



Programa para el **desarrollo,**
empoderamiento y **bienestar**
de la **comunidad educativa.**



Formaciones para equipos **DOCENTES**



ESCUELAS



UNIVERSIDADES



ORGANIZACIONES



www.educalm.cat



¿QUÉ ES EDUCALM?

Es un programa transformador diseñado para el desarrollo, el empoderamiento y el bienestar de la comunidad educativa. Nuestro propósito es acompañar a los profesionales de la educación y a las familias en el desafío de formar personas más seguras, autónomas, responsables, con sentido crítico y comprometidas con su entorno.

Nacemos con el compromiso de construir espacios educativos y familiares más amables, promoviendo una visión transformadora que impacte tanto en las personas como en la sociedad. Apostamos por el desarrollo del bienestar personal y colectivo como pilar fundamental para el aprendizaje y la convivencia.

A través de formaciones de alto impacto, conferencias, cursos y sesiones personalizadas, **EDUCALM** ofrece metodologías prácticas, herramientas diagnósticas y recursos especializados para fortalecer la gestión emocional, la comunicación efectiva y el liderazgo educativo.

Con un enfoque vivencial, participativo e integrador, que se adapta a las necesidades de cada institución y equipo, **EDUCALM** promueve entornos de aprendizaje más equilibrados, respetuosos y eficaces.

Queremos que cada persona que forma parte de la comunidad educativa se sienta valorada, reconocida y protagonista del cambio. Porque solo juntos podemos construir **ESCUELA**, una escuela con propósito, centrada en el bienestar y el crecimiento de todos sus miembros.

Garantizamos:

- Experiencia profesional con **más de 35 años** en centros educativos y universidades.
- Análisis de **situaciones reales y casos prácticos** actuales.
- **Acompañamiento** pre y post formación.
- **Formaciones a medida**, según las necesidades específicas de tu centro u organización.





Herramientas innovadoras y transformadoras

- **Método Bridge®** del Instituto de Comunicación. Gracias a este diagnóstico conocemos nuestro estilo comunicativo relacional, podemos identificar el de los demás y, con ello, facilitar nuestras relaciones personales y profesionales.
- **Método Sikkhona®** del Instituto de Comunicación. Ofrece un diagnóstico sobre en qué etapa se encuentra el equipo, evalúa el nivel de seguridad psicológica del grupo y propone acciones específicas para fortalecer la cohesión, la confianza y la colaboración entre sus miembros, para alcanzar la excelencia grupal y ser un equipo de alto rendimiento.
- **Coaching Integral International Coaching Federation ICF.** Acompaña a las personas a que desarrollen nuevas y mejores competencias y habilidades para identificar y tomar las decisiones y acciones necesarias para conseguir los objetivos extraordinarios en su vida.
- **Programa Escuela Amable** para la mejora de la convivencia en el entorno educativo. A través de estrategias de intervención educativa y sesiones programadas, tanto dentro como fuera del aula, aborda la gestión de conflictos, la prevención del acoso escolar y el fortalecimiento de la responsabilidad y participación del alumnado.
- **Disciplina Positiva.** Facilita herramientas para aprender a educar de forma amable y firme al mismo tiempo, en un clima de respeto mutuo.
- **Programa MBSR Mindfulness Based Stress Reduction de Jon Kabat-Zinn.** Es una herramienta sencilla y poderosa para aprender a gestionar el estrés y las emociones de forma eficaz. Ayuda a docentes y estudiantes a mejorar su bienestar, concentración, productividad, aprendizajes y convivencia, a través de prácticas de atención plena. Esto fomenta entornos educativos más equilibrados y positivos.





RESPALDO BASADO EN LA FORMACIÓN Y LA EXPERIENCIA

CARME BARTOMEU es la creadora del programa **EDUCALM**, madre de gemelos preuniversitarios, coach integral ACC, bióloga y educadora en Jesuïtes Educació – Sant Ignasi-Sarrià de Barcelona (España), donde imparte clases de matemáticas a alumnos de ESO desde hace casi cuatro décadas. Esta vasta experiencia le permite mantenerse conectada con la realidad y las necesidades de docentes, estudiantes y familias.

