

EDUQUEM LES EMOCIONS

La intel·ligència emocional en
l'àmbit educatiu





“Vull arribar a creure que algun dia l'educació inclourà en el seu programa d'estudis l'ensenyament d'habilitats essencialment tant humanes com ara l'autoconeixement, l'autocontrol, l'empatia i l'art d'escoltar, de resoldre conflictes i de col·laborar amb els altres.”

Daniel Goleman, *Intel·ligència emocional*



ÍNDEX

	<u>Pàgina</u>
Introducció.....	4
Bloc 1: La intel·ligència.....	6
1. La intel·ligència.....	7
1.1. Què és la intel·ligència?.....	7
1.2. L'estudi de la intel·ligència.....	8
1.2.1. Evolució del concepte "intel·ligència".....	9
1.2.2. Diferents enfocaments	9
1.2.3. Teories sobre la intel·ligència.....	10
A. Teories factorials de la intel·ligència	11
A.1. Model de Spearman.....	11
A.2. Teoria Gf-Gc de Cattell.....	11
A.3. Estructura de d'intel·lecte de Guilford.....	12
A.4. Habilitats mentals primàries de Thurstone.....	12
B. Teories cognitives de la intel·ligència.....	12
B.1. Teoria tridimensional de Sternberg.....	13
B.2. Teoria de les intel·ligències múltiples de Gardner.....	14
2. Les intel·ligències múltiples.....	14
2.1. Teoria de les intel·ligències múltiples.....	14
2.2. Les diferents intel·ligències múltiples.....	16
2.3. Intel·ligència intrapersonal i Intel·ligència interpersonal.....	17
Bloc 2: Intel·ligència i educació emocional.....	19
1. Intel·ligència emocional.....	20
1.1. Què és la intel·ligència emocional?.....	20
2. Les emocions.....	21
2.1. Diferents tipus d'emocions.....	22
2.2. Classificació de les emocions.....	22
2.3. Biologia de les emocions.....	23
2.3.1. El sistema endocrí i les principals hormones relacionades amb les emocions.....	24
2.4. Com s'expressen i es perceben les emocions?.....	25



3. Competències emocionals	26
3.1. Consciència emocional.....	26
3.2. Regulació emocional.....	27
3.3. Autonomia emocional.....	28
3.4. Competència social.....	29
3.5. Habilitats de vida per al benestar.....	30
4. Educació emocional	31
4.1. Característiques emocionals de les diferents etapes educatives.....	32
4.1.1. Dels 0 als 3 anys.....	33
4.1.2. Dels 3 als 6 anys.....	33
4.1.3. Dels 6 als 12 anys.....	34
4.1.4. Dels 12 als 16 anys.....	36
4.2. Proposta de pla d'educació emocional en les diferents etapes educatives..	37
Bloc 3: La intel·ligència emocional a l'àmbit educatiu	42
1. El meu itinerari.....	43
1.1. Llar d'infants: El melic de Les Planes d'Hostoles.....	43
1.2. Escola: CEIP Sant Cristòfol de Les Planes d'Hostoles.....	45
1.3. Institut: IES Castell d'Estela d'Amer.....	49
1.4. Valoració i anàlisi de la educació emocional després de tota una etapa d'escolarització.....	51
2. Altres experiències.....	52
2.1. Escola de nova creació: El morrot.....	52
2.2. Centre d'educació especial: CEE Joan XXIII.....	55
2.3. Valoracions d'aquestes experiències.....	58
Conclusió	59
Opinió personal.....	60
Agraïments.....	60
Bibliografia	62



Introducció

Tots hem sentit dir alguna vegada “ *Mira que intel·ligent és el teu amic!* ”, també és comú escoltar a algú dir “*Aquell és més intel·ligent que aquell altre*”. Sempre m’ha inquietat aquesta manera de parlar de la gent, ja que mai he cregut que aquestes frases fossin del tot certes o, si més no, he pensat que era un llenguatge molt indefinit i confús. Quan sento la gent fer aquest tipus de sentències em vénen moltes preguntes al cap: *Què vol dir ser intel·ligent? Només hi ha un tipus d’intel·ligència? Es neix intel·ligent o un es pot tornar intel·ligent? Com es mesura la intel·ligència?*

Quan se’m va plantejar la necessitat de buscar un tema per fer el meu treball de recerca, sabia que volia fer quelcom relacionat amb la psicologia o la pedagogia. Vaig començar a indagar per aquests dos camps de coneixement tan extensos, hi havia tantes possibilitats, tants temes, que em trobava totalment perduda. Vaig començar a descartar aspectes que no em cridaven l’atenció (trastorns i síndromes, tipologies terapèutiques..). A mesura que la selecció avançava em vaig adonar que m’interessava molt saber coses referides al com es relacionen les persones entre si. També m’agraden temes relacionats amb les emocions, com ens sentim, com podem ser més feliços...

És així com vaig arribar a un concepte, el sol nom del qual ja em va encuriosir: “la intel·ligència emocional”. Volia saber què era i com es concretava. Sospitava que en la recerca d’aquests interrogants potser també se’m resoldrien les preguntes que sempre m’havia fet entorn de la intel·ligència.

Ho tenia decidit, el meu tema de recerca estaria relacionat amb la intel·ligència emocional. Em vaig submergir en un munt interminable d’informació. Cada tema me’n portava a un altre. I aquí va sortir la primera dificultat: havia d’acotar el tema, definir-lo i pensar bé quina seria la meva recerca concreta.

Vaig tenir clar que havia de fer una primera part del treball més teòrica, que situés la intel·ligència emocional dins les diferents teories i enfocaments de l’estudi de les intel·ligències, per poder després explicar què és la intel·ligència emocional en concret. Per això he dedicat el primer bloc del meu treball a explicar què és la intel·ligència i quina és la seva evolució fins arribar a aquest concepte més innovador de la “intel·ligència emocional”.

Un cop decidit quin seria el meu primer bloc, buscant informació vaig descobrir que un dels aspectes d’aquest tipus d’intel·ligència és que es pot educar, és a dir, que hi



ha un extens camp de pràctica pedagògica que té com a contingut l'educació emocional. I d'aquest punt va sortir la llavor de la meva recerca.

Em preguntava si a mi m'havien educat emocionalment al llarg de la meva trajectòria acadèmica. També volia saber si en l'actualitat les escoles i els centres educatius es plantegen aquest tipus d'educació i en quin grau ho fan. Volia saber quina aplicació pràctica es feia d'aquest camp en les escoles del meu entorn més proper.

Vaig decidir que primer faria un segon bloc on explicaria què és la intel·ligència emocional en si i com ens afecten les emocions al dia a dia. A continuació, en aquest segon bloc, hi explicaria quines són les competències que es plantejen per educar-les. Per acabar, vaig voler crear un pla d'educació emocional per a cada etapa educativa (llar d'infants, escola i institut) elaborat per mi mateixa a partir de la informació que havia anat recollint i tenint en compte les característiques que presentaven els alumnes en cada etapa educativa.

En el tercer bloc, hi he centrat la part més pràctica del treball que és un estudi del tractament de l'educació emocional en els centres de diferents nivells. Primer he seguit la meva pròpia trajectòria escolar (la meva llar d'infants, la meva escola de primària i el meu institut). Com que en aquests centres no he pogut aprofundir gaire en la matèria, també he estat fent recull i observació en un centre de nova creació d'Olot i en un centre d'educació especial.

Finalment, en els últims apartats del treball, he pogut elaborar una comparativa entre els diferents centres i valorar si l'educació emocional rebuda al llarg d'una etapa educativa era suficient.

Espero, que l'esforç de síntesi i concreció que m'ha calgut fer, sigui profitós per poder seguir el fil argumental que va des dels inicis de la psicologia moderna de l'estudi de la intel·ligència en general, fins a l'estudi de l'educació de la intel·ligència emocional duta terme en l'actualitat en els nostres centre educatius.



BLOC 1: La intel·ligència



1. La intel·ligència

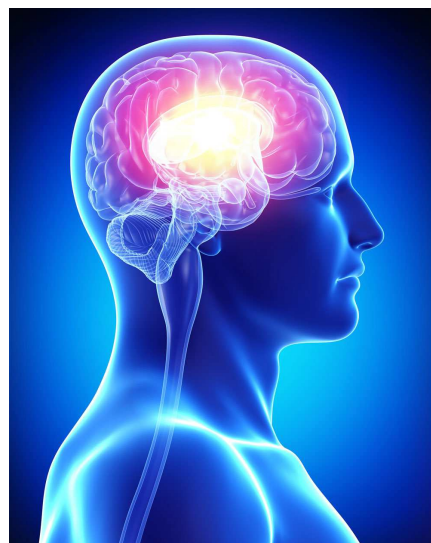
Com ja he apuntat a la introducció, em sembla interessant dedicar un primer bloc del meu treball a la definició del terme intel·ligència. La definició d'aquest terme, no ha estat unívoca, consensuada ni estàtica al llarg dels anys. L'estudi sobre la intel·ligència ha anat evolucionant al llarg dels anys, les definicions que s'han donat aquest terme s'han fet des de molts enfocaments diferents, i les teories al respecte han estat moltíssimes.

Per això dedico el primer punt d'aquest bloc a repassar aquest estudis, donant un primer concepte d'intel·ligència, explicant l'evolució de l'estudi sobre aquesta, els diferents enfocaments plantejats i les diferents teories.

1.1. Què és la intel·ligència?

Trobar una sola definició específica sobre què és la intel·ligència és quelcom difícil però la psicologia moderna admet quatre característiques que la defineixen:

- ❑ La intel·ligència pot ser entesa com la capacitat vital per a aprendre de l'experiència, és la capacitat que utilitzem per a adaptar-nos als diversos contextos i situacions en què hem de viure. Intel·ligència és, en aquest sentit, la capacitat d'adaptació.
- ❑ La intel·ligència també pot ser compresa com la capacitat mental que ens permet abstraure i relacionar dades o esdeveniments de la nostra experiència. Seria, en altres paraules, la capacitat que utilitzem per a pensar i per a elaborar raonaments lògics, per a arribar conclusions i/o per a prendre decisions.
- ❑ La intel·ligència pot ser entesa també com el funcionament mental adequat o inadequat tal com és mesurat pels tests d'intel·ligència. En aquest sentit, la intel·ligència es concep com la capacitat dels individus per a resoldre problemes de tipus teòric-acadèmic o de caràcter pràctic i vital.
- ❑ L'últim significat d'intel·ligència, la defineix com un conjunt de qualitats i habilitats emocionals que experimentem en la vida social i en les relacions interpersonals. Es tractaria d'una visió de la intel·ligència que incideix en les





Eduquem les emocions: La intel·ligència emocional en l'àmbit educatiu.

capacitats emocionals que ajuden a les persones en activitats relacionades amb la motivació, la planificació o el camí a seguir per aconseguir la metes personals i tindre èxit en la vida.

Alguns pensadors parlen així de la intel·ligència:

“L’home s’eleva per la seva intel·ligència, però no és més home més que per el cor.” – Henry Frédéric Amiel.

“La intel·ligència és el que fas servir quan no saps què fer.” – Jean Piaget

“La intel·ligència consisteix no només en el coneixement, sinó també en la destresa d'aplicar els coneixements a la pràctica.” - Aristòtil

“La intel·ligència és l'habilitat per prendre i mantenir determinada direcció, adaptar-se a noves situacions i tenir l'habilitat per criticar els propis actes.” - Alfred Binet

“Diuen que el mico és tan intel·ligent que no parla perquè no el facin treballar.”- René Descartes

“Es mesura la intel·ligència de l'individu per la quantitat d'incerteses que és capaç de suportar.” – Immanuel Kant

1.2. L'estudi de la intel·ligència

És impossible resumir en poques pàgines tot el que s'ha investigat i escrit sobre la intel·ligència però intentaré fer quatre pinzellades que ens permetin seguir l'evolució d'aquest estudi fins arribar al concepte més global i consensuat de la intel·ligència.

En un primer apartat d'aquest punt faré un breu resum de l'evolució dels diferents grups d'estudis sobre la intel·ligència: els genetistes, els ambientalistes i els integracionistes.

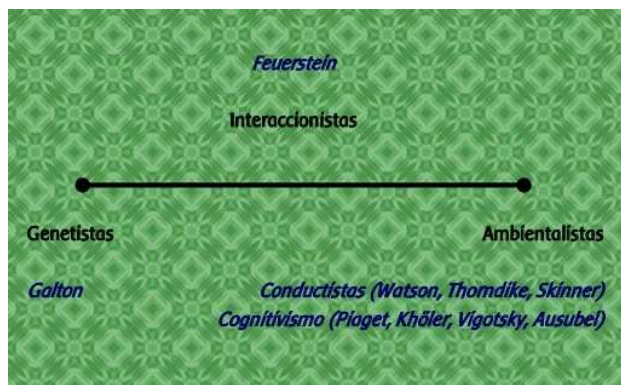
En un segon apartat em referiré als diferents enfocaments possibles (què es té en compte a l'hora de definir la intel·ligència, des de quina perspectiva es fa). Aquí també trobarem tres grans enfocaments: el diferencial, el general i l'evolutiu. Acabo el punt fent un recorregut per les diferents teories, ara ja concretes, relacionades amb la intel·ligència, agrupades en aquest cas per similitud de definició del terme: les teories factorials i les teories cognitives.



1.2.1. Evolució del concepte “intel·ligència”

Les diferents teories sobre la intel·ligència han anat evolucionant de manera captivadora al pas del temps.

Al principi es podrien dividir els estudis teòrics en tres grups: els genetistes, els ambientalistes i els interaccionistes. Els **genetistes** exposaven que la intel·ligència depenia de la forma en què està construït un organisme, per tant, observant el seu DNA. Segons Francis Galton, un dels grans psicòlegs que recolzava als genetistes, afirmava que la intel·ligència era relativament fixa i estable a través del temps i l'educació que nosaltres rebíem a través dels estudis ens servia de manteniment de les capacitats existents. A canvi, d'altres com Jensen, l'entenen com la propietat física del cervell que és heretada en la seva major part.



En l'altre extrem hi trobaríem els **ambientalistes** que definien la intel·ligència com el resultat de la estimulació i l'aprenentatge, és a dir, la experiència. Entre els ambientalistes s'hi diferencien els defensors del conductivisme (disciplina que s'interessa només pel comportament, deixant els termes mentals com la creença a part) com podrien ser Watson, Thorndike i Skinner i d'altra banda hi trobem el cognitivisme recolzat per Khöler, Piaget, Vygotsky, Ausubel i altres, que va ser un corrent filosòfic que intenta reproduir el funcionament de la ment i aplicar els seus estats a la descripció del món que al mateix temps que nega l'escepticisme.

Finalment, els **interaccionistes** com Feuerstein, expressen que la intel·ligència és la funció resultant de la interacció entre l'organisme i el medi, un model transaccional que es troba enmig dels altres dos grups citats anteriorment.

1.2.2. Diferents enfocaments

La psicologia estudia la intel·ligència des de diferents enfocaments. Sintetitzant, podem definir-ne tres de principals, dels quals derivarien tots els altres. Aquests són: **el diferencial** que estudia les aptituds, **el general** que estudia els processos i **l'evolutiu** que estudia el desenvolupament i la gènesis.



- **L'enfocament diferencial**

Tracta de descobrir les aptituds que formen la intel·ligència. Ho fa examinant les diferències entre els homes. Alguns són més intel·ligents que d'altres: En què es diferencien? Com ho esbrinem? El procediment típic són els tests. En definitiva, l'enfocament diferencial pretén resoldre si la intel·ligència és una aptitud, o varies, o cap. És a dir, si totes les variables empíriques en el camp de la conducta intel·ligent depenen d'una sola aptitud, o de varies, o si, hi ha tantes aptituds com activitats intel·ligents. Sempre parteix de la comparativa entre semblants per definir els diferents camps.

- **L'enfocament general**

L'enfocament general investiga els components, processos i estructures que constitueixen l'activitat intel·ligent i les lleis i regles que operen aquest camp i que donen raó a diverses aptituds en que es diferencia.

- **L'enfocament evolutiu**

L'enfocament evolutiu afirma que la intel·ligència va creixent quantitativament i va perfeccionant-se qualitativament al llarg de l'evolució, que en cada home creix i es diferencia a si mateix des del naixement en el curs de la seva vida. L'enfocament evolutiu el dividim en dos:

→ **L'enfocament evolutiu filogenètic** que estudia les manifestacions de la intel·ligència a través de les espècies animals.

→ **L'enfocament evolutiu ontogenètic** que indaga les manifestacions de la intel·ligència durant la vida de l'home tractant d'escanejar aquestes qüestions.

1.2.3 Teories sobre la intel·ligència

El concepte d'intel·ligència ha evolucionat molt en el pas del temps. Varis psicòlegs i científics han investigat sobre aquest concepte i n'han creat teories sobre aquesta. Anteriorment es considerava que una persona era intel·ligent si havia heretat aquest factor "d'intel·ligència" ja que es considerava que no era una cosa que es pogués treballar i augmentar al pas del temps.

A mesura que va anar passant el temps, es va afirmar que a part d'una intel·ligència que s'heretava, n'hi havia d'altres que la complementaven.

Finalment es va arribar a les teories cognitives que afirmen que la intel·ligència no es pot definir com una de sola sinó que és un conjunt de varies.



A. Teories factorials de la intel·ligència

Les teories factorials entenen la intel·ligència com una jerarquia de factors independents distribuïts en varis nivells des del general a l'específic, en el que es destacaria el factor "g" comú en totes les àrees.

A. 1. Model de Spearman



Charles Edward Spearman, psicòleg anglès.

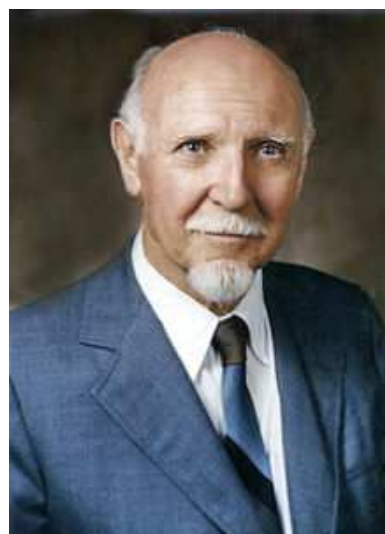
El model de Spearman o la teoria dels dos factors, va ser creada per Charles Spearman (1904) que va ser un dels primers teòrics. Pensava que la intel·ligència estava composta per un factor g i varis factors s. El factor g (la intel·ligència general) era considerat com una capacitat intel·lectual heretada que influeix en l'execució general, i els factors s (habilitats específiques) són els responsables de les diferències entre les puntuacions en diferents tasques, per exemple verbals i matemàtiques.

Spearman va justificar aquesta divisió tot afirmant que una persona que obté una puntuació alta en un tipus de test normalment també la obté en altres, però en canvi difereixen una mica les seves puntuacions en diferents habilitats.

A.2 Teoria Gf- Gc de Cattell

Raymond Cattell proposa una intel·ligència general que està formada per dos factors: la intel·ligència fluida (Gf) i la intel·ligència cristallitzada (Gc).

La intel·ligència fluida (Gf) és independent de les influències culturals, és el potencial de l'individu que ja posseeix al principi de la vida, que assoleix la seva plenitud als 14 o 15 anys, quan el cervell acaba el seu creixement. Comprèn capacitats d'adaptació i de nou aprenentatge i es relaciona amb les operacions i els processos mentals. La intel·ligència fluida depèn més de les estructures psicològiques (regions corticals i subcorticals) .



Raymond Cattell, psicòleg britànic.



La intel·ligència cristallitzada, a canvi, consisteix en el coneixement après i les habilitats resultants de la interacció de fluids individuals de la intel·ligència i la cultura. Està formada per totes les aptituds primàries que es manifesten en les matèries escolars com el llenguatge i les matemàtiques. Aquestes aptituds es reforcen mitjançant l'aprenentatge, l'educació i l'experiència.

A.3. Estructura de l'intel·lecte de Guilford

J.P. Guilford (1959-1982) va portar l'anàlisi factorial a varis passos més enllà fins



Joy Paul Guilford, psicòleg d'Estats Units.

crear un model d'intel·ligència tridimensional i d'estructura cúbica format per uns 120 factors diferents, sense cap factor general d'intel·ligència. Recentment, Guilford ha ampliat el seu model a 150 factors. Aquests factors independents estan formats per la influència recíproca de les operacions (la manera com pensem), els continguts (el que pensem) i els productes (els resultats de l'aplicació d'una determinada operació a un contingut determinat).

A.4. Habilitats mentals primàries de Thurstone

Aplicant l'anàlisi factorial sobre puntuacions obtingudes en les probes d'intel·ligència d'un gran nombre de nens, Louis Leon Thurstone (1938) va identificar set factors relativament diferents: la fluïdesa verbal (habilitat per recordar paraules ràpidament), la comprensió verbal (habilitat per definir paraules), l'aptitud espacial (habilitat per reconèixer una figura a l'espai que ha canviat de posició), la rapides perceptiva (habilitat per detectar semblances i diferències entre diferents dibuixos), el raonament inductiu (pensament lògic), la aptitud numèrica i la memòria.



Louis Leon Thurstone, psicòleg d'Estats Units i enginyer mecànic.

B. Teories cognitives de la intel·ligència

L'enfocament de les teories factorials es va veure superat quan es va plantejar que l'estudi de la intel·ligència s'havia de fer des d'un punt de vista cognitiu, és a dir no



només valorant aspectes i factors interns de l'individu si no considerant també l'interacció d'aquest amb l'entorn i els canvis evolutius al llarg de la seva vida.

B.1. Teoria tridimensional de Sternberg

La teoria tridimensional proposada per Robert J. Sternberg, va ser de les primeres en contradir les teories amb un enfocament psicomètric que s'havien proposat fins aquell moment i adoptar una postura més cognitiva.



Robert J. Sternberg, psicòleg d'Estats Units.

Sternberg defineix la intel·ligència com *l'activitat mental dirigida cap a l'adaptació intencional, selecció i transformació d'entorns del món real rellevants a la pròpia vida*. Sternberg vol donar a entendre que la intel·ligència és com de bé s'afronta l'individu als canvis del seu entorn al llarg de la seva vida.

La teoria tridimensional de Sternberg avarca tres subteories : **la componencial, l'experiencial i la contextual**.

La primer subteoria, la **componencial** (aspecte analític), Sternberg associa el funcionament de la ment a una sèrie de components: **els metacomponents** que planifiquen i avaluen les estratègies per solucionar problemes, **els components de rendiment** que executen les solucions als problemes, i **els components d'adquisició del coneixement** que s'usen per l'obtenció de nova informació, complementen feines que impliquen triar selectivament informació.

Les altres dos subteories s'encarreguen del mode en que les persones usen els components de la intel·ligència per relacionar-se amb el món.

La segona subteoria, l'**experiencial** (aspecte creatiu), s'enfoca en el mode en que els individus manegen les feines i les situacions que es troben fora de l'experiència normal i amb quina rapidesa pot la persona convertir-se en experta en aquesta feina. L'última subteoria proposada per Sternberg, la **contextual** (aspecte pràctic), situa la intel·ligència en un escenari sociocultural que avarca els aspectes pràctics i socials de la intel·ligència. S'enfoca en l'activitat mental que s'usa per adaptar-se a l'entorn i donar forma al context present per ajustar-se a les necessitats de una persona.



B.2. Teoria de les intel·ligències múltiples de Gardner

La teoria de les intel·ligències múltiples és un model proposat per Howard Gardner en la qual la intel·ligència no és vista com a quelcom unitari que agrupa diferents capacitats específiques com s'havia vist fins els anteriors temps, sinó com un conjunt de intel·ligències diferents i independents.

Gardner va proposar set diferents intel·ligències que més tard va ampliar a vuit. Aquestes eren : la verbal, la matemàtica, l'espacial, la musical, la corporal, la intrapersonal i la interpersonal. Posteriorment la naturalista, definint les vuit intel·ligències esmentades.

