

## Ficha técnica de los materiales

Todos los materiales de esta sesión han sido elaborados, editados o diseñados por Mari Jose Galindo, coordinadora de este curso “Formación en Gestión emocional”.

Bibliografía consultada:

**“Psicopedagogía de las emociones”** Rafael Bisquerra Alzina. Editorial Síntesis

**“Crisis Emocionales”** M. Mercè Conangla. Amat Editorial

**“La Ecología Emocional”** Jaume Soler y M. Mercè Conangla. Amat Editorial

**“Ecología Emocional para el nuevo milenio”** Jaume Soler y M. Mercè Conangla. Amat Editorial

**“Emociones: las razones que la razón ignora”** Jaume Soler, M. Mercè Conangla y Laia Soler Conangla. Amat Editorial

**“El cerebro y la Inteligencia emocional”** Daniel Goleman B de Books

**“Inteligencia Emocional”** Daniel Goleman. Editorial Kairós

**“Sentido Amarte. Una ruta de autoconocimiento para amarte con sentido”** Mari Jose Galindo. Ed de autor

Bibliografía de la que se han extraído algunos materiales:

**“Emociones: las razones que la razón ignora”** Jaume Soler, M. Mercè Conangla y Laia Soler Conangla. Amat Editorial

De este libro se ha sacado el texto del **video “La casa de las emociones”**

- **producido por:** yumafacil academy
- **Voz del video:** Beatriz Mata
- **Duración del video:** 5:48 min
- **Resumen del contenido:** Es una metáfora de Ecología Emocional, en la que se hace el paralelismo entre el planeta como nuestra casa ecosistémica y el interior como nuestra casa emocional. A partir de ahí se habla de las emociones y nuestra relación con las mismas.
- Al final del video están todos los créditos

**“Sentido Amarte. Una ruta de autoconocimiento para amarte con sentido”** Mari Jose Galindo. Ed de autor

De este libro que es de mi propia autoría se han tomado los siguientes documentos:

- **Lectura básica 1 “La fábrica de las emociones. Sala de Recursos Afectivos Básicos”**

- **Lectura básica 2 La rueda de las emociones de Robert Putschik**
- **Ejercicios prácticos de autoconocimiento emocional**

La lectura complementaria **“La escuela del siglo XXI es la escuela del ser y no del saber”**

Lo he tomado del siguiente sitio web:

<https://www.educaciontrespuntocero.com/entrevistas/mar-romera-la-escuela-que-quiero/>