Durante 18 años, colaboró como autora de libros de texto de matemáticas con la editorial McGraw-Hill Interamericana. Está certificada en el Modelo Relacional Bridge® y Sikkhona® por el Instituto de Comunicación; en Disciplina Positiva para familias e infancia, y en Atención Plena (MBSR). Es miembro de la International Coaching Federation (ICF), la Positive Discipline Association (PDA) y la Asociación de Disciplina Positiva de España (ADPE).

Además, es autora del **libro Soy Capaz**, una obra que presenta cuatro relatos cortos e ilustrados inspirados en casos reales que ha vivido con sus estudiantes. Una publicación muy útil dirigida a tanto adolescentes mayores de 12 años como a sus educadores: docentes y familias.

EDUCALM surge de un proceso personal de transformación que la llevó a replantearse su estilo de vida y su enfoque para acompañar a los demás. Desde hace casi 10 años, comparte su experiencia como formadora en centros educativos mediante cursos, conferencias y sesiones personalizadas para un aprendizaje profundo, significativo y sostenible en el tiempo.

"Quiero compartir contigo las herramientas que me han ayudado a transformar mi vida y mi enfoque educativo".



PROGRAMA EDUCALM PARA EQUIPOS DOCENTES



Bonificable
Fundación
Tripartita



¿Te gustaría aprender a **comunicarte de forma efectiva** y gestionar los conflictos con tus alumnos, compañeros y familias de manera estratégica?

¿Sabes cómo **motivar a tus alumnos** para que se impliquen en su aprendizaje y logren resultados significativos?

Como docente, con nuestras formaciones lograrás:



Obtener herramientas prácticas para gestionar tus emociones dentro y fuera del aula, y afrontar los desafíos diarios como las faltas de respeto, los conflictos de comportamiento, las necesidades educativas especiales, adicciones, bullying, TCA y la atención a las familias.



Fortalecer la cohesión del equipo docente y fomentar un ambiente de confianza para ser un equipo de alto rendimiento, en el que tanto el grupo como cada uno de sus miembros crezcan profesionalmente, con una visión más humana.



Contar con recursos basados en neurociencia para acompañar a tus alumnos en su proceso de aprendizaje, ayudándoles a sentirse más motivados y a alcanzar un aprendizaje profundo y significativo.



Gestionar tus emociones y empoderarte profesionalmente, mediante el uso de lenguaje corporal y no verbal, que potenciará tu presencia y liderazgo en el aula.



Reducir el estrés y burnout, mejorando tu organización y gestión del tiempo con técnicas de intervención corporal, para disfrutar más de tu labor educativa.



Mejorar tu bienestar de manera integral, cuidando tu salud mental, emocional y física para estar en tu mejor versión tanto dentro como fuera del aula.

Nuestras formaciones son prácticas, útiles y vivenciales, diseñadas para que adquieras herramientas que puedes aplicar inmediatamente en tu día a día.

EDUCALM ESTÁ DIRIGIDO A

- Organizaciones educativas
- Equipos directivos de universidades, colegios y fundaciones
- Equipos docentes
- Profesores
- Personal no docente

LAS FORMACIONES EDUCALM SON PARA TI SI:

- 1 No crees en recetas mágicas, tips y manuales de instrucciones.
- 2 Quieres cambiar tu forma de ver a tu alumno y de organizar tu aula.
- 3 Te interesan no solo sus resultados académicos, sino también su crecimiento integral, para que llegue a ser un adulto responsable y feliz.
- 4 Quieres invertir tiempo en reflexionar y aprender nuevos recursos para mejorar como docente.
- 5 Deseas mejorar tu bienestar físico, mental y emocional y el de tus alumnos.
- 6 Estás dispuesto a transformarte como adulto, de forma profunda, constante e irreversible.

