

## **TREBALL FI DE MÀSTER**

### **Màster Universitari de Psicopedagogia**

**Curs acadèmic 2019-20**

# **Pla d'intervenció pel desenvolupament de la competència socioemocional a l'etapa d'educació infantil.**

Realitzat per Karina Cantero Palomanes

Tutoritzat / Dirigit per Natasha Baqués Aguilar

20 de juny de 2020

**Facultat de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport**

c. Císter, 34  
08022 Barcelona  
[www.blanquerna.edu](http://www.blanquerna.edu)

## RESUM

La importància de l'educació emocional sempre ha estat reconeguda per múltiples autors i pedagogs, destacant així el seu paper en l'ajuda del desenvolupament de les competències socioemocionals, essencials pel desenvolupament integral de l'infant. No obstant això, molts centres educatius no ha estat fins al segle XXI que han començat a donar-li la importància que aquesta requereix. L'objectiu d'aquest estudi és dissenyar una proposta de millora de la programació d'educació emocional d'un centre en l'etapa d'educació infantil, concretament al nivell d'EI 5. Per dur a terme aquest disseny s'han cercat referents teòrics, i confeccionat diferents instruments d'obtenció de dades per detectar les necessitats existents. Un cop detectades les àrees de millora i confeccionada la proposta de millora, aquesta s'ha dut a terme en gran proporció i s'han pogut avaluar els seus resultats. Els resultats obtinguts han evidenciat una millora pel que fa a la competència emocional dels infants i una millora significativa en la programació del centre. Per tant s'ha pogut contrastar la importància de l'educació emocional en l'etapa d'educació infantil, com a eina per guanyar confiança en les pròpies capacitats, millorar l'autoestima i la creació de l'autoconcepte, habilitats essencials pel desenvolupament de la intel·ligència emocional.

**Paraules clau:** competència socio-emocional, educació en valors, educació infantil, emocions, pla d'intervenció.

## ABSTRACT

The importance of emotional education has always been recognized by many authors and educators, emphasizing its role in helping the development of socio-emotional skills, essential for the integral development of the child. However, it is not until the 21st century that many schools have begun to give it the importance it requires. The aim of this study is to design a proposal to improve the programming of emotional education of a center in the stage of early childhood education, specifically at the level of IE 5. To carry out this design have been searched for theoretical references, and made different data collection tools to detect existing needs. Once the deficiencies were detected and the improvement proposal was prepared, it was carried out in large proportion and its results could be evaluated. The results obtained have shown an improvement in terms of children's emotional competence and a significant improvement in the centre's programming. Therefore, the importance of emotional education in the early childhood stage has been contrasted, as a tool to gain confidence in one's own abilities, improve self-esteem and the creation of self-concept, essential skills for development. of emotional intelligence.

**Keywords:** socio-emotional competence, values education, early childhood education, emotions, intervention plan

## Introducció

Durant molt de temps les escoles han estat considerades generalment com a institucions transmissores de coneixement, sense tenir en compte l'aspecte més psico-social de la persona. Malgrat fa anys que diferents referents de la psicopedagogia varen plantejar la idea que cos, ment i sentiments, formen un trinomi necessari a l'hora de crear el nostre autoconcepte, no va ser fins finals del segle XX amb les aportacions de Goleman (1996) i el seu llibre, la intel·ligència emocional (EI), que aquestes idees es van començar a dur a terme dins del sistema educatiu.

Abans d'aprofundir sobre el concepte d'educació emocional, és important tenir clar que és una emoció. Tothom ha experimentat en primera persona que és una emoció, però la seva descripció és quelcom tan complex que no existeix encara una única definició consensuada. No obstant això, són molts els autors que han intentat realitzar aproximacions, per exemple Bisquerra (2000) el qual la defineix com *“un estat complex de l'organisme caracteritzat per una excitació o pertorbació que predisposa a una resposta organitzada. Les emocions es generen habitualment com una resposta a un esdeveniment extern o intern”* (p.7).

Altres autors com Ekman (1979) i Damasio (2007), defineixen l'emoció com un programa motor innat al qual se li afegeixen algunes estratègies cognitives. Altrament, és diferència d'un sentiment, atès que en aquest sempre hi ha un component cognitiu, és una cognició sobre allò que ens emociona. Coincidint amb les aportacions de Maturana (2003) el qual diu que una emoció és transformada en sentiment a mesura que un mateix pren consciència sobre aquesta. Pel que fa a les emocions, Casaussus (2007) i Bisquerra (2017) afirmen que no existeixen emocions bones o dolentes com a tal, sinó que totes són neutres. El comportament automàtic que deriva d'aquesta emoció és el que no és neutral. Si una persona és immadura emocionalment, una emoció com la ràbia farà que tingui una reacció negativa com pot ser fer mal als altres; contràriament, una persona madura emocionalment es tornarà més prudent i tindrà recursos per mostrar una actitud més positiva vers la situació. Per aquest motiu, és essencial el desenvolupament de la competència emocional per poder madurar la nostra intel·ligència emocional, quelcom essencial ja que com fa referència Salovey (2007) aquesta és la capacitat de l'ésser humà per raonar sobre les emocions i processar la informació emocional .

Gràcies a les diferents investigacions dels autors esmentats i als avenços tecnològics, s'ha fet possible l'anàlisi del comportament emocional i s'ha comprovat que, encara que les emocions siguin innates, les competències emocionals són quelcom que s'ha d'aprendre durant el cicle vital de l'ésser humà.

Bisquerra (2015) defineix aquesta competència emocional com el conjunt de coneixements, capacitats, habilitats i actituds necessàries per comprendre, expressar i regular de forma apropiada els

fenòmens emocionals. Aquesta competència la divideix en dos grans blocs que la configuren, coincidint amb la teoria de les intel·ligències múltiples de Gardner (1993); per una banda, la intel·ligència intrapersonal, que és l'encarregada de la identificació i regulació de les pròpies emocions; i per altra banda, la intel·ligència interpersonal, responsable del reconeixement del pensament i els sentiments dels altres.

Des de l'àmbit de la neurociència, Grake (2006) fa la seva aportació fent referència a l'amígdala cerebral, que és l'encarregada de preservar i gestionar les emocions més irracionals. El domini d'aquesta en el còrtex, posseeix una gran influència de les emocions en la cognició, per exemple, la por i la ràbia fan que el flux sanguini s'allunyi del neocòrtex que és on es troben els processos cognitius; mentre que un estat positiu i de calma desencadena canvis neuroquímics propicis a l'aprenentatge. Consegüentment, tal com afirma Cefai i Cooper (2009) podem dir que la integració dels pensaments i les emocions en l'educació facilita i optimitza el procés d'aprenentatge. De manera que, l'absència de la competència emocional fa que els individus siguin proclius a respostes instintives o impulsos emocionals bàsics, influint en l'intel·lecte. Mora (2014) fa referència a la neuroeducació, com a una nova visió d'ensenyança basada en el funcionament del cervell. I ens diu que en aquest funcionament les emocions resulten un element imprescindible en els processos d'aprenentatge i la memòria, afirmant que:

La seva importància principal radica en el que es veu, s'escolta, es toca o s'olora, un cop analitzat sense significat emocional algun per les corresponents àrees sensorials específiques de l'escorça cerebral, passa pel filtre del sistema emocional i és allà on aquestes percepcions sensorials, ja creades, se les etiqueta de bo o dolent, atractiu o rebutjable, interessant o insípid. I és després quan aquesta informació, ja acolorida amb aquest significat emocional, passa a les àrees d'associació de l'escorça cerebral on es construeixen els processos mentals, de raó i pensament, i s'elaboren les funcions executives complexes. (Mora, 2014, p.42).

Per tant, podem afirmar que treballar la consciència emocional dins l'àmbit educatiu és molt positiu, ja que són múltiples els beneficis que aporta l'educació emocional dins l'àmbit més pedagògic. Goleman (1996) va popularitzar les seves idees innovadores, juntament amb les de Salovey i Mayer (1990), els quals proposen una educació que tingui en compte totes les dimensions, deixant d'una banda la concepció centrada únicament en la part racional de la persona. Tanmateix, aquests autors parlen de la importància d'educar les habilitats emocionals, ja que aquestes són imprescindibles pel desenvolupament personal, professional i social de l'ésser humà, i per tant, formen part del seu desenvolupament integral.

L'educació emocional, és quelcom que ha de tenir el seu inici des de l'etapa d'educació infantil. Goleman (1995) diu que el desenvolupament de la intel·ligència emocional és un procés que té lloc durant tot el cicle vital de la persona, però que els primers anys de vida són els més importants. És un període crític,

atès que, comencen a integrar les seves habilitats emocionals i s'estableixen les nocions de la intel·ligència emocional. Per aquesta raó, a l'escola, és essencial una intervenció sistèmica des de l'etapa d'educació infantil fins a finalitzar la seva escolarització.

Promoure l'educació emocional, entre altres beneficis ja esmentats, proporciona als infants des de ben petits confiança en ells mateixos, ser crítics, optimisme, control dels mateixos instints, automotivació, tolerància a la frustració i flexibilitat amb els altres i l'entorn que l'envolta. En aquesta línia, l'estudi portat a terme per Clariana, Cladellas, Badía i Gotzens, (2011) va demostrar que la intel·ligència emocional està estretament relacionada amb la personalitat, especialment amb l'estabilitat emocional i també amb un major rendiment acadèmic. Tanmateix, van comprovar amb el seu estudi que la falta d'amabilitat, la inestabilitat emocional, la baixa consciència i la baixa intel·ligència emocional, contribuïen en un baix rendiment acadèmic.

Altrament, Bar-on (2014) aporta que la intel·ligència emocional no pot anar separada de la intel·ligència o competència social, ja que aquestes són complementaries entre si. Aquestes determinen com entenem, com percebem i controlem les nostres emocions, ajudant-nos així a relacionar-nos i entendre als altres i al nostre entorn més proper. Ens permeten empatitzar, tolerar la frustració i comprendre els sentiments dels altres, quelcom que ofereix grans possibilitats de desenvolupament personal. Així mateix, per aconseguir una bona intel·ligència emocional és molt important educar als infants en la creació del seu autoconcepte, perquè aquest l'ajudarà a madurar la seva consciència emocional. Tal com manifesten Goleman, Boyatzis i McKee (2002), l'autoconeixement és essencial per a qualsevol persona i etapa, ja que fa que s'adquireixi una consciència emocional, de confiança i autocrítica, quelcom que serveix com a base de totes les habilitats socioemocionals. I per fer-ho, Educaweb (2016) planteja cinc pilars bàsics de l'autoconeixement que s'han de tenir en compte:

- a) Competències: habilitats que té l'individu que va desenvolupant al llarg del seu cicle vital.
- b) Valors: tots aquells aspectes importats per la persona i que ens permeten fomentar la personalitat.
- c) Habilitats: Es poden entendre com talents innats o talents a desenvolupar. La OMS (1999) les classifica en habilitats cognitives, socials i emocionals.
- d) Personalitat: Engloba tant les diferències individuals que defineixen la persona com el conjunt de qualitats que la descriuen.
- e) Interessos professionals: Representen les preferències de cada persona i ens mostren la personalitat en relació a la seva futura vida professional. D'acord amb Holland (1978) es diferencien sis interessos: el realista, el social, l'investigador, l'emprenedor, el convencional i l'artístic.

Per altra banda, el desenvolupament de la intel·ligència emocional i la maduració de l'autoconcepte, tal com afirma Sabater (2019) és necessari per aconseguir la felicitat, el progrés i la satisfacció. Aquests permeten adquirir habilitats imprescindibles per a la construcció de la personalitat com són: l'autocontrol, l'empatia, l'assertivitat, saber escoltar, capacitat per resoldre conflictes, comunicar-se, etc. No es pot esdevenir una persona competent si ens falten habilitats socials i emocionals bàsiques com aquestes. En aquesta mateixa línia, cal insistir que l'educació emocional no és únicament un complement imprescindible en el desenvolupament cognitiu, sinó que tal com manifesta l'informe Delors (1998) també esdevé una eina fonamental de prevenció, atès que molts problemes tenen el seu origen en l'àmbit emocional.

L'evidència empírica demostra que no donar-li la importància que li pertoca a l'educació emocional i social, tal com afirma Goleman (1995), pot conduir des de problemàtiques més generals com les dificultats de relació o conflictes emocionals, fins a trastorns mentals més greus com poden ser les depressions o els trastorns alimentaris. En conseqüència, podem dir que unes bones habilitats emocionals i socials ajuden als infants a prevenir possibles problemàtiques de salut mental, ja que d'acord amb Palao (2015) els infants i joves són tan susceptibles com els adults a patir un trastorn mental, però a vegades passen desapercebuts perquè l'entorn no està preparat per detectar els símptomes i realitzar una atenció especialitzada.

