

# Les emocions dels infants de l'escola bressol, en un espai multisensorial

Curs 2018-2019

Projecte final del Postgrau en Educació Emocional i Benestar

Autora: Laia Mejias Balastegui



UNIVERSITAT DE  
BARCELONA

Projecte Final del Postgrau en Educació Emocional i  
Benestar subjecte a una llicència de Creative  
Commons:



Reconeixement-NoComercial-CompartirIgual 3.0 No adaptada de  
Creative Commons

La direcció del Postgrau en Educació Emocional i Benestar possibilita la difusió dels treballs, però no es pot fer responsable del contingut.

Mejias Balastegui, L. (2019) *Les emocions dels infants de l'escola bressol, en un espai multisensorial*. Barcelona, Universitat de Barcelona

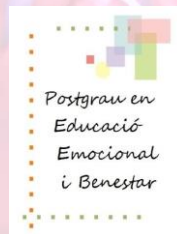
Per citar l'obra: <http://hdl.handle.net/2445/172639>



UNIVERSITAT DE  
BARCELONA



LES EMOCIONS DELS INFANTS DE  
L'ESCOLA BRESSOL EN UN ESPAI  
MULTISENSORIAL



Universitat de Barcelona

Autora: LAIA MEJÍAS BALASTEGUI

Tutora: Èlia López Cassà

27 DE JUNY DE 2019

## RESUM

L'educació emocional és un camí sense final on aprenem contínuament amb les noves situacions que ens sorgeixen a la vida. Així, és important introduir als nostres infants en aquest món d'emocions i sensacions per tal que puguin desenvolupar-se en harmonia tot apropant-se al màxim al seu benestar emocional. I aquest ha sigut el principal objectiu amb aquest treball, proposar un programa d'educació emocional per a infants d'entre u- dos anys per treballar la consciència emocional de la tristesa, la ira i l'alegria mitjançant un entorn potenciador de sensacions: la sala multisensorial.

*Paraules clau:* Educació emocional- consciència emocional- benestar emocional- sala multisensorial

# INDEX

<b>1.</b>	<b>INTRODUCCIÓ</b>	<b>Pàg. 3</b>
<b>2.</b>	<b>FONAMENTACIÓ TEÒRICA</b>	<b>Pàg. 4</b>
2.1	Concepte d'emoció	Pàg. 4
2.2	Tipologia i funcions de les emocions	Pàg. 5
2.3	La Intel·ligència emocional i les Intel·ligències múltiples	Pàg. 7
2.4	Educació emocional i les competències emocionals	Pàg. 9
2.5	Menció de l'educació emocional en el currículum d'Educació Infantil de primer cicle	Pàg. 11
2.6	Desenvolupament emocional dels nens i nenes en aquestes edats	Pàg. 13
2.7	Consciència emocional	Pàg. 15
2.8	Sala multisensorial	Pàg. 15
<b>3.</b>	<b>MODALITAT D'APLICACIÓ D'UN PROGRAMA</b>	<b>Pàg. 17</b>
3.1	Anàlisi del context on s'aplica el programa	Pàg. 17
3.2	Necessitats identificades	Pàg. 18
3.3	Objectius	Pàg. 19
<b>4.</b>	<b>CARACTERÍSTIQUES DEL PROGRAMA</b>	<b>Pàg. 21</b>
4.1	Activitats del programa	Pàg. 21
4.2	Metodologia	Pàg. 24
4.3	Procés d'aplicació	Pàg. 25
4.3.1	Modificacions	Pàg. 27
4.4	Estratègies d'avaluació	Pàg. 28
4.5	Avaluació del programa	Pàg. 29
<b>5.</b>	<b>CONCLUSIONS</b>	<b>Pàg. 32</b>
<b>6.</b>	<b>AUTOAVALUACIÓ</b>	<b>Pàg. 33</b>
<b>7.</b>	<b>BIBLIOGRAFIA</b>	<b>Pàg. 34</b>
<b>8.</b>	<b>ANNEXOS</b>	<b>Pàg. 36</b>

## 1. INTRODUCCIÓ

L'elecció de la temàtica d'aquest projecte no ha estat fàcil. En el moment en què el professorat del postgrau em va plantejar aquesta tasca em sentia perduda i sense saber cap a on dirigir el meu treball. Poc a poc, i després de moltes reflexions vaig anar trobant el meu camí. Així, la decisió i motivació per dur a terme aquesta implementació ha estat acadèmica.