Ens estendrem en l'explicació d'aquesta teoria en l'apartat següent, doncs és l'arrel d' on sorgeixen les definicions de diferents tipus d'intel·ligències, entre elles la intel·ligència emocional.

2. Les intel·ligències múltiples

2.1. Teoria de les intel·ligències múltiples



Howard Gardner (Scranton, EUA, 11 de juliol 1943) és un psicòleg, investigador i professor de la Universitat de Harvard, conegut en l'àmbit científic per les seves investigacions en l'anàlisi de les capacitats cognitives i per haver formulat la teoria de les intel·ligències múltiples, la qual el va fer creditor al Premi Príncep d'Astúries de Ciències Socials 2011.

Gardner, defineix la intel·ligència com: "*La capacitat de resoldre problemes o elaborar productes que siguin valuosos en un o més contextos culturals*".

Gardner afirmava que el fet de ser brillant acadèmicament no és el tot. A la hora de moure's per la vida no és suficient amb tenir un gran expedient acadèmic. Hi ha gent de gran capacitat intel·lectual però incapaç, per exemple, d'escollir bé els seus amics; al contrari, hi ha gent menys brillant acadèmicament però que sobresurt en els negocis o en la seva vida privada. Per triomfar en els negocis, o en els esports o en altres aspectes "més formals" es requereix intel·ligència, però en cada camp s'usa un tipus d'intel·ligència diferent. Ni millor ni pitjor, però sí diferent. Dit d'altra manera: L'Einstein no és més ni menys intel·ligent que en Michael Jordan, simplement les seves intel·ligències es troben a dos camps diferents.



Gardner va poder comprovar l'existència de les intel·ligències tot sotmetent-les a una sèrie de proves per poder-les validar i classificar:

- 1) L'existència de potencial cerebral en persones amb danys cerebrals. Gardner va tractar amb persones que havien patit accidents o malalties que els havia afectat alguna zona específica del cervell. En molts casos, les lesions cerebrals perjudicaven a una intel·ligència concreta, mentre que les demés quedaven intactes. Per exemple, una persona amb una lesió en el lòbul frontal esquerra podia haver patit danys substancials a la seva intel·ligència lingüística i experimentar dificultats per parlar, llegir i escriure. Però, d'altra banda, conservarà les seves capacitats de cantar, realitzar càlculs matemàtics, ballar, reflexionar sobre els seus sentiments i relacionar-se amb els demés.
- 2) L'existència de persones prodigioses, genis i altres individus excepcionals que manifesten perfils diferencials i específics d'algun tipus d'intel·ligència. Persones que demostren una capacitat superior en una part d'una intel·ligència determinada mentre que la resta d'intel·ligències funcionen a un nivell baix.
- 3) La història evolutiva i la seva admissió evolutiva. Cada intel·ligència compleix la condició de tenir les seves arrels en l'evolució dels éssers humans. Per exemple: la intel·ligència espacial pot observar-se i estudiar-se en les pintures rupestres i la musical en els instruments musicals primitius.



Les diferents intel·ligències múltiples proposades per Gardner.

- 4) Recolzaments en la psicometria on s'han evidenciat en tests, la medició de diferents capacitats humanes com el raonament verbal, l'espacial, el logicomatemàtic... Encara que Gardner no és un defensor dels tests estandarditzats perquè estan fora del context de les persones que el realitzen.
- 5) Recolzaments procedents de treballs en la psicologia experimental per a veure com les intel·ligències funcionen aïllades les unes de les altres. En estudis on els subjectes dominen una habilitat específica com per exemple la



lectura, però no assoleixen transferir aquesta habilitat a un altre camp, com serien les matemàtiques.

- 6) Cada intel·ligència posseeix un conjunt d'operacions centrals que serveixen per a impulsar les diferents habilitats que corresponen a aquesta intel·ligència. En la intel·ligència corporal-cinestèsica, les operacions centrals poden incloure la capacitat d'imitar els moviments físics d'altres persones.
- 7) La capacitat dels éssers humans per a usar símbols. Cada intel·ligència té el seu propi sistema simbòlic. Per exemple: la intel·ligència musical té una sèrie de codis que representen les notes musicals.

A més d'aquesta classificació i els criteris utilitzats per descriure cada una de les diferents intel·ligències, Gardner té en compte els següents principis:

→ Tothom tenim les 8 intel·ligències i cadascuna funciona d'una manera particular en cada persona

→ La majoria de les persones poden desenvolupar cada intel·ligència fins a un nivell adequat de competència amb una estimulació, enriquiment i una instrucció adequada.

→ Les intel·ligències en general treballen juntes de manera complexa i interactuen entre si. Quan un nen juga a xutar una pilota, necessita intel·ligència corporal-cinestèsica per córrer, donar una petada a la pilota i agafar la pilota; espacial per orientar-se en el terreny de joc i anticipar-se a la trajectòria de la pilota; lingüística i interpersonal per plantejar correctament el propi punt de vista si es produeix una discussió durant el joc.

→ Hi ha moltes maneres de ser intel·ligents dins de cada categoria. Per exemple, una persona no pot ser capaç de llegir però si tenir una alta capacitat lingüística perquè pot explicar històries meravelloses i creatives o tenir un gran vocabulari oral.

2.2. Les diferents intel·ligències múltiples (Annex 1)

Intel·ligència lingüística	És l'habilitat per utilitzar el llenguatge oral i escrit per informar, comunicar, persuadir, entendre i adquirir nous coneixements.
Intel·ligència musical	Habilitat per entendre o comunicar les emocions i idees a través de la música en composicions i en la seva execució.
Intel·ligència	Capacitat d'analitzar problemes, portar a terme operacions



lògica-matemàtica	matemàtiques i tenir una sensibilitat pels patrons lògics o numèrics.
Intel·ligència espacial	La capacitat que té l'individu davant aspectes com el color, la línia, la forma, la figura, l'espai i la relació que existeix entre ells. És a més a més la capacitat que té una persona per a processar informació en tres dimensions.
Intel·ligència corporal-cinestèsica	La capacitat d'unir el cos i la ment per aconseguir el perfeccionament de l'acompliment físic.
Intel·ligència naturalista	Capacitat per a comprendre el món natural i treballar eficaçment en ell.
Intel·ligència interpersonal	És la capacitat per entendre i respondre de manera adequada als estats d'ànim, temperaments, motivacions i desitjos dels altres.
Intel·ligència intrapersonal	Capacitat per a accedir als sentiments propis, comprendre's un mateix i utilitzar aquesta informació amb eficàcia en la regulació de la pròpia vida.

2.3. Intel·ligència intrapersonal i intel·ligència interpersonal

De les varies intel·ligències múltiples proposades per Gardner, en destaquem la intel·ligència intrapersonal i la interpersonal ja que són les que acaben definint la intel·ligència emocional proposada per Salovey i Gardner. La intel·ligència interpersonal és la capacitat de distingir els estats d'ànim, les motivacions i el temperament dels altres i, a canvi, la intrapersonal és el coneixement dels aspectes interns d'una persona: l'accés de la pròpia vida emocional, els sentiments, aprendre a discriminar-los i a utilitzar les emocions i els sentiments com un element per orientar la conducta.

A continuació desenvolupo més aquestes dues intel·ligències ja que són les que conformaran la intel·ligència emocional que explicaré més endavant:

Intel·ligència interpersonal	
	<ul style="list-style-type: none">• Es socialitza ràpidament.• Li agrada i realitza sempre treballs en grup.



Indicadors que permeten descobrir-la	<ul style="list-style-type: none">• Té molts amics i amigues.• Ajuda a solucionar dubtes i problemes.• Gaudeix ensenyant als demés.• Mostra empatia
Activitats per desenvolupar-la	Ensenyant a altres persones, compartint material, treballant en grup, relacionant-se i col·laborant activament amb altres i participant en activitats comunitàries com esplais o clubs.
Rendiment adults	Líders polítics, venedors i professors.
Localització cerebral	Lòbuls frontals i el lòbul temporal (hemisferi dret i sistema líbic).
Persones rellevants	Gandhi i Luther King.

Intel·ligència intrapersonal

Indicadors que permeten descobrir-la	<ul style="list-style-type: none">• Li agrada treballar i estudiar sol/a.• Té confiança en la seva capacitat.• Analitza les seves fortaleses i debilitats.• Corregeix els seus errors.• Expressa amb precisió les seves idees.• Es planteja propòsits i s'esforça per aconseguir-los.• Decideix i compleix les seves accions.• Busca oportunitats per a actualitzar-se.
Activitats per desenvolupar-la	Realitzant autoaprenentatge, metacognició i metaatenció entre d'altres. Elegint les nostres pròpies activitats, establint el nostre propi ritme en qualsevol projecte, treballant en oficis que ens agradin i establint les nostres pròpies fites.
Rendiment adults	Psicòlegs, filòsofs i líders religiosos.
Localització cerebral	Lòbuls frontals i parietals, sistema líbic.
Persones rellevants	Mare Teresa de Calcuta



BLOC 2:

Intel·ligència

i educació

emocional



1. La intel·ligència emocional



Donant crèdit a la teoria de les intel·ligències múltiples de Gardner, considerem la intel·ligència interpersonal i la intrapersonal com a parts que conformen un concepte més ampli d'intel·ligència: la intel·ligència emocional. Entrem, doncs, de ple al nucli central d'aquest treball de recerca. A continuació definiré el terme "intel·ligència emocional" i en els següents

apartats, explicaré quins tipus d'emocions podem identificar i el seu funcionament i les competències emocionals que componen l'educació emocional. Per aquest motiu, acabarem aquest segon bloc teòric endinsant-nos en l'educació emocional en la qual continuarem amb un apartat en el que descriurem les característiques que presenten els alumnes en cada etapa i finalment hi adjuntaré el programa d'educació emocional en les diferents etapes amb la informació que he pogut anar recopilant.

1.1. Què és la intel·ligència emocional?

La **intel·ligència emocional** ha estat definida com la capacitat de posar intel·ligència entre un estímul emocional (l'emoció que sentim) i la nostra resposta (la reacció, la conducta que fem). Per això necessitem primer la capacitat de ser conscients de les nostres pròpies emocions i les dels altres, les hem de poder identificar, interpretar i posar-les nom.

Al 1990 Peter Salovey i John Mayer van ser els creadors originals d'aquest terme, en



A l'esquerra, John Mayer i a la dreta, Peter Salovey.

publicar el seu article *Emotional Intelligence*, però no va ser fins al 1995 que aquest concepte es va divulgar al gran públic a través del best seller de Daniel Goleman¹. Tot i ser molt recent, s'han fet estudis sobre el terme de intel·ligència emocional en àrees tant diferents com el món empresarial, sanitari i educatiu.

A la universitat parlar d'emocions als 90 encara era objecte de prestigi, no semblava objecte d'investigació.

¹ Daniel Goleman és un psicòleg nord-americà, nascut a Stockton, Califòrnia, el 7 de març del 1947. Va adquirir fama mundial a partir de la publicació del seu llibre *Emotional Intelligence* el 1995.



Aquesta percepció ha anat canviant, en part, gràcies a l'experiència en el món empresarial demostrant l'augment de la productivitat en investigar sobre la intel·ligència emocional. Tal com indica l'estudi *Educació emocional y social* del 2008 de la Fundació Marcelino Botin, les experiències en educació emocional estan bàsicament a EEUU, Anglaterra i Espanya. En els últims 15 anys s'ha avançant moltíssim en aquest sentit, tot i que encara trobem dificultat, per exemple, en els instruments d'avaluació de la intel·ligència emocional.

Mayer i Salovey defineixen la intel·ligència emocional com: *“L’habilitat per percebre, valorar i expressar emocions amb exactitud, l’habilitat per accedir i/o generar sentiments que faciliten el pensament; l’habilitat per comprendre emocions i el coneixement emocional i l’habilitat per regular emocions promovent un creixement emocional i intel·lectual.”*

Segons Goleman, el coeficient emocional podria substituir el coeficient d'intel·ligència, ja que aquest no pot preveure amb certesa l'èxit professional ni personal. Per Goleman, la intel·ligència emocional consisteix en conèixer les emocions pròpies, gestionar-les, motivar-se a sí mateix, reconèixer les emocions dels altres i establir relacions.



Daniel Goleman, creador del llibre “Emotional Intelligence”.

2. Les emocions

No som responsables de les emocions, però sí del que fem amb elles.

(Jorge Bucay)

Dia a dia les emocions juguen un paper important en les nostres vides perquè influeixen en totes les nostres decisions. Són una interpretació d'un fet i el que sentim és la resposta cap a l'emoció; controlen els nostres pensaments i per tant, el nostre comportament en general. Aquestes emocions poden afectar de manera positiva o negativa al nostre cos cosa que fa que també influeixen a la nostra salut.

En psicologia, es pot definir **emoció** com aquell sentiment o percepció dels elements i les relacions de la realitat o la imaginació que s'expressa físicament mitjançant alguna funció fisiològica com reaccions facials o pols cardíac.

Les emocions són processos neuroquímics i cognitius relacionats amb l'activitat de la ment (prendre decisions, memòria, atenció, percepció, imaginació...) que han estat



perfeccionats pel procés de selecció natural com a resposta de les necessitats de supervivència i reproducció.

El control de les emocions és fàcil si comprenem què són les emocions i per a què serveixen.

2.1. Diferents tipus d'emocions

Segons el treball de Wukmir², podem classificar les emocions en:

- Emocions positives (felicitat, benestar, alegria, fortalesa, salut..)
- Emocions negatives (malestar, tristesa, debilitat, soledat...)

Wukmir va plantejar que l'emoció és la resposta immediata de l'organisme que l'informa del grau d'afavorabilitat d'un estímul o situació. Si la situació li sembla afavorir la seva supervivència, experimenta una emoció positiva i sinó, experimenta una emoció negativa. D'aquesta manera ens podem orientar tot buscant les situacions favorables per la nostre supervivència i allunyar-nos de les negatives.

2.2. Classificació de les emocions

Podem classificar les emocions de varies maneres i/o formes. Rafael Bisquerra, catedràtic i director de varis màsters sobre intel·ligència emocional, en el seu llibre en fa la següent classificació:

EMOCIONS NEGATIVES	
IRA	Ràbia, còlera, odi, fúria, indignació, tensió, excitació, agitació, acritud ,irritabilitat, violència, enuig, enveja, impotència.
POR	Temor, horror, pànic, temor, espant, fòbia.
ANSIETAT	Angoixa, desesperació, inquietud, estrès, preocupació, consternació.
TRISTESA	Depressió, frustració, decepció, pena, dolor, pessimisme, solitud, abatiment, disgust.
VERGONYA	Culpabilitat, timidesa, inseguretad.
AVERSIÓ	Hostilitat, antipatia, fàstic.

² Wukmir, W.J. (1967): Emoción y Sufrimiento. Barcelona.



EMOCIONS POSITIVES	
ALEGRIA	Entusiasme, eufòria, excitació, content, diversió, plaer, gratificació, satisfacció.
HUMOR	Somriure, el riure, rialla.
AMOR	Afecte, tendresa, simpatia, empatia, acceptació, cordialitat, amabilitat, respecte, devoció, adoració, enamorament, gratitud.
FELICITAT	Tranquil·litat, pau, satisfacció, benestar.
EMOCIONS AMBIGÜES	
SORPRESA	Desconcert, confusió, perplexitat, imprevist.
ESPERANÇA	Motivació.
COMPASSIÓ	Altruisme, ajuda, empatia.
EMOCIONS ESTÈTIQUES	
Són aquelles emocions que apareixen com a reacció davant de certes manifestacions artístiques.	

2.3. Biologia de les emocions

Es pot observar com hem construït un món on s'afavoreix l'absència d'emocions i a l'hora de prendre decisions són només un entrebanc que moltes vegades ignorem com una molèstia més. Cal que ens adonem que les emocions són el resultat d'un conjunt de processos que succeeixen en el nostre organisme. Emocions com la felicitat o la culpa són química en el nostre cervell: són tot canvis moleculars. Per aquest motiu, les emocions no les podem eliminar, ja que formen part de la nostra pròpia biologia.

Les persones amb lesions a una zona específica del lòbul frontal del cervell són aparentment normals, parlen perfectament i el seu coeficient intel·lectual és normal però prenen decisions equivocades, ja que la zona responsable dels sentiments i emocions del seu cervell està espatllada.



2.3.1. El sistema endocrí i les principals hormones relacionades amb les emocions.

El sistema endocrí està format per un conjunt d'òrgans que alliberen unes substàncies anomenades hormones. Aquest sistema actua com una xarxa de comunicació cel·lular que respon a varis estímuls tot alliberant hormones. S'encarrega de diverses funcions metabòliques de l'organisme, entre d'altres, regular l'equilibri emocional.

Les principals hormones relacionades amb les emocions són:

Hormones/ neurotransmisors	Relacionat amb...
Adrenalina	L'estrès Percepció sensorial Augment de l'energia
Betaendorfina	Relaxació Anti-estrès
Cortisol	Estrès
Dinorfines	Repugnància Experiències nefastes
Dopamina	El desig Eufòria Centrar l'atenció
Encefalines	Plaer
Endorfines	Plaer
Oxitocina	Vida sexual Afecte Agressivitat
Serotonina	Control de la informació al cervell en: <ul style="list-style-type: none">- Pertorbacions de la gana- Disfuncions obsessives- L'estat d'ànim- Benestar



2.4. Com s'expressen i es perceben les emocions?

La manera de com s'expressen i es perceben les emocions està condicionada per factors culturals. (Ekaman,1992)

Com ja sabem les emocions juguen un paper molt important en les nostres vides ja que a part de mantenir l'equilibri fisiològic del nostre organisme, també ens ajuden a relacionar-nos amb altres persones.

S'han establert diferents teories sobre la percepció de les emocions però estudis recents afirmen que els humans percebem de forma més ràpida i precisa les emocions positives, com la felicitat i la sorpresa, que les negatives, com la tristesa o la por.

Les emocions són estats mentals que sorgeixen espontàniament i que estan acompanyats de canvis fisiològics. Bàsicament podríem dir que aquestes consten principalment de 3 elements: el seu origen, la resposta corporal i l'expressió d'aquesta resposta. També són processos neuroquímics i cognitius conscients o inconscients dels nostres pensaments en un moment determinat, ja que sempre que tenim un pensament, aquest immediatament es converteix en una emoció.

Aquests diversos aspectes fisiològics, socials i psicològics s'expressen mitjançant diferents aptituds, com a resposta d'un objectiu, una necessitat o d'una motivació.

La percepció de les emocions

Els sentiments són un sistema d'alarma que ens informa sobre com ens trobem, què ens agrada o què funciona malament al nostre voltant. Per aquest motiu, és important saber llegir, etiquetar i viure els nostres sentiments i emocions. Amb un bon domini per a reconèixer-los establim una base per poder-los controlar. Cal recordar però, que ser conscients de les emocions implica ser hàbil en múltiples facetes afectives.

L'única forma d'avaluar el nostre grau de consciència emocional està sempre unida a la capacitat per a poder descriure, expressar amb paraules i donar una etiqueta verbal correcta als nostres sentiments.

Si revisem la nostra vida, sovint la podem dividir en tres apartats: passat, present i futur. Des de tal perspectiva és cert que els fets succeeixen, però la percepció d'aquests mateixos va variant subjectivament amb el temps. Així doncs, des del present pot crear-se una nova percepció del passat, la nostra ment pot viatjar,



canviar i mirar des d'altres emocions allò que fins i tot no va ser agradable i això pot canviar i construir noves imatges que ens serviran com a guia per al present.

3. Les competències emocionals

S'entén com a competències emocionals el conjunt de coneixements, capacitats, habilitats i actituds necessàries per prendre consciència, comprendre, expressar i regular de forma apropiada els fenòmens emocionals. La finalitat d'aquestes competències s'orienta a aportar valor afegit a les funcions professionals i promoure el benestar personal i social.



Les competències emocionals són un aspecte important de la ciutadania activa, efectiva i responsable. La seva adquisició i domini afavoreix una millor adaptació al context social i un millor afrontament als reptes que planteja la vida. Entre els aspectes que es veuen afavorits per les

competències emocionals hi ha els processos d'aprenentatge, les relacions interpersonals, la solució de problemes, el manteniment d'un lloc de treball, etc.

Segons el model que presenta Rafael Bisquerra, les competències emocionals s'estructuren en cinc grans competències o blocs:

- Consciència emocional
- Regulació emocional
- Autonomia personal
- Competència social
- Habilitats de vida per al benestar

A continuació explico detalladament el significat que dóna Bisquerra a cadascuna d'aquestes competències.

3.1. Consciència emocional

La consciència emocional és la capacitat per prendre consciència de les pròpies emocions i de les emocions dels altres, incloent l'habilitat per captar el clima



emocional d'un context determinat. La consciència emocional és el primer pas per poder passar a les altres competències.

Dins d'aquest bloc es poden especificar una sèrie d'aspectes com els següents:

Presa de consciència de les pròpies emocions	És la capacitat de percebre amb precisió els propis sentiments i emocions; identificar-los i etiquetar-los.
Donar nom a les emocions	És l'eficàcia en l'ús del vocabulari emocional adequat i utilitzar les expressions disponibles en un context cultural determinat per designar els fenòmens emocionals.
Comprensió de les emocions dels altres	És la capacitat de percebre amb precisió les emocions i sentiments dels altres i d'implicar-se empàticament en les seves vivències emocionals.
Prendre consciència de la interacció entre emoció, cognició i comportament	Els estats emocionals incideixen en el comportament i aquests en l'emoció; ambdós poden regular per la cognició (raonament, consciència). Emoció, cognició i comportament estan en interacció contínua, de manera que resulta difícil discernir que és primer. Moltes vegades pensem i ens comportem en funció de l'estat emocional

3.2. Regulació emocional

La regulació emocional és la capacitat per manejar les emocions de forma apropiada. Suposa prendre consciència de la relació entre emoció, cognició i comportament; tenir bones estratègies d'afrontament; capacitat per autogenerar emocions positives, etc.

Les microcompetències que la configuren són:

Expressió emocional apropiada	És la capacitat per expressar les emocions de forma apropiada. Implica l'habilitat per comprendre que l'estat emocional intern no necessita correspondre amb l'expressió externa.
	És la regulació emocional pròpiament dita. Això significa acceptar que els sentiments i emocions sovint han de ser



Regulació d'emocions i sentiments	regulats. La qual cosa inclou: regulació de la impulsivitat (ira, violència, comportaments de risc); tolerància a la frustració per prevenir estats emocionals negatius (ira, estrès, ansietat, depressió), perseverar en l'assoliment dels objectius tot i les dificultats, entre d'altres.
Habilitats d'afrontament	Habilitat per afrontar reptes i situacions de conflicte, amb les emocions que generen. Això implica estratègies d'autoregulació per gestionar la intensitat i la durada dels estats emocionals.
Competència per autogenerar emocions positives	És la capacitat per autogenerar i experimentar de forma voluntària i conscient emocions positives (alegria, amor, humor, fluir) i gaudir de la vida.

3.3. Autonomia emocional

L'autonomia emocional es pot entendre com un concepte ampli que inclou un conjunt de característiques i elements relacionats amb l'autogestió personal, entre les quals hi ha l'autoestima, actitud positiva davant la vida, responsabilitat, capacitat per analitzar críticament les normes socials, la capacitat per buscar ajuda i recursos, així com l'autoeficàcia emocional.