Davant d'aquesta nova demanda, l'escola ha d'assumir la seva responsabilitat i proporcionar un valor afegit a l'educació emocional dels seus alumnes, ja que és el principal agent socialitzador pel nen o nena després de la família. Al llarg del temps, al nostre país s'han anat creant i implementant diversitat de programes i iniciatives pel desenvolupament de les competències socioemocionals que cada cop han anat guanyant més renom. El ministeri d'educació i formació professional (2019) determina entre les més rellevants, el programa d'educació responsable de la fundació Botín, el mètode "the RULER Approach to social and emotional Learning" i el programa per l'aprenentatge emocional i social de la diputació de Guipúscoa. Els tres programes tenen en comú que es duen a terme en el context educatiu i tenen un enfocament de l'aprenentatge socioemocional que implica a tots els agents educatius de l'alumnat. Són programes que busquen l'autoconeixement de tots els infants, joves i adolescents, al mateix temps que se centren en el desenvolupament personal i professional dels docents i familiars, atès que són els seus models i referents més propers. Tanmateix, donen molta importància al fet d'educar futurs ciutadans crítics, assertius i empàtics cap a l'entorn que els envolta, emfatitzant en la millora del benestar personal i la qualitat de vida tant física com emocional.

Diferents estudis que s'han dedicat a l'anàlisi d'aquestes tres iniciatives han aportat dades empíriques rellevants sobre el rigor i validesa del seu resultat. Per una banda, el primer programa de la fundació Botín, s'avalua anualment amb una avaluació pedagògica i psicològica, des de la Universitat de Cantabria, amb l'objectiu de conèixer el seu impacte i efectivitat. Els resultats obtinguts en l'informe del 2018,

mostren que els docents dels centres, varen observar millores pel que fa al rendiment i la competència intrapersonal (autoconeixement) del seu alumnat, alhora que els alumnes de 3 a 7 anys van millorar significativament en l'orientació prosocial, l'agressivitat, l'estat d'ànim i la gestió de les emocions. D'altra banda, un estudi de resultats preliminars del mètode RULER, publicat l'any 2017 per *Electronic Journal of Research in Education*, proporciona dades empíriques sobre l'impacte positiu del mètode pel que fa a les habilitats de percepció, comprensió i regulació emocional, concretament en la comprensió de les causes i factors que determinen les pròpies emocions, i en l'adquisició de tècniques i estratègies per gestionar-les. Per últim, un estudi realitzat per Muñoz i Bisquerra (2014) on van implementar el disseny del pla d'educació emocional en Guipúscoa, van obtenir uns resultats molt positius pel que fa al benestar dels alumnes de totes les etapes educatives, comprnent des dels infants d'infantil fins als d'educació secundària. Afavorint el desenvolupament de les habilitats interpersonals i socials, i afavorint una actitud més positiva cap a l'escola. Malgrat les diferents iniciatives de programes d'educació emocional i la seva presència més existent en els centres educatius actuals, tal com diu Denham (2011) molts mestres no tenen la formació necessària per poder-la abordar de forma significativa.

Per garantir una bona educació emocional i social el paper de l'adult és imprescindible. Ha de promoure unes capacitats que no només li serveixin a l'escola sinó per adaptar-se i viure en societat. Tal com diu Martínez (2006) els infants aprenen imitant i reproduint tot allò que fan i veuen dels seus referents, com també les seves accions i els seus comportaments. És per aquest motiu que, els docents han de tenir una bona competència emocional i esdevenir uns bons models pels seus alumnes.

La manera de treballar la intel·ligència emocional a l'escola és molt important, i perquè aquesta esdevingui significativa s'ha de treballar de manera globalitzada, és a dir, que sigui transversal i estigui present en totes les àrees. Aquesta idea es veu reforçada per Decroly (1927), el qual destaca l'educació com un tot global, ja que els mecanismes mentals no treballen de forma aïllada, sinó simultània.

Altrament, Gallego-Gil i Gallego-Alarcón (2006) contribueixen dient que el centre pot intervenir des de tres àmbits diferents per aconseguir una bona educació emocional; mitjançant l'actuació diària, programant dins del marge dels continguts actitudinals i transversals i responsabilitzant a algú en aquest tipus d'ensenyament mitjançant programes específics. L'actuació diària és quelcom imprescindible per consolidar la base d'una bona educació emocional. S'han d'aprofitar les rutines del dia a dia per deixar que els infants s'expressin, alhora que s'observen les actituds i les accions dels infants en diferents contextos, per després poder dur a terme una reflexió sobre els diferents conflictes o inquietuds. Sempre fomentant un entorn i un espai càlid i acollidor, on l'infant se senti segur i còmode per mantenir una bona comunicació. Aquest espai també ha de ser respectuós i tolerant, s'ha de saber escoltar i respectar les opinions i/o els sentiments dels altres. Tot això s'aconsegueix mitjançant l'actuació diària i programant tenint en compte una

metodologia vivencial i participativa, donant-li especial importància al joc. Tanmateix, Vergel i García (2004) demostren que els nens i nenes utilitzen les preguntes per entendre, conèixer, aprendre i construir una imatge del món en el qual viuen. Per aquesta raó, és molt important que els docents facin preguntes als seus alumnes per tal d'ajudar-los a entendre i identificar les seves pròpies emocions i a poc a poc anar formant el seu autoconcepte.

Com a conseqüència, és essencial que els docents tinguin una bona formació pel que fa a l'àrea d'educació emocional i coneguin recursos i estratègies per poder-la abordar dins l'aula. Existeixen diferents materials pràctics, seminaris d'equips docents, grups de treball, projectes de formació, etc. Que poden ajudar a aconseguir aquesta formació. Entre ells podem trobar diferents programes del GROPE (Grup de recerca en orientació pedagògica) que consten amb la col·laboració de pioners en l'educació emocional com Bisquerra, tallers de formació dirigits pel departament d'ensenyament, i diferent material pedagògic validat i analitzat per autors i entitats rellevants en aquest àmbit.

Un altre punt a destacar i que preocupa al personal docent és l'avaluació de l'educació emocional. No obstant això, al llarg dels anys s'han anat confeccionant diferents eines per avaluar i obtenir el perfil emocional de les persones. Tot i no ser pròpies a l'etapa d'educació infantil, sinó per etapes més adultes és interessant saber de què tracten per poder tenir una idea cap a quin camí enfocar l'educació emocional. Aquests són models variats i inclouen diferents concepcions i habilitats. Entre els més destacats podem seleccionar-ne tres (Vegeu annex 1): (a) El model d'habilitats de Mayer i Salovey (1990), (b) El model de Bar-On (1997) i (c) El model de Goleman (2001)

Aquests tres models tenen en comú la cerca de la identificació i diferenciació de les mateixes emocions i les dels altres. Goleman té més en compte els sentiments i deixa en segon lloc la competència més racional, i Bar-On proporciona informació socioemocional de la persona, tenint en compte totes aquelles habilitats socials necessàries per viure en convivència. El Bar-On EQ-I va ser el primer instrument d'intel·ligència emocional publicat en EE.UU per infants i adolescents.

A fi de tall, un cop esmentada la importància de l'educació emocional a les escoles i els beneficis que aquesta aporta als infants, aquest estudi té com a finalitat la creació d'un pla d'intervenció orientat a ajudar als alumnes a millorar la seva competència emocional. Promovent així, que els infants millorin en el coneixement de les seves emocions, la capacitat de gestionar-les i fomentin una actitud positiva davant d'aquestes.

Aquesta proposta es durà a terme tenint en compte l'opinió del professorat de l'escola i el nivell de consciència emocional de l'alumnat. Atès que, com s'ha esmentat anteriorment, l'adult ha d'agafar



consciència i desenvolupar la seva capacitat emocional per poder acompanyar als infants en el seu aprenentatge emocional i social, sempre tenint en compte la individualitat de cada alumne.

*Educar la ment sense educar el cor, no és educar en absolut. Aristóteles.*

## **Objectius**

L'objectiu principal d'aquest estudi és dissenyar un pla d'intervenció pel que fa a l'àrea l'educació emocional d'una escola, per tal desenvolupar la competència socioemocional a educació infantil, concretament a EI-5. A fi d'aconseguir aquest objectiu es van crear els següents objectius més específics:

- a) Detectar i analitzar les necessitats existents del centre pel que fa a l'àrea d'educació emocional.
- b) Dissenyar un pla d'intervenció que doni resposta a les necessitats educatives de l'àrea de competència emocional.
- c) Avaluació de la proposta en l'acció educativa, a través de la recerca i els diferents sistemes d'avaluació.

## **Mètode**

La metodologia emprada per la realització d'aquest estudi ha estat la investigació-acció, amb la finalitat de desenvolupar un pla d'acció i innovació educativa. Tal com diu Latorre (2007), la investigació-acció pretén transformar la pràctica social i/o educativa, a la vegada que procura una millor comprensió sobre aquesta.

La proposta s'adequa a qualsevol centre educatiu tenint en compte les seves característiques i és flexible pel que fa al nivell educatiu. No obstant això, part dels resultats obtinguts han sigut de tipus transversal, atès que són sobre una població en concret (alumnes d'EI-5 d'un centre de Barcelona) i la informació ha estat recopilada en un moment determinat del curs 2020.

Altrament, s'ha utilitzat un paradigma sociocrític, on mitjançant la detecció de les necessitats del centre i la recerca del marc teòric, s'ha intentat buscar el potencial de millora en la programació d'educació emocional actual de l'escola. Per fer-ho s'ha utilitzat una metodologia mixta de dades qualitatives, pel que fa a la recollida, el buidatge i l'anàlisi de dades obtingudes; i dades quantitatives pel que fa als instruments utilitzats.

## *Participants*

La intervenció s'ha realitzat en una escola petita del centre de Barcelona, concretament a l'etapa d'EI-5. El centre està situat al barri de la Marina del Port, al districte de Sants- Montjuïc, el qual es caracteritza per l'índex de població estrangera que hi resideix i el predomini de famílies amb un nivell socioeconòmic mitjà-baix. L'escola consta d'una línia i ofereix una escolaritat privada-concertada a les etapes d'educació infantil i primària. La seva metodologia es defineix com a eclèctica, és a dir, no s'identifiquen amb un corrent pedagògic en concret, sinó que treballen a partir del que consideren més adient de totes les existents. Realitzen un projecte a l'any escollit pels mateixos alumnes i durant els diferents trimestres treballen a partir de centres d'interès.

Altrament, l'estudi ha constatat de la participació de 23 infants d'edats compreses entre 5 i 6 anys, les tutores d'educació infantil, les mestres de reforç i/o especialistes i l'aprovació i el seguiment per part de l'equip directiu. El grup d'EI-5 està format per 23 alumnes dels quals 13 són nenes i 10 són nens. És un grup heterogeni on 10 dels infants provenen d'origen estranger i el seu idioma natiu no és el català. D'aquests infants, quatre són llatinoamericans, dos hindús, dos xinesos, un coreà i un australià. A mitjans del primer trimestre es va incorporar l'Erni, el qual presentava unes dificultats greus en la conducta derivades per una mala gestió de les emocions. Cal destacar, que abans d'incorporar-se a l'escola, va estar en un centre educatiu on passava molt de temps fora de l'aula pel seu comportament i li van recomanar no anar al centre a les tardes. A l'arribar a la nova escola, mostrava molt de rebuig cap als mestres i els seus companys/es a causa del mal record anterior.

Pel que fa a la participació dels docents, 6 dels 7 professionals de la plantilla d'infantil són dones, d'edats compreses entre 24 i 30 anys, exceptuant un vetllador, que és un home de 26 anys. És un equip de mestres joves i amb motivació per fer de l'escola un espai més innovador. Han participat les tres tutores dels respectius nivells d'educació infantil, dues docents de suport, de les quals una també és l'especialista de castellà i psicomotricitat i dos vetlladors.

## *Instruments*

Els instruments utilitzats per l'obtenció d'informació són els següents:

- a) Qüestionari pels docents. L'objectiu del qual ha estat la detecció de necessitats presents en l'estructuració de l'educació emocional del centre. Aquest consta de tres preguntes obertes per obtenir una informació més detallada i exacta, i quatre de tancades de selecció múltiple. Altrament, aquest

qüestionari respon a les categories següents: importància de l'educació emocional, metodologia emprada al centre, necessitats i propostes de millora.

- b) Sociograma. L'objectiu d'aquest ha estat conèixer les relacions afectives que s'estableixen entre els infants de l'aula d'EI-5 i tenir en compte possibles factors de risc com poden ser l'exclusió o la segregació. Amb la finalitat de poder avaluar les relacions establertes i tenir-les en compte a l'hora de realitzar el disseny de la proposta.
- c) Graelles d'observació. L'objectiu d'aquest instrument ha estat l'obtenció d'informació referent als diferents nivells de competència emocional en el qual es troben els infants abans d'iniciar la proposta i un cop finalitzada. Tanmateix, és l'instrument que s'ha fet servir per avaluar l'impacte de la intervenció. Aquest respon a les categories següents: consciència emocional, gestió de les emocions, empatia i habilitats socials, interessos i habilitats i resolució de conflictes.
- d) Diari de camp. L'objectiu d'aquest ha estat la documentació dels processos d'aprenentatge, compartint, endreçant idees, i explicant el que s'ha viscut concretant els diferents punts claus. Aquest té un valor molt important per tal de realitzar la discussió i les conclusions del treball.