Des d'un principi, l'únic que tenia clar era que volia intervenir amb els infants de l'escola bressol on treballa. Va ser en una reunió d'equip quan vaig trobar la direcció d'aquest treball. En aquesta trobada, es va comentar la poca utilitat de la sala multisensorial; va ser llavors quan se'm va presentar la solució a tots els meus dubtes: elaboraria el meu projecte d'educació emocional en la sala multisensorial del centre on treballa. D'aquesta manera, complementava la meva tasca acadèmica alhora que desenvolupava el meu rol professional de docent. I a més a més, amb aquesta proposta aprofitaríem els recursos materials, que actualment no se li donaven profit per manca de recursos professionals, per potenciar l'educació emocional en els infants de l'escola. En aquell moment, vaig oferir la meva proposta a la directora i aquesta va acceptar, mostrant-se motivada amb el projecte. Per tant, en tot moment, m'he sentit acompanyada i recolzada per l'equip directiu i l'equip docent del centre.

Un cop havia triat la temàtica, em sentia il·lusionada ja que aquest projecte m'ajudaria a complir l'objectiu d'aprenentatge que m'havia plantejat: aprendre a educar les emocions en infants de 0-3 anys mitjançant un material específic el qual activa tots els sentits.

En aquesta línia, el treball es centra en la intervenció amb infants que es troben en l'etapa 0-3 anys. Aquesta intervenció es farà mitjançant un programa el qual treballa l'educació emocional en un àmbit específic com és la sala multisensorial.

És ben cert que voler abordar tot el que comporta l'educació emocional en un programa és una tasca ambiciosa i difícil d'aconseguir. És per això, que aquest conjunt de propostes van enfocades al treball específic d'una de les competències emocionals: la consciència emocional. No obstant això, es treballarà de manera transversal totes les altres competències.

Per últim, i per tal de poder clarificar l'estructura del treball, cal dir que aquest projecte escrit consta de tres parts. La primera és la fonamentació teòrica. Aquest apartat és essencial a fi de poder fonamentar el disseny del programa, el qual compon la segona part del treball. En aquesta secció també, s'especificarà la intervenció de cadascuna de les sessions a fi d'aconseguir un nivell de concreció el més acurat possible. I per últim, trobem les conclusions on es fa una valoració tant del programa,

com també del treball en general. Per tant, es valorarà a dos nivells diferents. Per una banda, s'observarà quin impacte ha tingut el programa en l'educació emocional dels infants i per altra, valorarà el nivell d'aprenentatge que he adquirit en la realització d'aquest treball.

## **2. FONAMENTACIÓ TEÒRICA**

### **2.1 Concepte d'emoció**

Per poder difondre l'educació emocional, ja sigui mitjançant programes o investigant específicament algun tema, s'han de tenir clars alguns conceptes els quals componen aquest aspecte de l'educació. En aquest apartat, es clarifica tota la informació bàsica per poder entendre l'educació emocional i, d'aquesta manera, dur a terme, en aquest cas, un programa efectiu que s'impregni en tots els nenes i nenes participants.

L'eix central de l'educació emocional és l'emoció. Aquesta reacció s'activa a través de la valoració dels esdeveniments, ja siguin externs o interns, mitjançant la informació que aporten els sentits de l'organisme. Aquesta valoració depèn de com l'esdeveniment en qüestió afecta al nostre benestar; llavors, s'activa una resposta que predisposa a l'acció. És a dir, tal i com afirma Rafael Bisquerra (2009) "l'emoció és una resposta als esdeveniments de l'entorn, que són valorats automàticament en funció del nivell d'afectació a la supervivència o benestar de la persona. Com a conseqüència d'aquesta valoració s'activa una resposta complexa de l'organisme"(p. 12).