Com a microcompetències inclou les següents:

Autoestima	Significa tenir una imatge positiva de si mateix; estar satisfet de si mateix, i mantenir bones relacions amb si mateix.
Auto-motivació	És la capacitat d'auto-motivar i implicar-se emocionalment en activitats diverses de la vida personal, social, professional, de temps lliure, etc.
Auto-eficàcia emocional	L'autoeficàcia emocional significa que s'accepta la pròpia experiència emocional, tant si és única i excèntrica com si és culturalment convencional, i aquesta acceptació està d'acord amb les creences de l'individu sobre el qual constitueix un balanç emocional desitjable.
	És la capacitat per respondre dels propis actes. És la



Responsabilitat	intenció d'implicar-se en comportaments segurs, saludables i ètics.
Actitud positiva	És la capacitat per decidir adoptar una actitud positiva davant la vida encara que sobrin els motius perquè l'actitud sigui negativa. Saber que en situacions extremes, l'heroic és adoptar una actitud positiva, encara que costi. Sempre que sigui possible manifestar optimisme i mantenir actituds d'amabilitat i respecte als altres.
Anàlisi crítica de normes socials	És la capacitat per avaluar críticament els missatges socials i culturals relatius a normes socials i comportaments personals. Això té sentit de cara a no adoptar els comportaments estereotipats propis de la societat irreflexiva i acrítica.
Resiliència	És la capacitat que té una persona per enfrontar-se amb èxit a unes condicions de vida summament adverses (pobresa, guerres, orfanat, etc.).

3.4. Competència social

La competència social és la capacitat per mantenir bones relacions amb altres persones. Això implica dominar les habilitats socials bàsiques, capacitat per a la comunicació efectiva, respecte, actituds prosocials, assertivitat, etc.

Les microcompetències que inclou són les següents:

Dominar les habilitats socials bàsiques	La primera de les habilitats socials és escoltar. Sense ella, difícilment es pugui passar a les altres: saludar, acomiadar-se, donar les gràcies, demanar un favor, manifestar agraïment, demanar disculpes, esperar torn, mantenir una actitud dialogant, etc.
Respecte per la resta	És la intenció d'acceptar i apreciar les diferències individuals i grupals i valorar els drets de totes les persones.
Practicar la comunicació receptiva	És la capacitat per atendre els altres tant en la comunicació verbal com no verbal per rebre els



	missatges amb precisió.
Practicar la comunicació expressiva	És la capacitat per iniciar i mantenir converses, expressar els propis pensaments i sentiments amb claredat, tant en comunicació verbal com no verbal, i demostrar als altres que han estat compresos.
Compartir emocions	Compartir emocions profundes no sempre és fàcil. Implica la consciència que l'estructura i naturalesa de les relacions vénen en part definides tant pel grau d'immediatesa emocional, o sinceritat expressiva, com pel grau de reciprocitat o simetria en la relació.
Comportament prosocial i cooperació	És la capacitat per realitzar accions en favor d'altres persones, sense que ho hagin sol·licitat.
Assertivitat	Significa mantenir un comportament equilibrat entre l'agressivitat i la passivitat. Això implica la capacitat per defensar i expressar els propis drets, opinions i sentiments, alhora que es respecta als altres, amb les seves opinions i drets. Dir "no" clarament i mantenir-lo i acceptar que l'altre et pugui dir "no".
Prevenió i solució de conflictes	És la capacitat per identificar, anticipar o afrontar resolutivament conflictes socials i problemes interpersonals. Implica la capacitat per identificar situacions que requereixen una solució o decisió preventiva i avaluar riscos, barreres i recursos.
Capacitat per gestionar situacions emocionals	És l'habilitat per reconduir situacions emocionals en contextos socials. Es tracta d'activar estratègies de regulació emocional col·lectiva. Això se superposa amb la capacitat per induir o regular les emocions en els altres.

3.5. Habilitats de vida per al benestar

Les habilitats per a la vida i el benestar són la capacitat per adoptar comportaments apropiats i responsables per afrontar satisfactòriament els desafiaments diaris de la vida, ja siguin personals, professionals, familiars, socials, de temps lliure, etc. Les



competències per a la vida permeten organitzar la nostra vida de forma sana i equilibrada, facilitant-nos experiències de satisfacció o benestar.

Com a microcompetències s'inclouen les següents:

Fixar objectius adaptatius	És la capacitat per fixar objectius positius i realistes. Alguns a curt termini (per a un dia, setmana, mes); altres a llarg termini (un any, diversos anys).
Presa de decisions	Desenvolupar mecanismes personals per prendre decisions en situacions personals, familiars, acadèmiques, professionals, socials i de temps lliure, que s'esdevenen en la vida diària.
Buscar ajuda i recursos	És la capacitat per identificar la necessitat de suport i assistència i saber accedir als recursos disponibles apropiats.
Ciutadania activa, participativa, responsable i compromesa	La qual cosa implica reconeixement dels propis drets i deures; desenvolupament d'un sentiment de pertinença; participació efectiva en un sistema democràtic; solidaritat i compromís; exercici de valors cívics; respecte pels valors multiculturals i la diversitat, etc.
Benestar emocional	És la capacitat per gaudir de forma conscient de benestar (emocional, subjectiu, personal, psicològic) i procurar transmetre-ho a les persones amb qui s'interactua.
Fluir	Capacitat per generar experiències òptimes en la vida professional, personal i social.

4. Educació emocional

"Les persones amb habilitats emocionals ben desenvolupades tenen més probabilitats de sentir-se satisfetes i ser eficaces en la seva vida, i de dominar els hàbits mentals que afavoreixin la seva pròpia productivitat, les persones que no poden posar cert ordre en la seva vida emocional lliuren batalles interiors que sabotegen la seva capacitat de concentrar en el treball i pensar amb claredat".

Daniel Goleman



El desenvolupament de les competències emocionals dona lloc a l'educació emocional. S'entén per educació emocional com un procés educatiu, continu i permanent, que pretén desenvolupar les competències emocionals ja esmentades anteriorment. Aquesta educació té com a finalitat augmentar el benestar personal i social.

L'educació emocional és un procés educatiu continu i permanent, ja que ha de ser present al llarg de tot el currículum acadèmic i en la formació permanent al llarg de tota la vida. És a dir, l'educació emocional pretén optimitzar el desenvolupament tant personal com social.

Es podria dir que l'educació emocional és una forma de prevenció primària la qual educa a l'ésser a saber reaccionar davant d'un conflicte o de qualsevol emoció que es manifesti tot minimitzant la vulnerabilitat de la persona en determinades ocasions com per exemple d'estrès, depressió, impulsivitat, agressivitat entre altres.

Per aquest mateix motiu, és totalment recomanable aquesta educació ja que maximitza les tendències constructives i minimitza les destructives. Rafael Bisquerra ho argumenta amb claredat en un article que va publicar el març del 2012. (*Annex 2*) i en reconeixement d'aquesta importància, també, el Decret 75/1992 de 9 de març (*Annex 3*), estableix en el seu article 2, varis punts relacionats amb les competències emocionals.

En els següents apartats del treball explico les característiques emocionals que conformen cada una de les grans etapes evolutives, des de la infància fins a l'adolescència. A partir d'aquestes característiques he elaborat un possible pla d'educació emocional per a cada etapa. Aquest pla em servirà després per poder analitzar la informació obtinguda en la part pràctica del treball.

4.1. Característiques emocionals de les diferents etapes educatives

Cada etapa de la nostra vida exigeix un tracte diferent, ja que cada una d'aquestes presenta unes característiques pròpies, genera unes necessitats diferents i mostra unes capacitats específiques.

En aquest apartat explico les característiques generals de cada etapa educativa, destacant especialment aquelles relacionades amb els aspectes emocionals.



M'he centrat en les etapes de 0 a 16 anys, considerant que són les etapes vitals amb més incidència educativa, i essent també les que em serviran per a la posterior part pràctica d'aquest treball.

4.1.1. Dels 0 als 3 anys

Malgrat que generalment no se'n tingui consciència- ja que el nen a aquesta edat no pot expressar el que pensa o sent de forma comprensible per a l'adult-, els primers anys de la infància presenten un desenvolupament mental extraordinari. Aquesta etapa representa el pas de la percepció d'un univers global, en el qual el nen no distingeix entre ell mateix i la resta, a la formació d'un "jo" separat dels objectes exteriors. És un període centrípet en el qual tot s'assimila al propi cos, i a la construcció d'aquest com a "subjecte" i diferent dels objectes.

Trets emocionals:

- Passa de l'expressió innata de supervivència a l'expressió d'alegria, còlera, sorpresa, tristesa i por.
- Augmenta l'interès i la sorpresa a partir del sisè mes i és capaç de començar a jugar i a imitar l'altre.
- Progressa en la comprensió situacional i en l'anticipació de conseqüències.
- Les situacions negatives donen lloc a por i ansietat, també a còlera i agressivitat.
- Inici de l'autoconcepte.
- A partir de l'any, emergeixen les emocions socio-morals : vergonya, culpa i orgull. Es desenvolupa la comprensió emocional i l'empatia i les emocions es troben en el seu estat més natural, sincer i espontani.

4.1.2. Dels 3 als 6 anys

La formació del "jo" ha estat el primer pas important en el desenvolupament de la infància. Això, però, comporta una actitud egocèntrica davant el món, que no se superarà fins aquesta etapa dels 3 als 6 anys anomenada, també, segona infància. El procés d'adaptació al món circumdant s'accelera no solament pel considerable canvi fisiològic que el nen experimenta, sinó també i sobretot per un factor social: el



desenvolupament del llenguatge. Per altra banda, és una època difícil des del punt de vista afectiu, ja que hi apareix el complex d'Èdip³.

Trets emocionals:

- Expressa les seves emocions en el joc.
- Progressa en la comprensió i la regulació emocional.
- Augmenta l'expressió de la còlera (conflictes amb els iguals).
- Reforça la individualitat: "jo", "meu".
- Incapacitat per observar des d'una perspectiva diferent de la seva.
- Aparició de les pors imaginàries.
- Els nens són incapaços d'admetre que una mateixa situació pugui provocar dues emocions diferents.
- Moltes vegades usen algunes estratègies per modificar el seu estat emocional que no desitgen. Un exemple en seria agafar una joguina i posar-se a jugar per canviar l'estat emocional de tristesa.
- Les situacions negatives donen lloc a por i ansietat, també a còlera i agressivitat.
- Apareix el respecte com a resultat de l'amor i el temor. Es considera l'origen de la primera moralitat o escala de valors.

4.1.3. Dels 6 als 12 anys

Aquest període que avarca dels 6 als 12 anys, s'anomena tercera infància i comença als sis o set anys amb la fase de latència i dura fins a la pubertat. Tot el període anterior ha consistit en una lenta superació de l'egocentrisme, fins a desembocar en el domini de la reversibilitat. Aquesta fa possible l'aparició de les operacions racionals i, en el pla afectiu i social, provoca una consciència de la reciprocitat. El procés de socialització, que havia començat amb el llenguatge, s'accelera ara amb l'escolarització del nen. L'amistat esdevé cada vegada més important en aquesta etapa i influeix en el desenvolupament social i de la personalitat. La pertinença a un

³ El complex d'Èdip és un concepte desenvolupat per Sigmund Freud que planteja la idea que, durant l'etapa genital del desenvolupament del nen (una de les etapes psicosexuals) que té lloc dels 3 als 6 anys, aquest comença a sentir atracció sexual envers el progenitor del sexe oposat. El nen se sent atret per la mare i comença a odiar el pare, ja que aquest té la mare. Aleshores es desenvolupa un sentiment de culpa, ja que el nen sap que no està bé odiar el pare. Aquest conflicte es resol mitjançant la identificació, en què el nen adopta característiques del pare.



grup possibilita que el nen/a adquireixi destreses socials com aprendre les regles d'una conversa o respectar a l'altre.

Trets emocionals:

- Als 6 anys, tenen un grau de coneixement personal força complet, ja que han superat l'etapa egocentrista. Les habilitats socials i les relacions interpersonals encara són limitades.
- Dels 6 als 8 anys els infants comencen a ser conscients que les emocions pròpies i les dels altres, no perduren per sempre i es contagien. Les poden reconèixer i anomenar sense confondre-les i són capaços de representar-les i regular-les.
- Als 8 o 9 anys comencen a ser capaços de posar-se a la pell de l'altre i sentir des de l'empatia; interessar-se per l'altre i sentir els pensaments i emocions de l'altre.
- Al llarg dels 6 als 12 anys amplien el seu vocabulari emocional i el coneixement de les emocions sabent què les motiva.
- El món emocional del nen es va desenvolupant, alhora que augmenta la seva capacitat d'autonomia i autoestima personal i el benestar que comporta.
- Tenen més autonomia familiar i augmenten les relacions entre iguals.
- Es fan persones més crítiques, tot i que el seu llenguatge encara és limitat.
- A través dels models dels adults i les seves actuacions els infants aprenen a conèixer qui són ells i els altres.
- Comencen a admetre que en alguna situació hi pot haver més d'una emoció.
- Entre els 7 i els 8 anys ja són capaços d'identificar emocions com l'orgull, la gratitud, la preocupació, la culpabilitat o l'entusiasme.
- A partir dels 10 anys ja comprenen emocions com l'alliberament o la decepció.
- Fins als 8 anys s'entén l'amistat com una ajuda i suport unidireccional "*és el meu amic perquè juguem junts i em deixa les seves joguines*". A partir dels 8 anys apareix la reciprocitat com a component essencial de l'amistat "*ho passem bé junts i ens ajudem l'un a l'altre quan ho necessitem*". A partir d'aquí apareix la confiança, l'afecte i la preocupació.



- En aquesta etapa es desenvolupa el sentit de l'autoestima (el valor que ens donem a nosaltres mateixos).

4.1.4. Dels 12 als 16 anys

En aquestes edats es comprèn l'etapa anomenada adolescència. És l'època de la vida que marca la transició entre la infància i l'estat adult. Els seus límits varien segons una sèrie de factors, com poden ésser el sexe, el tipus individual, la raça, les condicions geogràfiques, el medi socioeconòmic, etc. És un període de profundes transformacions fisiològiques, que alhora es caracteritza per importants canvis en les estructures mentals, per l'intent de liquidar l'estadi infantil i, en el social, pels difícils assaigs d'inserció en la societat adulta. Alguns autors, com ara Piaget, divideixen aquesta etapa en dues: la preadolescència – fins als 15 anys- i l'adolescència pròpiament dita - dels 15 fins als 18 anys-. D'altres, com ara Debesse, hi distingeixen un primer període de pubertat (caracteritzat eminentment pel desenrotllament fisiològic-sexual) i un altre de joventut, el signe primordial del qual seria el de la integració a la societat.

Trets emocionals:

- Necessita de l'amistat per reafirmar-se i mantenir un bon nivell d'autoestima. Busca estrènyer els llaços d'amistat, moltes de les quals es conservaran durant la vida adulta.
- Necessita l'amic o amiga íntims, a qui pot confiar tot el que sent i vol. Poques persones li mereixeran aquesta consideració.
- Té problemes d'identitat i moltes vegades se sent estrany o avergonyit amb sí mateix.
- Té un humor variable i canviant i ha après a parlar i expressar-se millor.
- Té menys demostracions d'afecte amb els pares; ocasionalment es posa groller.
- Té tendència a retornar al comportament infantil, particularment quan es troba sota molt d'estrès.
- Augmenta la capacitat per pensar de manera abstracta i es preocupa per saber si el que fa és normal o no.
- Major interès en el sexe oposat.



- És hipersensible al ridícul, necessita de la seguretat de ser acollit dins el grup i no trobar-se en actituds de desconfiança.

4.2. Proposta de Pla d'educació emocional en les diferents etapes educatives.

Com ja he dit, en aquest apartat proposo un pla d'educació emocional per a cada etapa. Aquest pla l'he elaborat pensant en les característiques pròpies de cada etapa i amb les competències emocionals que cal treballar.

Val a dir que aquest plantejament d'un pla d'educació emocional, no pretén ser exhaustiu i detallat, m'he limitat a proposar alguns objectius a treballar en cada edat i per cada competència i a desenvolupar alguna activitat concreta i alguna activitat més general per aconseguir aquests objectius. És només una guia (senzilla, ja que el meu coneixement en la matèria no és majestuós), una orientació de com podria planificar-se l'educació emocional al llarg de les tres etapes educatives.

A continuació, exposo tres possibles planificacions d'educació emocional.



Pla d'educació emocional a la llar d'infants:

Competència emocional	Aspectes concrets de l'etapa	Activitats
Consciència emocional	<ul style="list-style-type: none"> - Expressió de les pròpies emocions. - Empatia. - Donar nom a les emocions. 	<p><u>Activitat 1: Llibre dels sentiments:</u> expressar gràficament diferents emocions (colors, formes...)</p> <p><u>Activitat 2: Situacions i emocions:</u> identificar diferents emocions que es produeixen en diferents situacions (analitzant dibuixos i làmines)</p> <p>- <u>Joc simbòlic:</u> per treballar l'empatia (jugar a oficis, pares i mares...)</p>
Regulació emocional	<ul style="list-style-type: none"> - En aquesta franja d'edat els nens es troben en l'estat més sincer, natural i espontani. Per tant, no es pot treballar la regulació emocional, a nivell de regular els nostres sentiments i emocions. 	
Autonomia emocional	<ul style="list-style-type: none"> - Autoestima. - Autonomia en les activitats quotidianes. 	<p><u>Activitat 1: La meua imatge davant el mirall:</u> exploració guiada de la seva imatge davant el mirall.</p> <p>- <u>Treball d'hàbits i rutines</u></p>
Competència social	<ul style="list-style-type: none"> - Dominar les habilitats socials bàsiques (escoltar, saludar, acomiadar-se, donar les gràcies). - Respectar els companys. - Practicar la comunicació expressiva. 	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Activitats de bon dia i adéu:</u> cançons, contes o rutines de bon dia i de comiat. - <u>Activitat d'exemplificació d'agraïment:</u> donar una cosa i contestar dient gràcies (repetint i aplaudint l'acció fins que s'interioritzi). - <u>Activitat de danses i cançons :</u> Implica gestos afectuosos amb els companys (abraçades, petons...)
Habilitats de vida per al benestar	<ul style="list-style-type: none"> - Treball de benestar social: sentir-se part d'una família i sentir-se estimat. 	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Activitat "la foto de la família":</u> treball sobre la fotografia dels membres que conformen la seva família.



Pla d'educació emocional a l'escola:

Competència emocional	Aspectes concrets de l'etapa	Activitats
Consciència emocional	<ul style="list-style-type: none"> - Gestió d'emocions i sentiments. - Empatia. - Consciència d'un mateix. 	<p><u>Activitat 1: Miro i sento:</u> anàlisi de quadres. Un podria ser "El crit" d'Edvard Munch per expressar la por.</p> <p><u>Activitat 2: El castell dels sentiments:</u> aquesta activitat consisteix en diferenciar, reconèixer i associar emocions a diferents situacions, dibuixant-les en una castell del qual es repartirà una làmina.</p> <p><u>Activitat 3: L'autoretrat:</u> treball d'auto concepte fent-se un autoretrat ben bonic.</p>
Regulació emocional	<ul style="list-style-type: none"> - Resoldre situacions i necessitats de la vida quotidiana mitjançant processos d'identificació, planificació, realització i verificació d'activitats al seu abast. - Resolució positiva de conflictes. 	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Jocs de rol:</u> simular conflictes i resoldre'ls metòdicament. - <u>Assemblea:</u> fer assemblees de classe per resoldre possibles conflictes. - <u>Bústia dels sentiments:</u> col·locar una bústia a la classe on es puguin enviar missatges als companys quan han fet alguna cosa que ha molestat a algú.
Autonomia emocional	<ul style="list-style-type: none"> - Conèixer i acceptar la pròpia identitat, les seves possibilitats afectives i de relació i progressar en l'autonomia i la iniciativa personal. - Autoestima i motivació. 	<p><u>Activitat 1: M'escric una carta :</u> en la carta hi haurà d'haver anotat de què se sent orgullós, què li agrada d'ell mateix i il·lusions o desigs que li agradaria aconseguir.</p> <p><u>Activitat 2: Acròstic del meu nom:</u> al costat de cada lletra han d'escriure una qualitat personal positiva que comenci per la lletra.</p>
Competència social	<ul style="list-style-type: none"> - Solidaritat - Respectar els valors socials, morals i 	<p><u>Activitat 1: Queixes i felicitacions :</u> cada alumne felicita o es queixa d'algun alumne tot donant una explicació raonada. Mentre es dugi a terme l'activitat, podem demanar als nens idees per restaurar les queixes i obtenir més felicitacions.</p> <p><u>Activitat 2: "Feliç dia...":</u> cada nen ha de fer una dedicatòria pensant en el company que</p>



	<p>ètics propis de l'altre.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exercir els principis bàsics de convivència. - Confiança amb els que t'envolten 	<p>li ha tocat i en com li agradaria que li fessin a ell. Aquestes felicitacions es guarden fins el dia de l'aniversari, que es completaran amb les signatures de la resta dels nens.</p> <p><u>Activitat 3: L'arbre al vent:</u> l'activitat consisteix en que un dels alumnes es posa al mig de la rotllana i aquest es deixa caure enrere tot confiant en que els seus companys l'agafaran.</p>
<p>Habilitats de vida per al benestar</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conèixer el propi cos i les possibilitats motrius. - Progressar en l'adopció d'hàbits de salut i higiene personal. - Treballar l'amistat. - Organitzar una vida sana i equilibrada. - Col·laborar i comprendre als demés. 	<p><u>Activitat 1: Ets un sol!:</u> per començar l'activitat, proposarem als alumnes que pensin i escriguin qualitats que tenen els bons amics. En la plantilla que els hi donarem hauran d'escriure a cada raig de sol, una qualitat o característica i al mig hi podran dibuixar alguns amics o amigues. Un cop tothom hagi fet el seu propi sol, l'omplirem un entre tots per poder-lo penjar a la classe.</p> <p><u>Activitat 2: L'àngel de la guarda:</u> cada setmana als nens els tocarà ser "l'àngel de la guarda" secret d'un dels seus companys. Aquest li haurà de facilitar la vida i procurar-li benestar. A final de setmana s'esbrinarà si ha complert la missió.</p>

Pla d'educació emocional a l'institut:

Competència emocional	Aspectes concrets de l'etapa	Activitats
<p>Consciència emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Prendre consciència de la interacció entre emoció, cognició i comportament. 	<p><u>Activitat 1 : "Lectura de cuentos para pensar" de Jorge Bucay: Cuento "la ira y la tristeza":</u> treball sobre determinats comportaments que amaguen emocions no desitjades.</p> <p><u>Activitat 2: Més enllà de les paraules:</u> interpretar emocions vistes en comportaments d'altres persones analitzant vídeos i diferents materials multimèdia.</p>



Regulació emocional	<ul style="list-style-type: none">- Aprendre a superar les dificultats.- Capacitat d'enfrontament.- Estratègies de control emocional que ens permetin enfrontar-nos positivament davant situacions frustrants i/o conflictives a través de la regulació emocional.	<p><u>Activitat 1: Visualitzacions</u> : es fan unes visualitzacions guiades per part del professor que portin a un estat de relaxació als alumnes.</p> <p><u>Activitat 2: Superant dificultats</u> : cada alumne escollirà un tema que el preocupi, l'incomodi o li faci por i el descriurà per escrit. Es realitzarà una roda on cada alumne exposarà el seu exemple i amb tot el grup anirem responant les altres qüestions que el professor farà. (Per què et fa por? Com creus que ho pots superar? Creus que et podem ajudar?...)</p>
Autonomia emocional	<ul style="list-style-type: none">- Autoestima- Autoconfiança- Autoconeixament	<p><u>Activitat 1: Les meves qualitats</u>: L'activitat consisteix en demanar que els alumnes pensin o escriguin qualitats del seu caràcter. A continuació cada alumne dirà: "em sento satisfet de ser...". Després es demana als companys que confirmen la veritat que acaba de manifestar el seu company explicant una conducta que ho afirmi.</p> <p><u>Activitat 2: Defensem-nos</u>: cada alumne prepararà una autodefensa demostrant que posseeix habilitats útils i valuoses. A continuació cada alumne agafarà un nom i es prepararà frases acusadores dirigides a l'alumne que li ha tocat. Seguidament es posen en cercle i l'alumne acusat es defensà amb tots els arguments preparats.</p>
Competència social	<ul style="list-style-type: none">- Relacions interpersonals- Habilitats socio-emocionals.- Resolució de conflictes i emoció.	<p>- <u>Activitats de mediació</u>: exemplificar i dur a terme si cal processos de mediació entre iguals per a la resolució de conflictes.</p>
Habilitats de vida per al benestar	<ul style="list-style-type: none">- Potenciar actituds de respecte i tolerància.- Adquirir empatia en les relacions interpersonals.- Presa de decisions.	<p>- <u>Activitat 1: L'illa deserta</u>: en grups posar-se d'acord per prioritzar objectes que portaries a una illa deserta (presa de decisions)</p>



BLOC 3:

L'educació

emocional

en l'àmbit

educatiu

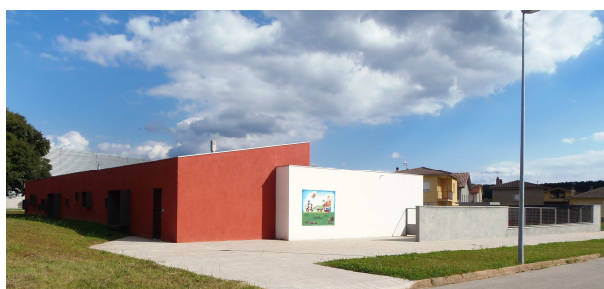


Arribat aquest punt de la meva recerca, estic preparada i tinc prou informació per iniciar la part més pràctica, la veritable recerca. He volgut comprovar si en els centres educatius actuals es du a terme o no un programa d'educació emocional. Per fer-ho, he dividit aquest bloc en dos grans apartats : El meu itinerari i altres experiències. He trobat adient dividir-lo en aquests dos apartats ja que en el primer, "El meu itinerari" recorro els diferents centres educatius en els que he estudiat. Això m'ha donat una proximitat i facilitat d'accés, alhora d'una imparcialitat d'elecció de centre. En l'apartat de "Altres experiències" he complementat les experiències viscudes amb centres on ja sabia que sí que es treballava de manera molt més específica aquest tema.