### *Procediment*

Aquest projecte d'educació emocional va néixer de l'observació d'una de les docents del centre educatiu que considerava poc encertada la programació d'educació emocional a l'escola. Per fonamentar aquesta observació, es va començar amb una recerca d'investigació teòrica, fent una revisió d'articles i autors que parlaren sobre l'educació emocional i la importància d'aquesta dins del sistema educatiu. Tanmateix, de la metodologia amb la qual es podia abordar. Les principals fonts utilitzades van ser documents primaris, com ara revistes d'educació, llibres i buscadors educatius en la xarxa.

A continuació, es va procedir a l'elaboració dels diferents instruments de recollida de dades, per poder donar lloc al primer objectiu de recerca, la detecció i l'anàlisi de necessitats existents del centre en l'àmbit d'educació emocional a l'etapa d'educació infantil.

Primerament, es va elaborar un qüestionari pels docents (Vegeu annex 2) per tal d'explorar les seves opinions sobre les necessitats existents. Darrerament, es van confeccionar les graelles d'observació (Vegeu annex 3) per la detecció de necessitat dins del grup en concret d'EI-5, i poder-ne fer una comparació posterior i una avaluació final. Per últim, es va crear un sociograma (Vegeu annex 4) per esbrinar les diferents afinitats entre els infants de l'aula i poder detectar possibles situacions de risc. En la realització d'aquest, com també

en tot el treball, s'ha tingut en compte la confidencialitat i privacitat del centre educatiu i el seu alumnat, per aquesta raó, els noms que apareixen són ficticis.

Un cop dissenyats els diferents instruments, es va enviar el qüestionari als set professionals d'educació infantil. Alhora, es va omplir la graella d'observació de la classe d'EI-5. Aquesta va ser resposta per la tutora de l'aula amb l'ajuda de la mestra de suport.

Tot seguit es va procedir a realitzar el buidatge de dades i es va decidir realitzar una formació d'educació emocional a la plataforma SomDocents, per tal de tenir més formació i més recursos i estratègies a l'hora d'elaborar el disseny d'activitats.

En darrer lloc, es va procedir a la realització del disseny de la proposta i es va validar amb l'equip directiu. La programació va ser dissenyada pensant en tot un curs escolar, és a dir, per tenir una durada de Setembre fins al Juny. No obstant això, el fet de no disposar de tot el curs escolar per posar-la en pràctica, es va fer una selecció de les activitats que es durien a terme en un període de temps determinat. Un cop feta aquesta selecció es va dur a terme la proposta dins l'aula d'EI-5. La proposta constava de 24 sessions, de les quals es van implementar 14 durant els mesos de gener fins al març del 2020, pel fet que no es va disposar de més temps per la interrupció de la crisi sanitària existent del COVID-19 en la qual es va decretar el tancament dels centres educatius.

Per finalitzar, es va realitzar una avaluació de la competència emocional adquirida pels infants a partir de les observacions realitzades durant les sessions. Aquesta avaluació no va poder-se completar del tot atès la interrupció de la proposta, però va donar lloc a la discussió dels resultats obtinguts durant les diferents sessions i les conclusions finals del treball.

## **Resultats**

El primer objectiu d'aquest estudi era detectar i analitzar les necessitats existents d'un centre educatiu de Barcelona pel que fa a l'àmbit de l'educació emocional. Aquest s'ha pogut realitzar a través de la informació recollida en el qüestionari realitzat pels docents d'EI, la graella d'observació inicial i el sociograma.

Referent al qüestionari al professorat, tots els participants van manifestar la importància de l'educació emocional com quelcom essencial durant tota l'escolarització dels alumnes. No obstant això, el 71,4% ( $n=5$ ) dels docents pensava que al centre no li donava la importància que aquesta requeria. Coincidien

en el fet que la programació d'educació emocional mancava en contingut i en temporització. Tanmateix, van remarcar que tota la programació tenia lloc a l'àrea de castellà, tal com deia el projecte educatiu del centre, considerant que hauria de tenir més concordança i sintonia amb totes les altres àrees respectives dels diferents nivells educatius.

La totalitat dels participants ( $n=7$ ) afirmava que la metodologia emprada a l'aula es basava en la conversa de situacions quotidianes i en l'explicació de contes. El 28,57% ( $n=2$ ) dels docents comentaven que trobaven a faltar dinàmiques més interactives com a activitats complementàries. En la pregunta *com es treballa l'educació emocional a la teva escola?*, a més a més de la metodologia comentada anteriorment, la tutora d'EI-5 afegia que, durant el primer trimestre es va dur a terme un projecte d'educació emocional amb nom de "m'escolto, em miro, em conec i m'estimo" basat en l'autoconeixement d'un mateix. Aquest projecte, va ser guanyador dels premis Educaweb 2019 i va resultar tenir un impacte molt positiu en el grup classe.

Pel que fa a una altra de les preguntes obertes del qüestionari, *tens alguna proposta que t'agradaria implementar/proposar a l'escola pel que fa a l'educació emocional?, com a proposta de millora*, el 57% ( $n=4$ ) dels participants manifestaven la necessitat existent d'una millor coordinació amb l'equip directiu i l'equip docent per tal de crear un pla d'intervenció en l'educació de competències emocionals. Tanmateix, afirmaven la importància de treballar aquest àmbit de manera més globalitzada, tenint en compte la relació estreta amb les diferents àrees d'aprenentatge.

El 28,57% ( $n=2$ ) de professionals posaven en manifest la falta de treball amb les famílies, considerant que la família i l'escola són els agents educatius més propers a l'infant, i per aquesta raó creien essencial la col·laboració i coordinació d'ambdues parts.

Altrament, en relació amb la formació del professorat, davant la pregunta oberta *Creus que tens la formació necessària per impartir una bona educació emocional?*, només dos dels participants consideraven tenir la formació suficient per dur a terme un bon ensenyament d'educació emocional. El 71,4% ( $n=5$ ) restant manifestava no sentir-se prou preparat per fer front a circumstàncies de risc o més complicades com poden ser el procés de dol i la mort. Per concloure, dos dels professionals opinaven que per dur a terme una bona educació psicosocial i educativa de cada infant, a més a més de la formació, seria necessària la implementació d'un docent més a l'aula per donar una resposta més individualitzada, objectiva i ajustada a cada infantant.

D'altra banda, un cop obtinguda la visió del cos docent sobre l'ensenyança de l'educació emocional a l'escola, es va fer el buidatge de les graelles d'observació inicial (Vegeu annex 3) per tal de trobar les necessitats més concretes de l'aula d'EI-5 referent a la competència emocional de l'alumnat. En aquestes, es va poder observar que un 22% ( $n=5$ ) dels infants mostrava dificultats en la identificació de les pròpies emocions, tenint més facilitat per reconèixer les emocions bàsiques com són l'alegria, la tristesa i la ràbia, i

menys per les emocions més complexes com poden ser la por, l'amor, l'enveja i la vergonya. No obstant això, un 52,17% ( $n=12$ ) dels alumnes, inicialment manifestaven dificultats per expressar-les. Un 26,08% ( $n=6$ ) dels alumnes, mostrava dificultats referents a la gestió de les emocions. Es va poder observar la falta de tècniques o estratègies per gestionar les emocions que provoquen una reacció negativa, i com a conseqüència, davant la incertesa d'allò que els passava recorrien al plor amb facilitat. Entre aquests infants, cal destacar el comportament del l'Erni, ja que mostrava unes dificultats bastant remarcables en comparació als seus companys/es. Quan no era capaç d'identificar una emoció o es trobava davant d'un conflicte, la seva primera reacció era cridar a l'adult o als seus iguals, i fins i tot arribava a llençar el mobiliari escolar acompanyat de paraules malsonants i cops cap als altres.

Per últim, es van decidir observar aspectes relacionats amb l'empatia i les habilitats socials. Com a resultat es va poder afirmar que era un grup en general bastant respectuós i amb una bona base d'estratègies comunicatives. Un 70% ( $n=16$ ) dels infants tenia una bona predisposició d'escolta vers als altres, tot respectant així les seves opinions. No obstant això, un gran nombre d'infants, el 47,82% ( $n=11$ ), que no era capaç d'identificar les seves habilitats i/o capacitats, ni les dels altres.

Aquests resultats van evidenciar la necessitat de la creació d'un pla de millora pel que fa a la programació d'educació emocional de l'escola, atès que un gran nombre d'infants encara manifestava dificultats per la identificació i la gestió de les seves pròpies emocions.

Per concloure i donar una resposta més objectiva i completa al primer objectiu, es van obtenir també els resultats del sociograma, determinant així una visió més objectiva de les relacions que s'estableixen a l'aula. Els resultats a les preguntes *Amb quin company/a t'agrada més jugar o estar?* i *amb quin company/a t'agrada menys estar?* Van ser diversos.

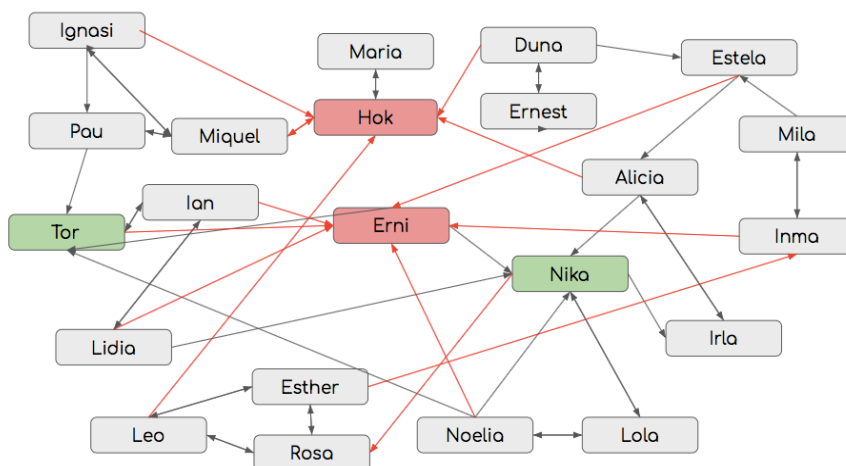


Figura 1: Sociograma de l'aula d'EI-5. Elaboració pròpia

Es va observar que el grup d'infants d'EI-5 era un col·lectiu bastant unit i amb relacions diverses i sòlides en general. El 91,04% ( $n=20$ ) va tenir almenys una resposta positiva per part d'algun dels seus companys/es. No obstant això, es va afirmar que els infants Tor i Nika eren els alumnes més acceptats de l'aula, quelcom que l'equip de professorat va relacionar amb les seves personalitats pròpies de líders i la seguretat i iniciativa en la seva persona. Altrament, les respostes van determinar a l'Erni com el menys acceptat pel seu grup de companys i companyes, ja que un 26,08% ( $n=6$ ) d'infants van respondre comentaris negatius a causa de l'actitud que mostrava cap a ells. En Hok, també va resultar un altre dels alumnes menys acceptats amb cinc comentaris negatius dels seus companys/es. Les respostes van ser per les mancances d'entendre'l, ja que el seu idioma matern és l'urdú. Per finalitzar, gràcies al sociograma es van observar dos grups d'infants amb relacions més tancades, i es va considerar important tenir-ho en compte a l'hora de programar les activitats per ajudar-los a ampliar el seu cercle d'amistats. Aquests grups estan formats per una banda, per l'Ignasi, el Pau i el Miquel; i per altra banda, per l'Esther, la Rosa i en Leo.

Un cop feta l'avaluació inicial, es va respondre el segon objectiu de recerca, la creació d'un pla d'intervenció que donés resposta a les necessitats educatives de l'àrea de competència emocional. El disseny de la intervenció es va dividir en diferents blocs temàtics, tenint en compte la metodologia acordada pels diferents referents de l'etapa. Cada bloc va estar pensat per tenir una durada d'un trimestre del curs escolar. Aquests blocs van ser els següents:

Taula 2

*Disseny d'intervenció*

Blocs	Temporització	Nº Activitats	Objectius
Consciència emocional	1r trimestre	8 activitats	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificació de les emocions</li> <li>2. Expressió les emocions</li> </ol>
Gestió de les emocions i autoconeixement	2n trimestre	9 activitats	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desenvolupar tècniques i estratègies per la gestió de les emocions</li> <li>2. Iniciar-se en el procés d'autoconeixement propi.</li> </ol>

Habilitats socials i resolució de conflictes	3r trimestre	7 activitats	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desenvolupar una actitud d'escolta, respecte i cooperació vers l'altre.</li> <li>2. Desenvolupar tècniques i estratègies per la resolució de conflictes.</li> </ol>
--	--------------	--------------	---

---

Tots els blocs constaven d'unes 8 activitats aproximadament que podreu veure més detalladament a l'annex (Vegeu annex 5). Aquestes activitats van ser dissenyades per donar resposta als diferents objectius establerts per cada bloc, començant des de la identificació i expressió de les pròpies emocions, passant per la seva gestió i aconseguint el desenvolupament d'actituds socioemocionals.

