

## MANUALES DEL CURSO

**Ramos, Recondo y Henríquez (2012). Editorial Kairós.**

"**Inteligencia Emocional Plena**" (Manual teórico - bases científicas del modelo)

"**Practica la Inteligencia Emocional Plena**" (Manual teórico-práctico / Programa de entrenamiento de la INEP)

"**Padres conscientes, hijos felices**" (guía para padres conscientes)

## ENLACES CON AUDIOS MINDFULNESS (MEDITACIONES GUIADAS)

[Inteligenciaemocionalplena.com](http://Inteligenciaemocionalplena.com)

**Vicente Simón**

**AEMIND**

## PARA SABER MÁS SOBRE EMOCIÓN – INTELIGENCIA EMOCIONAL –EDUCACIÓN EMOCIONAL:

Álvarez, M. (Coord.) et al. (2001). Diseño y evaluación de programas de educación emocional. Barcelona: Ciss-Praxis.

Álvarez, M., i Bisquerra, R. (1996). Manual de orientación y tutoría. Barcelona: Praxis.

Bach, E., i Darder, P. (2002). Sedúctete para seducir. Vivir y educar las emociones. Barcelona: Paidós.

Bach, E., i Darder, P. (2005). Desedúcate. Barcelona: Paidós.

Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Praxis.

Bisquerra, R. La práctica de la orientación y la tutoría (pp. 145-179). Barcelona: Praxis.

Bisquerra, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. Barcelona: Síntesis.

Carpena, A. (2003): Educación socioemocional en la etapa de primaria. Barcelona. Octaedro.

Conangla, M. M. (2004). Crisis emocionales. Barcelona: Amat.

Conangla, M. M. (2004). La inteligencia emocional en situaciones límite Barcelona: Amat.

Conangla, M. M., y Soler, J. (2002). Ecología emocional. Barcelona: Amat.

Conangla, M. M., y Soler, J. (2002). Juntos pero no atados. La pareja emocionalmente ecológica. Barcelona: Amat.

Csikszentmihalyi, M. (1997). Fluir (flow). Una psicología de la felicidad. Barcelona: Kairós.

Elias, M. J., Tobias, S. E., y Friedlander, B. S. (1999). Educar con inteligencia emocional. Barcelona: Plaza Janés.

Elias, M. J., Tobias, S. E., y Friedlander, B. S. (2001). Educar adolescentes con inteligencia emocional. Barcelona: Plaza Janés.

- Fernández-Berrocal, P. y Ramos, N. (2002). Corazones inteligentes. Barcelona: Kairós.
- Fernández-Berrocal, P. & Ramos, N. (2004). Desarrolla tu Inteligencia Emocional. Barcelona:Kairós.
- Goleman, D. (1996). Inteligencia Emocional. Barcelona: Kairós.
- Greenberg, L. (1996). Facilitando el cambio emocional. Madrid: Paidós.
- Gómez Bruguera, J. (2003). Educación emocional y lenguaje en la escuela. Barcelona:Octaedro-Rosa Sensat.
- Ibarrola, B. (2003). Cuentos para sentir. Educar los sentimientos. Madrid: SM.
- Ibarrola, B., y otros (2003). Sentir y pensar. Madrid: SM.
- Lantieri, L. (2009). Inteligencia emocional infantil y juvenil. Madrid: Aguilar.
- López Cassà, E. (2003). Educación emocional. Programa para 3-6 años. Barcelona: Praxis.
- Marina, J.A. (2002). Diccionario de los sentimientos. Ed. Anagrama.
- Marina, J.A. (2010). La educación del talento. Biblioteca UP. Barcelona: Ariel.
- Naranjo, C. (2004). Cambiar la educación para cambiar el mundo. Vitoria: La llave.
- Redorta, J., Obiols, M., y Bisquerra, R. (2006). Emoción y conflicto. Aprenda a manejar las emociones. Barcelona: Paidós.
- Renom, A. (2003). Educación emocional. Programa para la educación primaria. Barcelona:Praxis.
- Salmurri, F. (2004). Libertad emocional. Estrategias para educar las emociones. Barcelona:Paidós.
- Salmurri, F., y Blanxer, N. (2002). Programa para la educación emocional en la escuela. En R.
- Sastre, G., i Moreno, M. (2002). Resolución de conflictos y aprendizaje emocional. Barcelona:Gedisa.
- Segura, M., y Arcas, M. (2003). Educar las emociones y los sentimientos. Introducción práctica al complejo mundo de los sentimientos. Madrid: Narcea.
- Shapiro, L. E. (1998). La inteligencia emocional de los niños. Barcelona: Ediciones B.
- Sternberg, R. (1997). Inteligencia exitosa: Cómo una inteligencia práctica y creativa determinan el éxito en la vida. Barcelona: Paidós.
- Toro, J.M. (2012). Educar con co-razón. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Vallés Arándiga, M., A. (2000). La inteligencia emocional de los hijos. Cómo desarrollarla. Madrid: EOS.