1. El meu itinerari

En aquest apartat, *El meu itinerari*, he volgut fet un recorregut pels diferents centres que vaig cursar en els meus estudis acadèmics obligatoris. Des de la llar d'infants, passant per l'escola i fins arribar a d'institut i així poder valorar si realment és suficient l'educació emocional que rebria un nen que comencés el mateix itinerari que vaig fer jo. Sóc conscient que, sobretot en les primeres etapes educatives, el treball curricular ha canviat molt en els últims anys, per tant el que s'està fent en aquest moments, pot no coincidir amb el que vaig cursar jo. En cada un dels centres, em vaig poder entrevistar amb un responsable de l'equip directiu i recollir les dades més significatives del centre i després em vaig centrar en una etapa i un curs, vaig recollir la planificació referida a l'educació emocional i vaig assistir a la posada en pràctica d'una activitat (*Annex 4*). De tot aquesta recerca en presento un petit resum.

1.1. Llar d'infants : El melic de Les Planes d'Hostoles



Llar d'infants "El Melic".

La llar d'infants *El melic* és un centre destinat a nens entre 0 i 3 anys situat a Les Planes d'Hostoles que a acull nens del propi municipi i també de St. Aniol de Finestres. Imparteix els cursos de lactants, P1 i P2. Actualment hi ha 28

alumnes en total, 6 de lactants, 10 de P1 i 12 de P2. Hi ha 2 alumnes nouvinguts i 3



alumnes de P2 van al CDIAP que es un servei que ofereix psicòlegs, pedagogs, logopedes i fisioterapeutes que avaluen al nen que creuen que està en risc de presentar algun trastorn en el seu desenvolupament, tant sigui orgànic, psicològic o social, o que ja el pateixi. Els alumnes de *El melic* que hi acudeixen no pateixen cap trastorn en aquests moments sinó que només els avaluen perquè se'n han detectat anomalies.

Educació emocional al centre

El melic no presenta cap matèria o projecte on es treballi l'educació emocional concretament. El centre dona per suposat que la intel·ligència emocional es treballa en totes les activitats i matèries que es duen a terme però no n'hi ha cap d'específica. (*Annex 6*)



Pati de la llar d'infants "El Melic".

Es fan activitats com llegir contes en els que es tracta aquesta intel·ligència, un cop al mes o cada dos mesos, tots els cursos (Lactants, P1 i P2) s'uneixen per llegir un conte i llavors cada curs el treballa d'una manera adaptada al nivell que presenti aquest.

Els continguts generals que es treballen d'educació emocional són l'amistat, els hàbits d'higiene, el companyerisme i l'autonomia.

Educació emocional en una etapa concreta - P2

En l'etapa de P2 s'hi troben 12 alumnes dels quals no n'hi ha cap que presenti alguna necessitat especial. Hi ha 3 alumnes, però, que van al CDIAP. Es pot descriure com un curs molt mogut, amb molt caràcter però alhora carinyós i juganer.

Programa d'educació emocional → No hi ha un programa d'educació emocional destinat a aquest curs però es treballen valors com: l'amistat, d'higiene personal i l'autonomia.

Activitats concretes d'educació emocional →



Alguns nens de la llar d'infants al pati.

Es fan activitats com audicions en les quals els infants mostren els seus sentiments (alguns criden, altres ploren i altres els hi agrada), també es fan activitats de conèixer nous companys, es llegeixen contes que posteriorment es treballen



(llegenda de Sant Jordi, la rinxols d'or...), es fan dibuixos lliures en els que es poden expressar, es mantenen converses a classe, es canta, s'experimenten noves sensacions com el fred/calent i s'identifiquen les parts del cos.

Observació d'una activitat d'Educació emocional – El joc simbòlic

L'activitat que vaig anar a observar a la llar d'infants era un joc simbòlic en què els alumnes desenvolupen l'empatia tot posicionant-se al lloc d'altres persones tot siguen metges, cuiners, imitant a la mare quan fa el dinar, parant taula, telefonant o passejant el fill.

L'activitat consistia en deixar diferent material en diferents parts de l'aula. Aquest material podria ser una cuina amb els seus estris (paelles, cassoles, coberts, plats) i algun menjar, una màquina caixera de supermercat, un telèfon, una taula amb cadires, algun conte, accessoris de metge, nines, xampú, pintes, entre d'altres. A partir d'aquí, els nens tenen la llibertat de fer el que ells vulguin amb aquests.



Un alumne durant el joc simbòlic.

Durant el desenvolupament vaig poder observar com molts dels nens els agradava molt jugar a imitar els seus pares. Per exemple, agafaven alguna nina i li donaven el menjar, cuinaven i es posaven el davantal, trucaven a un familiar, curaven el seu fill,... Alguns altres van optar per imitar algun ofici com fer de metge i curar els pacients o vendre fruita.

1.2. Escola : CEIP Sant Cristòfol de Les Planes d'Hostoles

L'escola Sant Cristòfol és un centre d'educació infantil i primària situat a Les Planes d'Hostoles i a part d'acollir alumnes del propi poble, acull alumnes de Sant Aniol de Finestres, Cogolls, Les Encies i St. Esteve de Llémena. Hi ha un total de 154 alumnes en tot el centre dels quals 27 tenen necessitats especials i 42 són nouvinguts. El ràtio d'alumnes per grup d'aquesta escola és de 10'24.





B.1. Educació emocional al centre

L'escola treballa la intel·ligència emocional a diverses matèries com tutoria, ciutadania, alternativa, socials, la 6a hora d'expressió, projecte i medi.

L'educació emocional es treballa majoritàriament a partir de contes de valors on a partir d'aquest se'n deriven algunes activitats. També es treballa a partir del pla de convivència.

En les sortides, colònies i les festes com el dia de la Pau, la castanyada i Nadal també es treballa.

Els continguts concrets tractats a cada etapa són:

Educació Infantil- es treballa a partir de contes:

P3- Els valors generals són els de compartir les joguines, la por i tenir amics. Els contes més usats són: "*L'ivan no deixa res*", "*La Marillina i els seus pollets*", "*Que fosc*" i "*El petó*".

P4- Es treballa l'enveja, la veritat i l'amor a partir dels contes: "*El collaret de la veritat*", "*La veritat i els petons de la Zea*" i "*L'amor cap als altres*".

P5- L'autoestima, el respecte, l'estimació i la resolució de conflictes són els temes que es treballen. Els contes a partir dels qual es treballen aquests valors són: "*Ningú no m'estima*", "*El lleó i el ratolí*", "*El millor regal*", "*El cocodril*" i "*El porc i la cigonya*".

Cicle Inicial- En aquest cicle també es treballa a partir de contes:

1r – Amistat i el companyerisme, la senzillesa, el valor de les coses petites, el respecte i la igualtat són els valors que es treballen. Els contes usats són: "*Les dues muntanyes*", "*La Marta ve de lluny*" i "*El valor de l'amistat*".

2n- Es treballa el tema de les aparences, els diners no fan la felicitat, la solidaritat, el respecte als animals, l'amistat i la lleialtat. Els contes usats són: "*El pastís per a enemics*", "*Klaus el comprador d'alegries*" i "*El gran llop salvatge*".

Cicle Mitjà – Es treballa la solidaritat, la constància, l'autocontrol, la col·laboració, la convivència, el respecte i l'amistat a partir de contes molt reals com "*Faules de Tolstoy*", "*Els ulls tristos de l'Iris*" i "*Més de pressa, cargolet!*". Alguns d'aquests valors també es treballen mitjançant petites històries extretes del llibre "*Si us plau, Educació Emocional i en valors*". Aquestes històries són molt properes ja que els protagonistes podrien ser ells mateixos.

Cicle superior – Valors com el respecte a la gent gran, la paciència i la prudència són els que es treballen. En aquest cicle, a part de treballar a partir de contes com el



conte de la caputxeta vermella des del punt de vista del llop (Annex 7), "El plat de fusta", "L'oca que ponía ous d'or" o "La guineu i el llop", també es treballa a partir de diverses pel·lícules. Algunes d'elles són: "Quiero ser como Beckham", "La vida es bella", "La lengua de las mariposas", "Los chicos del coro", "Azur i Asmar" i "MaryPoppins".

Educació emocional en una etapa concreta – Cicle mitjà

El cicle mitjà està repartit amb 17 alumnes a 3r i 16 alumnes a 4t el que fa un total de 33 alumnes. Hi ha només un alumne amb necessitats especials greus però cal tenir en compte que és un grup amb risc social i per tant, molt mogut i impulsiu.

Activitats concretes d'educació emocional → Les activitats es duen a terme, la major part de vegades, a l'hora d'alternativa i mitjançant contes i pel·lícules. A partir d'aquests contes o pel·lícules es comença a treballar algun valor mitjançant una conversa amb els companys o amb fitxes de preguntes. Normalment les històries s'extreuen dels llibres "Si us plau, educació emocional i en valors" de l'editorial Claret que tracta temes com la confiança, l'acolliment, la sensibilitat, el respecte, l'agraïment i la generositat entre d'altres. També s'usa el llibre de "Jo, tu, tots nosaltres al barri" que tracta valors com la tolerància, la responsabilitat i la solidaritat.



Alumnes de 4t de primària a la classe.

Una activitat d'educació emocional- "Un repartiment injust"

"Un repartiment injust" és l'activitat que vaig anar a observar i es treballava a l'hora d'alternativa. L'activitat durava 1 hora i es tractava al curs de 3r de primària que és un curs amb 16 alumnes.



Un dels grups dels països del Tercer Món dibuixant la Noaga.

Els objectius d'aquesta activitat eren treballar la solidaritat i l'empatia. L'activitat consistia en observar un vídeo de la "Noaga", una nena de Burkina Faso que viu en un poblat del Sahel Africà. Després d'observar el vídeo es va fer



el joc dels colors: la mestra va dividir la classe en grups (1/4 part dels alumnes representaven els països rics i les 3/4 parts restants els països del Tercer Món.) Mentre el grup dels països desenvolupats disposava de gairebé tot el material que necessitava, el grup dels països pobres només tenia una taula per quatre persones (i sense cadires) i un joc de colors per tot el grup.



Els alumnes del grup dels països del Tercer Món.

A continuació, els alumnes van dibuixar a la Noaga en alguna situació que van veure en el vídeo. Cada alumne la dibuixava amb els recursos que disposava depenent del grup que li havia tocat.

Finalment, els alumnes van respondre les preguntes de darrera la fitxa. (*Annex 8*)

Al principi de l'activitat, quan observàvem la pel·lícula els alumnes estaven callats i interessats per aquesta, ja que era un cas

que els sobtava. Quan es van repartir els diferents alumnes amb grups, òbviament tots volien pertànyer al grup dels rics. A l'hora de començar a desenvolupar l'activitat en els dos grups diferenciats, vaig poder veure com molts d'ells no acceptaven formar part dels països pobres i s'indignaven per això. Els alumnes que formaven part del grup dels rics, en observar la situació en que estaven: tenien molt material però estaven sols i sense diversió, volien ser pobres ja que aquests s'ho passaven molt millor. Es podia observar amb claredat que el grup dels pobres s'ho passaven molt millor ja que se'ls veia envoltats d'altre gent i també aprenien a compartir les coses entre uns i altres.

Finalment, en contestar les preguntes de darrera el full, en la pregunta: *Creus que tu tens moltes més coses que la Noaga?*, tots els alumnes contestaven que sí i al raonar-

ho contestaven coses menys innecessàries pel dia a dia com la PSP, la tauleta, la televisió i d'altres tot deixant de banda les imprescindibles com l'aigua i el menjar.



Alumne del grup dels països rics.



1.3. Institut : IES Castell d'Estela d'Amer



L'institut Castell d'Estela és un institut d'educació secundària ubicat a Amer, a la comarca de la Selva, que a part d'acollir alumnes del popi municipi, acull alumnes provinents dels municipis

de Sant Feliu de Pallerols i Les Planes d'Hostoles. En els 3 casos es parla de nuclis urbans petits, amb població majoritàriament catalanoparlant i de nivell socioeconòmic mig.

En el centre, hi ha aproximadament 300 alumnes amb un ràtio de 25 alumnes per grup. Hi ha un 4'1% d'alumnes amb necessitats especials i un 0'5% d'alumnes nouvinguts.

Educació emocional al centre

Es treballa la intel·ligència emocional a les matèries de tutoria, ciutadania, religió, educació etico-cívica i filosofia. Es duen a terme tallers d'intel·ligència emocional i aquest any s'ha iniciat un projecte de mediació.

Continguts d'educació emocional en cada etapa:

1r d'ESO – Es treballen les dinàmiques de presentació i coneixement de grup, l'autonomia i organització, la convivència en grup, superació de dificultats i establiment de reptes.

2n d'ESO – Es treballa la identitat i cohesió del grup, l'autonomia i adquisició d'hàbits, l'autoestima, els vincles i l'amistat.

3r d'ESO – En aquest curs es treballen les relacions i coneixement de grup, prevenció de la dependència de les noves tecnologies, tècniques de comunicació i debat, presa de decisions, l'empatia, la prevenció de drogodependències i conductes de risc i la sexoafectivitat.

4t d'ESO –Aquest curs es treballa la cohesió de grup i autoestima, la presa de decisions, la prevenció de conductes discriminatòries i violència masclista, superació de reptes i dificultats i la sexoafectivitat.

A part de treballar aquests continguts, els alumnes de 4t d'ESO fins a 1r de batxillerat, tenen subvencionat per l'AMPA alguns tallers d'intel·ligència emocional que duren unes dues hores.



Els alumnes d'ESO, des de primer fins a quart, tenen el projecte de mediació ja esmentat anteriorment. Aquest projecte inclou una jornada de formació de mediadors i l'establiment de procediments i protocols per resoldre els conflictes entre iguals a través de la mediació.

Educació emocional en una etapa concreta – 2n d'ESO

2n d'ESO és un grup dividit en dos classes de 25 alumnes a cada una en la que els alumnes tenen unes edats compreses entre els 13 i 14 anys. Són grups heterogenis i amb dos alumnes amb necessitats especials. L'educació emocional es treballa bàsicament a la tutoria on es centre bastant en el treball de la intel·ligència intrapersonal: es tracta la relació i identificació amb el grup, els vincles i l'amistat.



Alumnes de 2n d'ESO

En aquest curs hi ha programades un seguit d'activitats i dinàmiques de grup, entre elles les activitats de “Som un grup”, “Els meus amics”, “Ets una persona molt...”. Es treballa amb material del programa “A mida” destinat a tutories de secundària. Depenent de les característiques que presenta el grup s'elaboren unes activitats i se'n adapten d'altres.

Una activitat d'educació emocional- “Ets una persona molt...”

L'activitat d'educació emocional que vaig anar a veure a l'aula de 2n d'ESO, s'anomena “Ets una persona molt...”. Aquesta activitat dura 1 hora i té com a



Els alumnes de 2n d'ESO durant l'activitat “Ets una persona molt...”.

objectius treballar l'autoestima dels alumnes.

L'activitat consisteix en que cada alumne té un paper ple de qualitats les quals haurà d'omplir amb el nom d'un membre diferent de la classe a cada qualitat. A continuació retallaran el paper i cada alumne es crearà un sobre manualment i amb el seu nom a davant. Finalment,



s'aixecaran i repartiran cada paperet amb la qualitat escrita al company que l'han relacionat.

Durant l'activitat els alumnes es mostraven interessats ja que es tractava de dir coses positives sobre uns i els altres, la qual cosa no és molt freqüent per a ells. Alguns dels alumnes es varen prendre l'activitat seriosament, però com ja se sap, alguns es veien desinteressats o sense entendre el motiu de l'activitat. Segons la meua observació, però, crec que en general es van mostrar receptius i amb ganes de fer l'activitat. Al final d'aquesta, tots estaven intrigats per obrir el sobre i veure quins adjectius els havien posat.



Alguns alumnes de 2n d'ESO durant l'activitat.

1.4. Valoració i anàlisi de la Educació Emocional després de tota una etapa d'escolarització.

Després de veure i viure com s'aplica el treball d'educació emocional en els diferents centres he arribat a les següent conclusions:

- ❑ Ens els tres centres es duen a terme activitats i treball d'educació emocional, però dóna la impressió que es tracta d'un treball poc estructurat, més aviat són activitats soltes que es treballen des de diferents matèries. De fet, en els tres centres en demanar el pla d'educació emocional, la primera reacció va ser de desconcert o de poc coneixement del que es demanava. Posteriorment i amb més concrecions, van poder anar recopilant diferents activitats que podien estar relacionades amb aquest tema.
- ❑ Malgrat que els centres no tinguin un pla d'educació emocional concret, aquests no estan en desacord en crear-ne un ja que van aprovar el meu pla com a un de possible. (*Annex 9*)
- ❑ El contingut treballat en les tres etapes és molt adequat a les característiques pròpies de cada edat. Penso que això és així perquè tot i que el terme educació emocional sigui molt movedís (anys 90), els docents són molt bons coneixedors de les característiques evolutives del seu alumnat.
- ❑ Parlant amb els diferents professionals, també he sabut que no tots els docents estan preparats o volen fer activitats d'educació emocional, per això,



depenent del tutor/professor que toqui, aquesta es treballa o no. Molts docents no ho perceben com una necessitat o exigència legal. Està deixada una mica a la bona voluntat de cada professor.

- ❑ L'educació emocional que vaig rebre jo i la que he estudiat presenta alguns canvis ja que el terme de "intel·ligència emocional" va començar a ser anomenada a mitjans de l'any 1990. En la llar d'infants, per exemple, anteriorment, el seu objectiu era més "guardar" els infants i no "educar" aquests. En l'escola també he pogut observar varis canvis ja que sí que treballàvem mitjançant contes en l'etapa d'educació infantil però en les altres etapes es mirava alguna pel·lícula però molt de tant en tant. Quan vaig cursar l'ESO, a canvi, sí que vaig poder treballar alguna de les activitats d'educació emocional. Segurament, perquè, a part de que el concepte d'educació emocional ja tenia més anomenada i en els centres se'ls demanava educar-la, era una etapa important per tractar-la. Val a dir, però, que malgrat les activitats proposades, en alguns cursos de l'ESO no vaig tractar cap tema d'educació emocional que és el que a hores d'ara es pot veure també.
- ❑ Crec que s'hauria de treballar la intel·ligència emocional d'una manera més dinàmica ja que sobta poder observar que a l'ESO es fan activitats més mogudes i a l'escola es treballa a partir de l'observació d'un vídeo o la lectura d'un conte.

2. Altres experiències

Per últim, he volgut completar la meua observació amb un parell d'experiències més. En primer lloc contrastar si en centres de nova creació es treballa més aquest tema, i en segon lloc si en centres d'educació especial es treballa de forma diferent o específica.

2.1. Escola de nova creació: El Morrot

L'escola el Morrot, és una escola de nova creació que fou creada al Setembre de 2007 i només impartit P3 i P4 al començament. Actualment és una escola d'educació infantil i primària que avarca la zona educativa del Morrot d'Olot però que també hi



ha alumnes d'altres zones i de la vall de Bianya. Actualment imparteix els cursos de



Escola el Morrot d'Olot.

P3 fins a 4t de primària però al ser una escola de nova creació cada any s'incrementa un curs més, per tant, el curs 2013-2014 començarà a donar classes de 5è de primària (cicle superior).

El total d'alumnes del centre és de 260 dels quals 58 són alumnes amb necessitats especials però del tipus social. 10 d'aquests tenen seguiment dels serveis socials i 3 estan amb dictamen. A

l'escola hi trobem un 56% d'alumnes catalans i la resta són alumnes immigrants d'altres zones.

Educació emocional al centre

Les emocions són tractades al llarg de cada dia. L'educació emocional és molt important en aquest centre. De P4 a 4t es fa una sessió cada setmana d'emocions i a partir de 3r es segueix el programa "Decideix I" d'en Manuel Segura.

A més a més d'aquestes sessions setmanals que es fan, de P3 a 2n hi ha un racó a l'aula que es diu "com em sento" on cada matí cada alumne ha de dir com es sent amb alguna de les 5 emocions: content, trist, enfadat, estimació i por. A més a més aquest racó és un lloc on poden identificar diferents emocions i iniciar-se en la pràctica de la seva gestió. Aquest racó conté també un coixí que es diu "Emu" i és l'encarregat d'informar als alumnes sobre les activitats d'educació emocional.



El coixí "Emu", l'encarregat d'informar als alumnes sobre les activitats d'educació emocional.

Els continguts d'educació emocional tractats a cada etapa són:

- A P3 tenen el racó "com em sento" i la fada Tina que els hi porta contes.
- A P4 i P5 a part de tenir el racó "com em sento" i la fada Tina, tenen una sessió programada d'emocions a la setmana.
- A 1r i 2n tenen el racó "com em sento", la Fada Picarol i una sessió d'emocions a la setmana.
- A partir de 3r es du a terme el programa "Decideix I" d'en Manuel Segura que tracta sobretot de la resolució de conflictes interpersonals mitjançant la



comunicació oral i entrenant diferents tipus de pensaments com el casual, l'alternatiu, el conseqüencial, el de perspectiva i el de mitjans-fi.

Educació emocional en una etapa concreta – P4

“Follets del Volcà” és el nom de la classe de P4-B. És una classe d'educació infantil on hi ha 25 alumnes dels quals 5 d'aquests necessiten una educació especial.

A P4 treballen l'educació emocional a partir de varis blocs temàtics que en cada un s'estableixen alguns objectius:

- L'autoestima: pensar i decidir per un mateix el que es prefereix, experimentar el fet de tenir decisions pròpies sense dependre dels altres, conèixer el grup classe, expressar qualitats positives dels altres, elogiar als companys, crear vincles, pensar per a un mateix el que li agrada, obrir-se als altres i reforç de l'autoconcepte positiu.

