

# EDUCADORES CONSCIENTES

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

*Aristóteles*



# EDUCADORES CONSCIENTES

Proyecto fundado por Verónica Hontecillas  
(*Madrid*)

y co-creado con Ángeles Arjona  
(*Granada*)

**EN COLABORACIÓN CON:**

**Roberto Cortés . Desirée Porcel** (*Madrid*)

**Aitana Aguirre** (*Navarra*)

**Santiago Suárez** (*Barcelona*)





# 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 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 consigue 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 llegue  
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 de 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**.



# Valores



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



## **PASIÓN POR LA EDUCACIÓN**

“Educar la mente sin educar el corazón no es 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 personalizados.



## **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.



## **PUNTO DE ENCUENTRO**

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



## **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**

- **Co-creadora Educadores Conscientes.**
- **Coach Educativa y Coach de Equipos** certificada CPC por EFIC y ASESICO.
- **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 ASESICO.
- **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 ASESICO.
- **Acompaña** a transformar la confusión en claridad y dirección.
- **Impulsa 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](mailto:hola@veronicahontecillas.com)

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