

EDUCADORES CONSCIENTES

Proyecto fundado por Verónica Hontecillas
y co-creado con Ángeles Arjona

EN COLABORACIÓN CON:

Roberto Cortés . Desiré Porcel (*Madrid*)
Aitana Aguirre (*Navarra*) . Santiago Suárez (*Barcelona*)



*“Educar la mente sin
educar el corazón,
no es educar en absoluto”*

Aristóteles





Transformamos la educación *desde el bienestar consciente*

Porque la educación no necesita más contenido.
Necesita más conciencia.

Docentes desbordados
Adolescentes desconectados
Familias sin herramientas

Menos conflicto. Más conexión.





Nuestro enfoque

Trabajamos desde una mirada integrativa que une ciencia, educación y acompañamiento humano.

Porque el **bienestar emocional** no es un complemento en la educación. Es la base sobre la que todo se construye.



Psicología

Comprendemos lo que ocurre a nivel emocional y conductual para intervenir desde la raíz.



Coaching Educativo

Acompañamos procesos de cambio real, desarrollando autonomía, claridad y toma de decisiones.



Educación Emocional

Entrenamos la capacidad de entender, gestionar y expresar emociones de forma saludable.



Bienestar

Cuidamos a quienes cuidan, porque el equilibrio emocional del educador impacta en todo el sistema educativo.

Base científica

“Las emociones del docente influyen directamente en el alumnado a través del contagio emocional.”

— Frenzel (2014)





Cuidamos al que cuida

Creemos en una educación que va más allá del contenido académico.



Entendemos la vida emocional como un todo, por eso trabajamos:

- **Bienestar emocional:** vivir, comprender y gestionar las emociones de forma consciente y equilibrada.
- **Malestar emocional:** estado de sufrimiento emocional que necesita ser comprendido y acompañado para recuperar el equilibrio

Ámbitos de intervención:



Adolescentes



Docentes



Familias





Acompañamos a adolescentes para la vida real.

Porque detrás de muchas conductas hay malestar que no se saben expresar.



¿Qué entrenamos?

- Identidad y autoconcepto.
- Habilidades sociales y de comunicación.
- Organización y foco (dejando atrás la postergación).
- Gestión emocional (ansiedad, frustración, autoestima).
- Organización del estudio sin estrés ni bloqueos.

Nuestro objetivo es acompañar sin invadir para que aprendan a decidir por sí mismos

¿Qué consiguen los adolescentes?

- Entender lo que les pasa dejando de sentirse "raros/as".
- Gestionar emociones sin explotar ni bloquearse.
- Estudiar con más foco y menos desgaste.
- Sentirse más seguros/as de sí mismos/as.
- Comunicarse mejor con adultos y compañeros/as.
- Tomar decisiones con más claridad.
- Reducir estrés y ansiedad ante los exámenes.
- Pasar de "sobrevivir al día a día" a tener sensación de control.





El docente el primer eslabón de la cadena educativa

Trabajamos con docentes para que acompañen a su alumnado sin descuidar su propio bienestar.

¿Qué entrenamos?

- Bienestar docente y autocuidado (prevención del estrés y burnout).
- Gestión emocional (estrés, frustración, desgaste).
- Educación consciente en el aula (autoridad sin autoritarismo).
- Comunicación efectiva con el alumnado.
- Resolución de conflictos sin escalada.
- Atención, motivación y participación.
- Creación de espacios de seguridad psicológica.



El bienestar docente no es un lujo, es una necesidad educativa

¿Qué consiguen el profesorado?

- Reducir el estrés y el desgaste emocional
- Sentirse más seguros/as en el aula
- Disminuir conflictos y conductas disruptivas
- Mejorar la motivación y participación del alumnado
- Comunicarse con más calma y eficacia
- Recuperar la energía y la ilusión por enseñar





La familia, base del equilibrio emocional

Acompañamos a familias que quieren educar sin culpa, sin gritos y sin perder el vínculo



¿Qué entrenamos?

- Comunicación familiar efectiva.
- Gestión emocional en casa.
- Establecimiento de límites firmes y respetuosos.
- Comprensión de la adolescencia.
- Acompañamiento sin sobreprotección.
- Gestión del propio estado emocional.

Acompañamos a escuchar lo que se dice y lo que no dicen

¿Qué consiguen las familias?

- Mejorar la comunicación con sus hijos e hijas.
- Reducir conflictos y discusiones en casa.
- Poner límites con seguridad y respeto.
- Entender lo que hay detrás de las conductas.
- Sentirse más tranquilos/as en su rol como padres y madres.
- Generar un ambiente más conectado y equilibrado.



Qué servicio ofrecemos



Nuestro objetivo es fortalecer las relaciones entre adolescentes, docentes y familias, promoviendo el bienestar emocional y acompañando el malestar.

Diseñamos propuestas a medida adaptadas a las necesidades reales de cada contexto educativo y familiar.

Intervenimos a través de:

- **Talleres y charlas:** Espacios prácticos para desarrollar habilidades emocionales, mejorar la convivencia y favorecer el aprendizaje.
- **Programas en centros educativos:** Jornadas y acciones diseñadas para impactar en el aula, el equipo docente y la comunidad educativa.
- **Experiencias y Retiros Bienestar docentes:** Encuentros para cuidar al que cuida acompañando a la desconexión, autocuidado y desarrollo personal.
- **Asesoría y mentoría educativa:** Acompañamiento a docentes para mejorar su práctica, bienestar y liderazgo en el aula.
- **Procesos individuales:** acompañamiento personalizado desde un enfoque integrativo para adolescentes, docentes y familias.
- **Intervención familiar y sistémica:** Trabajo con la familia para mejorar la comunicación, los vínculos y el equilibrio emocional.

