente negativa, **el objetivo inicial debería ser cambiar el sentido actitudinal negativo en otro más accesible/neutral**, antes de intentar conseguir cambios de mayor alcance.

Cialdini propone seis tipos de influencia: 1 Comparación 2 Atractivo 3 Compromiso 4. Actualidad 5. Reciprocidad 6. Escasez

### LA NUEVA AUTORIDAD; CONDUCTAS ADAPTATIVAS Y DESADAPTATIVAS.

3

Algunos alumnos repiten en el aula **conductas funcionales** (que les sirven para sus fines), mientras sus profesores persisten en recurrir una y otra vez a **conductas disfuncionales** (que no les sirven para sus fines). Para evitarlo, hay que tener en cuenta que son claves **la estabilidad emocional del profesor, la relación profesor alumno, la tensión emocional** (no distanciamiento), y además:

**Triple dirección:** El profesor debe tener habilidades para prevenir problemas propios, para optimizar las relaciones con sus alumnos y para educar emocionalmente a sus alumnos.

**Bidireccionalidad:** por un lado, el profesor debe esforzarse en conocer bien a sus alumnos, (cómo los veo); por otro lado, es interesante que el profesor sea consciente de cómo le ven sus alumnos y averigüe cómo cae y qué aspectos de su personalidad resultan más llamativos, por positivos o por negativos (cómo me ven).

**Cualidades preferidas.** Tener en cuenta que el alumno suele preferir un profesor disponible emocionalmente, acogedor, motivador, conocedor de la materia, respetuoso, comprensivo, dialogante, apacible, alegre, coherente y relajado. Por lo tanto, éstas deberán ser las metas que conseguir por cualquier profesor que aspire a mantener buenas relaciones con sus alumnos

# HABILIDADES DEL DOCENTE QUE FAVORECEN SU RELACIÓN CON OTROS PROFESORES

- La **aceptación mutua** es clave porque solo se aceptan los mensajes si hay confianza
- Las relaciones adultas se basan en **intercambios de apoyo emocional**, donde es preciso sentirse aceptado
- La **reciprocidad positiva** crea vínculos de respeto y cooperación, mientras que la negativa genera relaciones tóxicas y egoístas.
- El trato recibido suele reflejar el que damos
- La aceptación se construye mediante las emociones que transmitimos y las percepciones que los otros forman de nosotros.
- Actitudes como la empatía, la tolerancia, el agradecimiento y la generosidad favorecen relaciones más sanas.
- Evitar la crítica excesiva y fomentar interacciones positivas ayuda a crear un clima de confianza y bienestar.

- Clave para el **clima social del centro**
- Basadas en la **cooperación** entre iguales
- Las **redes informales** influyen mucho en la comunicación y el ambiente
- El **clima social es frágil**: cuesta construirlo y mantenerlo, pero puede deteriorarse rápidamente

- El **éxito profesional** depende de mantener buenas relaciones con los compañeros.
- Es más eficaz **centrarse en conductas concretas** para corregirlas que etiquetar a las personas.
- **las críticas generales o personales** dificultan el cambio y generan más conflicto

- La satisfacción del profesor también depende de su **identificación con el proyecto educativo** del centro.
- La **autonomía en el trabajo** favorece la motivación, aunque puede verse limitada por conflictos organizativos.
- La **cohesión del grupo** es clave para el buen funcionamiento y la implicación colectiva.
- La **confianza** permite relaciones más fluidas y reduce tensiones dentro del entorno educativo.

# HABILIDADES DEL DOCENTE QUE FAVORECEN SU RELACIÓN CON LAS FAMILIAS

- La actitud del profesor es clave para mejorar estas relaciones y fomentar la cooperación.
- Es fundamental reconocer la diversidad familiar y evitar generalizaciones simplistas.