- Habilitats socials : col·laborar en la resolució de conflictes, buscar solucions, practicar la relació causa/efecte, sensibilitzar-se amb les emocions dels

altres, aprendre a avaluar les activitats dels altres intentant situar-se al seu lloc, tenir criteri, opinar de manera autònoma i justificar el perquè pensa alguna cosa en concret.

- Habilitats de vida : identificar i expressar situacions agradables i desagradables, buscar com convertir les situacions negatives amb positives, ser capaç de percebre



El racó de la fada Tina.

aspectes del seu ambient familiar i expressar verbalment aspectes dels seus familiars que li agraden o no.

- Consciència emocional : reconèixer les 4 emocions(alegria, tristesa, enuig i por), expressar amb el rostre les diferents emocions, expressar sentiments i emocions a través del llenguatge verbal i no verbal , reconèixer i comprendre els sentiments i emocions dels altres, escoltar les explicacions que es fan per tal de comprendre i posar-nos a la pell dels altres, recordar moments agradables quan tenim un mal moment,



El racó de les emocions a l'aula de P4.



conèixer els gustos

dels altres i valorar-los, compartir verbalment les coses que ens agraden per arribar a conèixer-nos millor, obtenir un regal i expressar l'alegria que això aporta, conèixer què sentim i què ens fa sentir bé del nostre entorn (amics, família, escola..).

- Regulació emocional: Aprendre a compartir, descobrir el silenci i ser capaç de controlar el cos i la veu.

Aquests objectius es duen a terme en les sessions setmanals d'emocions (*Annex 6*), en el racó de "com em sento" i amb la Fada Tina.

Una activitat d'educació emocional -"La Teranyina"



Els alumnes de P4 durant l'activitat de "La Teranyina".

L'activitat s'anomena "La Teranyina" i es du a terme a la sessió setmanal d'emocions de P4. A P4 hi ha 25 alumnes i 5 d'aquests amb necessitats especials.

L'activitat que vaig fer l'observació durava 30 minuts i els objectius eren conèixer el grup classe, expressar qualitats positives dels altres i elogiar els companys.

L'activitat comença quan l'Emu (el coixí amb forma de cor) porta una carta explicant l'activitat de "La teranyina" i asseguts tots en rotllana, inclosa la mestra, s'iniciarà el joc. Aquest joc es tracta d'anar passant el cabdell del fil tot dient una paraula bonica relacionada amb el company a qui li volem tirar. Quan reben el cabdell, es queden amb la llana agafada a la mà i van passant el cabdell fins aconseguir entre tots fer una teranyina.

Durant l'activitat he pogut observar com tots els nens i nenes s'ho passaven molt bé però ha costat molt que diguessin coses boniques diferents ja que sempre sortien les mateixes de: maco/a o guapo/a.

2.2. CEE Joan XXIII

El CEE Joan XXIII, és un centre d'educació especial que imparteix els cursos d'educació infantil, primària, ESO i programa pont o prelaboral. Hi ha alumnes de 3 a



21 anys ja que al ser un centre d'educació especial es donen, a diferència dels altres centres, dos anys de marge entre els 18 i els 21 anys.

El centre acull alumnes de tota la comarca de la garrotxa i actualment hi ha 25 alumnes nous que encara que siguin nous han nascut aquí però amb pares africans.

El ràtio d'alumnes per grup sol ser de 6 però aquest varia depenent de la classe i les necessitats que aquesta presenta. Dels 52 alumnes que hi ha al centre, 5 són d'educació infantil, 16 d'educació primària, 14 de l'ESO i 17 del programa pont.

Les matèries o projectes que es tracta l'educació emocional són a les tutories, ciutadania, les sessions grupals i a nivell individual. També es tracta en moments puntuals que es creu oportú.

En general el centre tracta les emocions tant en el reconeixement com en la interpretació d'aquestes. També treballa molt en l'àmbit de resolució de conflictes.



Un exemple d'activitat de consciència emocional.

A educació infantil es tracten més les emocions bàsiques com content i enfadat mentre que a partir de l'ESO ja s'identifiquen altres emocions com la por, la sorpresa entre altres. A l'ESO el que es treballa més és la resolució de conflictes ja que s'ensenya a no usar la violència i a identificar de quin conflicte es tracta.

Les emocions moltes vegades es treballen a partir d'imatges de nens amb expressions facials en les quals els alumnes han d'identificar quina emoció està transmetent aquest. A partir de cada emoció identificada s'intenta relacionar amb un fet que li pugui passar a l'alumne a la vida quotidiana i s'inicia una conversa envers aquesta emoció.

Educació emocional en una etapa concreta – Prelaboral/Programa pont

En aquesta etapa de prelaboral o també dita programa pont, hi ha 7 alumnes amb les edats compreses entre 17 i 21 anys. Tots els alumnes presenten necessitats especials ja que presenten retard mental entre d'altres. Són alumnes amb un coeficient intel·lectual baix, una autoestima baixa i amb molt poca autonomia.

Pel que fa l'educació emocional, es treballen tot tipus d'emocions com de la gelosia, l'enveja, la por, la fòbia i l'amistat. Aquestes s'identifiquen, es diferencien i llavors ells



les poden relacionar amb fets propis. Es treballa també la part racional i la sexoafectivitat ja que moltes vegades els costa diferenciar el terme amistat amb el d'una relació amorosa.

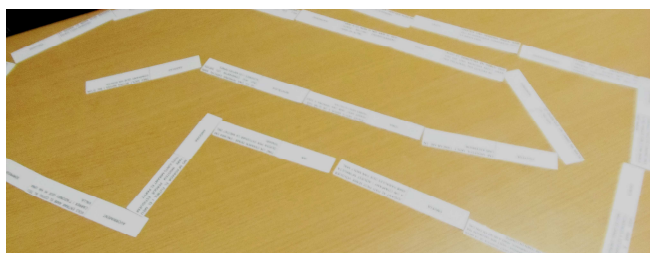


A partir d'aquesta imatge els alumnes han d'identificar quina emoció sent el personatge.

Per treballar tots aquestes emocions, es treballa a partir de documentals, pel·lícules com Billy Eliot i cançons que els hi pugin transmetre quelcom. També es fan activitats com:

- Mímica d'emocions. Aquesta activitat es du a terme perquè alguns alumnes de prelaboral no parlen. L'activitat consisteix en representar emocions a partir de moviments facials i corporals.
- Domino de les emocions. Consisteix en fer un domino on es relacionen fets amb emocions.
- Teatres. Es fa teatre per tal de que els alumnes pugin expressar el que senten.
- Converses. Es treu un tema de conversa a la classe i cada alumne expressa el que sent i/o pensa. Aquesta activitat es sol fer sempre a les sessions grupals.

Una activitat d'educació emocional- "El domino de les emocions"



Resultat de "El domino de les emocions".

L'activitat que vaig anar a veure s'anomena "El domino de les emocions". La realitzaven a la classe de Prelaboral B a l'hora de sessions grupals i durava una 1 hora i 30 minuts. Els objectius d'aquesta

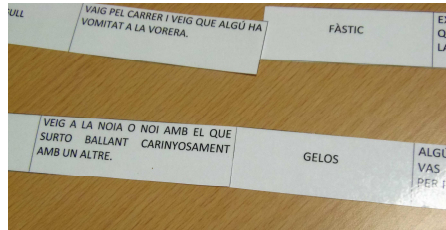
activitat són conèixer les diferents emocions per tal de diferenciar-les i relacionar-les en fets propis.

Al començament de l'activitat s'expliquen totes les emocions que es tractaran i es posen exemples de cada una d'aquestes. A continuació es representen les emocions a nivell facial i seguidament s'explica com funciona el joc del domino de les emocions i es llegeixen les peces perquè tothom ho entengui. Cada peça de



domino conté una emoció i un fet i s'ha d'anar construint el domino amb totes les peces repartides a tots els alumnes. El joc es juga amb les peces de domino de cadascú visibles per a tothom ja que al ser alumnes amb necessitats especials els costa identificar-les.

Durant l'activitat he pogut observar que les emocions més quotidianes no tenen



"El domino de les emocions", la unió entre una emoció i un fet.

problemes en identificar-les. Serien les emocions com la por, la felicitat o l'amistat. Les altres emocions que no són del dia a dia com la fòbia o el menyspreu, els costa més d'entendre tot hi que moltes d'aquestes emocions ells ja les han patit varies vegades.

2.3. Valoracions de l'observació d'aquestes experiències

Respecte a l'escola de nova creació, es pot comprovar d'entrada que la importància i l'estructura que es dona a tota la temàtica emocional és ja d'alta qualitat i té un paper rellevant dins el currículum. Afortunadament sembla que aquesta és una tendència en totes les escoles de nova creació. El centre em va poder informar també, que a part de treballar les emocions a l'aula, amb la família també hi feien diverses activitats ja que creuen que la intel·ligència emocional no només s'ha de tractar a l'escola ja que aquesta apareix en tots els escenaris.

Respecte a l'escola d'educació especial, em va sorprendre veure que no es tractava de manera específica ni especial, si no exactament igual i amb els mateixos objectius que en altres centres ordinaris però a nivell més bàsic (es treballen les emocions més bàsiques). Potser, doncs, les emocions és un tema transversal, no lligat forçosament a la capacitat intel·lectual.



Conclusió

Arribats en aquest punt, un cop dut a terme l'estudi i la recerca del tema plantejat inicialment, les idees i resultats d'aquests són bastant diferents. En el moment en que em vaig plantejar el tema del treball, no en tenia ni idea que el resultat en seria aquest, tant per l'estructura del treball com pels resultats obtinguts de les diferents recerques.

Un cop havent fet la recerca necessària, puc afirmar que la "intel·ligència emocional" és un terme molt innovador i poc conegut ja que moltes de les persones que em preguntaven pel meu treball de recerca no coneixien pràcticament aquest tema, alguns els hi sonava, d'altres podien mig interpretar-ho però la qüestió és que cap d'ells en sabia la seva importància.

Havent recercat per diferents pàgines d'internet i havent pogut llegir i/o fullejar llibres, puc afirmar que d'activitats i material per educar aquesta intel·ligència no en falta. El que falta és conscienciar-nos que és important fer-ho. És una intel·ligència que a part de que ajuda a trobar sortides professionals ens aporta varis beneficis com el benestar personal que crec que és un tret molt important per la vida diària de cada un de nosaltres.

Pel que fa la meua recerca en diferents centres d'educació obligatòria, m'ha sorprès veure com hi ha moltes activitats en els centres que es treballa la intel·ligència emocional però que no hi ha la consciència que es treballen les emocions. En cap centre de "el meu itinerari" he pogut trobar un programa específic d'educació emocional però sí activitats concretes en que es treballa.

Durant el treball, he pogut trobar el terme de "intel·ligència emocional" en molts llocs. Un dels que em va sobtar va ser en un llibre anomenat "El dolor de espalda y las emociones" en el que donen una importància rellevant a la intel·ligència emocional tot afirmant que s'hauria de tenir en compte a l'hora d'estudiar la medicina i tractar un pacient.

També, un dia tot fullejant una revista anomenada "Protagonistes, ja!" em va agradar molt una frase que deia: "En els milers d'anys d'evolució humana, sorprèn l'alta capacitat que hem tingut per avançar tècnicament en molts sentits i en canvi el poc que hem avançat en la capacitat d'entendre'ns i resoldre conflictes." Crec que en té tota la raó ja que moltes vegades s'oblida el que sentim o pensem nosaltres



mateixos i ens centrem solament en evolucionar en aspectes que potser no ens influeixen tant o podríem viure sense aquests.

Crec, doncs, que potenciar la intel·ligència emocional en els infants i adolescents hauria de ser una qüestió primordial a desenvolupar des dels diferents espais educatius i també des de l'entorn familiar.

Opinió personal

M'agrada poder dir que no m'he equivocat en triar aquest tema. Al començament tenia bastants dubtes de si podria fer-lo tot seguint un ordre lògic i trobant la informació necessària. En la meva opinió, crec que és un tema complicat pel fet de ser un tema molt innovador i del que poca gent ha sentit parlar. Personalment, però, és un tema que m'ha agradat molt tractar. La veritat és que si que t'has de passar moltes hores buscant informació per internet, llegint i/o buscant en llibres o quedant amb els diferents responsables de cada centre però quan vas veient que el treball queda estructurat i la informació que vas trobant t'incita a buscar-ne més, és molt satisfactori.

Crec també que a part de aprendre moltes i moltes coses que no en tenia ni idea, ja que de cada apartat del meu treball he après una cosa diferent, aquest treball també t'ajuda a aprendre a moure't per cercar informació i a tenir una certa responsabilitat.

Espero que aquest treball pugui fer entendre a algunes persones la importància de la intel·ligència emocional i també, a les que ja n'estan conscienciades, facilitar-los més informació sobre aquesta. Crec doncs, que aquest és només el començament d'un llarguíssim camí.

Agraïments

Per començar, m'agradaria agrair a tots els que han fet que hagi pogut acabar el meu treball de recerca amb la informació que des de bon principi m'havia plantejat recopilar i que finalment la he pogut aconseguir.

Primer de tot agrair a la que sense ella segurament el meu treball no hauria ni sortit ni arribat aquí. Per la paciència del dia a dia a llegir-se i rellegir-se el treball tot corregint-me els errors, per animar-me a seguir endavant amb la feina, per "tallar-me les ales" i fer-me veure que no es pot fer tot i per sens dubte ensenyar-me molt més sobre aquest tema. Moltes gràcies Tura!



M'agradaria agrair també als diferents centres per la seva bona recepció i simpatia, concretament agrair a la Joaquina i a la Carme de l'escola, per proporcionar-me a més de la informació del centre, diferent material com contes, cd's per facilitar-me la tasca. A l'Anna de la llar d'infants per la seva bona recepció i simpatia a l'hora de proporcionar-me informació. A les educadores també de la llar d'infants per fer un article tot opinant i per la seva amabilitat en ajudar-me en la observació de l'activitat d'educació emocional. També a les responsables dels centres del Morrot i del CEE Joan XXIII per la seva bona recepció i interès en el tema.

Als diferents alumnes que han fet possible que pogués observar una activitat d'educació emocional en cada etapa. Els alumnes de P2 de la llar d'infants, els de 3r de primària de l'escola i els de 2n d'ESO de l'institut.

Agrair també als meus pares pel seu suport, la seva paciència i la implicació a l'hora de buscar persones que em poguessin ajudar. Als meus tiets d'Olot que des de bon moment es van implicar en ajudar-me a demanar cites amb els docents de diferents centres de la ciutat. Als meus avis per escoltar-me quan els hi explicava el meu dia a dia del treball, al meu germà per intentar ensenyar-me que fer un treball pot ser cosa divertida i finalment a tots els amics que m'han animat dia a dia a seguir amb el treball.



Bibliografia

Llibres

- PALACIOS, Jesús; MARCHESI, Álvaro; COLL, César. *Desarrollo psicológico y educación, 1*. Madrid: Alianza Editorial, 1999.
- HOFFMAN, Lois; PARIS, Scott; HALL, Elizabeth. *Psicología del desarrollo hoy. Volumen 1*. Madrid: McGraw-Hill, 1995.
- GARCÍA, J.; IBÁÑEZ, Elena; JUÁREZ, Adoración; LIANZA, José.; MARCHESI, Álvaro; MAYOR, Juan; MONFORT, Marcos; PALAO ESTEVE, S.J.; PELECHANO, V.; POLAINO, A.; SÁEZ NARRO, N.; SANTAFÉ, Consuelo; VEGA, José Luis. *Psicología evolutiva y educación infantil*. Madrid: Santillana, 1989.
- GOLEMAN, Daniel. *Intel·ligència emocional*. Barcelona: Kairós, 2004.
- LANTIERI, Linda. *Inteligencia emocional infantil y juvenil*. Madrid: Aguilar, 2009.
- Güell Barceló, M.; Muñoz Redon, J. *Descobreix-te tu mateix*. Barcelona: Edicions 62, 1998.
- *Jo, tu, tots nosaltres al barri*. Sta Perpetua de Mogoda (Barcelona): Grup Promotor/ Grupo Santilla de Ediciones, SA, 2001.
- Si us plau, Educació Emocional i en valors(3) . Barcelona: Editorial Claret, 2006.
- Si us plau, Educació Emocional i en valors(4) . Barcelona: Editorial Claret, 2006.
- PUJOL I PONS, Esteve; LUZ GONZÁLEZ, Inés. *Valors per a la convivència*. Barcelona: Editorial Parramón, 2008.
- SALMURRI, Ferran. *Libertat emocional*. Barcelona: La Magrana, 2004.
- PUJOL I PONS, Esteve; LUZ GONZÁLEZ, Inés. *Valors per créixer*. Barcelona: Editorial Parramón, 2009.
- *Pla de lectura Vicens Vives. Lectures a la carta*. Barcelona: Vicens Vives.

Articles

- "Podem ser més intel·ligents". Protagonistes, ja! . Juliol-agost-setembre 2012, nº 68.



- “Educar les emocions, base de la intel·ligència emocional.” Protagonistes, ja! .Juliol-agost-setembre 2012, nº 68

Webs

- Avaluació de la intel·ligència : <http://www.slideshare.net/psialf/inteligencia-100534>
- PDF d'un projecte d'educació emocional de 6 a 8 anys :
<http://stel.ub.edu/grop/files/46-Programa%20d'Educaci%C3%B3%20Emocional%20per%20a%20nens%20i%20nenes%20de%206%20a%208%20anys%202.pdf>
- Web de Rafael Bisquerra: <http://www.rafaelbisquerra.com/>
- PDF d'un programa d'educació emocional a l'ESO:
<http://stel.ub.edu/grop/files/140-Programa%20d%27educaci%C3%B3%20emocional%20a%20l%27eso.pdf>
- PDF “Evolución sobre los conceptos de inteligencia” :
<http://www.uned.es/educacionXX1/pdfs/05-04.pdf>
- PDF “La inteligencia como factor interpersonal del proceso de enseñanza y aprendizaje” : http://www.csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_12/ILDEFONSO_RAMIREZ_2.pdf
- PDF “Àrea de comportament i aprenentatge” :
http://www20.gencat.cat/docs/sge/Home/Escola%20Catalana%20de%20Esp%20ort/Formacio%20presencial/Informacio%20dels%20cursos/Bloc%20com%C3%BA/00-Materials%20didactics/MD_ACA_NI_PT%20.pdf

ANNEXOS



ÍNDEX

	<u>Pàgina</u>
Annex 1: Les intel·ligències múltiples... ..	67
Annex 2: Article de Rafael Bisquerra: Importància i necessitat de l'educació emocional a la infància i l'adolescència.....	74
Annex 3: Decret 75/1992 de 9 de març, article 2.....	82
Annex 4: Fitxes informatives de cada centre.....	84
Annex 5: Fotografies fetes en els diferents centres durant les activitats d'educació emocional.....	98
Annex 6: Comentari de les educadores sobre l'afectivitat.....	104
Annex 7: Activitat: Conte de la caputxeta vermella des del punt de vista del llop... ..	106
Annex 8: Fitxes d'alguns alumnes de l'activitat: Un repartiment just.....	109
Annex 9: Aprovació dels centres del pla d'educació emocional proposat.....	119

ANNEX 1:

Les intel·ligències múltiples.

Quadre resum de les 8 intel·ligències que conformen la teoria de les intel·ligències múltiples de Gardner.

INTEL·LIGÈNCIA LINGÜÍSTICA

Què és?	És l'habilitat per utilitzar el llenguatge oral i escrit per informar, comunicar, persuadir, entendre i adquirir nous coneixements.
Indicadors que permeten descobrir-la	<ul style="list-style-type: none"> • Té bona memòria per als noms, els llocs, les dates i dades en general. • Gaudeix amb la lectura de llibres. • Li agrada fer mots encreuats. • Li agrada participar en debats i jugar a jocs de paraules. • Té bon vocabulari. • Bona capacitat per aprendre idiomes. • Entén bé el significat de les paraules i usa eficaçment les paraules. • Desenvolupa el sentit de l'humor utilitzant diferents hemisferis.
Activitats per desenvolupar-la	Diàlegs, redaccions, debats, lectures, rimes, relatar contes i poesies, narracions, treballar idiomes, embarbussaments, escriure una carta i llegir revistes.
Rendiment adults	Poetes, novel·listes i escriptors
Localització cerebral	Lòbuls temporal i frontal (àrea de Broca de Wernicke)
Persones rellevants	Cervantes, Shakespeare i Dante.

INTEL·LIGÈNCIA MUSICAL

Què és?	Habilitat per entendre o comunicar les emocions i idees a través de la música en composicions i en la seva execució.
Indicadors que permeten	<ul style="list-style-type: none"> • Recorda les melodies de cançons. • Li agrada i destaca a la classe de música. • S'interessa per tocar instruments musicals. • Li agrada estudiar amb música de fons.

descobrir-la	<ul style="list-style-type: none"> • Col·lecciona discs o CD. • Porta molt bé el ritme de la música. • Té una veu melodiosa quan parla. • Es manifesta sensible als sorolls de l'ambient. • Li agrada escoltar diverses classes de música.
Activitats per desenvolupar-la	Cantant, gravant, xiulant, fabricant instruments musicals de percussió, vent i altres, estudiant amb música de fons, compondre lletres i músiques de cançons, assistint a concerts i reconèixer patrons rítmics.
Rendiment adults	Músics i compositors.
Localització cerebral	Lòbul temporal dret.
Persones rellevants	Bethoven, Mozart i Bach.

INTEL·LIGÈNCIA LÒGICA-MATEMÀTICA

Què és?	Capacitat d'analitzar problemes, portar a terme operacions matemàtiques i tenir una sensibilitat pels patrons lògics o numèrics.
Indicadors que permeten descobrir-la	<ul style="list-style-type: none"> • Realitza càlculs aritmètics mentals amb rapidesa. • Executa jocs d'estratègia amb precisió com els escacs. • Resolt problemes utilitzant inferències: la lògica. • Gaudeix a les classes de matemàtiques. • Domina els conceptes de quantitat, temps i causa-efecte. • Utilitza diverses habilitats matemàtiques com l'estimació, la interpretació d'estadístiques i gràfiques.
Activitats per desenvolupar-la	Mesurant diversos objectes concrets, manipular materials concrets per a comprar, seriar, pesar, quantificar i construir, jugant a escacs i jocs lògics i col·leccionant objectes

	interessants per organitzar per categories com per exemple: monedes, bales, bitllets,...
Rendiment adults	Matemàtics, científics i caixers.
Localització cerebral	Lòbul parietal esquerre en l'hemisferi dret.
Persones rellevants	Pitàgores, Arquímedes i Blas Pascal.

INTEL·LIGÈNCIA ESPACIAL

Què és?	La capacitat que té l'individu davant aspectes com el color, la línia, la forma, la figura, l'espai, i la relació que existeix entre ells. És a més a més la capacitat que té una persona per a processar informació en tres dimensions.
Indicadors que permeten descobrir-la	<ul style="list-style-type: none"> • Dibuixa representacions precises de les persones i dels objectes. • Gaudeix de les imatges de la TV i el cinema. • Construeix representacions tridimensionals. • Dibuixa constantment. • Llegeix amb facilitat els mapes, els diagrames i altres guies geogràfiques.
Activitats per desenvolupar-la	Esenyant-li vídeos, pel·lícules, diapositives i esquemes; orientacions al camp, al bosc, als carrers ; visitant monuments arquitectònics i museus d'art
Rendiment adults	Pintors, escultors, mariners, enginyers, arquitectes i artistes.
Localització cerebral	Regions posteriors de l'hemisferi dret.
Persones rellevants	Picasso, Miquel Àngel i Salzillo.