FORMATOS DE APRENDIZAJE

- Cursos
- Talleres
- Conferencias
- Jornada Educalm
- Formatos personalizados
- Sesiones personalizadas (*online*)



CURSO

COMUNICA, CONECTA Y COLABORA CON EL MÉTODO BRIDGE®

Un programa para descubrir el estilo relacional, mejorar las habilidades comunicativas y construir equipos cohesionados y efectivos.

Cada persona se comunica, se relaciona y percibe el entorno de forma distinta. En un equipo, estas diferencias pueden generar roces o convertirse en una fortaleza si aprendemos a entendernos mejor.

El Método Bridge® es una herramienta psicométrica diseñada para identificar el estilo comunicativo relacional de cada docente, permitiendo mejorar la comunicación y fortalecer las dinámicas entre compañeros del equipo docente, los estudiantes y sus familias.

Explora de manera simple, intuitiva y universal los distintos estilos relacionales, optimizando las relaciones interpersonales dentro de la comunidad educativa y maximizando la eficacia de la comunicación en el aula y los equipos docentes.

Os proponemos descubrir el Método Bridge®, creado por Ferran Ramon-Cortés y Alex Galofré del Instituto de Comunicación, a través de este curso tan potente que los participantes serán capaces de:

- Identificar su estilo de comunicación y comprender cómo se relacionan con los demás.
- Tomar conciencia del impacto que generan en otros y en su entorno laboral.
- Aplicar estrategias prácticas para conectar de forma más efectiva con diferentes perfiles personales y profesionales.
- Mejorar su comunicación en situaciones clave: conversaciones cotidianas, reuniones, situaciones de estrés, resolución de conflictos, *feedback*, trabajo en equipo y más.

¿Lideras equipos en el ámbito educativo?

Esta formación te facilita una mirada integral sobre tu estilo relacional, pero también de tus áreas de mejora como líder. Te permitirá fortalecer tu capacidad de motivar y acompañar al claustro docente de forma más empática y efectiva, y gestionar con mayor claridad y equilibrio la relación con las familias.

Liderar también es saber comunicarse. Y hacerlo bien marca la diferencia.



El **curso “Conecta, Comunica y Colabora con el Método Bridge®”** además permite el autoconocimiento del profesorado y favorece tanto el desarrollo personal como la mejora del trabajo en equipo.

A través de herramientas prácticas, este programa fortalece la comunicación interpersonal, incrementa la autoconfianza y la confianza mutua; promueve la cohesión y mejora la efectividad del equipo docente, generando dinámicas propias de equipos de alto rendimiento.

Todo ello con un objetivo claro: aumentar la incidencia educativa, acompañar con excelencia al alumnado y contribuir a una formación de calidad.

¿Cómo funciona?

El Bridge® Assessment de estilos relacionales individual se obtiene a partir de un breve cuestionario *online*. Este informe Bridge® permite descubrir el estilo principal y el porcentaje que la persona tiene de cada estilo relacional. Es una gran herramienta de autoconocimiento. El Bridge® Assessment grupal, se obtiene después de tener los informes individuales de cada uno de los integrantes del mismo.

A partir de esta información, se realizan unas dinámicas individuales y grupales para reconocer el estilo comunicativo de los demás y se ofrecen a los participantes estrategias prácticas para comunicarse con eficacia desde cada estilo y con todos los estilos.



**Programa una sesión
informativa gratuita para
conocer más sobre este curso**

SOLICITA AQUÍ

CURSO

LIDERAZGO, CONFIANZA Y ALTO RENDIMIENTO DE LOS EQUIPOS CON EL MÉTODO SIKKHONA®

Un programa diseñado para transformar las dinámicas del equipo, aumentar el liderazgo personal y alcanzar la excelencia grupal

La confianza, la comunicación profunda y la coordinación efectiva son esenciales para lograr un equipo de alto rendimiento. Sin embargo, ¿cómo mejorar la colaboración y la complicidad cuando existen conversaciones pendientes, información oculta o dinámicas que bloquean el potencial del grupo? El Método Sikkhona® es la herramienta clave para superar esas barreras y llevar al equipo hacia la excelencia colectiva.