Atès les dificultats esmentades anteriorment per la temporalització, la implementació de la intervenció dins l'aula es va programar de la següent manera:

- a) Bloc 1: Sessió 1, 2, 4, 5 i 8.
- b) Bloc 2: Sessió 1, 2, 5, 6, 7, 8 i 9.
- c) Bloc 3: Sessió 1, 3.

Per concloure, es van extreure els resultats finals d'avaluació a partir de les graelles d'observació, per tal de donar resposta al tercer objectiu de l'estudi, l'avaluació de la intervenció en l'acció educativa, a través de la recerca i els diferents sistemes d'avaluació.

Per una banda, es va reduir un 13% ( $n=3$ ) els infants els quals mostraven dificultats en la identificació de les seves emocions. Tanmateix, es va poder observar com es va passar d'un 52,17% ( $n=12$ ) d'infants amb dificultats per expressar les seves emocions, a un 26,08% ( $n=6$ ). Com a observacions, es va poder identificar, que molts d'aquests infants que anteriorment no disposaven de recursos o estratègies suficients per expressar-se, al finalitzar la proposta, se sentien més segurs i alguns utilitzaven tècniques com l'expressió a través d'imatges o dibuixos. Un cas rellevant va ser el de la Lidia, la qual va començar a expressar-se amb l'ajuda de cançons.

Pel que fa a la gestió de les emocions, d'un 26,08% ( $n=6$ ) d'infants que inicialment mostraven dificultats en aquest aspecte, un 13,04% dels infants ( $n=3$ ) van superar-les, mostrant tenir més tècniques i estratègies davant la frustració i la gestió de les seves emocions. A través de les observacions de les graelles, es va poder percebre com l'Erni, va fer un gran avenç respecte a la poca tolerància a la frustració que manifestava



inicialment. Mostrant una capacitat major per controlar la seva conducta i redirigint-la cap al diàleg, sobretot amb l'adult. No obstant això, encara indicava greus dificultats pel que fa a les habilitats socials vers als seus iguals.

Un altre resultat que va mostrar una millora va ser el referent a la identificació de les pròpies habilitats i/o capacitats, ja que del 47,82% ( $n=11$ ) d'infants amb algun obstacle per la seva identificació, es va reduir al 0% aconseguint que tots els infants finalitzessin la proposta identificant i expressant alguna capacitat i/o habilitat pròpia.

Com a fi de tall, el 91,30% dels alumnes, en finalitzar la intervenció van ser capaços de resoldre els conflictes d'una manera pacífica i mitjançant el diàleg. De la mateixa manera, podríem concloure dient que les dades empíriques demostren com hi ha hagut un increment de les competències emocionals de l'alumnat d'EI 5 del centre educatiu.

A continuació, en la figura 2, podeu visualitzar un sumari dels resultats obtinguts en l'avaluació de la proposta d'intervenció. En aquesta, es mostra la quantitat d'alumnes que inicialment eren capaços d'identificar, expressar i gestionar les seves emocions, i es fa una comparació amb el nombre d'infants que finalitza la proposta sense mostrar cap dificultat. Així mateix, sobre la identificació d'habilitats pròpies i la resolució de conflictes.

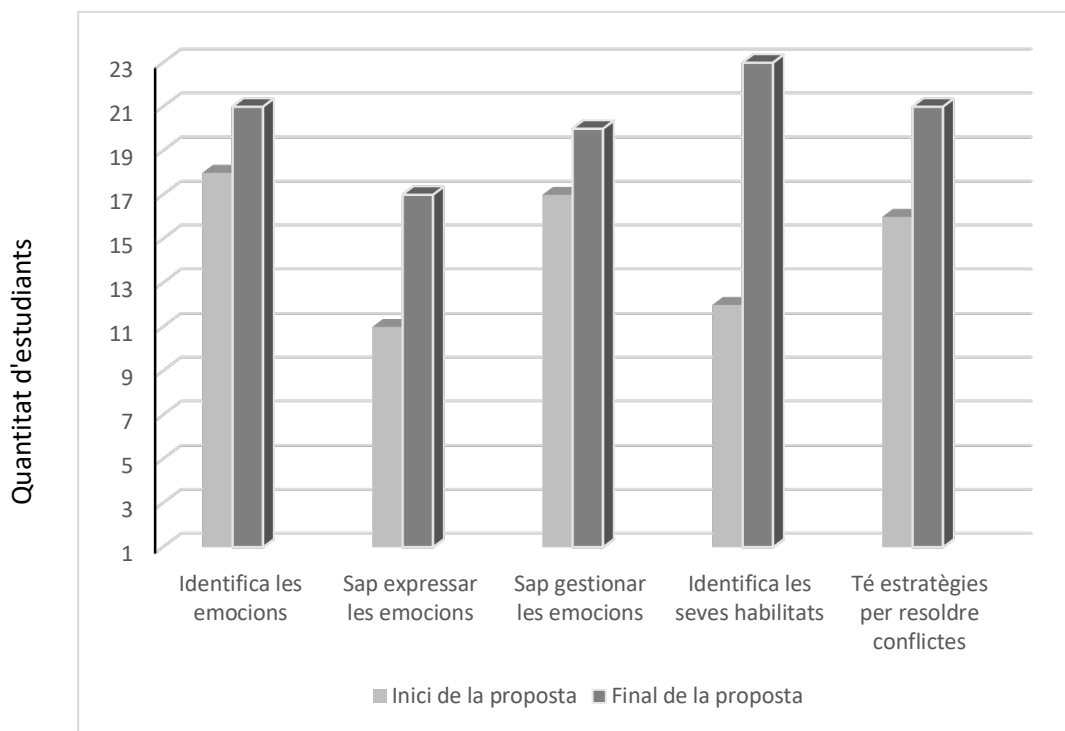


Figura 2: Avaluació de la proposta d'intervenció. Elaboració pròpia

## Discussió i conclusions

Es va iniciar el projecte plantejant l'educació emocional com quelcom primordial pel desenvolupament integral de l'individu. Per aquesta raó l'estudi tenia com a objectiu principal el disseny d'un pla d'intervenció que donés resposta a les necessitats educatives d'un centre educatiu en l'àrea de competència emocional, concretament en l'etapa d'El 5.

D'acord amb el primer objectiu de l'estudi, referent a la detecció i l'anàlisi de les necessitats existents del centre pel que fa a l'àrea d'educació emocional, ens vàrem adonar de la importància de la creació d'aquest disseny, atès que es van trobar diverses àrees de millora. Moltes d'aquestes, venien derivades de la poca importància que se li donava a l'educació emocional en aquesta etapa, quelcom contradictori amb la idea de Goleman (1995) el qual afirma que els primers anys de vida són els més importants, perquè s'estableixen i s'integren les primeres habilitats i nocions de la intel·ligència emocional.

En primer lloc, d'acord amb les dades obtingudes pel qüestionari del professorat, es va observar el primer aspecte amb potencial de millora. El pes de la programació d'educació emocional requeia en l'àrea de llegua castellana, sense tenir en compte una coordinació amb les diferents àrees d'aprenentatge. Aquest aspecte contradiu les afirmacions de Decroly (1927) el qual remarcava que els infants capten la realitat en la seva totalitat i no de forma analítica. Per aquesta raó, es va considerar essencial que aquest fos el primer canvi a tenir en compte. En la mateixa línia, un altre aspecte de millora era la metodologia emprada, ja que d'acord amb els resultats preliminars obtinguts i la posada en comú amb els resultats d'altres estudis com el programa d'educació emocional responsable de la Fundació Botín (2018), es va creure essencial avançar d'una metodologia més tradicional a una més innovadora i activa. Aquesta havia d'apostar per l'actualització del material sent més atractiu i proper als interessos dels infants, tenint en compte com manifesta Borgnakke (2004) que l'infant construeix el seu coneixement a través de l'experimentació, la creació i l'error, sent així el protagonista del seu aprenentatge.

No obstant això, és precís assenyalar, que en vista dels resultats obtinguts també es van observar bones pràctiques que s'havien de mantenir com el fet de treballar l'educació emocional a través de situacions quotidianes i contes durant el dia a dia dels infants, un dels tres àmbits d'intervenció que comparteixen Gallego-Gil et al. (2006). Idea que es veu sostinguda amb les aportacions de Shechtman (2008), el qual remarca la importància del conte com a recurs essencial per l'educació emocional, ja que a través de la lectura els nens i nenes són capaços d'endinsar-se dins d'un món imaginatiu que els fa descobrir la vida interior dels altres i ser més conscients d'ells mateixos.

Quant al segon objectiu de recerca, dissenyar un pla d'intervenció que donés resposta a les necessitats educatives de l'àrea de competència emocional, es va tenir en compte principalment que els infants es familiaritzessin amb un procés d'autoconeixement, perquè tal com manifesten Goleman et al. (2002), aquesta és la base de totes les habilitats socioemocionals, i per tant, de l'adquisició de la consciència emocional. Tenint en compte aquesta consideració, les activitats van estar dissenyades a través dels cinc pilars de l'autoconeixement d'Educaweb (2016): les competències, els valors, les habilitats, els interessos i la personalitat.

La programació de les diferents activitats tenien la finalitat de ser flexibles tant en contingut com en temporització, perquè tal com diu el currículum de segon cicle d'educació infantil, els docents han de centrar la mirada a partir dels reptes, les preguntes i els interessos que sorgeixen de la quotidianitat dels infants en el seu procés de descoberta. Gràcies al fet de plantejar un procés d'aprenentatge obert, en la realització de la proposta es van poder introduir noves activitats, que inicialment no estaven plantejades i van dotar de significat els aprenentatges adquirits. Per exemple, l'apadrinament dels alumnes de sisè, els quals van venir per petició dels infants d'EI-5 a parlar i realitzar diferents jocs de rol sobre el control i la gestió de les emocions. Aquesta hipòtesi, es veu reforçada amb la teoria de l'aprenentatge mitjançant el descobriment de Brunner (1980), el qual afirma que s'han de plantejar les activitats segons la curiositat dels infants.

Amb relació al tercer objectiu, l'avaluació de la proposta en l'acció educativa, a través de la recerca i els diferents sistemes d'avaluació, els resultats preliminars del nostre estudi s'han vist recolzats per investigacions prèvies com les de Bisquerra (2015) que ens mostren com l'educació emocional dota als infants d'estratègies i recursos de prevenció per fer front a les experiències que la vida ens té preparades. Aquest estudi ens ha mostrat com el canvi d'actitud de molts dels infants d'EI 5 davant l'educació emocional, els ha permès reaccionar de forma positiva davant de situacions adverses i conflictes, sent capaços de saber gestionar les seves emocions i actuant de manera adequada.

Per un costat, els resultats obtinguts recolzen la nostra hipòtesi que una bona intervenció emocional impacta positivament en les competències de la intel·ligència emocional, concretament en la identificació, la comprensió i l'enteniment de la informació emocional, les seves causes i les conseqüències que en deriven. Quelcom que coincideix amb els resultats obtinguts de la valoració del mètode RULER per Castillo et al. (2017) el qual a més a més afegeix l'augment de vocabulari emocional i l'adquisició de destreses per a gestionar les emocions, que hem pogut veure reflectides durant el procés d'aprenentatge emocional dels alumnes.

Aquestes hipòtesis s'han pogut contrastar i afirmar gràcies a la part pràctica del nostre treball, observant com inicialment els infants mostraven diverses dificultats en la identificació i expressió de les seves emocions, sense tenir vocabulari ni consciència emocional sobre allò que passava en el seu interior. S'ha pogut veure una gran millora a causa d'incloure les diferents pràctiques educatives d'educació emocional en

el dia a dia a l'aula, i tenir una major concordança amb les diferents àrees d'aprenentatge, ja que els infants van poder establir relacions entre elles i adquirir un aprenentatge més significatiu.

A més a més, es va observar com els infants van guanyar seguretat i estabilitat emocional. Coincidint amb estudis com els de Clariana et al. (2011) vam poder comprovar l'estreta relació de la intel·ligència emocional i la personalitat, i en especial amb l'estabilitat emocional. N'és un bon exemple el cas de l'infant Erni, un infant que presentava una inestabilitat emocional preocupant, i va anar millorant notablement a mesura que anava entenent i posant nom a allò que sentia. A causa de les circumstàncies que va viure anteriorment en el seu antic centre escolar i la falta de recursos per gestionar aquesta frustració, coincidim amb Goleman (1996) el qual ens diu que la falta de consciència emocional pot acabar derivant en problemàtiques de relació o conflictes emocionals, com els que manifestava l'Erni. Dit d'una altra manera, considerem que aquesta proposta ha ajudat a l'Erni a canalitzar les seves emocions, derivades possiblement de males experiències i entorns no afavoridors, sent capaç d'expressar i gestionar la seva frustració mostrant una actitud més tranquil·la i de respecte cap als altres.