En aquesta línia, cal dir que el mecanisme de valoració activa la resposta emocional. Aquí, Peter J. Lang proposa que es poden identificar tres sistemes de resposta emocional les quals participen en aquesta activació: el component neurofisiològic, el comportamental i el cognitiu. ( Bisquerra, 2009, p.45)

El component neurofisiològic es defineix com la resposta de l'esdeveniment que es dona en el Sistema Nerviós Central. Tanmateix, es donen unes reaccions que no són apreciables externament, com per exemple, alteració de la respiració, taquicàrdia, sequedat a la boca, etc.

El comportamental es un tipus de resposta que si que es pot observar ja que es tracta de la reacció que veiem de l'emoció. Aquesta manifestació la podem observar perquè intervenen factors com el llenguatge no verbal, les expressions de la cara, el volum i to de veu i els moviments del cos, entre d'altres. Cal dir que aquest component es pot dissimular amb entrenament.

I per últim, existeix el component cognitiu el qual es tradueix en "la presa de consciència de l'emoció que s'està experimentant i etiquetar-la, en funció del domini del llenguatge de cada persona" (Bisquerra,2009, p.18). Aquest component ens

permet poder allargar o escurçar l'emoció; estem contínuament prenent decisions entorn si les allarguem o les escurcem, en funció de si ens originen benestar o no.

D'aquesta manera, podem afirmar que quan experimentem una emoció es dona un processament emocional; és a dir, es desenvolupa un fenomen neuronal propi del cervell del qual no s'és conscient que s'activa a partir de la valoració automàtica. Per altra banda, quan es manifesta l'emoció externament a través de la comunicació verbal i no verbal, la persona està desenvolupant una expressió emocional. I per últim, aquesta persona està tenint una experiència emocional, que és defineix com la presa de consciència de la reacció psicofisiològica i cognitiva que es desenvolupa en una emoció.

És ben cert que la diversitat d'interpretacions entorn un mateix esdeveniment existeix. Això és degut a que en la valoració de l'esdeveniment intervenen molts factors, i en conseqüència, d'una mateixa situació, depenent la persona que la visqui, poden sorgir diferents valoracions. Així, l'emoció no depèn de l'esdeveniment en si, si no de la forma que tenim de valorar-la (Bisquerra,2009,p. 17)

Per últim, totes les emocions són funcionals, adaptatives i necessàries. Això es tradueix en que les emocions tenen la funció d'augmentar la probabilitat de supervivència i, alhora, ens ajuden a que els humans ens adaptem a l'entorn; i és per això, que són necessàries.

## **2.2 Tipologia i funcions de les emocions**

Com he comentat en l'apartat anterior, les emocions existeixen perquè tenen diverses funcions en el nostre organisme i en la nostra vida. En aquestes reaccions es reconeixen 8 funcions en el nostre organisme. D'aquesta manera, les emocions tenen una funció motivadora, adaptativa, informativa, social, personal, i a més a més, també tenen una funció en els processos mentals, en la presa de decisions i en el benestar.

Això es tradueix en que les emocions desenvolupen un paper important en l'adaptació de l'organisme al seu entorn i per tant, tenen una funció important pel que fa al desenvolupament personal. Tanmateix, si una emoció predisposa a l'acció, llavors, una de les seves funcions es motivar la conducta. Les emocions serveixen per centrar-se en temes específics d'interès particular i dedicar-se amb implicació emocional total. Per altra banda, existeix la funció d'informació, destacada pels biòlegs, i tracta d'alterar l'equilibri interorgànic per informar. Aquesta funció pot tenir dues dimensions: la de donar informació sobre la pròpia persona o bé, informar a altres persones amb qui conviu de les seves intencions (Bisquerra,2009, p.71). Per tant, la funció social es concep en quant les emocions serveixen per comunicar als demés com ens sentim a part d'influir-los. Tot això es tradueix en que les emocions tenen la funció d'aconseguir el benestar emocional de la persona.



