

Psicopedagogía de las emociones

Rafael Bisquerra Alzina




EDITORIAL
SÍNTESIS

Índice

<i>Introducción</i>	11
1. Naturaleza de la emoción	15
1.1. Cómo se produce la emoción.....	15
1.2. El mecanismo de valoración.....	16
1.3. Los componentes de la emoción	18
1.4. La orexis: predisposición a la acción	19
1.5. Concepto de emoción.....	20
1.6. Los fenómenos afectivos	21
1.7. El estilo valorativo	23
2. Teorías de las emociones	27
2.1. Enfoques en el estudio de las emociones	27
2.2. La tradición filosófica	29
2.3. La tradición literaria	32
2.4. La tradición biológica	34
2.5. La tradición psicofisiológica.....	42
2.6. Freud y el psicoanálisis.....	46
2.7. Modelos conductuales	47
2.8. Teorías cognitivas.....	51
2.9. El construccionismo social.....	61
2.10. Resumen y conclusiones	67

3. <i>Estructura y función de las emociones</i>	69
3.1. Función de las emociones	70
3.2. Estructura de las emociones	72
3.3. Emociones positivas y negativas	73
3.4. Las familias de emociones	76
3.5. El modelo de Plutchik	76
3.6. Emociones primarias y secundarias	79
3.7. ¿Emociones básicas, primarias o discretas?.....	82
3.8. Modelos empíricos.....	83
3.9. Dimensiones estructurales de la emoción	87
3.10. La polaridad emocional	88
3.11. El modelo circuplejo.....	88
3.12. Clasificación de emociones	89
3.13. Una clasificación psicopedagógica.....	92
4. <i>El cerebro emocional</i>	95
4.1. El sistema nervioso	95
4.2. Estructura y función del cerebro	96
4.3. Los hemisferios cerebrales	101
4.4. El sistema límbico.....	104
4.5. La amígdala	106
4.6. La neurona	107
4.7. Los neurotransmisores	109
4.8. Las neuronas espejo	111
4.9. El caso de Phineas Gage.....	111
4.10. Antonio Damasio: el marcador somático	112
4.11. La ontogénesis recapitula la filogénesis.....	113
4.12. El cerebro emocional en LeDoux: cognición y emoción.....	114
5. <i>La inteligencia emocional y su contexto</i>	117
5.1. Evolución del concepto de inteligencia	117
5.2. La teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner	120
5.3. La teoría triárquica de Sternberg	121
5.4. La inteligencia social.....	122
5.5. Modelos de rasgos de personalidad: “ <i>The big five</i> ”	123
5.6. Antecedentes de la inteligencia emocional.....	125
5.7. El contexto en que aparece la inteligencia emocional	126

5.8. La inteligencia emocional según Salovey y Mayer.....	128
5.9. El modelo de Goleman	131
5.10. El modelo de Bar-On	133
5.11. Otros modelos de inteligencia emocional.....	134
5.12. El debate en torno a la inteligencia emocional	135
5.13. ¿Demasiadas inteligencias?	137
5.14. Instrumentos de medida de la inteligencia emocional	137
5.15. La revolución emocional.....	139
6. Las competencias emocionales.....	143
6.1. Concepto de competencia.....	143
6.2. Clases de competencias	144
6.3. La construcción de las competencias emocionales	144
6.4. Un modelo de competencias emocionales	146
6.5. Conciencia emocional.....	148
6.6. Regulación emocional.....	148
6.7. Autonomía emocional	149
6.8. Competencia social.....	150
6.9. Competencias para la vida y el bienestar	151
6.10. La investigación en competencias emocionales.....	152
6.11. Contextos de aplicación de las competencias emocionales.....	154
7. La educación emocional.....	157
7.1. Educar para la vida	157
7.2. Concepto de educación emocional.....	158
7.3. Fundamentos teóricos de la educación emocional	159
7.4. Objetivos de la educación emocional	163
7.5. Contenidos de la educación emocional	163
7.6. Metodología	166
7.7. La evaluación en educación emocional.....	167
7.8. Contextos de intervención	168
7.9. Formación inicial del profesorado en educación emocional.....	169
7.10. Formación permanente del profesorado en educación emocional	171
7.11. Inteligencia emocional, competencias emocionales y educación emocional.....	172

8. <i>Las emociones estéticas</i>	173
8.1. Concepto de emoción estética.....	173
8.2. Emociones estéticas y educación	174
8.3. Estudios sobre emoción y arte.....	176
8.4. La emoción como respuesta a la obra de arte.....	176
8.5. La paradoja de la ficción	177
8.6. La emoción en el arte abstracto.....	178
8.7. La paradoja de la tragedia	179
8.8. Las aportaciones del construccionismo social	180
8.9. La investigación sobre las emociones estéticas	181
8.10. Literatura y teatro	181
8.11. Artes plásticas	183
8.12. Música.....	184
8.13. Danza y baile.....	189
8.14. Cine	191
9. <i>Emoción y...</i>	193
9.1. Emoción y motivación.....	193
9.2. Emoción y salud	198
9.3. Emoción y psiconeuroinmunología	205
9.4. Emoción y organizaciones.....	207
9.5. Emoción y conflicto	211
9.6. Emoción y violencia	216
9.7. Emoción y moral	218
9.8. Emoción y nuevas tecnologías.....	227
10. <i>Emoción y ciencias del bienestar</i>	231
10.1. El bienestar material	231
10.2. El bienestar físico.....	235
10.3. El bienestar social	236
10.4. El bienestar emocional.....	237
10.5. Las emociones positivas	239
10.6. El <i>fluir</i> en Csikszentmihalyi.....	240
10.7. La psicología positiva	243
10.8. Educación emocional y bienestar	244
10.9. La orientación psicopedagógica.....	244

10.10. La tutoría.....	246
10.11. El <i>coaching</i>	246
10.12. La Educación para la Ciudadanía.....	248
10.13. Hacia las ciencias del bienestar.....	249
<i>Nota bibliográfica</i>	253