D'altra banda, les activitats relacionades més concretament amb la gestió de les emocions i l'autoconeixement, bloc 2, van ser probablement les més acceptades pel grup d'infants. Corroborant la teoria anterior de Shechtman (2008), la metàfora del conte *Tinc un volcà* de Turu i Tirado va estar present fins a finalitzar el curs escolar, ajudant així a entendre millor el món interior dels infants. També vam poder vivenciar la importància de ser competentment emocional, ja que els infants a mesura que anaven adquirint noves eines i estratègies de gestió emocional eren capaços d'observar un problema, analitzar-lo i trobar possibles solucions amb una actitud positiva. Tot seguit, els resultats obtinguts van derivar a una millora significativa pel que fa a l'estat d'ànim dels infants, la gestió de l'estrès i la disminució de conductes agressives en la resolució de conflictes, coincidint així amb els resultats de la valoració del programa d'educació emocional responsable de la Fundació Botín (2018) els quals van obtenir resultats molt similars.

Tanmateix, aquesta millora en la gestió de les emocions, va permetre als infants comprendre, tal com afirmen les teories de Cassassus (2007) i Bisquerra (2017), que les emocions no són bones ni dolentes. Molts dels alumnes inicialment rebutjaven i no volien parlar de certes emocions, com la ira, la vergonya o l'enveja, perquè les consideraven dolentes, però gràcies a les diferents propostes van aprendre que el comportament automàtic que deriva l'emoció és el que la fa positiva o negativa depenent de la persona. Com a conseqüència, es va poder afirmar com això va repercutir positivament en la seva seguretat i autoestima, acceptant-se com són, sense complexes i estimant-se, tant a ells mateixos com als altres.

Altrament, mitjançant l'aplicació de les diverses activitats, es va poder observar una millora en la convivència de l'aula, aconseguint desenvolupar unes actituds més positives vers als companys/es i sent capaços d'utilitzar el diàleg per resoldre els conflictes. Tot i que considerem que són aspectes que s'han de

continuar treballant durant tota l'escolarització dels alumnes per tal d'anar formant la seva personalitat i anar desenvolupant la idea del seu autoconcepte tal com deia Goleman (1995).

Fent una valoració global de la proposta, els resultats obtinguts han mostrat millores en la competència intrapersonal (autoconeixement) i la competència interpersonal (coneixement de les emocions dels altres) dels alumnes d'EI-5, quelcom que segons Bisquerra (2015) és essencial per la formació de la intel·ligència emocional. Així mateix, el nostre estudi, coincideix amb els resultats obtinguts dels programes de la Fundació Botin (2019), el mètode Ruler (2017) i del programa per l'aprenentatge emocional i social de la diputació de Guipúscoa (2014), pel que fa a l'increment d'actituds socioemocionals com l'empatia, la col·laboració, la generositat i l'amabilitat.

Així mateix, mitjançant l'avaluació diària i l'avaluació final, vam arribar a la conclusió que el clima de l'aula es veu influenciat per les emocions de manera molt directa. El fet que els alumnes aprenguin a autoregular les emocions i desenvolupin habilitats i competències socioemocional repercuteix positivament en el rendiment del seu aprenentatge, reafirmant la teoria de Cefai i Cooper (2009) la qual corrobora que l'educació emocional optimitza el procés d'aprenentatge.

A fi de tall, considerem que l'educació emocional requereix un canvi a les aules, sobretot a educació infantil per poder aconseguir una bona base en competències emocionals, i suposa un gran esforç per part del professorat. Però aquest esforç mereix molt la pena per garantir el benestar emocional i aconseguir un desenvolupament integral dels alumnes tal com afirmen diferents autors com Mora (2014) o Biquerra (2015).

La limitació més important que ens hem trobat en aquest estudi ha estat la temporalització, atès que la programació estava destinada a tot un curs escolar i el temps del qual es disposava inicialment per dur-la a terme era de cinc mesos. Tanmateix, d'aquests cinc mesos, finalment es van reduir a tres van reduir a tres a causa de la imprevisible crisi sanitària del COVID 19, en la qual van decretar el tancament dels centres educatius. Aquest fet va donar lloc a una altra limitació, que és l'avaluació completa de la part pràctica de la proposta, ja que no es va poder realitzar en la seva totalitat. El bloc que es va veure més perjudicat va ser el bloc tres, referent a les habilitats socials, del qual només es van poder realitzar dues de les set sessions programades, quelcom que va fer que no es pogués treballar a fons aquest aspecte. No obstant això, es va poder dur a terme una avaluació global de tot el procés gràcies als aprenentatges adquirits en el conjunt de la proposta, i la implicació de les famílies des de casa a través de les classes virtuals que es van dur a terme.

Tanmateix, i com a perspectiva de futur, ens agradaria destacar la importància de dedicar temps per integrar les emocions i el que aquestes en deriven. Aquesta és una proposta per un grup d'EI-5 en concret i basada en els seus interessos, i per aquesta raó és essencial que si es volgués implementar en un altre grup

d'infants, primer es conegui la situació de la qual parteixen els alumnes i es facin les adaptacions necessàries depenent les seves necessitats, quelcom essencial i imprescindible pel desenvolupament emocional de cada etapa educativa. Com a futura línia d'investigació cal destacar la possibilitat d'implementar en la seva totalitat la proposta per poder fer-ne una valoració més global i poder extreure uns resultats més objectius.

Finalment, ens agradaria concloure amb una cita que va dir Carauso (2009) que creiem que defineix l'essència del nostre estudi “*És molt important entendre que la intel·ligència emocional no és l'oposat a la intel·ligència, no és el triomf del cor sobre el cap, és la intersecció de totes dues*”

### Referències bibliogràfiques

Bar-On, R. (2005). *The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)*. Recuperat a: [https://www.researchgate.net/publication/6509274\\_The\\_Bar-On\\_Model\\_of\\_Emotional-Social\\_Intelligence](https://www.researchgate.net/publication/6509274_The_Bar-On_Model_of_Emotional-Social_Intelligence)

Bar-On, R., i Parker, J.D.A. (2018). *EQ-I:YV. Inventario de inteligencia Emocional de BarOn: Versión para jóvenes*. Madrid: TEA Ediciones.

Bisquerra, R. (2015). *Universo de emociones*. Valencia: PalauGea.

Borgnakke, K. (2004). *Ethnographic studies and analysis of a recurrent theme: Learning by Doing*. Recuperat a: <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.2304/eej.2004.3.3.2>

Casassus, J. (2007). *La educación del ser emocional*. (2a edició) Santiago: Editorial cuarto propio.

Castillo, R., García, V., Pena, M., Galán, A., i Brackett, A. (2017). Resultados preliminares del método RULER en la inteligencia emocional y el compromiso laboral de profesores Españoles. *Electronic Journal of Research in educational Psychology*, <http://dx.doi.org/10.14204/ejrep.43.17068>

Cefai, C., Cooper, P. (2009). *Promoting Emotional Education*. London: Jessica Kingsley Publishers London and Philadelphia.

Clariana, M., Cladellas, R., Badia, M., i Gotzens, C. (2011). La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica. Recuperat a: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4625089>

- Damasió, A. (6 juny 2007) , Brain and mind: from medicine to society.1/2 [Arxiu de vídeo]. Recuperat a: <https://www.youtube.com/watch?v=KbacW1HVZVk&feature=Playlist&p=A2CC94330A5DF394&index=6&gl=ES>
- Damasió, A. (6 juny 2007). Brain and mind: from medicine to society. 2/2 [Arxiu de vídeo]. Recuperat a <https://www.youtube.com/watch?v=agxMmhHn5G4>
- Decroly, O. (1927). *La función de la globalización y la enseñanza*. Madrid: La Revista de Pedagogía.
- Denham, S.A., Zinsser K. i Bailey, C. S. (2011). *Emotional Intelligence in the First Five Years of Life*. Encyclopedia on Early Childhood Development, 1, pp. 1-7.
- Educaweb. (2016). *Les competències professionals*. Recuperat a: <https://www.educaweb.cat/continguts/laborals/noves-professions/les-competencies-professionals/>
- Ekman, P., Oster, H. (1979). *Expresiones faciales de la emoción*. Recuperat a: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=65835>
- Gallego-Gil, D. J., i Gallego-Alarcón, M. J. (2006). *Educación de la inteligencia emocional en el aula*. Madrid: PPC.
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligences: The Theory and Practice*. New York: Basic Books.
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional*. Javier Vergara . Santa Fe de Bogotá, Colombia
- Goleman, D., Boyatzis, R., i McKee, A. (2002). *El líder resonante crea más. El poder de la inteligencia emocional*. Barcelona: Plaza Janés.
- Holland, J. (1978). *La elección vocacional. Teoría de las inteligencias*. México: Trillas.
- Maturana, H. (2002). *Emociones y Lenguaje en Educación y Política*. (11a edición). Santiago de Chile: Dolmen Ediciones

- Ministerio de educación y formación profesional (2019). Inteligencia emocional y creatividad. Recuperat a: <http://www.educacionyfp.gob.es/educacion/mc/neurociencia-educativa/recursos/recursos-iemocional-creatividad/programas-intervencion.html>
- Mora, F. (2014). *Neuroeducación. Solo se puede aprender aquello que se ama*. Madrid: Alianza Editorial.
- Muñoz, M., i Bisquerra, R. (2014). *Diseño de un plan de educación emocional en Guipúzcoa: diseño y aplicación del programa de formación de formadores*. Recuperat a: [http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/58752/1/C623\\_634.pdf](http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/58752/1/C623_634.pdf)
- OMS. (1999). *Habilidades para la vida*. Recuperat a: [https://www.unicef.org/venezuela/spanish/Habilidades\\_Correcciones\\_Noviembre.pdf](https://www.unicef.org/venezuela/spanish/Habilidades_Correcciones_Noviembre.pdf)
- Sabater, V. (2019) Beneficios de la eneficiósca emocional. Recuperat a: <https://unycos.com/blog/eneficiós-de-la-inteligencia-emocional/>
- Salovey, P. i Mayer, J.D (1990). *Emotional intelligence*. Editorial: Natl book network
- Shechtman, Z. (2008). *Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy*. Manhattan:Springer
- Universitat de Cantabria (2018): Impacto psicológico del programa educación responsable. ER: Educación responsable. Recuperat a: <https://www.educacionresponsable.org/web/evaluacion/evaluacion-psicologicaer.html?preview=true>
- Vergel, C., García, D. (2004). *Las preguntas de los estudiantes: Una manera de construir el aprendizaje*. *Revista del instituto de estudiós superiores en Educación*. 5, 74-85.



## Annexos

### Annex 1. Models d'intel·ligència emocional

Taula 1

*Models d'intel·ligència emocional*

---

Model Mayer i Salovey	<p>Model que busca identificar i controlar les emocions aprenent a raonar amb elles. Avaluen la IE a partir d'habilitats emocionals i adaptatives com són:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ Percepció</li><li>○ Pensament</li><li>○ Raonament emocional</li><li>○ Regulació de les emocions</li></ul> <p>Avaluació:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ Mesures d'auto- informe</li><li>○ Mesures d'execució</li></ul>
Model de Bar-On	<p>Relaciona la intel·ligència emocional i la intel·ligència social. Proporciona la base teòrica per el EQ-I, ser emocionalment intel·ligent no únicament es fonamenta en conèixer i comprendre les pròpies emocions sinó també les dels altres. Hi ha 5 escales sobre els components que constitueixen la I.E:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ Intrapersonal</li><li>○ Interpersonal</li><li>○ Adaptabilitat</li><li>○ Gestió de l'estrès</li><li>○ Estat d'ànim en general</li></ul> <p>Avaluació: aquest instrument conté 133 ítems a partir de cinc escales i 15 subescales.</p>
Model de Goleman	<p>Model que tot i centrar-se en els processos emocionals no prescindeix dels cognitius. Té en compte aspectes de la personalitat. Avalua 5 dimensions de la intel·ligència emocional:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ Autorregulació</li><li>○ Consciència d'un mateix</li><li>○ Motivació</li><li>○ Empatía</li><li>○ Habilitats socials.</li></ul>