Per tal de poder fer una classificació de les emocions cal tenir clar que aquestes són específiques, és a dir, tenen un nom que las defineix per a cadascuna; tenen una intensitat, aquesta es defineix com la força amb què s'experimenta cada emoció; i a més a més són temporals; cada emoció té una duració.

Hi ha hagut molts autors que han investigat entorn la classificació de les emocions; Plutchik, Lazarus, TenHouten, etc. Lazarus (1991)(citada per Bisquerra,2009,p.73), fa una classificació d'emocions negatives i positives. En canvi, Plutchik i TenHouten, les organitzen entre primàries i secundàries. Tot ser conscient que existeixen altres teories, aquest treball es regirà per la classificació que en fa Lazarus (1991), d'emocions positives i negatives.

Les emocions es situen en un eix entre plaer i desplaer. És per això que, segons Lazarus, en funció de la valoració de l'estímul que faci una persona, podem distingir entre emocions positives i negatives (Bisquerra,2009,p. 73). A continuació, s'especifica les seves característiques:

Les emocions negatives són el resultat d'una avaluació desfavorable respecte a l'aconseguit dels propis objectius. En són un exemple, la por, la ira, l'ansietat, la tristesa, etc.

Les emocions positives es defineixen com el resultat d'una avaluació favorable pel que fa a l'aconseguit dels objectius. Per exemple, són emocions positives l'amor, l'afecte, l'alegria, etc.

Per últim, existeixen les emocions ambigües que depenen de la valoració que es faci de l'estímul poden ser positives o negatives. Per exemple, la sorpresa, l'esperança, la compassió i les emocions estètiques.

Cal dir que, la duració de les emocions negatives es major que la duració de les emocions positives. Tal com afirma Bisquerra (2009), "Això és degut, a la llei de la asimetria hedònica de Frijda (1988), segons la qual el plaer es sempre contingent amb el canvi i desapareix amb la satisfacció continua, mentre que el dolor pot persistir en el temps, si les condicions adverses encara hi són presents" (p. 75)

AUTORS	CLASSIFICACIÓ D'EMOCIONS
Lazarus (1991)	Emocions positives i negatives
Plutchik (1958) i TenHouten(2007)	Emocions primàries i secundàries

### 2.2.1 Classificació d'emocions

### **2.3 La Intel·ligència emocional i les Intel·ligències Múltiples**

Per tal de saber gestionar les nostres emocions (positives i negatives) i utilitzar-les de manera eficaç per a l'assoliment del nostre objectiu i apropar-nos al nostre benestar és necessari desenvolupar la intel·ligència emocional.

Cal dir que Daniel Goleman (1995) en la seva publicació *Emotional Intelligence* afirma que les competències emocionals es poden aprendre. Totes les persones poden aprendre intel·ligència emocional.

Per Goleman (1998) (citada per Bisquerra, 2009, p.133) la intel·ligència emocional consisteix a tenir autoconsciència, autorregulació, automotivació, empatia i habilitats socials. Tantmateix, segons Goleman, la intel·ligència emocional es concreta en reconèixer un sentiment en el moment en que succeeix vist que una incapacitat en aquest punt resultaria en unes emocions incontrolades. A més a més, considera important que les emocions s'expressin de manera apropiada a fi de potenciar les relacions interpersonals. Així, en aquesta línia, és essencial que els éssers humans sapiguem reconèixer les emocions dels altres, a fi de poder establir relacions socials de manera suau i efectiva. Per últim, també concep en la intel·ligència emocional la capacitat d'automotivació ja que això durà a la persona a la consecució dels seus objectius i per consegüent, l'aconsegüiment del benestar emocional.