Con este curso práctico y vivencial, os proponemos descubrir el Modelo Sikkhona®, creado por Ferran Ramon-Cortés y Alex Galofré del Instituto de Comunicación. Utilizando el test psicométrico basado en este método, analizaremos el estado actual del equipo, identificaremos las dinámicas necesarias para fortalecer la cohesión y ayudaremos a que cada miembro del mismo se empodere para potenciar su liderazgo personal y avanzar hacia el éxito colectivo.

“La tecnología reinventará los negocios, pero las relaciones humanas seguirán siendo la clave del éxito”.

Stephen R Covey.



Bonificable
Fundación
Tripartita



El **Método Sikkhona®** está pensado para cualquier grupo o equipo que desee conocer qué nivel de seguridad psicológica y confianza tienen, y quieran trabajarse como equipo para alcanzar la **excelencia grupal**.

Consideramos "equipo" a dos o más personas con un propósito común. Por ello, Sikkhona® es el método ideal para cualquier tipo de equipo profesional: equipos de dirección, ventas, socios, equipos deportivos, equipos médicos, fundaciones, ONGs, etc.

Sikkhona® ofrece a los equipos:

- Un modelo claro para comprender su evolución y desarrollo.
- Consciencia del estadio en el que se encuentra el equipo.
- La oportunidad de abrir las conversaciones necesarias para avanzar.
- Herramientas efectivas para resolver conflictos y abordar conversaciones complejas.
- Un espacio seguro para compartir encuentros y desencuentros.
- Estrategias claras para actuar desde el liderazgo del equipo y como miembros activos.

El informe Sikkhona Team Assessment® proporciona una radiografía precisa de la seguridad psicológica del equipo en un momento y contexto determinados. A partir de un breve cuestionario *online*, cada miembro aporta su visión sobre el nivel de alineamiento, cohesión y confianza dentro del grupo. Este diagnóstico permite conocer el punto de partida y planificar los pasos a seguir.

A partir de este análisis, se aplican las dinámicas específicas que el equipo necesita, según los resultados obtenidos, para avanzar hacia la excelencia grupal.

Sikkhona® facilita la creación de espacios de comunicación esenciales para el desarrollo y crecimiento del equipo, permitiéndoles alcanzar su máximo potencial.

Sikkhona es un modelo simple, intuitivo y universal que explica las distintas etapas por las que pasan los equipos (algunas altamente productivas y otras peligrosamente destructivas). Diagnostica en qué fase se encuentra el equipo y el nivel de seguridad psicológica que experimenta, proponiendo dinámicas y acciones que promuevan la cohesión y confianza necesarias para su éxito.

El curso **Liderazgo, Confianza y Alto Rendimiento de los Equipos con el Método Sikkhona®** asegura un enfoque completo que incluye una base conceptual sólida, un diagnóstico objetivo y una herramienta visual, junto a un set de dinámicas diseñadas para mejorar las relaciones dentro de los equipos.



Programa una sesión
informativa gratuita para
conocer más sobre este curso

SOLICITA AQUÍ

CURSO

GESTIÓN EMOCIONAL Y BIENESTAR EN LA ESCUELA

Una formación para cuidar la salud mental y emocional del alumnado para una intervención educativa más consciente y efectiva

En el día a día escolar, hay momentos en los que el estrés, el cansancio o el comportamiento desafiante de un alumno nos sobrepasa. ¿Cómo mantener la calma y estar disponibles emocionalmente para acompañar desde el equilibrio y la presencia?

Este curso permite a los docentes gestionar sus propias emociones para estar en mejores condiciones de apoyar al alumnado.

Como parte de la formación, trabajaremos herramientas para **enseñarle a los estudiantes a:**

- Regular sus emociones y transitar su montaña rusa emocional.
- Manejar la rabia en conflictos de convivencia.
- Afrontar el miedo ante exámenes y presentaciones orales.
- Reconocer errores y desarrollar tolerancia a la frustración.
- Fortalecer su autoestima y seguridad.
- Identificar señales de alerta como tristeza profunda, autolesiones, trastornos de alimentación o acoso escolar.
- También abordaremos cómo comunicarnos con las familias y cuándo derivar a profesionales especializados, siempre desde una mirada empática, preventiva y educativa.