---

## Annex 2. Qüestionari al professorat.

*Qüestionari detecció de necessitats del centre educatiu.*

1. Quin grau d'importància li dones a l'educació emocional?

Poca 1 2 3 4 5 Molta

2. Creus que a la teva escola se li dóna la importància que aquesta requereix?

Poca 1 2 3 4 5 Molta

3. Com es treballa l'educació emocional a la teva escola?

4. Quin aspecte milloraries o canviaries?

5. Creus que tens la formació necessària per impartir una bona educació emocional?

6. Tens alguna proposta que t'agradaria implementar/proposar a l'escola pel que fa a l'educació emocional?

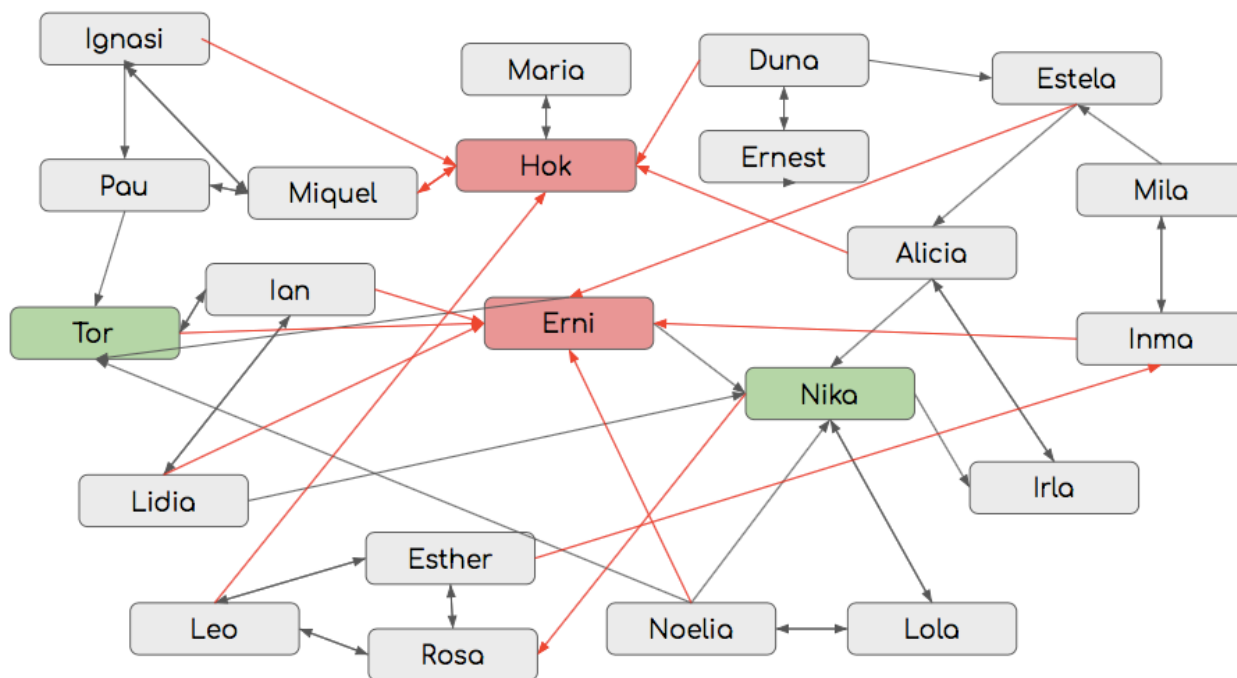
7. Autoritzo que aquest qüestionari pugui ser utilitzat, de manera anònima, i únicament dins de la Universitat Ramon Llull.

Si

### Annex 3. Graelles d'observació

	<i>Poc</i>	<i>A vegades</i>	<i>Força</i>	<i>Molt</i>	<i>Observacions</i>
<b>Consciència emocional</b>					
Identifica les seves emocions.					
Posa paraules a les seves emocions.					
Expressa com se sent.					
Reconeix les emocions dels altres.					
Posa paraules a les emocions dels altres.					
<b>Gestió de les emocions</b>					
Té estratègies per gestionar les emocions que li provoquen realitzar accions negatives.					
Té estratègies per gestionar les emocions que li provoquen realitzar accions positives.					
Plora davant els conflictes.					
Té poca tolerància a la frustració.					
<b>Empatia i habilitats socials</b>					
Escolta als companys/es.					
Respecta les opinions dels altres.					
Es comunica amb els altres de forma assertiva.					
Parla als altres amb respecte.					
Reconeix les habilitats dels altres.					
<b>Resolució de conflictes</b>					
Resol els conflictes de manera pacífica.					
Resol els conflictes mitjançant el diàleg.					
Mostra ira o ràbia davant els conflictes i no sap gestionar-la.					
Sap dialogar quan sorgeix un conflicte.					



#### Annex 4. Sociograma



*Els noms dels alumnes són ficticis per tal de garantir la seva seguretat i protecció de dades.*

## Annex 5. Activitats

- 1r trimestre

<u>Sessió</u>	<u>Descripció i recursos</u>
1.	<p data-bbox="600 443 1136 472" style="text-align: center;"><b><u>Ens trobem un missatge i una maleta a la classe.</u></b></p> <div data-bbox="293 555 555 824"></div> <p data-bbox="577 539 1445 860">En arribar a l'aula, els infants troben una maleta de viatge i un pergami. Dins la maleta hi ha: un conte, una bústia, cartolines, goma eva de colors, un cd i diverses capsos tancades. El pergami és de la Laura, protagonista del conte, la qual té un missatge per la classe de P5. Els informa que la maleta que han trobat a l'aula conté molt secrets que aniran descobrint en el transcurs dels dies; en aquesta sessió en concret, els demana que busquin un conte dins la maleta i li demanin a la mestra que el llegeixi.</p> <p data-bbox="293 927 1445 1055">El conte és el següent: <b>Així és el meu cor</b> de Witek (2014). La protagonista del conte explica que el seu cor és com una caseta on dins hi passen moltes coses i estan totes barrejades. Intenta explicar tot allò que passa dins del seu cor i acaba el conte amb una pregunta: <i>com és el teu cor?</i></p> <p data-bbox="293 1122 1445 1294">Després de llegir el conte, es reflexiona amb els infants sobre la història, si l'han entès, oferint la possibilitat d'explicar com creuen que és el seu cor, si s'assembla al de la Laura, etc. L'objectiu d'aquest debat és crear coneixement a través de la conversa i les opinions de tots els companys i companyes, per tal d'afavorir la inclusió de l'aula i que tots els alumnes puguin opinar i se sentin participants.</p> <ul data-bbox="341 1368 1445 1547" style="list-style-type: none"><li>• <b>Recursos materials:</b> Maleta, conte, cd amb música que expressi diverses emocions, una bústia, cartolines, goma eva de colors, capsos amb contorns de diferents cares, capsos amb miralls.</li><li>• <b>Recursos humans:</b> Infants, tutora i mestre de reforç.</li><li>• <b>Duració:</b> 1 hora aproximadament</li></ul>
2.	<p data-bbox="719 1715 1015 1744" style="text-align: center;"><b><u>Els miralls de les emocions</u></b></p> <p data-bbox="293 1809 1054 1982">En arribar a l'aula, els infants troben un nou pergami al mig de l'aula. Es procedeix a llegir-lo i descobreixen que és un nou missatge de la Laura. En aquest, els demana que busquin novament a la maleta on trobaran una capsos que conté un objecte màgic (miralls). Els diu que a</p> <div data-bbox="1078 1771 1452 2038"></div>

través d'aquest objecte podran veure que s'amaga dins del seu cor. Però no els explica com utilitzar-lo, sinó que els convida a esbrinar-ho sols.

En grups de dos, és dona un mirall per parella, i les docents simplement observen als infants deixant que siguin ells qui pensin i descobreixin que poden fer amb els miralls. La finalitat d'aquesta activitat és que sigui flexible i siguin els infants els protagonistes del seu aprenentatge.

Un cop han experimentat i han plantejat diferents propostes, la mestra els demana que pensin quelcom que els faci estar contents i observin la seva cara al mirall, descobrint així que li passa, com canvia el seu gest facial, etc. Altrament, els descriu diferents situacions i els demana que facin el mateix. L'objectiu d'aquesta activitat és que comencin a familiaritzar-se amb les emocions i les seves expressions per tal de començar a desenvolupar la seva consciència emocional.

L'activitat es fa en parelles perquè d'aquesta manera els infants descobreixin que tots tenim emocions però no les manifestem de la mateixa manera.

- **Recursos materials:** Pergamí, maleta, capsa amb miralls.
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Duració:** 1 hora aproximadament

3.

### La capsa de les emocions



En arribar a l'aula els infants troben un missatge de la Laura escrit a la pissarra. El llegeixen entre tots i descobreixen que la Laura necessita l'ajuda dels infants per endreçar la seva casseta, és a dir, el seu cor. Els proposa una activitat per la qual necessiten un altre objecte amagat dins la maleta.

L'objecte és una capça de color blau que conté diferents retalls de contorns facials, per tant, cares buides. La mestra, sorpresa, demana als infants com creuen que poden ajudar a la Laura a entendre les seves emocions. En tot moment s'intenta que siguin els mateixos infants qui decideixin com segueix l'activitat, les mestres han de ser les acompanyants en aquest procés.

No obstant això, se'ls guia cap a una activitat. Una de les possibles propostes esdevé pensar en una emoció i dibuixar la seva expressió. Per fer-ho, es pot fer ús de l'activitat anterior, proporcionant als infants els miralls per tal de poder-los ajudar a observar les seves expressions.

Per concloure, es manté una conversa on expliquen les emocions que han dibuixat i el perquè les han realitzat d'aquesta manera, en què han pensat i que han observat.

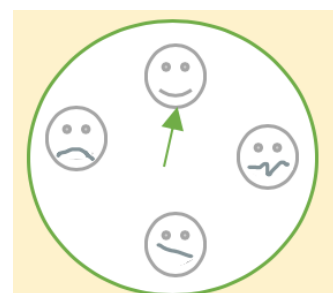
Finalment, es posen totes les cares a la capsa inicial i se li envien a la Laura a través de la bústia que hi ha dins la maleta, per donar-li resposta als seus neguits i ajudar-la a entendre que li passa dins del seu cor.

- **Recursos materials:** maleta, capsa amb retalls i miralls.
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Duració:** 1 hora aproximadament

4.

#### Fem el nostre rellotge de les emocions

La Laura els envia una nota donant-los les gràcies per l'ajuda proporcionada. Així mateix, els retorna les cares que varen fer a l'activitat anterior perquè ja no les necessita. Els explica que ha realitzat un rellotge de les emocions que l'ajuda a entendre com se sent. Li serveix per poder identificar quan està enfadada, quan està trista, sorpresa, etc.



Proposa als infants crear ls seu propi rellotge de les emocions per veure si a ells també els ajuda. Però aquesta vegada els diu que no porta cap material, que hauran de ser ells qui esbrinin com fer-lo.

Entre tots els infants pensen com dissenyar un rellotge de les emocions, que necessiten i com s'ha de fer. La intenció és que el rellotge tingui una agulla per tal que els infants la puguin orientar en direcció a l'emoció que senten en aquell moment.

Un cop pensat, dissenyat i muntat el rellotge, els infants se l'enduen a casa. La finalitat és que fer participis a les famílies d'aquest centre d'interès i donar-los més estratègies per poder parlar d'emocions d'una manera més dinàmica amb els seus fills/es. Altrament, als infants els ajudarà a poder-se expressar i posar paraules i/o imatges a aquelles emocions les quals mostren dificultat per identificar.

- **Recursos materials:** Depèn del material que requereixi l'alumnat.
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Duració:** 1 hora aproximadament.

5.

### La música que ens emociona

Aquesta sessió es du a terme a l'hora d'educació visual i plàstica. L'activitat s'inicia amb una conversació sobre que són les emocions i per a què serveixen, amb la finalitat d'observar i treballar a partir dels coneixements que han anat adquirint durant aquestes setmanes anteriors.

Posteriorment, es reparteix la imatge d'un quadre a cada infant i se'ls demana que la mirin i reflexionin sobre com els fa sentir (si és una imatge que els agrada, si els fa sentir por, etc.). Després d'un temps de reflexió, cada infant de manera individual explica els seus sentiments vers la imatge i la classifica en una categoria, per exemple: alegria.

Com a conseqüència, hi haurà diferents quadres classificats en una mateixa categoria. Un cop posat en comú, els infants observen els quadres i miren quins són els aspectes que tenen en comú, quins són els colors que han predominat com a colors alegres, quins colors els han fet sentir més tristos, com són les expressions dels quadres que els han fet sentir por, etc.

Un cop realitzada la contextualització es proporciona a cada infant un antifaç i una capsa de ceres de color per taula. S'agafa el cd de la maleta de la Laura i es posa al reproductor de música.

En primer lloc, els infants es cobreixen els ulls i se'ls demana que interioritzin la cançó que sonarà: Sonata Claro de Luna de Beethoven (1802) i pensin com els fa sentir. Un cop escoltada la cançó es destapen els ulls i fan un dibuix tenint en compte l'emoció que predomina en aquell instant per a ells. És molt probable que sorgeixin emocions diferents, i és molt important remarcar el fet que totes són correctes, perquè no tothom té la mateixa emoció davant d'un mateix estímul.

Un cop realitzat el primer dibuix, es procedeix a canviar de cançó, en aquest cas: "Happy!" de Williams (2013). Durant el procés del dibuix es recomana tornar a posar la cançó.

L'objectiu d'aquesta sessió és que els infants siguin conscients que les emocions poden ser expressades de múltiples formes, en aquest cas a través d'expressions artístiques com són la pintura i la música.