INTEL·LIGÈNCIA CORPORAL-CINESTÈSICA

Què és?	La capacitat d'unir el cos i la ment per aconseguir el perfeccionament de l'acompliment físic.
Indicadors que permeten descobrir-la	<ul style="list-style-type: none"> • Els agrada moure's i saltar. • Es manifesta inquiet quan està assegut/a. • Necessita tocar les coses per aprendre. • Gaudeix observant els esports. • Demostra destresa en els treballs manuals. • Imita fàcilment els gestos i comportaments dels demés. • Destaca en diferents esports com el futbol, el tenis, el bàsquet, handbol, natació, voleibol entre d'altres.
Activitats per desenvolupar-la	Realitzant exercicis físics múltiples, participant en competències esportives, imitant moviments i diferents rols de les persones, improvisant rols teatrals, realitzant caminades i participant en manualitats.
Rendiment adults	Cirurgians, ballarins, atletes i artesans.
Localització cerebral	Cerebel, ganglis bassals i escorça motriu.
Persones rellevants	Martha Graham, N.Comanechi i Nacho Duato.

INTEL·LIGÈNCIA NATURALISTA

Què és?	Capacitat per a comprendre el món natural i treballar eficaçment en ell.
Indicadors que permeten descobrir-la	<ul style="list-style-type: none"> • Gaudeix realitzant experiments. • Els agrada conrear jardins, hort i plantes. • Elaboren herbaris i aquaris. • Els agrada observar la natura, animals, plantes, boscos i estrelles.

	<ul style="list-style-type: none"> • Els agrada molt la classe de botànica, geografia i zoologia.
Activitats per desenvolupar-la	Observant directa o indirectament la natura (plantes, animals, paisatges...), construint aquaris, herbaris, jardins botànics, insectaris i terraris, criant mascotes i organitzant granges, observant vídeos, fotografies sobre fenòmens naturals i múltiples formes de vida, dialogant amb científics, botànics, metges, físics i astrònoms i tenint accés al bosc, la natura, a camps i muntanyes.
Rendiment adults	Biòlegs, jardiners i botànics.
Localització cerebral	Hemisferi dret
Persones rellevants	M. Curie, Darwin, Mendel i Einstein.

INTEL·LIGÈNCIA INTERPERSONAL

Què és?	És la capacitat per entendre i respondre de manera adequada als estats d'ànim, temperaments, motivacions i desitjos dels altres.
Indicadors que permeten descobrir-la	<ul style="list-style-type: none"> • Es socialitza ràpidament. • Li agrada i realitza sempre treballs en grup. • Té molts amics i amigues. • Ajuda a solucionar dubtes i problemes. • Gaudeix ensenyant als demés. • Mostra empatia
Activitats per desenvolupar-la	Ensenyant a altres persones, compartint material, treballant en grup, relacionant-se i col·laborant activament amb altres i participant en activitats comunitàries com esplais o clubs.
Rendiment adults	Líders polítics, venedors i professors.
Localització cerebral	Lòbuls frontals, lòbul temporal (hemisferi dret i sistema líbic)
Persones	Gandhi i Luther King.

rellevants	
------------	--

INTEL·LIGÈNCIA INTRAPERSONAL	
Què és?	Capacitat per a accedir als sentiments propis, comprendre's un mateix i utilitzar aquesta informació amb eficàcia en la regulació de la pròpia vida.
Indicadors que permeten descobrir-la	<ul style="list-style-type: none"> • Li agrada treballar i estudiar sol/a. • Té confiança en la seva capacitat. • Avança al seu propi ritme. • Analitza les seves fortaleses i debilitats. • Corregeix els seus errors. • Expressa amb precisió les seves idees. • Es planteja propòsits i s'esforça per aconseguir-los. • Decideix i compleix les seves accions. • Busca oportunitats per a actualitzar-se.
Activitats per desenvolupar-la	Realitzant autoaprenentatge, metacognició i metaatenció entre d'altres, elegint les nostres pròpies activitats, establint el nostre propi ritme en qualsevol projecte, treballant en oficis que ens agradin i establint les nostres pròpies fites.
Rendiment adults	Psicòlegs, filòsofs i líders religiosos.
Localització cerebral	Lòbuls frontals i parietals, sistema límbic.
Persones rellevants	Mare Teresa de Calcuta

ANNEX 2:

Article de Rafael Bisquerra:
Importància i necessitat de
l'educació emocional a la infància
i l'adolescència.

En profunditat

Importància i necessitat de l'educació emocional a la infància i l'adolescència

Rafael Bisquerra Alzina i Núria Pérez Escoda

*Directors del Màster Educació Emocional i Benestar
Universitat de Barcelona*

Què és l'educació emocional?

Aquest article té com a objectiu justificar la importància i la necessitat de l'educació emocional i aportar algunes idees per a la seva pràctica, especialment pensades per a les famílies i el professorat.

Convé distingir entre intel·ligència emocional, competències emocionals i educació emocional. *Intel·ligència emocional* és 'la capacitat per identificar les pròpies emocions i les dels altres, usar-les per facilitar el pensament, comprendre la complexitat de les emocions i regular-les de manera apropiada'. Segons aquesta definició, la intel·ligència emocional és un constructe hipotètic de la psicologia que complementa la intel·ligència, en sentit clàssic, i la personalitat.

Hi ha diferents models d'intel·ligència emocional, cosa que ha originat un debat entre els defensors de cada model i els seus detractors. Nosaltres ens referirem a les aplicacions pràctiques que es deriven d'aquest debat, que són les competències emocionals.

Les *competències emocionals* són 'la capacitat per gestionar de manera adient un conjunt de coneixements, capacitats, habilitats i actituds necessàries per prendre consciència, comprendre, expressar i regular apropiadament els fenòmens emocionals i afectius'. Una anàlisi més detallada de les competències emocionals permet identificar la consciència emocional, la regulació emocional, l'autonomia emocional, la sociabilitat i les habilitats de vida per al benestar (Bisquerra, 2009).

L'*educació emocional* és 'el procés educatiu que té com a objectiu el desenvolupament de competències emocionals. És un procés que s'inicia des de la primera infància i està present al llarg de tota la vida'. La fonamentació teòrica de l'educació emocional no es limita a la intel·ligència emocional, sinó que pren en consideració altres referents com ara les aportacions de la neurociència, la tradició de les competències socials, l'autoestima, les investigacions sobre el benestar i la psicologia positiva, etc. Es tracta d'un marc teòric ampli i integrador que fonamenta una proposta d'innovació educativa (Bisquerra i Pérez, 2007; Bisquerra, 2000). Quan parlem d'educació no ens referim a l'escolarització, sinó a l'educació a la família, a la societat, als mitjans de comunicació, etc.



Justificació, necessitat i importància de l'educació emocional

Molts dels problemes de la societat actual tenen un substrat emocional. N'hi ha prou de llegir la premsa i estar al dia de les notícies dels mitjans de comunicació per constatar que vivim constantment amb ansietat, estrès, depressió; que hi ha conflictes, suïcidis, consum de drogues, comportaments de risc, etc. Si ens hi fixem, en tots aquests exemples es manifesta l'*analfabetisme emocional*, que s'observa en la incapacitat per controlar la impulsivitat i la ira i per prevenir la violència i en la baixa tolerància a la frustració, per exemple.

Les competències emocionals afavoreixen les relacions amb altres persones i amb un mateix, facilita la resolució positiva de conflictes, contribueix a la salut física i mental, ajuda a l'aprenentatge, entre d'altres. En últim terme, que és el que realment importa, les persones amb competències emocionals estan en millors condicions per contribuir al benestar personal i social.

L'educació formal, fins ara, no ha previst la necessitat ni la importància de l'educació emocional. Però ha arribat el moment de prendre'n consciència. Afortunadament cada cop hi ha més gent que l'entén així, tal com es manifesta en les publicacions que tracten aquest tema (Bisquerra, 2011).

És important i necessari que l'educació emocional es posi en pràctica tant a l'escola com a la família. La responsabilitat educativa és compartida. L'escola ha de facilitar que les famílies coneguin què és l'educació emocional i com treballar-hi perquè la integrin en el seu rol educatiu.

Educació emocional a l'escola

Posar en pràctica l'educació emocional a l'escola requereix uns requisits, alguns dels quals es comenten a continuació. El primer pas és la sensibilització i la formació del professorat. Sobre aquest punt es manifesta una major predisposició del professorat d'infantil i primària que no del de secundària. Però en els dos casos falta molta formació perquè el professorat tingui competències emocionals i es pugui sentir segur en el moment de posar-les en pràctica. L'equilibri emocional del professor es transmet i contagia els nens a través d'un to de veu suau, uns gestos alegres i simpàtics o unes carícies.

El professorat amb una formació mínima ho pot posar en pràctica en primer lloc a través de la tutoria, que és el primer espai idoni per introduir activitats encaminades al desenvolupament de competències emocionals. Les activitats poden ser molt diverses i a l'apartat següent es donen alguns suggeriments. Per poder parlar d'educació emocional en una escola no n'hi ha prou de fer una xerrada, aprofitar l'ocasió d'un conflicte o qualsevol activitat esporàdica que es consideri pròpia de l'educació emocional. Tot això és important, però no és suficient.

L'educació emocional posada en pràctica de manera efectiva ha de ser planificada, intencional, sistemàtica i demana una dedicació mínima. Planificada vol dir que des del començament del curs s'han de determinar uns objectius, uns continguts i unes activitats mínimes. Per tant, no depèn de si es presenta l'ocasió per posar-la en pràctica o no;

també cal incloure-la en el centre: en el PEC (Projecte educatiu del centre), en el PCC (Projecte curricular del centre) i en el PAT (Pla d'acció tutorial). Però aconseguir que l'educació emocional es manifesti clarament en aquests documents no és fàcil. Requereix un procés de conscienciació del professorat, de formació i d'una implantació progressiva que pot durar dos o tres anys, i fins i tot més. Però és un procés necessari per aconseguir la implicació de la major part del professorat i evitar que sigui un treball fet per un professor o professora per voluntat pròpia. Això últim està molt bé com a punt de partida, però no hauria de quedar així. Convé deixar molt clar que una activitat educativa emocional sistemàtica és molt més que l'educació ocasional o circumstancial. S'estima que una educació emocional sistemàtica requereix un mínim de deu sessions d'una hora en un mateix curs escolar durant un mateix trimestre o distribuït al llarg del curs. Així, doncs, el desenvolupament de les competències emocionals requereix una llarga pràctica i un entrenament continuat.

Per afavorir-lo, l'ideal és la implicació de tot el professorat, de tal manera que l'educació emocional estigui present en totes les àrees acadèmiques com si es tractés d'un tema transversal. A tota matèria podem donar-li una dimensió emocional i utilitzar-la per desenvolupar competències emocionals.

La manera més efectiva de posar en pràctica l'educació emocional és aplicant programes. Un *programa* és 'el pla d'acció o actuació, sistemàtica i organitzada, que defineix unes metes educatives que es consideren valuoses'. És una estratègia diferent d'una intervenció espontània o ocasional sense perspectives de continuïtat. Intervenir per programes significa incloure, com a mínim, objectius, continguts, activitats i una fase d'avaluació (vegeu la bibliografia en què es detallen diversos llibres específics amb programes d'educació emocional destinats a diversos nivells educatius).

Alguns suggeriments sobre aquest tema, en relació amb els infants, són: que la persona que educa ha de deixar expressar, sense prohibicions, les emocions que sentin els nens; ha d'animar-los a fer-ho i a legitimar les seves emocions; ha de tenir en compte el llenguatge emocional a través del cos i la paraula; ha de fer que els nens i nenes es familiaritzin amb estratègies que fomentin el benestar; ha de permetre que l'infant s'equivoqui i aprengui a ser més autònom emocionalment; ha de preparar espais perquè el nen o la nena estableixi relacions socials sanes; ha de facilitar la participació i la col·laboració de les famílies a l'escola, i ha de fer-li comprendre que de l'emoció no necessàriament se'n deriva un determinat comportament, sinó que aquesta es pot regular (per exemple, la ira no ha de comportar sempre violència).

L'educació emocional s'ha de practicar mitjançant metodologies vivencials i participatives que prevegin l'experiència personal del nen o la nena, el seu entorn i les seves necessitats, per exemple: no s'ha de prohibir plorar al nen quan en té ganes; en canvi se li pot dir: "Si vols plorar, pots fer-ho. Comprenc que et sentis trist perquè enyores la teva mare". Viure amb els nens el dia a dia ens pot ajudar per ensenyar-los a posar nom als seus sentiments i emocions, i per fer-los reconèixer les emocions d'un mateix i les dels altres. Perquè hem de comprendre que l'infant té dret a expressar el que sent i ser respectat per expressar-ho, de la mateixa manera que es respecta les altres persones. L'adult ha d'ajudar a canalitzar les emocions que li generin malestar i potenciar les emocions positives.



Una manera de proporcionar un bon clima d'afecte i seguretat és demanar a les famílies que puguin proporcionar-nos materials que formin part de les experiències del nen (com ara joguines, fotografies i objectes) i ocupin un lloc significatiu per a ell.

La música, els titelles, els contes i el joc són quatre recursos excel·lents que ajuden a treballar l'educació emocional. La música, amb la seva varietat d'estils, desperta les emocions i les deixa fluir. Els titelles faciliten bones dinàmiques i s'hi creen vincles emocionals. Els contes permeten que els nens s'identifiquin amb els seus personatges i amb els seus sentiments; genera vincles emocionals i és un bon recurs perquè canalitzin les seves emocions. El joc facilita la interacció i l'expressió lliure dels sentiments i emocions. També les experiències que es puguin compartir en espais de treball individual o en grup són una bona oportunitat per afavorir l'educació emocional.

Educació emocional a la família

Els llaços emocionals que s'estableixen intensament entre pares i fills fan necessari que els uns i els altres aprenguin a ser emocionalment intel·ligents amb l'objectiu d'aconseguir viure tots junts amb major benestar.

Les relacions interpersonals –i en primer lloc les familiars– són un dels factors més importants del benestar emocional o de la felicitat. Curiosament, aquestes relacions també són les principals causes de conflicte i malestar, ja que provoquen emocions negatives com ara la tristesa, el ressentiment i, fins i tot, l'odi.

Viure amb emocions negatives té un cost elevat en la nostra salut i en les relacions interpersonals. Quin clima emocional generem a la nostra llar si vivim immersos en aquest tipus d'emocions? Quins efectes té la nostra vivència emocional amb els nostres fills? En els nens, la vida ràpida i precipitada que caracteritza la nostra societat té efectes com la irritabilitat, l'ansietat o la ràbia. Per tot això és important que els adults siguin els primers a formar-se en competències emocionals. En la infància se senten les bases del creixement i de l'aprenentatge; per tant, és el moment clau per iniciar el desenvolupament sistemàtic de les competències emocionals. En aquesta etapa, doncs, els pares poden ser un bon referent per ajudar els seus fills a desenvolupar les competències emocionals. Primer de tot cal començar per un mateix. Els pares i mares són els primers que han de desenvolupar la seva intel·ligència i competències emocionals.

Propostes per a la pràctica

De cara a la posada en pràctica de l'educació emocional, tant a l'escola com en la família, es presenten en aquest apartat alguns suggeriments. A vegades ens referim a les famílies i altres al professorat. Però en la majoria de casos podríem referir-nos a l'adult educador, entès com a mare, pare, professor o professora.

Com puc comprendre i legitimar que el nen s'està enfadant si no puc reconèixer en mi mateix l'emoció de la ràbia? Ja ho deia Sòcrates: "Coneix-te a tu mateix". El camí del desenvolupament de competències emocionals comença per un mateix. Els pares i mares són models de comportament per als seus fills. Per això és necessari que desenvolupin les competències emocionals a fi d'afavorir la dels seus fills.



Una proposta per començar aquest camí de desenvolupament personal és que l'adult connecti diverses vegades al dia amb el seu estat emocional; cal identificar què està sentint en aquest moment. Una bona manera de començar a treballar la nostra consciència emocional pot ser responent a qüestions com són: “Com em sento?”, “Per què em sento així?”, “Com estic manifestant el que estic sentint?”, “Aquesta emoció, m'ajuda a superar la situació que visc o el moment actual?”, “Quina estratègia puc aplicar per mantenir-la?” O bé, “Què puc fer per canviar-la i sentir-me millor?”

El següent pas és ajudar els nostres fills o alumnes a detectar com se senten. Com més aviat comencem a treballar-hi millor. S'ha demostrat que els nens que han començat a desenvolupar la seva intel·ligència emocional a l'edat de 2 o 3 anys, quan tenen 6 anys es mostren més cooperatius, amables i amb més competència social respecte de la resta, i també obtenen un rendiment acadèmic superior en diverses matèries, per exemple les matemàtiques o la llengua.

És necessari ensenyar els fills a connectar amb si mateixos perquè puguin identificar com se senten, i comprendre que això afecta el seu comportament. Qualsevol situació de la vida quotidiana és bona per practicar i desenvolupar la consciència emocional. És positiu que prenguin consciència de les seves emocions, tant si estan contents com si estan tristos, enfadats, sorpresos, temorosos, etc.

Ser capaç de posar nom a les pròpies emocions i a les dels altres és un indicador de competència emocional. Una bona manera de desenvolupar aquesta competència és que els pares i les mares ho posin en pràctica i donin exemple; per això és important que els pares verbalitzin els seus estats d'ànim: quan estan contents, enfadats, tristos, etc. Això contribueix a ampliar el vocabulari emocional i a conèixer-se un mateix.

Un aspecte important és treballar amb els fills la causa que els ha originat una determinada emoció; trobar la millor manera d'expressar-la i identificar els gestos relacionats amb cadascuna de les emocions.

Convé destacar que totes les emocions són legítimes, i per tant és necessari acceptar-les. Ara bé, malgrat la legitimitat de les emocions, el comportament automàtic que se'n deriva (per exemple, l'atac va associat a la ira) no és sempre l'adequat. La impulsivitat pot ser un perill causant de múltiples problemes i conflictes. És important que els fills aprenguin, per exemple, la diferència entre estar enfadat (és totalment legítim) i pegar el seu amic pel fet de sentir impulsivitat. No és legítim ni acceptable pegar algú a conseqüència d'un comportament impulsiu.

Algunes activitats per fomentar el desenvolupament de la consciència emocional són les següents.

- Dibuixar cares que expressin diferents emocions (per exemple, tristesa, disgust, ràbia).
- Amb fills adolescents es pot treballar el diari emocional. Una manera de fer-ho és animant-los a anotar en el diari com se senten. Aquesta activitat es pot fer de tant en tant, però sobretot és important fer-la quan hagin viscut una situació d'emocions intenses. A partir de la presa de consciència han de reflexionar sobre la necessitat de canviar l'emoció i què poden fer per canviar-la (en cas que calgui).



- Situar-se davant d'un mirall pot ser un bon recurs perquè observin com canvien en ells i en l'adult els gestos facials propis de cada emoció.
- Davant algun succés important podem ajudar-los a connectar amb l'emoció que senten en aquest moments, posar-li nom i detectar el perquè d'aquest sentiment. Quan el nen o nena està passant per alguna malaltia de llarga durada, és important que sigui conscient de quines emocions està sentint. Això té dos objectius: fer-li comprendre què sent i ajudar-lo a veure que pot canviar la seva emoció per una altra que sigui més beneficiosa en aquest moment.

En moments de malaltia és crucial aprendre a gestionar les emocions. Diverses investigacions han demostrat l'efecte de les emocions positives en la salut i en les relacions interpersonals. Alguns dels beneficis que produeix la vivència d'emocions positives són: disminució del dolor, reducció de la pressió sanguínia, disminució dels nivells d'adrenalina associats a l'ansietat, promoció de la calma, creació d'un estat de major benestar, millora de l'estat d'ànim i del sentit de l'humor, i potenciació de les funcions del sistema immunitari.

És important que els pares i el professorat ajudin l'infant a detectar si està estressat, enfadat, trist, per exemple. Quant a la regulació, hi ha diverses estratègies. Una, de gran efectivitat és la música: és bo saber quin tipus de música pot ajudar a canviar un estat d'ànim en funció de les preferències personals.

Jugar junts també fomenta viure experiències emocionals positives amb els fills, establir-hi una relació positiva i desenvolupar-se emocionalment. Així, mitjançant el joc aprenen a augmentar la seva tolerància a la frustració, a controlar la impulsivitat, a respectar els torns de paraules i a escoltar amb més atenció. Alhora, el joc és una oportunitat òptima per riure, fomentar el sentit de l'humor i les emocions positives.

Fer carícies i donar mostres d'afecte formen part de les manifestacions emocionals íntimes. Tots necessitem carícies i mostres d'afecte, independentment de l'edat i de les relacions socials que mantinguem. Hi ha moltes formes d'acariciar. Una és manifestar agraïment, reconèixer el que l'altre ha fet bé, un contacte físic subtil, etc. Rebre i donar carícies ajuda a sentir-nos bé i a compartir emocions positives. El contacte corporal ens permet mostrar el nostre amor cap a l'altre. L'amor és una de les emocions positives que cal fomentar, desenvolupar i mantenir en la relació amb els nostres fills. És imprescindible mostrar-los l'amor que sentim per ells a partir del llenguatge corporal.

Finalment, cantar i ballar ajuda a generar benestar. Convé fomentar espais on mantenir amb els nostres fills una comunicació caracteritzada per l'obertura i la confiança. És fonamental respectar els seus comentaris i opinions amb tolerància, sense jutjar-los i respectant els seus sentiments. "El moviment es demostra caminant": els primers que han de mostrar aquesta obertura i confiança són els pares quan expliquen i parlen, per exemple, sobre els seus problemes o emocions.



Bibliografia

- Agulló Morera, M. J. [et al.] *La educación emocional en la práctica*. Barcelona: Horsori-ICE, 2010.
- Álvarez, M. [et al.] *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: Praxis-Wolters Kluwer, 2001.
- Bisquerra, R. *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis-Wolters Kluwer, 2000.
- Bisquerra, R. *Educación para la ciudadanía y convivencia. El enfoque de la educación emocional*. Barcelona: Wolters Kluwer, 2008.
- Bisquerra, R. *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis, 2009.
- Bisquerra, R. (coord.) *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brower, 2011.
- Bisquerra, R.; Pérez, N. "Las competencias emocionales". *Educación XXI*, 10 (2007), pàg. 61-82. *GROP Actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños*. Barcelona: Parramón, 2009. [Versió en castellà, català, francès, portuguès, holandès i eslovè.]
- Güell, M.; Muñoz, J. *Educación emocional. Programa para la educación secundaria postobligatoria*. Barcelona: Praxis-Wolters Kluwer, 2003.
- López Cassá, E. *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Praxis-Wolters Kluwer, 2003.
- López Cassá, E. *Educación emocional en la infancia (de 0 a 6 años). Reflexiones y propuestas prácticas*. Madrid: Wolters Kluwer, 2011.
- Pascual Ferris, V.; Cuadrado Bonilla, M. *Educación emocional. Programa de actividades para educación secundaria obligatoria*. Barcelona: Praxis, 2001.
- Pérez-Escoda, N.; Pellicer, I. "Necesidad de desarrollo emocional en la adolescencia". I *Jornades de Tutoria a l'ESO al segle XXI*. Universitat de Barcelona, 2009
<http://issuu.com/eprat.ice.ub/docs/necesidad_de_desarrollo_emocional_en_la_adolescencia>
[Consulta: 28 de febrer de 2012].
- Redorta, J.; Obiols, M.; Bisquerra, R. *Emoción y conflicto. Aprenda a manejar las emociones*. Barcelona: Paidós, 2006.
- Renom, A. *Educación emocional. Programa para la educación primaria*. Barcelona: Praxis-Wolters Kluwer, 2003.
- Soldevila, A. *Emociónate. Programa de educación emocional*. Madrid: Piràmide, 2009.



ANNEX 3:

Decret 75/1992 de 9 de març,
article 2.