Però, Daniel Goleman no va ser el primer autor en parlar de la intel·ligència emocional. Salovey y Mayer (1990) descriuen la intel·ligència emocional com la capacitat per gestionar els sentiments i emocions, discriminar-los i utilitzar aquests coneixements per dirigir els propis pensaments. En aquesta línia, proposen que la intel·ligència emocional es desenvolupi mitjançant un treball en xarxa a través de la col·laboració dels processos educatius que es duen a terme en la família, a l'escola i, en definitiva, en tots els entorns possibles.

L'estructura que fan aquests autors de la intel·ligència emocional organitza aquest concepte mitjançant quatre components:

- *Percepció emocional.* Les emocions es perceben, s'identifiquen, es valoren i s'expressen mitjançant el diversos tipus de llenguatge i la conducta.
- *Facilitació emocional del pensament.* Les emocions són senyals que entren en el sistema cognitiu i influencien la cognició. Així, les emocions prioritzen el pensament i dirigeixen l'atenció a la informació important.
- *Comprensió emocional.* Aquesta es defineix com la capacitat per etiquetar emocions i reconèixer les relacions entre les paraules i les emocions. És a dir, és necessària l'habilitat de comprendre i analitzar les emocions per poder comprendre sentiments complexos i reconèixer les transicions entre emocions.
- *Regulació emocional.* Aquest component permet mitigar les emocions negatives i potenciar les positives.

Mayer, Salovey y Caruso (2000) (Citat per Bisquerra,2009, p.129)exposen que es pot concebre la intel·ligència emocional com un moviment cultural, com un tret de personalitat i com una capacitat mental.

Pel que fa a la intel·ligència emocional, Gardner (1995) considera que aquesta intel·ligència està formada per la intel·ligència interpersonal i la intrapersonal. És a dir, la intel·ligència emocional es compon per l'habilitat de comprendre als demés i per l'habilitat d'interactuar de manera efectiva al llarg de la vida.

Cal dir que aquestes dues intel·ligències sorgeixen de la teoria de les Intel·ligències Múltiples, proposada pel propi Howard Gardner al 1995. En contra posició del concepte clàssic d'intel·ligència en què es defineix una única existència d'una intel·ligència estable per a tota la vida, Howard Gardner proposa la teoria de les Intel·ligències Múltiples. Aquest autor distingeix set intel·ligències: musical, cinètica-corporal, lògica-matemàtica, lingüística, espacial, interpersonal i intrapersonal. Posteriorment, va afegir la intel·ligència existencial i la intel·ligència naturalista.

AUTORS	CONCEPTE INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL	COMPONENTS
Mayer, Salovey (1990)	Capacitat per gestionar els sentiments i emocions, discriminar-los i utilitzar aquests coneixements per dirigir els propis pensaments.	-Percepció emocional -Facilitació emocional -Comprensió emocional -Regulació emocional
Daniel Goleman (1998)	Reconèixer un sentiment en el moment en que succeeix vist que una incapacitat en aquest punt resultaria en unes emocions incontrolades.	-Autoconsciència -Autoregulació -Automotivació -Empatia -Habilitats socials
Howard Gardner (1995)	Habilitat de comprendre als demés i d'interactuar de manera efectiva al llarg de la vida.	La intel·ligència interpersonal i la intrapersonal.→ Aquestes dues intel·ligències sorgeixen de la teoria de les Intel·ligències Múltiples, proposada per ell mateix (1995).
Mayer, Salovey i Caruso (2000)	Moviment cultural, tret de personalitat i una capacitat mental.	