## **MATERIALES PRÁCTICOS DEL GROU SOBRE EDUCACIÓN EMOCIONAL**

Álvarez, M. (Coord.) et al. (2001). Diseño y evaluación de programas de educación emocional. Barcelona: Ciss-Praxis.

Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Praxis.

Güell, M., y Muñoz, J. (Coord.). (2003). Educación emocional. Programa para la educación secundaria postobligatoria. Barcelona: Praxis.

López Cassà, E. (Coord.). (2003). Educación emocional. Programa para 3-6 años. Barcelona: Praxis.

Pascual Ferris, V., y Cuadrado Bonilla, M. (Coord.). (2001). Educación emocional. Programa de actividades para educación secundaria obligatoria. Barcelona: Praxis.

Redorta, J., Obiols, M., y Bisquerra, R. (2006). Emoción y conflicto. Aprenda a manejar las emociones. Barcelona: Paidós.

Renom, A. (Coord.). (2003). Educación emocional. Programa para la educación primaria. Barcelona: Praxis.

## **PARA SABER MÁS SOBRE MINDFULNESS – ATENCIÓN PLENA – MEDITACIÓN – TERAPIAS:**

Kabat-Zinn, J. (2003). Vivir con plenitud las crisis. Barcelona: Kairós.

Kabat-Zinn, J. (2009). Mindfulness en la vida cotidiana. Barcelona: Paidós.

Kabat-Zinn, L. (2012). Padres conscientes, hijos felices. Madrid: Faro.

Kateb, E. (2010). Piensa, siente y actúa. Barcelona: Robin Book.

Langer, E. (2007). Mindfulness. La conciencia plena. Barcelona: Paidós.

Martín, A. (2010). Con rumbo propio. Disfruta de la vida sin estrés. Barcelona: Plataforma actual.

Ricard, M. (2003). El arte de la meditación. Barcelona: Urano.

Tolle, E. (2003). El poder del ahora. Madrid: Gaia Ediciones.

Tolle, E. (2006). Un nuevo mundo, ahora. Barcelona: Ed. Grijalbo.

## **MINDFULNESS Y NIÑOS**

Kaiser Greenland, S (2013). El niño atento. Mindfulness para ayudar a tu hijo a ser más feliz, amable y compasivo. Bilbao: Desclee de Brouwer

Snel, E (2012). Tranquilos y atentos como una rana. La meditación para niños...con sus padres. Barcelona: Editorial Kairós.

Schoeberlein, D. y Sheth, S. (2012). Mindfulness para enseñar y aprender: Estrategias prácticas para maestros y educadores. México: Editorial Oceano - Neo Person.

## ESTUDIOS CIENTÍFICOS SOBRE LOS EFECTOS DE MINDFULNESS

Enlaces interesantes para documentarte sobre los beneficios de la práctica de la Atención Plena (Mindfulness), también en el ámbito educativo.

<http://www.mindfulexperience.org/>

<http://www.mindfulexperience.org/publications.php>

<http://www.mindfulexperience.org/newsletter.php>

<http://www.mindfuleducation.org/research.html>

<http://www.mindfuleducation.org/resources.html>

<http://www.mindfulschools.org/about-mindfulness/research/>

<http://meditation-research.org.uk/>

<http://meditation-research.org.uk/our-meditation-research/>

<http://meditation-research.org.uk/category/research-blog/>

<http://marc.ucla.edu/>