- **Recursos materials:** Cartolines i ceres, antifaç , Reproductor de música, i imatges dels quadres.
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Durada:** 1:30 hores aproximadament.



6.

### Fem ioga

L'activitat té lloc a l'àrea d'educació física. La mestra de psicomotricitat prepara una varietat d'exercicis de relaxació per tal que els infants puguin sentir-se calmats. La pràctica del ioga i de tècniques de relaxació en general, ajuda a l'infant a descobrir i potenciar el seu estat de tranquil·litat. La tranquil·litat és una excel·lent habilitat emocional, ja que mantenir la serenitat ajuda als infants a no adoptar una actitud negativa davant les circumstàncies externes.



D'altra banda, un dels objectius és que l'infant sigui conscient que el seu cos és un mitjà molt important per transmetre les emocions als altres.

Per aquesta raó, se'ls demana diferents exercicis relacionats amb les emocions com, adoptar una postura que els recordi a l'alegria, una postura que realitzin quan tenen por o quan enfadats, etc. Mitjançant el joc, un infant fa una postura alhora que diu la seva emoció i la resta de companys l'imiten, i així successivament.

Darrerament, es posa música amb diferents tipus d'intensitat i es deixa que l'infant experimenti amb el seu cos i les seves emocions.

Per concloure, es posa música tranquil·la i es fa un cercle per parlar de com a anat l'activitat i donar oportunitat als infants que necessitin expressar quelcom.

- **Recursos materials:** Matalassos, reproductor de música.
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre d'educació física.
- **Durada:** 1 hora aproximadament.

7.

### Racó de les emocions

Creació d'un racó de les emocions pensat pels infants. Aquesta activitat és totalment flexible, els infants són els protagonistes d'aquest racó i són qui decideixen que volen en aquest.

Els adults en aquest aspecte han d'assegurar-se d'oferir un espai en el qual se sentin còmodes i estimats. Les educadores seran les encarregades d'acompanyar a l'alumnat en aquest procés, treballant així capacitats com les que planteja el currículum d'educació infantil, aprenent a ser i actuar d'una manera cada vegada més autònoma.

Hauran de crear un clima de calma i relaxació pel bon funcionament de l'activitat i alhora motivar als infants a gaudir i aprendre. Tot i ser els infants els qui escullen els diferents elements, les docents han de tenir pensat diferents tipus de material per poder-los fer servir d'exemple i de guia, com per exemple:

- Un mirall amb imatges de cares realitzant diferents expressions.
- Un termòmetre on puguin expressar el seu estat de frustració
- Un dau de les emocions
- Un rellotge de les emocions
- Diferent material que facilitin les famílies
- Una bústia per deixar comentaris bonics o fer preguntes sobre les emocions als companys
- Contes de les emocions
- Un objecte que els faci sentir segurs.
- Etc

Aquesta activitat es realitzada primerament en petits grups per pensar que és allò que els agradaria afegir i/o crear pel racó i després de manera grupal per compartir-ho i pensar en possibles alternatives per dur-lo a terme.

- **Recursos materials:** Depèn del material que requereixin les decisions dels infants.
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Duració:** Mínim 3 sessions d'1 hora.

#### Cloenda

8.

Es fa una rotllana per parlar sobre com s'han sentit els infants durant tot el procés d'aquesta proposta. Les mestres recorden les diferents activitats i potencien la participació de tots els infants perquè expressin com s'han sentit, que és allò que han après, que és el que menys els ha agradat, quines coses voldrien continuar fent, etc. Així mateix, les mestres escolten quines noves propostes tenen els infants per tal de poder-les introduir en la següent programació.

Ha de ser un debat amb un clima càlid i acollidor, sense obligar a parlar a cap infant. Ha de ser un espai per expressar-se sense sentir-se pressionat. No obstant això, és important que les docents convidin a tots els infants per tenir una visió més global i objectiva del grup en general.

- **Recursos materials:** cap
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Duració:** 1 hora aproximadament

- 2n trimestre

<u>Sessió</u>	<u>Descripció i recursos</u>
1.	<p data-bbox="676 465 1027 495" style="text-align: center;"><b><u>Lectura del conte: Tinc un volcà</u></b></p> <div data-bbox="1190 551 1425 848" style="float: right;"> </div> <p data-bbox="290 613 1166 837">L'activitat comença amb la lectura: Tinc un volcà de <a href="#">Turu i Tirado</a> (2018). Un conte on la protagonista explica que té com un volcà entre el melic i les costelles, que són les seves emocions, però ella encara no ho sap. Fins que un dia arriba la Fada dels volcans i li dona estratègies per no patir tant. És un llibre per començar a parlar de la gestió de les emocions.</p> <p data-bbox="290 943 1414 1066">Després de llegir-lo, s'inicia una conversa i es pregunta als infants que és quelcom que fa que s'encengui el seu volcà. Dit d'una altra manera, que és el que els fa enfadar, i quines solucions podem realitzar per calmar aquest volcà i tranquil·litzar-nos.</p> <p data-bbox="290 1106 1414 1232">L'objectiu principal és, reflexionar amb els infants i que siguin conscients que totes les persones a vegades manifestem uns sentiments que ens fan realitzar accions negatives i que no ens agraden, però que hi ha diferents tècniques per poder-les gestionar.</p> <p data-bbox="290 1270 1414 1395">S'ha d'educar als infants en la importància de no fugir, ni deixar de parlar sobre aquests sentiments, sinó que s'han d'acceptar i s'han de parlar. Per aquesta raó, és essencial fer-los sentir segurs i mostrar-los confiança.</p> <p data-bbox="290 1433 1414 1655">Les docents tenen un paper molt important en aquesta conversa, han de participar perquè els infants se'n adonin que als adults també tenen aquestes emocions i se sentin més recolzats. La finalitat és que comencin a veure que no és necessari reprimir les emocions que creuen negatives, sinó donar valor a parlar-ne d'elles. Els adults en comptes de dissimular, hem de prendre aquests moments com una ocasió per compartir-ho amb ells.</p> <ul data-bbox="341 1742 967 1868" style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recursos materials:</b> conte tinc un volcà</li> <li>• <b>Recursos humans:</b> Infants, tutora i mestre de reforç.</li> <li>• <b>Duració:</b> 1 hora aproximadament.</li> </ul>

2.

### **Fem el nostre volcà**

Aquesta sessió es du a terme a l'àrea de descoberta de l'entorn amb la realització d'un experiment. La metàfora de l'experiment té a veure amb el conte anterior, crear un volcà i aprendre a controlar-lo.

Primerament, s'agafa un got de plàstic i es posa a l'interior d'una safata. Després, es cobreix els costats amb plastilina deixant descoberta la part superior de got, aconseguint així una forma de volcà. S'emplena el volcà (got) de vinagre i es deixa a la safata.

S'agafa un altre got i s'omple amb bicarbonat de sodi. Alhora es demana als infants que escriguin en una etiqueta quelcom que els faci estar enrabiats. Un cop tenen les etiquetes preparades, es tanquen i es llencen dins el bicarbonat de sodi.

Posteriorment, es llença el bicarbonat de sodi dins el volcà, fent que aquest entri en erupció i comenci a sortir espuma.

Un cop realitzat l'experiment, es manté un diàleg sobre què ha passat quan s'han llençat les emocions "negatives" dins del volcà. I s'intenta buscar una possible solució amb els infants, com podria ser: posar tècniques de gestió de les emocions (respirar abans d'actuar, contar fins a 10, pensar en coses boniques, etc.) i posar-les dins d'un got d'aigua. Si llencem el got d'aigua dins del volcà, aquest entrarà en calma i no tornarà a erupcionar.

Amb aquest experiment es pretén començar a familiaritzar els infants amb les tècniques de gestió de les emocions i siguin conscient dels seus efectes positius.

- **Recursos materials:** plastilina, got, vinagre, aigua, bicarbonat de sodi, paper, llapis
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Duració:** 1:30 hores aproximadament.

3.

### **Renovem el racó de les emocions i fem un espai per la seva gestió**

La idea és renovar el racó de les emocions que van dur a terme el primer trimestre i pensar amb els infants un altre possible racó amb tècniques de gestió de les emocions. Recordant que aquesta activitat és totalment flexible i els infants són els protagonistes d'aquest racó i han de ser ells qui decideixen que volen en ell.

Possibles idees: Creació de pautes per quan ens enfadem (respira, pensa i actua), semàfor de les emocions per poder explicar que ens està passant i en quin nivell ens trobem, posar objectes que donin seguretat als infants quan estan tristos o tenen por i puguin recórrer a ells, etc.

- **Recursos materials:** Depèn de les decisions dels infants
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Duració:** 2 hores aproximadament.

4.

#### Creació de la bústia del carter.

Creació d'una bústia que anirà al costat del racó de les emocions. L'objectiu d'aquesta bústia és que els infants puguin posar missatges dins sobre situacions que volen parlar amb els companys i/o la mestra. Situacions que s'han trobat en el seu dia a dia i els ha fet enfadar, posar contents, tristos, tenir por, etc.

Al final de cada dia, s'obrirà la bústia i es llegirà o s'exposarà el cas, i entre tots els infants es buscarà trobar possibles solucions per si torna a passar, per poder calmar a l'infant, etc. És un espai optatiu, no s'obliga a cap infant a participar, ha de ser voluntari. Els mestres han d'animar als infants a què ho facin i fer-los veure els aspectes positius que té, però mai obligant.

- **Recursos materials:** Cartró, pintura, sobres, cartes.
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Duració:** 1 hores aproximadament per la creació i control diari.

5

#### L'enigma de l'ocell groc.



l'acceptació de la diversitat.

L'activitat comença amb la lectura del conte: L'ocell groc de Dios. La història tracta d'un ocell que té les ales molt petites i no pot volar. No obstant això té una gran habilitat, és un gran inventor i creador. Gràcies a la seva habilitat crea un invent per poder volar i descobreix que hi ha molt altres animals que tampoc poden volar. És un llibre que ensenya valors com són la generositat, l'amistat i

La finalitat d'aquesta activitat és fer la lectura del conte fins a la pàgina 7, on l'ocell groc es posa trist després de rebre les postals d'altres ocells que poden volar i estan visitant llocs del món molt bonics. En

	<p>aquesta pàgina es demana als infants que pensin una solució perquè l'ocell groc no estigui trist i pugui visitar tots aquests llocs.</p> <p>Es demana als infants que busquin un final alternatiu per aquest conte i el dibuixin per a després poder-ne parlar en una altra sessió. La mestra proporciona el pdf del conte a les famílies fins a la pàgina 7 perquè puguin tornar-lo a explicar a casa. I se'ls deixa una setmana perquè pensin possibles solucions i dibuixin o facin alguna creació de com podria acabar aquesta lectura.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recursos materials:</b> Conte ocell groc, pdf del conte.</li> <li>• <b>Recursos humans:</b> Infants, famílies, tutora i mestre de reforç.</li> <li>• <b>Duració:</b> 40 minuts aproximadament.</li> </ul>
6.	<p style="text-align: center;"><b><u>Compartim els nostres finals</u></b></p> <p>Per aquesta sessió és necessari que cada infant porti de casa el final de la història de l'ocell groc. En rotllana cada nen i nena presenta als seus companys/es els seus dibuixos o les seves creacions. Després de presentar tots els finals alternatius, s'obre un diàleg per parlar del perquè d'aquests finals, en què van pensar a l'hora de realitzar-los, que els sembla el final dels altres companys, quines emocions creuen que tindrà l'ocell groc amb aquests finals, etc.</p> <p>Un cop presentats tots els finals, es posen dins d'una carpeta i es deixen al racó de les emocions, perquè cada infant pugui veure'ls o llegir-los quan li vingui de gust.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recursos materials:</b> Conte ocell groc, dibuixos dels infants.</li> <li>• <b>Recursos humans:</b> Infants, famílies, tutora i mestre de reforç.</li> <li>• <b>Duració:</b> 1 hora aproximadament.</li> </ul>
7	<p style="text-align: center;"><b><u>Racons d'habilitats</u></b></p> <p>Recordant el conte de l'ocell groc, recopilem que era un bon inventor i creador, però i els infants de la classe? En què són bons? Quines són les seves habilitats? Per tal de descobrir-ho es proposa fer una dinàmica de racons. Es preparen diferents espais d'habilitats a l'aula:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Racó de plàstica ( Habilidad artística, habilitats motores fines, creativitat ...)</li> </ol>

2. Racó d'escriptura ( Habilitats associades al llenguatge, a la creativitat ...)
3. Racó dels esportistes ( Habilitats de psicomotricitat, habilitats motores ...)
4. Racó de lectura ( Habilitats comunicatives, de llenguatge, creativitat...)
5. Racó de puzles i jocs d'estratègia ( Habilitats de pensament lògic, creativitat, d'anàlisi, motricitat fina, coordinació oculo-manual ...)
6. Racó d'arquitectes ( Habilitats matemàtiques, habilitats motricitat fina, ...)