2.3.1 Concepte de la Intel·ligència emocional (Adaptació de Bisquerra,2009)

## **2.4 L' Educació emocional i les competències emocionals.**

L'educació emocional es defineix com l'educació per a la vida i, per tant, implica el desenvolupament de la intel·ligència emocional. Aquesta educació es du a terme al llarg de tota la vida i, per tant, otorga la responsabilitat de difusió, no només a l'educació formal, sinó que també la trasllada als mitjans sociocomunitaris i a les organitzacions. És un aprenentatge que es desenvolupa al llarg de tota la vida.(Bisquerra,2009,p.157)

Segons Bisquerra (2000), l'educació emocional és un procés educatiu, continu i permanent que pretén potenciar el desenvolupament de les competències emocionals(citat per Bisquerra,2009,p.158) Aquest procés el considera un element essencial del desenvolupament humà ja que té com objectiu capacitar a la persona cap a la vida. D'aquesta manera, l'educació emocional es proposa com a finalitat augmentar el benestar personal i social. En aquesta línia, es reconeix la fonamentació d'aquesta educació en dos dels quatre pilars de l'educació que proposa el Informe Delors (1996) (conèixer, saber fer, conviure i ser); així amb l'educació emocional s'aprèn a ser i a conviure.

Tantmateix, l'educació emocional potencia les competències emocionals. Aquestes competències són el conjunt de coneixements, capacitats, habilitats i actituds necessàries per prendre consciència, comprendre, expressar i regular apropiadament els fenòmens emocionals (Bisquerra,2009,p.146). La funció d'aquestes competències és promoure el benestar personal i social. Així, la seva adquisició col·labora a la millora en l'adaptació al context social i un millor afrontament dels reptes que es plantegen al llarg de la vida.

El model que es presenta a continuació ha sigut proposat pel GROU ( Grup de recerca i orientació pedagògica de la Universitat de Barcelona). Aquesta proposta contempla cinc competències emocionals ("*Model de les cinc competències emocionals*" - Bisquerra,R, i Pérez,N. (2007)). Cal dir que d'aquestes cinc grans competències s'identifiquen microcompetències. A continuació, se'n fa una descripció detallada de cadascuna:

- *Consciència emocional*: Capacitat per prendre consciència de les pròpies emocions i de les emocions dels demés.  
Les seves microcompetències són: prendre consciència de les pròpies emocions, posar nom a les emocions, comprensió de les emocions dels demés i prendre consciència de la interacció entre emoció, cognició i comportament.
- *Regulació emocional*: És defineix com la gestió de les emocions de manera apropiada. Això es tradueix en tenir bones estratègies d'afrontament i capacitat per autogenerar- se emocions positives ,entre d'altres.

Les seves microcompetències són: Expressió emocional apropiada, regulació d'emocions i sentiments, habilitats d'afrontament i competència per autogenerar emocions positives.

- *Autonomia emocional*: Es reconeix com el conjunt de característiques i elements relacionats amb l'autogestió emocional.

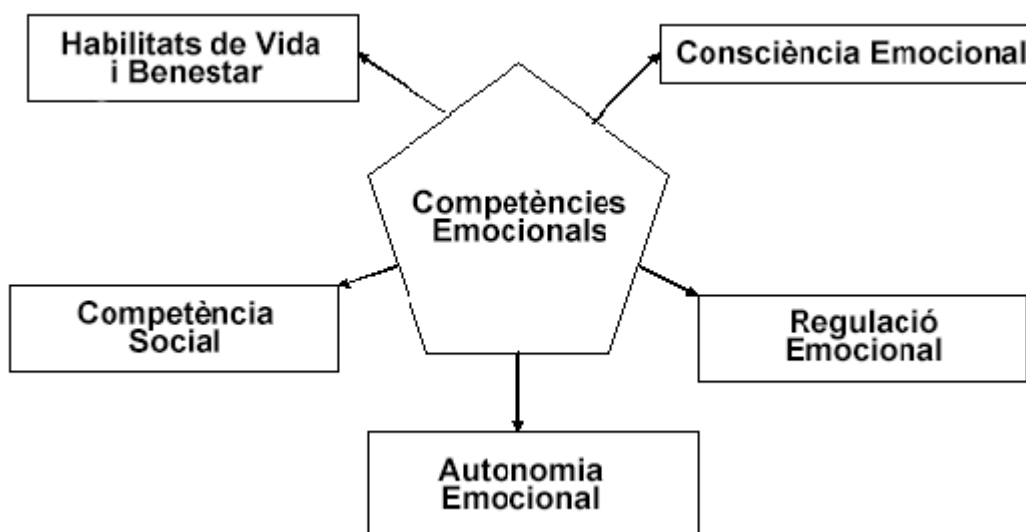
Les seves microcompetències són: Autoestima, automotivació, autoeficàcia emocional, responsabilitat, actitud positiva, anàlisi crític de les normes socials i resiliència.