- Las familias varían en estructura, implicación, influencia sobre los hijos y conocimientos educativos.
- También difieren en el equilibrio entre control y afecto, lo que influye en la educación de los hijos.
- Se hace necesario analizar estas variables para comprender mejor cada situación familiar.
- Objetivo: adaptar su actuación: implicar, asesorar o apoyar según las necesidades de cada familia.

## LA DIVERSIDAD DE LAS FAMILIAS

- Es necesario evitar generalizaciones y conocer su diversidad.
- Es importante analizar cada familia según distintas **variables**:
- La **estructura familiar**
- El **nivel de implicación**
- También cambia la **capacidad de influencia** que los padres tienen sobre sus hijos.
- El **nivel educativo**
- El **equilibrio entre control y afecto** e
- Una vez detectado y registrado el tipo de familia con el que nos estamos relacionando, hay que saber de qué padres estamos hablando, pues no se puede tratar igual a los que son diferentes. No podemos, por ejemplo, caer en la simplificación de exigir implicación a padres que se dejan la piel velando por transmitir a sus hijos valores positivos. **Como guía básica, podemos simplificar siguiendo esta máxima:** • **Hacer presentes a los ausentes.** • **Implicar a los no comprometidos (NI).** • **Asesorar a los necesitados de formación (NS).** • **Ayudar a los impotentes (NP).** • **Corregir desequilibrios entre control y afecto.**

- **Las nuevas estructuras familiares han reducido la implicación de miembros extensos**, pasando a familias nucleares muchas veces desestructuradas,
- La **tecnología y los medios de comunicación** han desplazado parte de la socialización tradicional,
- Esto ha derivado en **familias permisivas e impotentes**, donde los hijos carecen de límites claros y el desarrollo de responsabilidad se ve afectado.
- El profesor debe **analizar cada familia en detalle**, evitando estereotipos, y fomentar la cooperación con estrategias proactivas.
- Las **quejas de los padres** deben evaluarse objetivamente, distinguiendo entre justas, injustas y su forma de presentación.
- El contacto con las familias debe **centrarse en los miembros con mayor influencia** sobre el hijo, convirtiendo a los ausentes en presentes si es posible.
- Se deben **establecer medidas conjuntas, pedir colaboración, unificar criterios de crianza y fomentar responsabilidad y afecto.**
- Evitar comparaciones con otros, negociar sin rigidez y supervisar relaciones de riesgo contribuye a un entorno educativo saludable.
- En casos extremos, el profesor puede intervenir contra la familia si su actitud perjudica claramente al hijo.

# EL RESPETO DEL PROFESOR

- El respeto del profesor se basa en tres pilares: **ser respetuoso con los alumnos, ser respetable por su conducta y ser respetado en reciprocidad.**
- Para hacerse respetar, el profesor debe **ofrecer clases dignas, comprensivas y motivadoras**, especialmente a alumnos reacios, cuidando trato y atención individual.
- Es **importante fijar límites** con firmeza y calma, responder adecuadamente a incumplimientos o peticiones abusivas, y enseñar críticas constructivas.
- Con las familias, se debe **sustituir reactividad y atribución externa por proactividad y atribución interna**, buscando soluciones conjuntas y responsabilidad compartida.
- El **respeto efectivo** se concreta en las 3 A: **atención a la diversidad, ayudas directas o indirectas y acuerdos flexibles** sobre contenidos y evaluación.
- La **negociación** es clave; el profesor debe ser flexible, adaptando normas según la edad y características del alumnado, evitando rigidez unilateral.
- Las **concesiones** deben ser progresivas, equilibradas, intercambiadas y nunca abusivas, buscando acuerdos beneficiosos sin humillar a la otra parte.
- Ante **bloqueos**, se recomienda mediación, pausas o acuerdos mínimos, priorizando la cortesía y el diálogo constructivo.
- El cierre de negociaciones debe ser amistoso, con prudencia, estrategias finales reservadas y manteniendo una relación positiva con alumnos y familias.