Si estás interesado/a, estaremos encantados de conocerte y diseñar contigo la mejor solución adaptada a tus necesidades.





Recursos Gratuitos

Creemos en una educación consciente que llega a todas las personas.

Por eso, compartimos recursos gratuitos para sembrar pequeñas semillas de cambio en docentes, familias y generaciones que acompañan.

1

Newsletter Mensual

LinkedIn



2

Píldora educativa con un reto



3

Webinar





Comunidad Educadores Conscientes Exclusivo para



Docentes



Educadores



Profesionales del
acompañamiento





Exclusivo Docentes

Un **espacio continuo de acompañamiento** para quienes cuidan y educan:

- Grupo de WhatsApp con docentes de España y Latinoamérica.
- Espacio de apoyo y compartir experiencias reales.
- Herramientas prácticas para el día a día en el aula.
- Red de acompañamiento y crecimiento profesional.

Porque educar no debería hacerse en soledad

Exclusivos para
docentes



WhatsApp <https://lnkd.in/dsbmSCgC>.



Experiencias de Bienestar Docente



Encuentros de un día y **retiros** diseñados para **parar, reconectar** y volver a ti.



En estas experiencias podrás:



Reconectar contigo y con tu bienestar



Reducir el estrés y la sobrecarga emocional



Recuperar energía, claridad y motivación



Incorporar herramientas prácticas para tu día a día



Compartir con otros docentes desde lo humano

El bienestar docente no es un lujo, es una necesidad.





Si has llegado hasta aquí, queremos compartir contigo nuestros valores, aquellos que nos hace trabajar bajo **PASIÓN**.



PASIÓN POR LA EDUCACIÓN

“Educar la mente sin educar el corazón no es educación en absoluto.”
Aristóteles.



ACOMPañAMIENTO

“Caminando juntos llegaremos más lejos que si vamos solos.” – Inspirado en el proverbio africano.



EDUCACIÓN EMOCIONAL

Acompañamos en el desarrollo de la conciencia, comprensión y gestión de las emociones para favorecer el bienestar, las relaciones y el crecimiento personal.



COACHING EDUCATIVO

“El verdadero cambio no ocurre cuando te dicen lo que debes hacer, sino cuando descubres lo que eres capaz de hacer.” Pedro Marcos.



PSICOLOGÍA EDUCATIVA

“Las emociones de los docentes son **contagiosas** y modelan directamente las emociones y el aprendizaje de los estudiantes.” – Anne C. Frenzel.

Reconocemos el poder del **contagio emocional** en el aula: lo que el docente siente, transmite y gestiona influye profundamente en el clima de aprendizaje, la motivación y el desarrollo del alumnado.



PUNTO DE ENCUENTRO

Nuestra comunidad educativa es un espacio seguro donde podemos compartir, aprender y crecer juntos, apoyándonos mutuamente en cada paso.



Equipo Educadores Conscientes



Verónica Hontecillas

- **Fundadora Educadores Conscientes**
- **Psicóloga** enfocada en docentes, adolescentes y familias.
- **Coach Educativa** certificada por ICF y EMCC.
- **Formadora** en bienestar, coaching y educación consciente en España y Latinoamérica.
- Reconocida como una de las **Top 15 Coaches de Madrid 2024** por *Influence Digest Media*.



Ángeles Arjona

- **Coach Educativa y Coach de Equipos** certificada CPC por EFIC y ASESCO.
- **Filóloga Inglesa** con más de 25 años en el sector educativo. Experiencia con adolescentes y capacidades diversas.
- **Formadora de Formadores.**



Roberto Cortés

- **Coach Educativo**, Neuropedagogía y gestión del talento certificado por ASESCO.
- **Orientador laboral** con más de 10 años en fundaciones y ONG como Cruz Roja Española.
- **Formador** de talleres y experiencias de alto impacto en desarrollo personal y profesional.



Desirée Porcel

- **Fundadora y directora del centro SAM de psicoterapia y formación.**
- **Psicoterapeuta** con más de 25 años de experiencia especializada en infancia y adolescencia.
- Más de 15 años como consultora y supervisora para administraciones públicas, incluida la Comunidad de Madrid y otras.



Santiago Suárez

- **Coach Educativo** certificado por EFIC y ASESCO.
- **Acompañó a** transformar la confusión en claridad y dirección.
- **Impulso a jóvenes** a avanzar con seguridad hacia su futuro.



Aitana Aguirre

- **Trabajadora social** y constructora de bienestar.
- Experta en **coaching de fortalezas por IEPP** (Instituto Europeo Psicología Positiva).
- **Facilitadora de Escuela del Buen Trato** para familias, docentes y alumnado.







Gracias

Si sientes que es el momento de dar un paso más o quieres más información, estaremos encantados de acompañarte. Solicita tu asesoramiento gratuito:

Verónica Hontecillas Villar

 +34 679 816 911

 hola@veronicahontecillas.com

 Educadores Conscientes: <https://acortar.link/qovbRN>