Material necessari per a cada racó:

1. Cavallets, pinzells, pintura, ceres, colors, fulls, cartolines, tisores, pega, pompons, purpurina, llapis, goma, plomes, i altres materials quotidians.
2. Lletres, paper, bolígrafs, llapis, colors, contes, tps d'estampació amb lletres i llibretes.
3. Matalassos, anelles, pilotes, cintes, i altre material de psicomotricitat
4. Llibres, titelles i tauletes digitals amb contes.
5. Puzles, memori, Carcassone junior, tres en ratlla, Mikado, dominó i altres jocs de taula.
6. Regles, llapis, goma, escaires i cartabons.

L'objectiu és que sigui un espai on els nens i nenes tinguin lliure circulació i sense limitacions. No s'obliga a cap infant a participar en un racó. La finalitat és que explorin i descobreixin quins són els seus interessos i les seves habilitats, així com quines són les seves limitacions i quelcom que no els motiva tant.

- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Duració:** 2 hores aproximadament.

8.

### Parlem i descobrim!

Recopilant l'activitat anterior, s'obra un debat de l'experiència i com s'han sentit. S'ha de crear un clima càlid i de confiança que permeti a l'infant poder parlar dels seus interessos (coses que m'agraden), de les seves habilitats (què se'm dóna bé) i coses que creuen que podrien millorar o que no els agraden. Gràcies a l'activitat anterior podran dialogar sobre els infants als quals els ha agradat més el racó de plàstica, si hi ha infants que diuen que no els agrada dibuixar, etc. I adonar-se que tots ells tenen habilitats i interessos diferents i junts poden arribar a fer més coses.

Un cop parlat de la mateixa persona, s'inflarà un globus. Abans de començar el joc es parlarà de què hi ha moltes habilitats més com són ser bon company, respectuós, divertit, etc. En rotllana un nen o nena li donarà el globus a algun altre company i dirà una habilitat o cosa que li agrada d'ell, per exemple: m'agrada com dibuixes, m'agrada quan m'abrades, etc. I així successivament. D'aquesta manera es treballa la identitat i autoconeixement propi i del grup classe i les relacions que s'estableixen.

- **Recursos materials:** globus
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Duració:** 2 hores aproximadament.

9.

### Cloenda


Es fa una rotllana per parlar sobre com s'han sentit els infants durant tot el procés d'aquesta proposta. Les mestres recorden les diferents activitats i potencien la participació de tots els infants perquè expressin com s'han sentit, que és allò que han après, que és el que menys els ha agradat, quines coses voldrien continuar fent, etc. Així mateix, les mestres escolten quines noves propostes tenen els infants per tal de poder-les introduir en la següent programació.

Ha de ser un debat amb un clima càlid i acollidor, sense obligar a parlar a cap infant. Ha de ser un espai per expressar-se sense sentir-se pressionat. No obstant això, és important que les docents convidin a tots els infants per tenir una visió més global i objectiva del grup en general.

- **Recursos materials:** cap
- **Recursos humans:** Infants, tutora i mestre de reforç.
- **Duració:** 1 hora aproximadament



- 3r trimestre

<u>Sessió</u>	<u>Descripció i recursos</u>
1.	 <p>Es procedeix a la lectura del conte: La nena huracà i el nen esponja (Brenman, 2018). És una història sobre una nena molt inquieta i plena d'energia, la qual coneix al parc a un company molt diferent. Aquest és un nen tímid al qual no li agrada l'acció ni cridar molt l'atenció, no obstant això, és un gran observador. Tots dos són molt diferents però demostren que no és quelcom que els allunyi sinó que els enriqueix.</p> <p>Després de la lectura d'aquest conte s'obre un debat donant l'oportunitat als infants de manifestar les seves inquietuds i donar la seva opinió. Com els infants ja tenen més clar el seu autoconcepte, es podrà parlar sobre aquest i sobre les diferències que manifesten vers als companys/es. A l'aula mai trobarem a ningú idèntic, és molt important conscienciar als infants que cadascú és diferent i que aquesta és l'essència que ens fa ser únics i especials. Es poden comparar interessos, aspectes físics, aspectes emocionals, etc. I és important que es treballi el respecte cap a l'altra persona en tot moment.</p> <p>L'objectiu de la lectura i el debat posterior d'aquest conte és que els infants desenvolupin capacitats d'empatia i d'habilitats socials cap als altres. En aquest trimestre els infants ja tenen més clar quin és el seu autoconcepte i per aquesta raó és necessari treballar el respecte cap als altres.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recursos materials:</b> conté nena huracà i nen esponja</li> <li>• <b>Recursos humans:</b> Infants, tutora i mestre de reforç.</li> <li>• <b>Duració:</b> 1 hora aproximadament.</li> </ul>
2.	<p style="text-align: center;"><b><u>Qui sóc jo?</u></b></p> <p>A l'hora de plàstica els infants poden anar al racó de les emocions i observar i experimentar amb tot el material existent. Durant un període de temps determinat, 20 minuts aproximadament, es proporciona un espai lliure perquè puguin conversar, opinar, observar i manipular tots els elements del racó. Tanmateix, se'ls proporciona els tres llibres que s'han llegit durant el curs, i d'altres que s'han anat treballant durant el dia a dia sobre les emocions, com El emocionómetro del Inspector Drilo (Isern, 2016) treballat a la matèria de llengua castellana.</p> <p>Un cop observat tot el material i conversat amb els companys, es posa música i es proporciona diferents racons a l'aula com: coixins a terra, taules i cadires, cavallets de pintura, paper d'embalar a terra, paper d'embalar a les parets i diferent material plàstic manipulable. Es posa música i es demana als infants que</p>

	<p>facin un dibuix sobre com són i com se senten en aquest moment. Explicant-los que no s'han de fer un retrat si no volen, algú pot dibuixar un paisatge perquè li agrada la natura i està tranquil, d'altres poden dibuixar-se ballant amb un amic, perquè els agrada molt estar amb els amics i estan contents, etc. I poden escollir on deixar la seva empremta.</p> <p>En acabar les creacions, es fa una volta per l'espai i cada infant explica com s'ha presentat a ell mateix perquè els seus companys/es puguin entendre i respectar la seva obra. Podent així, fer-se preguntes i demanar inquietuds entre ells.</p> <p>L'objectiu d'aquesta activitat és que indagari més en el seu autoconcepte i poder veure qui ha entès més enllà de les emocions bàsiques. Tanmateix, veure els diferents autoconceptes dels companys/es de la classe.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Recursos materials:</b> coixins a terra, taules i cadires, cavallets de pintura, paper d'embalar a terra, paper d'embalar a les parets , diferent material plàstic manipulable i radiocasset o música.</li><li>• <b>Recursos humans:</b> Infants, tutora i mestre de reforç.</li><li>• <b>Duració:</b> 2 hores aproximadament.</li></ul>
3.	<p style="text-align: center;"><b><u>Fem una recepta amb plastilina!</u></b></p> <p>L'activitat consisteix a fer una recepta de com creiem que és un company/a de la classe. Primer es crea el plat i després es comença a "cuinar". Un exemple pot ser: La Nika té boletes de somriure, fideus de bona dibuixant i sucre d'amics, perquè té molts amics. Aquesta activitat té com a objectiu pensar i conèixer les qualitats, els interessos i les coses bones que tenen els nostres companys/es. Així com afavorir les relacions entre el grup classe i desenvolupar capacitats d'empatia.</p> <p>Després de fer la creació del plat, es du a terme l'intercanvi, en aquest moment cada infant regala a l'altra persona la seva recepta per poder-se-la emportar a casa i explicar-la a les seves famílies. És un moment on per parelles expliquen quins ingredients han posat i el perquè, podent compartir un espai amb l'altre, tot respectant i opinant sobre el resultat.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Recursos materials:</b> plastilina</li><li>• <b>Recursos humans:</b> Infants, tutora i mestre de reforç.</li><li>• <b>Duració:</b> 1 hora aproximadament</li></ul>

4.	<p style="text-align: center;"><b><u>Creació del nostre conte</u></b></p> <p>L'activitat consisteix a confeccionar una història inventada pel grup d'infants. Els nens i nenes crearan diferents fragments d'una història imaginària, que donarà lloc a una narració col·lectiva.</p> <p>En primer lloc, es fa una rotllana per tenir contacte visual amb tots els participants de l'activitat. Un cop creat un ambient tranquil, s'introdueix com és l'estructura d'un conte, explicant les seves parts i la importància dels personatges. Tot i que aquest aspecte, seria interessant haver-lo treballat amb temps abans de realitzar l'activitat.</p> <p>En segon lloc, s'inicia la creació dels personatges i l'espai on volen desenvolupar els esdeveniments que tindran lloc a la seva història. En aquesta part és essencial l'escolta cap als altres i el respecte per les seves opinions, ja que hauran de consensuar les seves decisions.</p> <p>Finalment, un cop tenir clar els personatges i l'espai, es comença a crear fragments de la narració. Adoptant recursos pels infants que tenen una manera d'aprendre més visual, es va dibuixant la seqüència a la pissarra entre tots o a terra en un tros de paper.</p> <p>Amb aquesta activitat es treballen molts aspectes que indirectament tenen molt a veure amb les emocions i la seva gestió. Els infants han d'escoltar als altres i adonar-se'n que no sempre tindran el poder de decidir, sinó que hauran d'acceptar i consensuar amb els companys/es, desenvolupant així capacitats relacionades amb les habilitats socials i de resolució de conflictes. Tanmateix, els donarà estratègies per aprendre a gestionar la frustració que els pot portar el fet de no poder decidir únicament ells mateixos i el fet d'adoptar diferents rols dins d'un mateix equip.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recursos materials:</b> Pissarra, paper d'embalar, colors, contes.</li> <li>• <b>Recursos humans:</b> Infants, tutora i mestre de reforç.</li> <li>• <b>Duració:</b> 1 hora abans del pati i una altra al tornar, per tenir temps de desconnectar.</li> </ul>
5.	<p style="text-align: center;"><b><u>Elaboració del conte</u></b></p> <p>Els infants en grups de 5 han d'escollir com volen representar un dels fragments del conte. Podent escollir el tipus de suport, el tipus de material que volen utilitzar, etc. Així mateix, s'hauran de posar d'acord per escollir qui dibuixa cada cosa o qui pinta quelcom. Serà un treball en equip que després s'ajuntarà i s'enquadrarà per tal de tenir-lo sempre a l'aula.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recursos materials:</b> Depenent de la decisió dels infants.</li> <li>• <b>Recursos humans:</b> Infants, tutora i mestre de reforç.</li> <li>• <b>Duració:</b> Més d'una sessió, depenent del procés.</li> </ul>

6.	<p style="text-align: center;"><b><u>Fem teatre</u></b></p> <p>Per donar per acabada l'activitat de la història de la classe, es fa un gran teatre. Les mestres preparen un guió senzill i els alumnes decideixen quin personatge volen ser. Entre tots els infants pensen quin personatge poden fer millor segons la seva manera de ser, els seus interessos, etc. arribant a un acord comú.</p> <p>Un cop decidit, durant diverses sessions es prepara l'actuació, l'escenari i es convida a les famílies a veure l'espectacle. L'escenari i el vestuari també el dissenyaran els infants treballant en equip.</p> <p>Aquesta activitat requereix d'organització i de resoldre conflictes mitjançant el diàleg establert entre iguals.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recursos materials:</b> Depen del material que es decideixi utilitzar.</li> <li>• <b>Recursos humans:</b> Infants, tutora i mestre de reforç.</li> <li>• <b>Duració:</b> 5 sessions aproximadament.</li> </ul>
7.	<p style="text-align: center;"><b><u>Cloenda</u></b></p> <p>Es fa una rotllana per parlar sobre com s'han sentit els infants durant tot el procés d'aquesta proposta. Les mestres recorden les diferents activitats i potencien la participació de tots els infants perquè expressin com s'han sentit, que és allò que han après, que és el que menys els ha agradat, quines coses voldrien continuar fent, etc. Així mateix, les mestres escolten quines noves propostes tenen els infants per tal de poder-les introduir en la següent programació.</p> <p>Ha de ser un debat amb un clima càlid i acollidor, sense obligar a parlar a cap infant. Ha de ser un espai per expressar-se sense sentir-se pressionat. No obstant això, és important que les docents convidin a tots els infants per tenir una visió més global i objectiva del grup en general.</p> <p>Per finalitzar, es parla de les relacions que s'han establert durant aquest trimestre, per poder veure s'ha complert un dels objectius de la proposta i l'organigrama inicial ha sigut més positiu. Convidant als infants a parlar de com s'han sentit treballant amb altres companys/es amb els quals no estaven tan acostumats, si han descobert que tenen coses en comú amb algun altre igual, si han sorgit conflictes dels quals voldrien parlar, etc.</p>

- |  |  |
|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Recursos materials:</b> cap</li><li>• <b>Recursos humans:</b> Infants, tutora i mestre de reforç.</li><li>• <b>Duració:</b> 1 hora aproximadament</li></ul> |
|--|--|