Una formación práctica y transformadora para docentes que quieren cuidar y acompañar mejor, empezando por sí mismos.



CURSO

SENTIRSE BIEN PARA EDUCAR MEJOR

Bienestar emocional, gestión del estrés y tiempo del equipo docente

¿Queréis vivir el día a día escolar con más calma, equilibrio y propósito? ¿Os gustaría gestionar mejor las situaciones de conflicto y el estrés del día a día; canalizar de forma más efectiva vuestra energía, acompañar con empatía y construir un clima escolar saludable? Entonces este curso es para vosotros.

Al finalizar el curso los participantes podrán:

- Gestionar su tiempo con eficacia y foco. Serán capaces de priorizar lo urgente y lo importante (Método Eisenhower), y lograr un mayor equilibrio en sus responsabilidades diarias: gestión del aula, preparación de clases, entrevistas con familias, etc.
- Reducir el estrés con estrategias conscientes de respiración y atención plena, centrándose en el presente y en aquello sobre lo que se tiene control e influencia.
- Identificar y transformar pensamientos que generan ansiedad.
- Regular sus emociones para acompañar mejor a su alumnado.
- Convertir sus rutinas en rituales que suman bienestar.
- Gestionar conflictos escolares con asertividad y respeto, dentro y fuera del aula.
- Reconectar con ellos mismos y recargar su reserva de paciencia.
- Promover una convivencia sana entre estudiantes y docentes.



CURSO

ESCUELA AMABLE

Programa para la mejora de la convivencia escolar

Este programa tiene como objetivo facilitar el bienestar, la salud relacional y una convivencia positiva entre todos los miembros de la comunidad educativa: docentes, alumnos, familias y personal no docente que participan en el día a día, para contribuir a un clima escolar saludable y colaborativo.

A través de pautas metodológicas de intervención educativa, tanto dentro como fuera del aula, se abordan aspectos clave como la gestión de conflictos, la prevención del acoso escolar y el fomento de la responsabilidad y la implicación del alumnado en la vida del centro. Educando con calma, amabilidad y firmeza se reducen los malos comportamientos y actitudes disruptivas de los alumnos; se fortalece el vínculo con los adultos de referencia y aumenta la participación de los niños, adolescentes y jóvenes en la vida escolar.

El programa incorpora recursos prácticos y sesiones de tutoría planificadas y organizadas para mejorar el clima escolar, favorecer el respeto, la participación y la colaboración entre todos los miembros de la comunidad educativa. Todo ello con el fin de mejorar la calidad de las relaciones y favorecer aprendizajes más profundos e integrales. Incluye: Tres sesiones tutoriales con el alumnado, una sesión de seguimiento para consolidar aprendizajes y presentación del programa a familias, AMPAs o AFAs (duración: 1h 15 min, opcional).

Este curso es ideal para construir una **escuela amable**, donde exista una mejor convivencia entre alumnos y el claustro docente.



CURSO

DISCIPLINA POSITIVA

Una formación para aprender a a educar con calma, amabilidad y respeto

Educación hoy es más desafiante que nunca. El uso excesivo de pantallas, la baja motivación del alumnado, los conflictos en el aula y la falta de respeto a normas y rutinas hacen que el día a día escolar requiera nuevas estrategias y una mirada más profunda. Este curso ofrece herramientas prácticas para disfrutar del proceso educativo, mejorar la convivencia y acompañar con mayor eficacia el desarrollo emocional y social de niños y jóvenes. Aprenderemos a reconocer que detrás de cada conducta hay una necesidad no cubierta, a establecer límites con amabilidad y firmeza, y conectar con el alumnado fomentando su sentido de pertenencia y contribución.