Llei on s'exigeix treballar obligatòriament varis
conceptes d'educació emocional.



Article 2.

2.1. Els ensenyaments de l'educació infantil i de l'educació obligatòria tenen per finalitat:

- a) Afavorir el procés de desenvolupament harmònic de la personalitat de l'alumne.
- b) Promoure el respecte als drets i les llibertats fonamentals de les persones i als principis bàsics de la convivència i la democràcia.
- c) Crear actituds solidàries i de tolerància rebutjant discriminacions degudes a l'edat, la raça, la religió, el sexe i altres diferències de caràcter físic, psíquic o social.
- d) Facilitar el desenvolupament d'aprenentatges conceptuals, procedimentals i actitudinals que possibilitin la comprensió dels elements bàsics de les humanitats, la ciència i la cultura i dels entorns tecnològic i d'informació que caracteritzen la societat actual i la seva evolució.
- e) Infondre valors referits a la salut individual i col·lectiva, a la conservació del medi ambient, a la cooperació i a la pau.
- f) Fomentar el sentiment de pertinença i estima al país amb les seves característiques socials, culturals, geogràfiques, històriques i lingüístiques, alhora que promoure el coneixement d'altres pobles i comunitats.
- g) Establir les bases per a l'aprenentatge autònom i continuat i per a l'exercici d'activitats professionals.

ANNEX 4:

Fitxes informatives de cada centre.

Recull de dades de la llar d'infants El Melic, l'escola CEIP Sant Cristòfol, l'INS Castell d'Estela, l'escola El Morrot i el centre d'educació especial Joan XXIII.

- LLAR D'INFANTS EL MELIC

PAUTA DESCRIPTIVA DEL CENTRE

Nom del centre	Llar d'infants "El Melic"
Etapa educativa	De 0 a 3 anys
Cursos que imparteix actualment	Lactants, P1 i P2.
Nombre, repartiment i característiques de l'alumnat.	<p>Nº d'alumnes: 28 alumnes, 6 alumnes Lactants, 10 de P1 i 12 de P2.</p> <p>No hi ha alumnes amb necessitats especials però 3 alumnes de P2 van al CDIAP que és un servei que ofereix psicòlegs, pedagogs, logopedes, fisioterapeutes entre altres que avaluen a l'infant que creuen que esta en risc de presentar qualsevol trastorn en el seu desenvolupament, tant sigui orgànic, psicològic o social, o que ja el pateixi. En la llar d'infants "El Melic" no els presenten sinó que només els avaluen perquè se'n detecten anomalies.</p> <p>Nº d'alumnes nouvinguts: 2 alumnes.</p> <p>Municipis que acull: Les Planes d'Hostoles i St. Aniol.</p>
Matèries o projectes on es tracten temes d'educació emocional.	<p>No hi ha matèries o projectes concretes que es treballi l'educació emocional. Es dona per suposat que l'educació emocional està en totes les activitats que es fan però no hi ha cap projecte dirigit a aquesta educació. Normalment es treballa a partir de contes que es llegeixen un cop al mes o cada dos mesos conjuntament amb els Lactants, P1 i P2 i llavors cada curs el treballa d'una manera adaptada al nivell que presenti aquest.</p>
Continguts d'educació emocional tractats en cada etapa	<p>En general es treballa l'amistat, els hàbits d'higiene, el companyerisme i l'autonomia.</p>

PAUTA DESCRIPTIVA DE TRACTAMENT D'EDUCACIÓ EMOCIONAL EN UNA ETAPA O CURS

Etapa o curs	P2
Descripció del grup/s d'alumnes destinataris	<p>Nº d'alumnes: 12 alumnes</p> <p>No hi ha alumnes amb necessitats especials però 3 dels 12 alumnes van al CDIAP. Es un curs molt mogut, amb molt de caràcter però alhora molt juganers i carinyosos.</p>

Descripció general del programa relatiu a l'educació emocional	No es té un programa d'educació emocional concret però es treballen valors com l'amistat, d'higiene personal i d'autonomia.
Descripció de les activitats concretes que es duen a terme.	Es fan activitats com audicions en les quals els infants mostren els seus sentiments (alguns criden, els altres ploren i altres els hi agrada), també es fan activitats de conèixer nous companys, contes treballats (llegenda de sant Jordi, la rinxols d'or, , dibuixos lliures en els que es poden expressar, es mantenen converses a la classe i es canta, s'experimenten noves sensacions com el fred/calent i identificació de parts del cos.
Breu descripció de l'activitat de la que es farà l'observació	S'observarà una activitat de jocs simbòlics en que es deixarà diferent material (cuines, telèfons, accessoris de metge, pintes...) a l'abast de l'infant tot deixant-lo lliure.

PAUTA DESCRIPTIVA D'UNA ACTIVITAT CONCRETA

Nom de l'activitat	Joc simbòlic
Curs	P2
Num. alumnes	12 alumnes
Durada	30 min
Objectius	Usar l'empatia per posicionar-se al lloc d'altres persones com metges, cuiners, imitar a la mare quan fa el dinar, telefonar o passejar al fill.
Explicació de l'activitat	L'activitat consisteix en deixar diferent material a les diferents parts de l'aula en que es realitzarà l'activitat. El material pot ser una cuina amb els seus estris (paelles, cassoles, coberts, plats) i algun menjar, una màquina caixera de supermercat, un telèfon, una taula amb cadires, algun conte, accessoris de metge, nines, xampú, pintes entre d'altres.
Observacions durant el desenvolupament	Durant el desenvolupament vaig poder observar com molts dels nens els agradava molt jugar a imitar els seus pares. Per exemple, agafaven alguna nina i li donaven el menjar, cuinaven i es posaven el davantal, trucaven a un familiar, curaven el seu fill,...

- ESCOLA CEIP SANT CRISTÒFOL

PAUTA DESCRIPTIVA DE CENTRE

Nom del centre	Escola St. Cristòfol
Etapa educativa	Infantil i primària
Nombre, repartiment i característiques de l'alumnat.	Nº total d'alumnes: 154 Ràtio d'alumnes per grup: 10,24 Nº alumnes amb necessitats especials: 27 Nº d'alumnes nouvinguts: 42 Municipis que imparteix: Les Planes d'Hostoles i St. Aniol.
Matèries o projectes on es tracten temes d'educació emocional.	Tutoria, ciutadania, alternativa, socials, 6a hora d'expressió, projecte i medi.
Continguts d'educació emocional tractats en cada etapa	Treball de valors a partir de contes (la majoria de valors es treballen a partir de contes i activitats sobre aquests), llibres de lectura, projecte de convivència. També es treballa en les festes com el dia de la pau, castanyada, nadal... i també a les sortides i colònies. Educació Infantil: contes populars: aneguet lleig, les set cabretes... Cicle superior: pel·lícules que es treballen: Quiero ser como Beckam, la vida es bella, la lengua de las mariposas, los chicos del coro, Azur i Asmar, MaryPoppins.

PAUTA DESCRIPTIVA DE TRACTAMENT D'EDUCACIÓ EMOCIONAL EN UNA ETAPA O CURS

Etapa o curs	Cicle mitjà
Descripció del grup/s d'alumnes destinataris	Nº alumnes: 17 + 16 Nº alumnes amb necessitats especials: greus-1 però tenint en compte que hi ha un grup amb risc social. És un cicle molt mogut i impulsiu.
Descripció general del programa relatiu a l'educació emocional	Es treballen els valors (convivència, emocional, responsabilitat, tolerància, solidaritat, constància, autocontrol, col·laboració, respecte...) a partir de contes que els protagonistes podrien ser ells mateixos. En situacions reals i properes.

Descripció de les activitats concretes que es duen a terme.	Es duen a terme activitats a l' hora d'alternativa mitjançant generalment contes i pel·lícules. Els contes o històries amb finalitat educativa emocional s'extreuen moltes vegades de "Jo, tu, tots nosaltres al barri" que tracta els valors com la tolerància, la responsabilitat i la solidaritat o bé també s'extreuen de "Si us plau educació emocional i en valors" de l'editorial claret que tracta temes com la confiança, l'acolliment, la sensibilitat, el respecte, l'agraïment i la generositat entre d'altres.
Breu descripció de l'activitat de la que es farà l'observació	Es durà a terme una activitat on els alumnes s'hauran de posar al lloc dels nens del 3r món i amb pocs recursos dibuixar el que hagin vist en un vídeo que ja s'haurà passat anteriorment.

PAUTA DESCRIPTIVA D'UNA ACTIVITAT CONCRETA

Nom de l'activitat	Un repartiment injust
Matèria o projecte de referència	Alternativa
Curs	3r
Num. alumnes	16
Durada	1 hora
Objectius	Treballar la solidaritat i l'empatia.
Explicació de l'activitat	<p>Primer, es projecte el vídeo de Noaga, una nena de Burkina Faso que viu en un poblat del Sahel africà.</p> <p>Seguidament es realitza el joc dels colors: La mestre divideix la classe en grups, $\frac{1}{4}$ part dels alumnes representen els països rics i una $\frac{3}{4}$ part formen el grup que representen els països del Tercer Món.</p> <p>El grup que representa els països desenvolupats disposarà de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 taules per alumne - 2 cadires per alumne - 1 joc complet de colors per alumne - 1 goma d'esborrar per alumne - 1 maquineta per alumne <p>I el grup que representa els països pobres diposarà de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 taula per 4 alumnes (sense cadires) - 1 joc de colors per tot el grup <p>Els alumnes dibuixaran la Noaga en alguna situació que hagin vist en el vídeo (la Noaga a</p>

	<p>l'escola, a casa seva, jugant amb els seus amics..) amb els recursos que disposin depenent del grup que vagin.</p> <p>Finalment els alumnes respondran les preguntes de darrera la fitxa.</p>
Observacions durant el desenvolupament	<p>Durant la pel·lícula els alumnes han estat callats i interessats en aquesta.</p> <p>A la hora de dur a terme l'activitat en els grups de pobres i rics, s'ha pogut observar que molts d'ells no acceptaven formar part dels països pobres i s'indignaven per això. Els alumnes que estaven en el grup dels rics volien ser pobres ja que es podia veure clarament que els pobres s'ho passaven millor ja que se'ls veia envoltats d'altre gent i aprenent a compartir les coses entre ells a diferència dels rics que tenien més comoditats però no s'ho passaven igual de bé.</p> <p>Finalment en contestar les preguntes de darrera el full, en la pregunta <i>Creus que tu tens moltes més coses que la Noaga?</i>, tots els alumnes contestaven coses menys innecessàries com la psp, la tablet, la tele i d'altres tot deixant de banda les imprescindibles com l'aigua i el menjar.</p>

- INSTITUT CASTELL D'ESTELA

PAUTA DESCRIPTIVA DE CENTRE

Nom del centre	IES Castell d'Estela
Etapa educativa	Educació secundària
Cursos que imparteix actualment	ESO i Batxillerat
Nombre, repartiment i característiques de l'alumnat.	<p>Nº d'alumnes: aproximadament 300 alumnes.</p> <p>Ràtio alumnes grup: 25</p> <p>Número d'alumnes amb necessitats educatives especials : 4'1 %</p> <p>Nº d' alumnes nous: 0'5%</p> <p>L'INS Castell d'Estela acull alumnes provinents dels municipis de St. Feliu de Pallerols, Les Planes d'Hostoles i Amer. En els tres casos parlem de nuclis urbans petits, amb població majoritàriament catalanoparlant i de nivell socioeconòmic mig.</p>

Matèries o projectes on es tracten temes d'educació emocional.	Tutoria, ciutadania, religió i educació ètico-cívica, filosofia. Projecte de mediació Tallers d'intel·ligència emocional
Continguts d'educació emocional tractats en cada etapa	Projecte de mediació: Dirigit a l'alumnat dels quatre cursos d'ESO. Inclou una jornada de formació de mediadors i l'establiment de procediments i protocols per resoldre els conflictes entre iguals a través de la mediació. Tallers d'intel·ligència emocional: tallers d'unes dues hores subvencionats per l'AMPA i dirigits a alumnes de 3r d'ESO a 2n de BAT. 1r d'ESO: dinàmiques de presentació i coneixement de grup, treball d'autonomia i organització, treball de la convivència amb grup, treball de superació de dificultats i establiment de reptes. 2n d'ESO: identitat i cohesió de grup, autonomia i adquisició d'hàbits, autoestima, els vincles i l'amistat. 3r d'ESO: relacions i coneixement de grup, prevenció de la dependència a les noves tecnologies, tècniques de comunicació i debat, presa de decisions, empatia i prevenció de drogodependències i conductes de risc. Sexoaffectivitat. 4t d'ESO: cohesió de grup i autoestima, presa de decisions, prevenció de conductes discriminatòries i violència masclista i superació de reptes i dificultats. Sexoaffectivitat.

PAUTA DESCRIPTIVA DE TRACTAMENT D'EDUCACIÓ EMOCIONAL EN UNA ETAPA O CURS

Etapa o curs	2n ESO
Descripció del grup/s d'alumnes destinataris	2 grups classe de 25 alumnes a cada grup. Grups heterogenis amb 2 alumnes amb necessitats especials. Edat dels alumnes: entre 13 i 14 anys.
Descripció general del programa relatiu a l'educació emocional	A tutoria es treballen temes relatius a l'educació emocional, en concret relacionat amb la intel·ligència intrapersonal: es tracta la relació i identificació amb el grup, els vincles i l'amistat.

Descripció de les activitats concretes que es duen a terme.	S'han programat un seguit d'activitats i dinàmiques de grup, entre elles les activitats "Som un grup" " Els meus amics" " Ets una persona...". també es treballa amb material del programa " A mida" destinat a tutories de secundària. Cada curs s'elaboren algunes activitats pròpies i se n'adapten d'altres. Sempre es supedita la programació a les característiques del grup i les habilitats del tutor.
Breu descripció de l'activitat de la que es farà l'observació	L'activitat " Ets una persona molt..." es tracta que cada alumne pensi una qualitat positiva per a cada company del seu curs. Amb aquesta activitat es treballa l'autoestima i la relació amb els companys.

PAUTA DESCRIPTIVA D'UNA ACTIVITAT CONCRETA

Nom de l'activitat	"Ets una persona molt..."
Matèria o projecte de referència	Tutoria
Curs	2n d'ESO
Num. alumnes	25 alumnes
Durada	1 hora
Objectius	Treballar l'autoestima dels alumnes.
Explicació de l'activitat	Cada alumne tindrà un paper amb varies qualitats les quals hauran d'omplir amb el nom d'un membre de la classe. A cada qualitat hi ha d'haver el nom d'un company diferent. A continuació retallaran el paper i cada alumne es crearà un sobre manualment i amb el seu nom a davant. Finalment, s'aixecaran i repartiran cada paperet amb la qualitat escrita al company que l'han relacionat.
Observacions durant el desenvolupament	Els alumnes es mostraven interessats davant d'aquesta activitat ja que es tractava de dir coses positives sobre uns i els altres, la qual cosa no és molt freqüent per a ells. Alguns dels alumnes es varen prendre l'activitat seriosament, però com sempre alguns es veien desinteressats o sense entendre el motiu de l'activitat. Segons la meva observació, però, crec que en general es van mostrar receptius i amb ganes de fer l'activitat. Al final d'aquesta, tots estaven intrigats per obrir el sobre i veure quins adjectius els havien posat.

-ESCOLA EL MORROT

PAUTA DESCRIPTIVA DE CENTRE

Nom del centre	Escola Morrot
Etapa educativa	Infantil i Primària
Cursos que imparteix actualment	Des de P3 a 4t. L'any vinent també s'impartirà 5è ja que al ser una escola nova s'incrementa un curs cada any.
Nombre, repartiment i característiques de l'alumnat.	Nº total d'alumnes: 260 Ràtio d'alumnes per grup: 25 Nº alumnes amb necessitats especials: 58 Són del tipus social, 10 d'aquests tenen seguiment dels serveis socials i 3 estan amb dictamen. Nº d'alumnes nous: A l'escola hi trobem: 56% Espanyols 16% Magreb i Mauritània 6% Resta d'Àfrica 6% Doble nacionalitat 5% Centre i Sud-americà 5% UE Municipis d'atenció: Zona Educativa Morrot(Olot). També hi ha alumnes d'altres zones d'Olot i Bianya.
Matèries o projectes on es tracten temes d'educació emocional.	Les emocions són tractades al llarg de la jornada. De P4 a 4t es fa una sessió cada setmana d'emocions. A partir de 3r es segueix el programa "Decideix I" d'en Manuel Segura. De P3 a 2n hi ha un racó a l'aula que es diu "com em sento" on cada matí cada alumne ha de dir com es sent amb alguna de les 5 emocions: content, trist, enfadat, estimació i por. En aquest racó hi ha un coixí que es diu "Emu" i és l'encarregat d'informar als alumnes sobre les activitats d'educació emocional. Si s'ofereixen activitats puntuals amb el tema d'emocions, l'escola s'hi afegeix.
Continguts d'educació emocional tractats en cada etapa	A P3 tenen el racó "com em sento" i la Fada Tina que els hi porta contes. A P4 tenen el racó de "com em sento", la Fada Tina i una sessió d'emocions a la setmana. A P5 tenen el racó de "com em sento" i la Fada Tina que fa una sessió d'emocions a la setmana. A 1r i 2n tenen el racó de "com em sento" i la sessió d'emocions a la setmana amb la Fada

	<p>Picarol. En aquest racó aprenen a identificar diferents emocions i s'inicien en la pràctica de la seva gestió.</p> <p>A partir de 3r es du a terme el programa "Decideix I" d'en Manuel Segura que tracta sobretot la resolució de conflictes interpersonals mitjançant la comunicació oral, entrenant diferents tipus de pensaments: casual, alternatiu, conseqüencial, de perspectiva i de mitjans-fi.</p>
--	---

PAUTA DESCRIPTIVA DE TRACTAMENT D'EDUCACIÓ EMOCIONAL EN UNA ETAPA O CURS

Etapa o curs	Educació Infantil, "Follets del Volcà" P4-B
Descripció del grup/s d'alumnes destinataris	Hi ha 25 alumnes i 5 d'aquest necessiten educació especial.
Descripció general del programa relatiu a l'educació emocional	<p>A P4 hi ha varis blocs temàtics que en cada un s'estableixen objectius a cada activitat:</p> <p>Autoestima: pensar i decidir per un mateix el que es prefereix, experimentar el fet de tenir decisions pròpies sense dependre dels altres, conèixer el grup classe, expressar qualitats positives dels altres, elogiar als companys, crear vincles, pensar per a un mateix el que li agrada, obrir-se als altres i reforç de l'autoconcepte positiu.</p> <p>Habilitats socials : col·laborar en la resolució de conflictes, buscar solucions, practicar la relació causa/efecte, sensibilitzar-se amb les emocions dels altres, aprendre a avaluar les activitats dels altres intentant situar-se al seu lloc, tenir criteri, opinar de manera autònoma i justificar el perquè pensa alguna cosa en concret.</p> <p>Habilitats de vida : identificar i expressar situacions agradables i desagradables, buscar com convertir les situacions negatives amb positives, ser capaç de percebre aspectes del seu ambient familiar i expressar verbalment aspectes dels seus familiars que li agraden o no.</p> <p>Consciència emocional : reconèixer les 4 emocions(alegria, tristesa, enuig i por), expressar amb el rostre les diferents emocions, expressar sentiments i emocions a través del llenguatge verbal i no verbal , reconèixer i</p>

	<p>comprendre els sentiments i emocions dels altres, escoltar les explicacions que es fan per tal de comprendre i posar-nos a la pell dels altres, recordar moments agradables quan tenim un mal moment, conèixer els gustos dels altres i valorar-los, compartir verbalment les coses que ens agraden per arribar a conèixer-nos millor, obtenir un regal i expressar l'alegria que això aporta, conèixer què sentim i què ens fa sentir bé del nostre entorn (amics, família, escola..).</p> <p>Regulació emocional: Aprendre a compartir, descobrir el silenci i ser capaç de controlar el cos i la veu.</p>
Descripció de les activitats concretes que es duen a terme.	Es duen a terme en les sessions setmanals d'emocions, en el racó de "com em sento" i amb la Fada Tina.
Breu descripció de l'activitat de la que es farà l'observació	Una activitat on es treballarà l'autoestima, el coneixement del grup classe mitjançant un cabdell de fil.

PAUTA DESCRIPTIVA D'UNA ACTIVITAT CONCRETA

Nom de l'activitat	La Teranyina
Matèria o projecte de referència	A la sessió setmanal d'emocions.
Curs	P4, Educació Infantil
Num. alumnes	25 alumnes, 5 amb necessitats especials.
Durada	30 minuts
Objectius	Conèixer el grup classe, expressar qualitats positives dels altres i elogiar els companys.
Explicació de l'activitat	Al començament l'Emu (el coixí amb forma de cor) porta una carta explicant l'activitat de "La teranyina", asseguts tots en rotllana, inclosa la mestra s'iniciarà el joc. Aquest joc es tracta d'anar passant el cabdell del fil tot dient una paraula bonica relacionada amb el company a qui li volem tirar. Quan reben el cabdell, es queden amb la llana agafada a la mà i van passant el cabdell fins aconseguir entre tots fer una teranyina.
Observacions durant el desenvolupament	Els nens i nenes s'ho han passat molt bé però ha costat molt que diguessin coses boniques diferents, sempre sortien les mateixes: maco/a o guapo/a.

- CEE JOAN XXIII

PAUTA DESCRIPTIVA DEL CENTRE

Nom del centre	CEE Joan XXIII
Etapa educativa	De 3 a 21 anys, al ser un centre d'educació especial es donen, a diferència dels altres centres, dos anys de marge entre els 18 i 21 anys.
Cursos que imparteix actualment	Infantil, Primària, ESO i Programa pont/Prelaboral.
Nombre, repartiment i característiques de l'alumnat.	<p>Nº d'alumnes a infantil: 5 Nº d'alumnes a primària: 16 Nº d'alumnes a l'ESO: 14 Nº d'alumnes a Programa pont: 17 Nº total d'alumnes: 52 Ràtio d'alumnes per grup: 6, el ràtio varia depenent de la classe i les necessitats que aquesta presenta. Nº alumnes amb necessitats especials: Tots els alumnes presenten necessitats especials. Nº d'alumnes nous: 25, la majoria de nous han nascut aquí però amb pares africans. Municipis de procedència de l'alumnat: tota la comarca de la Garrotxa</p>
Matèries o projectes on es tracten temes d'educació emocional.	Tutories, ciutadania, sessions grupals i a nivell individual. També es tracta en moments puntuals en que es creu oportú.
Continguts d'educació emocional tractats en cada etapa	<p>En general el centre tracta les emocions tant en el reconeixement i la interpretació d'aquestes. També en àmbit general es tracten la resolució de conflictes. A educació infantil es tracten més les emocions bàsiques com content i enfadat mentre que a partir de l'ESO ja s'identifiquen altres emocions com la por, la sorpresa entre altres. A ESO el que es treballa molt és la resolució de conflictes ja que s'ensenya a no usar la violència i a identificar de quin conflicte es tracta. Les emocions moltes vegades es treballen a partir d'imatges de nens amb expressions facials en les quals els nens han d'identificar quina emoció està transmetent aquest. A partir de cada emoció identificada s'intenta relacionar amb un fet que li pugui passar a l'alumne a la vida quotidiana i s'inicia una conversa envers aquesta emoció.</p>

PAUTA DESCRIPTIVA DE TRACTAMENT D'EDUCACIÓ EMOCIONAL EN UNA ETAPA O CURS

Etapa o curs	Prelaboral/ Programa Pont
Descripció del grup/s d'alumnes destinataris	Nº d'alumnes: 7 alumnes de 17 a 21 anys. Tots els alumnes tenen necessitats especials ja que presenten retard mental entre altres, un coeficient intel·lectual baix, autoestima baixa i amb poca autonomia.
Descripció general del programa relatiu a l'educació emocional	Es treballen tot tipus d'emocions com la gelosia, l'enveja, la por, la fòbia, l'amistat entre altres. Aquestes s'identifiquen, es diferencien i llavors les relacionen amb fets propis. Es treballa també la part racional i la sexoafectivitat. Tot això es treballa a partir de documentals, pel·lícules com Billy Eliot i cançons que els puguin transmetre quelcom.
Descripció de les activitats concretes que es duen a terme.	<ul style="list-style-type: none"> - Mímica d'emocions ja que alguns dels alumnes de prelaboral no parlen. Es representen emocions a partir de moviments facials i corporals. - Domino on es relacionen fets amb emocions. - A partir de pel·lícules on es poden observar clarament certes emocions. - Es fa teatre on els alumnes es poden expressar. - A partir de converses. Es treu un tema de conversa a la classe, en les sessions grupals i aquí cada alumne expressa el que sent i/o pensa.
Breu descripció de l'activitat de la que es farà l'observació	Es treballarà a partir d'un domino la relació entre els fets i les emocions.

PAUTA DESCRIPTIVA D'UNA ACTIVITAT CONCRETA

Nom de l'activitat	El domino de les emocions
Matèria o projecte de referència	Sessions grupals/ Educació emocional
Curs	Prelaboral B
Num. alumnes	7 alumnes
Durada	1 hora 30 minuts

Objectius	Conèixer les diferents emocions per tal de diferenciar-les i relacionar-les en fets propis.
Explicació de l'activitat	Al començament de l'activitat s'expliquen cada una de les emocions que es tractaran i es posen exemples de cada una d'aquestes. A continuació es representen les emocions a nivell facial i seguidament s'explica com funciona el joc del domino de les emocions i es llegeixen les peces perquè tothom ho entengui. Cada peça de domino conté una emoció i un fet i s'ha d'anar construint el domino amb totes les peces repartides a tots els alumnes. El joc es juga amb les peces de domino de cadascú visibles per a tothom ja que al ser alumnes amb necessitats especials els costa identificar-les.
Observacions durant el desenvolupament	En les emocions més quotidianes no hi ha problemes per identificar-les, serien emocions com la por i l'amistat. Les altres emocions que no són del dia a dia com la fòbia o el menyspreu, els costa més d'entendre tot hi que moltes d'aquestes emocions ells les han patit varies vegades.

ANNEX 5:

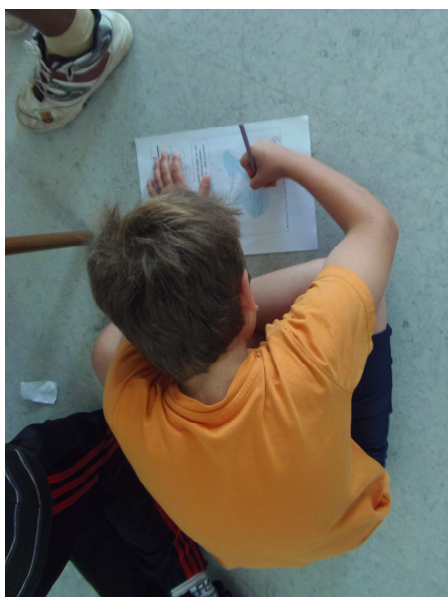
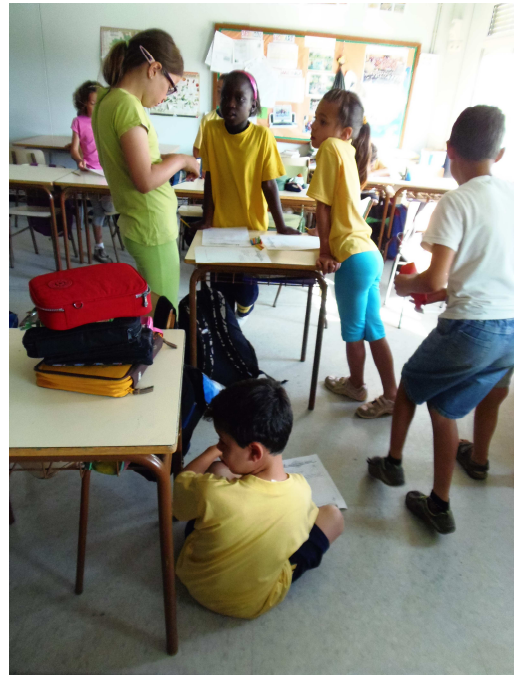
Fotografies fetes en els diferents centres durant les activitats d'educació emocional.

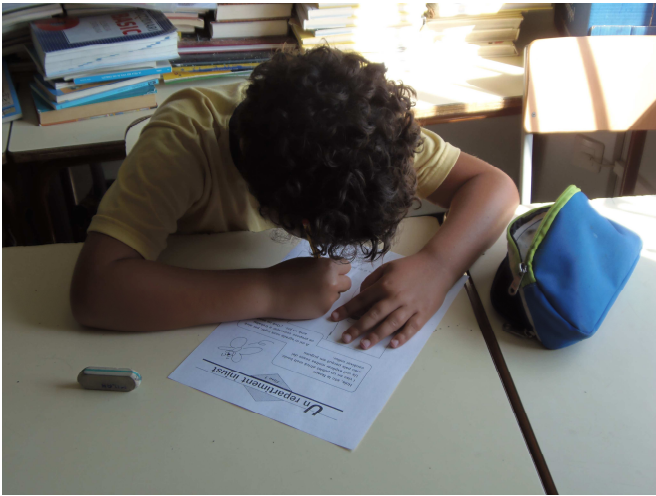
LLAR D'INFANTS EL MELIC





ESCOLA CEIP SANT CRISTÒFOL





INS CASTELL D'ESTELA



ANNEX 6:

Comentari de les educadores de
la llar d'infants *El Melic* sobre
l'afectivitat.

Com podem afavorir el desenvolupament afectiu dels infants

L'afectivitat és present en qualsevol activitat que es dugui a terme a l'escola infantil, de manera que no podem afirmar: "ara treballarem l'afectivitat i el desenvolupament afectiu". Per tant, sembla evident que en totes les actuacions del dia a dia, sigui la situació o l'àmbit que es treballi, s'incidirà en el desenvolupament afectiu de nens i nenes.

Per exemple, en la resolució d'un conflicte entre dos nens o nenes que es barallen per una joguina, segons quina sigui la intervenció de l'educadora s'està influïnt d'una manera o d'una altra en el desenvolupament afectiu d'aquests infants. Així, se'ls pot ajudar a acceptar la frustració de no tenir sempre el que desitgen i se'ls pot ensenyar a contenir les emocions i a compartir els objectes de joc; però també es podrà fomentar la seva dependència de les persones adultes, si no es permet que els nens intentin, en primer lloc, resoldre per ells mateixos els seus conflictes.

En la mateixa línia, quan un nen o nena plora perquè la seva mare marxa, la reacció inicial és agafar l'Infant en braços, abraçar-lo i consolar-lo gairebé indefinidament. Aquesta actuació, encara que en principi sembli la correcta, contribueix a potenciar la dependència cap a la persona adulta. Una manera de procedir més adequada consistiria a acollir-lo i abraçar-lo, però oferint-li la possibilitat que observi els altres nens i nenes, que vegi totes les joguines que té per jugar, i mostrar-li com pot divertir-se, aprendre i gaudir a l'escola. Amb aquesta actuació s'afavoreix l'autonomia, la participació i la integració en el grup.

ANNEX 7:

Activitat: Conte de la caputxeta vermella des del punt de vista del llop.

Activitat on es treballa l'empatia i el fet de veure les coses des d'un altre punt de vista. Aquesta activitat la duen a terme a l'escola CEIP Sant Cristòfol.

Nom:.....

Data.....

Taller d'expressió escrita

El text narratiu: El punt de vista

Has pensat mai que una història pot tenir diferents versions i que això depèn de qui ens ho explica? El narrador té el seu **punt de vista**. Si canvia el narrador, la manera d'explicar la història canviarà tot i que els fets seran els mateixos, la seva importància es modificarà, les opinions variaran el nivell de detall en la descripció de les situacions serà diferent, etc

Segur que sempre t'has imaginat el llop del conte de la Caputxeta que era dolent? Aquí tens el conte de la Caputxeta vermella però explicat des del punt de vista del llop. Què et sembla? Eh que té raó també?

El llop maligne

M'agradava viure al bosc. Era casa meva i jo me'n preocupava. Volia que estigués net i polit. Un preciós dia de sol, mentre estava netejant les escombraries que sempre deixen els que venen a fer "picnic", vaig sentir passes. Mirant de darrera d'un arbre vaig veure venir pel camí una joveneta que portava un cistell. Vaig sospitar immediatament d'ella, ja que anava vestida d'una manera molt estranya, tota de vermell, amb el cap cobert per una caputxa com si no volgués ser reconeguda.

Ara ja sé que no podem jutjar la gent per com va vestida però jo era al meu bosc i havia de saber més coses sobre ella. Li vaig preguntar qui era, d'on venia- ja sabeu, aquest tipus de coses. Per començar em va dir que ella parlava amb estranys. Vaig quedar amb la boca oberta! Estrany? Molt bé. Després de tot, ja havia portat tota la meva família a aquest bosc. Llavors, ella es va calmar una mica i em va explicar una història, de que si anava a casa la seva àvia que estava molt malalta a portar-li un cistell de menjar. Semblava una persona honesta, però vaig pensar que havia d'aprendre que era desconsiderat anar a una casa d'un altre tan sospitosament vestida.

Vaig deixar que seguís pel seu camí, però vaig córrer cap a la casa de l'àvia. Quan vaig veure aquella dolça velleta, li vaig explicar la situació i va estar d'acord amb que la seva neta necessitava aprendre una mica de consideració. Vàrem planejar que ella no estaria a la vista fins que jo la cridés i es va amagar a sota el llit.

Quan la noia va arribar, la vaig invitar a entrar dins l'habitació on jo estava ficat al llit.

Ella es va acostar i va fer un comentari sobre les meves grans orelles. Jo ja havia estat insultat abans, així que vaig fer el que vaig creure millor, suggerint-li que les meves grans orelles m'ajudaven a escoltar-la millor. El que jo volia dir, era que ella m'agradava i volia posar molta atenció en el que m'estava dient però, ella va fer una altra intel·ligent apreciació sobre els meus ulls brillants.

Ara ja podeu veure com jo estava començant a notar que aquella joveneta que era tan bonica, començava a ser molt desagradable.

Un cop més, vaig intentar contestar el millor que vaig poder, dient-li que aquells grans ulls m'ajudaven a veure-la millor.

...

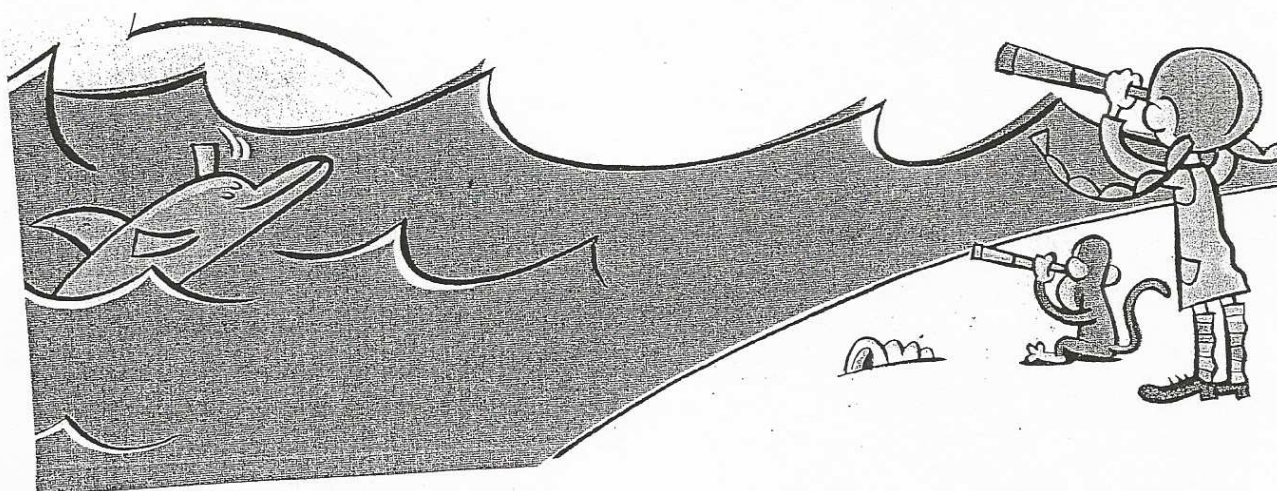
- Escriu ara un conte popular des de la perspectiva d'un altre personatge. **N14**
- Llegeix aquest fragment de Pippi Calcesllargues i després torna'l a escriure com si tu fossis la protagonista. Cruïlla 5 pàg 58-59 **N15**

L'autora de Pippi Calcesllargues, Astrid Lindgrén, explica així un episodi de la història:

La Pippi no havia oblidat el seu pare, que havia estat capità de vaixell i havia recorregut tots els mars. La Pippi havia navegat amb el seu pare, fins al dia que va caure a l'aigua durant una tempesta i desaparegué. Però la noia estava completament segura que qualsevol dia tornaria. Perquè no es podia creure que s'hagués ofegat. Estava convençuda que havia aconseguit arribar a una illa desconeguda, on havia trobat caníbals a munts i l'havien proclamat rei, i es passava el dia amb una corona d'or damunt el cap.

—El meu pare és el rei dels caníbals! Pocs nens ho poden dir, això!— deia la Pippi orgullosa de ser filla d'un home tan extraordinari—. I quan construïxi un vaixell, em vindrà a buscar i llavors jo seré la princesa dels caníbals. Que bé que m'ho passaré!

ASTRID LINDGREN: *Pippi Calcesllargues* (adaptació). Ed. Joventut



ANNEX 8:

Fitxes d'alguns alumnes de
l'activitat: Un repartiment injust

5. *Activitats didàctiques*

5.1. *Un repartiment injust. 1r. dia.*

1. Presentació per part del professor de la Setmana del Medi Ambient i del Desenvolupament.

2. Projecció del vídeo de la Noaga, una nena de Burkina Faso que viu en un poblat del Sahel africà.

3. Realització de la **fitxa de treball núm 1**.

3.1. Introducció de l'activitat amb la lectura del text de la Noaga.

3.2. Realització d'un dibuix tot jugant al joc dels colors (vegeu el punt 4).

4. Descripció del joc dels colors.

4.1. El mestre divideix la classe en dos grups: el grup que representa els països desenvolupats i el grup que representa els països del Tercer Món.

4.2. El grup que representa els països rics ha d'estar format per 1/4 part dels alumnes i els altres, les 3/4 parts restants, formaran part del grup que representen els països del Tercer Món.

Amb aquest tipus de repartiment de nens a l'hora de formar els grups, s'intenta aproximar la classe a la realitat que formen els països rics i pobres.

4.3. El mestre reparteix el material a cada grup

El grup que representa els països desenvolupats disposarà de:

- 2 taules per alumne
- 2 cadires per alumne
- 1 joc complet de colors per alumne
- 1 goma d'esborrar per alumne
- 1 maquineta per alumne

En canvi, el grup que representa els països pobres disposarà de:

- 1 taula per 4 alumnes (sense cadires)
- 1 joc de colors per tot el grup

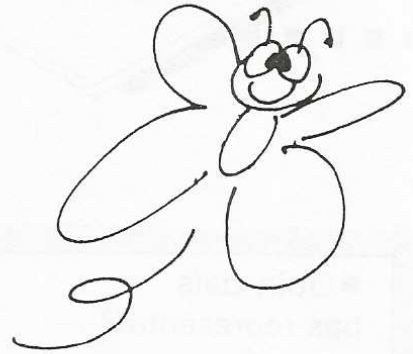
4.4. Realització del dibuix (vegeu la fitxa núm. 1). El mestre demana que dibuixin la Noaga en alguna situació que hagin vist en el vídeo (la Noaga a l'escola, a casa seva, jugant amb els seus amics...)

5. Una vegada realitzat el dibuix els alumnes han de respondre les preguntes de la fitxa núm. 1.

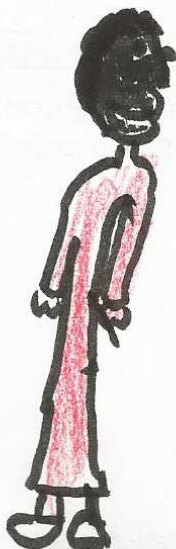
Un repartiment injust

Fitxa 1

Hola, sóc la Noaga
i visc en un poblet africà molt bonic.
Us vull explicar moltes coses del
meu país perquè em pugueu
conèixer millor.



A mí m'agrada molt jugar, per això
us proposo començar a treballar
amb un joc. ¿Què us sembla?



■ Dibuixa la Noaga tot jugant al joc dels colors.



Ara
contesta
les preguntes
següents:

■ Creus que el repartiment del material entre els grups ha estat just? Explica el perquè.

No. Perque hi ha molta diferència de diners

■ Quin país has representat?

Pobre.

■ A la vida real, creus que tu tens moltes més coses que la Noaga? Posa'n 3 exemples que hagi pogut comprovar en el vídeo de la Noaga.

Si. La televisió
L'aigua
La ràdio



■ T'ha resultat difícil pintar la Noaga? Amb quins problemes t'has trobat?

Si. Falta de goma

■ En la vida real, creus que es donen situacions semblants?

Si.

■ T'ha sobrat material o te n'ha faltat? Si te n'ha faltat, ¿com ho has superat?

Si. Goma, llapis

■ Què pots fer perquè no passi?

Un repartiment just.

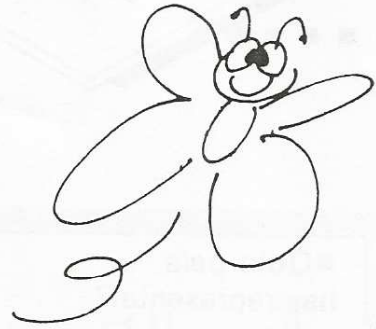


Alex

Un repartiment injust

Fitxa 1

Hola, sóc la Noaga
i visc en un poblet africà molt bonic.
Us vull explicar moltes coses del
meu país perquè em pugueu
conèixer millor.



A mí m'agrada molt jugar, per això
us proposo començar a treballar
amb un joc. ¿Què us sembla?



■ Dibuixa la Noaga tot jugant al joc dels colors.



Ara
contesta
les preguntes
següents:

■ Creus que el repartiment del material entre els grups ha estat just? Explica el perquè.

No perquè hi ha molt diferència amb els diners

■ Quin país has representat?

el pobru

■ A la vida real, creus que tu tens moltes més coses que la Noaga? Posa'n 3 exemples que hagi pogut comprovar en el vídeo de la Noaga.

Si, la tele, la tablet, la pèl i exteron 2.



■ T'ha resultat difícil pintar la Noaga? Amb quins problemes t'has trobat?

No teni goma, no tenia goma i no tenia llapis.

■ En la vida real, creus que es donen situacions semblants?

Si!

■ T'ha sobrat material o te n'ha faltat? Si te n'ha faltat, ¿com ho has superat?

em el que tenim.

■ Què pots fer perquè no passi?

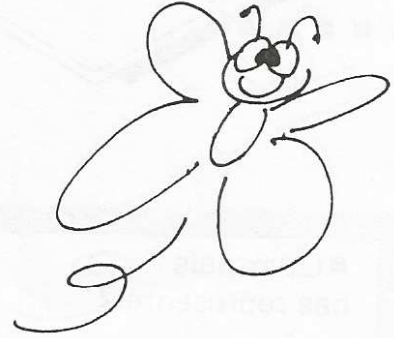
Rapadimen gust



Un repartiment injust

Fitxa 1

Hola, sóc la Noaga
i visc en un poblet africà molt bonic.
Us vull explicar moltes coses del
meu país perquè em pugueu
conèixer millor.



A mí m'agrada molt jugar, per això
us proposo començar a treballar
amb un joc. ¿Què us sembla?



■ Dibuixa la Noaga tot jugant al joc dels colors.



Ara
contesta
les preguntes
següents:

■ Creus que el repartiment del material entre els grups ha estat just? Explica el perquè.

No. Hi ha molta
diferença amb
els diners

■ Quin país
has representat?

pobre

■ A la vida real, creus que tu tens
moltes més coses que la Noaga?
Posa'n 3 exemples que hagi pogut
comprovar en el vídeo de la Noaga.

tele, tablet, aire condicionat



■ T'ha resultat difícil pintar la Noaga?
Amb quins problemes t'has trobat?

falta de colors, falta de
aigua, cadires

■ En la vida real, creus que es donen
situacions semblants?

Si

■ T'ha sobrat material o te n'ha faltat?
Si te n'ha faltat, ¿com ho has superat?

color goma, tenir
amigr

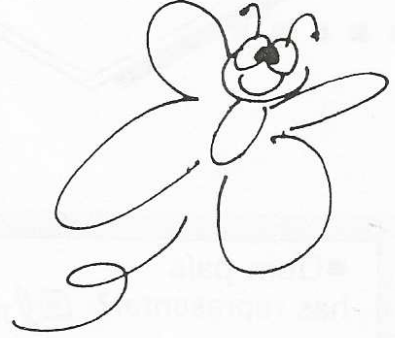
■ Què pots fer perquè no passi?



Un repartiment injust

Fitxa 1

Hola, sóc la Noaga
i visc en un poblet africà molt bonic.
Us vull explicar moltes coses del
meu país perquè em pugueu
conèixer millor.



A mí m'agrada molt jugar, per això
us proposo començar a treballar
amb un joc. ¿Què us sembla?



■ Dibuixa la Noaga tot jugant al joc dels colors.



Ara
contesta
les preguntes
següents:

■ Creus que el repartiment del material entre els grups ha estat just? Explica el perquè. *No per que es nota molt*

■ Quin país has representat? *E l'ric*

■ A la vida real, creus que tu tens moltes més coses que la Noaga? Posa'n 3 exemples que hagi pogut comprovar en el vídeo de la Noaga.

Si la tele, la tablet i la psp



■ T'ha resultat difícil pintar la Noaga? Amb quins problemes t'has trobat?

No perquè no me



■ En la vida real, creus que es donen situacions semblants? *Si*

■ T'ha sobrat material o te n'ha faltat? Si te n'ha faltat, ¿com ho has superat?

No



■ Què pots fer perquè no passi? *Que el ric donguin diners als pobres*



ANNEX 9:

Aprovació dels centres del pla d'educació emocional proposat.

APROVACIÓ DEL PLA D'EDUCACIÓ EMOCIONAL

En/na ANNA SERRA GUARDIOLA....., director/a del centre LLAR D'INFANTS EL MELIC....., aprovo el pla d'educació emocional plantejat per l'Olga Fàbrega en el seu treball de recerca, ja que crec que s'ajusta a un possible model per treballar.

Signatura:



Les Planes d'Hostoles, 11 d'octubre del 2013

APROVACIÓ DEL PLA D'EDUCACIÓ EMOCIONAL

En/na Joaquima Vila Jorri, director/a del centre Sant Cristòfol, aprovo el pla d'educació emocional plantejat per l'Olga Fàbrega en el seu treball de recerca, ja que crec que s'ajusta a un possible model per treballar.

Signatura



Generalitat de Catalunya
Departament d'Ensenyament
Escola Sant Cristòfol
Les Planes d'Hostoles

Les Planes d'Hostoles, 11 d'octubre del 2013

APROVACIÓ DEL PLA D'EDUCACIÓ EMOCIONAL

En/na Carme Danés i Bové....., director/a del centre INS Castell d'Estel....., aprovo el pla d'educació emocional plantejat per l'Olga Fàbrega en el seu treball de recerca, ja que crec que s'ajusta a un possible model per treballar.

Signatura



Amer, 11 d'octubre del 2013