Propondremos una educación centrada en soluciones y autorresponsabilidad, como alternativa a castigos, premios, gritos y amenazas. Nuestros alumnos desarrollarán las habilidades cognitivas, emocionales y sociales que van a necesitar en su vida adulta. Incorporaremos el lenguaje no verbal y la corporalidad como herramientas educativas transformadoras.

CURSO

EL TUTOR 360°

Las herramientas más efectivas para un acompañamiento tutorial integral

La figura del tutor es clave en la vida escolar. Nuestros niños y jóvenes necesitan adultos de referencia que generen un entorno seguro, construyan vínculos de confianza, se comuniquen con empatía y les acompañen en su desarrollo personal y académico. Un tutor 360° es aquel que observa con una mirada amplia y potenciadora, que reconoce la singularidad de cada alumno y le ayuda a desarrollar sus habilidades cognitivas, emocionales y sociales para la vida.

En este curso, los participantes adquirirán herramientas prácticas para fortalecer su labor tutorial, mejorar la comunicación con el claustro y las familias, y generar un clima positivo en el aula. Además, aprenderán a realizar entrevistas significativas con sus alumnos, que permitan un acompañamiento cercano, eficaz y transformador. ¡Porque ser tutor es una oportunidad para marcar la diferencia!

CURSO

¿QUIÉN (QUÉ) QUIERE SER?

Cómo acompañar al alumnado a elegir su futuro con sentido y confianza

¿A vuestros alumnos les cuesta reconocer en qué destacan? ¿Tienen miedo a equivocarse al tomar decisiones importantes? ¿Saben lo que les gustaría ser, pero no se sienten capaces? ¿Se sienten presionados por su entorno familiar o escolar? Si a los adultos nos resulta difícil identificar nuestros talentos y tomar decisiones de vida, para nuestros estudiantes lo es aún más.

Esta formación ofrece a los docentes herramientas para acompañar a su alumnado en el proceso de identificar sus intereses, descubrir sus talentos y convertirlos en fortalezas; reconocer sus inteligencias múltiples, entender cómo aprenden, reflexionar sobre las etiquetas que los limitan, gestionar el miedo, la frustración y la presión externa, para que así puedan elegir su futuro académico y profesional desde la seguridad, la motivación y el autoconocimiento.

**¡Podéis ayudar a vuestros
alumnos a descubrir su
verdadero potencial y a tomar
decisiones con confianza para
crear el futuro que sueñan!**



Programa una sesión
informativa gratuita para
conocer más sobre este curso
AQUÍ



QUIÉNES HAN CONFIADO EN NOSOTROS





QUIÉNES HAN CONFIADO EN NOSOTROS



CHAMPAGNAT





Sobre el libro

SOY CAPAZ

El libro **Soy capaz** es una compilación de cuatro relatos cortos e ilustrados inspirados en casos reales que la bióloga, coach integral y educadora, **CARME BARTOMEU**, ha experimentado con sus estudiantes en su trayectoria de casi tres décadas.

Cada historia contiene herramientas de coaching integral, mindfulness (atención plena) y programación neurolingüística (PNL), presentadas de forma sencilla e ilustradas. Los relatos proponen un trabajo en dos dimensiones: por un lado para tomar conciencia de lo que está sucediendo y, por otro, para aprender nuevas estrategias para superar la situación, sentirse bien y mejorar como persona.

Un libro muy útil para que los jóvenes aprendan a **gestionar las emociones**, identificar los **miedos**, modular los pensamientos que les hacen sufrir y aumentar su grado de **confianza** para lograr objetivos. Asimismo, ofrece herramientas a padres, madres y docentes para acompañar a los menores en su **crecimiento integral**.



[Comprar](#)



FORMACIONES
A MEDIDA

RESULTADOS
GARANTIZADOS

AGENDA UNA REUNIÓN
PRESENCIAL O VIRTUAL
PARA MÁS INFORMACIÓN

¡CONTÁCTANOS!



COACH@CARMEBARTOMEU.COM



639 03 90 57



WWW.EDUCALM.CAT