- *Competència social*: La capacitat per mantindre bones relacions amb altres persones.

Les seves microcompetències són: Dominar les habilitats socials bàsiques, el respecte pels demés, practicar la comunicació receptiva, practicar la comunicació expressiva, compartir emocions, tenir un comportament prosocial i de cooperació, l'assertivitat, la capacitat de prevenció i solució de conflictes i la capacitat per gestionar situacions emocionals.

- *Habilitats de vida i benestar*: Capacitat d'adoptar comportament apropiats i responsables per afrontar satisfactòriament els desafiaments diaris que sorgeixen al llarg de la vida.

Les seves microcompetències són: Fixar objectius positius i realistes (adaptatius), desenvolupar mecanismes personals per prendre decisions sense dubtar, buscar ajuda i recursos, ser un ciutadà o ciutadana activa, participativa, crítica, responsable i compromesa, tenir benestar emocional i fluir.



2.4.1 Pentàgon de les cinc competències emocionals

## **2.5 Menció de l'educació emocional en el Currículum Infantil de primer cicle.**

Per tal d'esbrinar si tota la teoria anteriorment esmentada té cabuda en la pràctica real de l'educació infantil del nostre país he analitzat el Currículum Infantil de primer cicle. Concretament, he estudiat quina implicació de l'educació emocional es fa en aquest document.

Al llarg del Currículum Infantil de primer cicle no fa una referència literal a l'educació emocional. Tot i així, en diverses ocasions, nombra i dona importància a aspectes de l'educació emocional. Així, al llarg de tot el document es fa referència a les emocions i a la importància d'expressar-les i de tenir-les en compte per a col·laborar en el desenvolupament integral de l'infant.

A continuació, especifico on apareixen aquestes cites i a què fan menció:

La primera aparició d'aquest concepte apareix a la pàgina 27 on parla de les entrades i sortides de l'escola. El currículum d'infantil contempla la prioritat que "els infants manifestin els seus sentiments i que aquests sentiments siguin reconeguts pels educadors per, així, donar valor a les pròpies emocions" (Generalitat de Catalunya, 2010, p.27)

Després d'aquesta menció, ja no apareix cap referència més fins la pàgina 50 on s'especifiquen els objectius del primer cicle d'educació infantil. Aquests tenen com a fita desenvolupar en l'infant diferents capacitats, concretament vuit. D'aquestes vuit, se'n reconeixen tres que fan menció directa al món emocional ( Capacitat 1,2 i 4). No obstant això, considero que en cadascuna d'elles l'educació emocional té un paper important. A continuació, mostro les capacitats de les que parlo (Generalitat de Catalunya, 2010, p.50):

1. Identificar-se com a persona, assolir el grau de seguretat afectiva i emocional corresponent al seu moment maduratiu, i esforçar-se per manifestar i expressar les pròpies emocions i sentiments.
2. Establir relacions afectives positives, comprenent i apreciament progressivament el seu entorn immediat, iniciant-se en l'adquisició de comportaments socials que facilitin la integració en el grup.
3. Participar amb iniciativa i constància en les activitats quotidianes d'alimentació, repòs i higiene personal, iniciant-se en la pròpia autonomia i orientant-se en les seqüències temporals quotidianes i en els espais que li són habituals.
4. Comprendre el llenguatge adult i dels altres infants, comunicar-se i expressar-se a través del moviment, el gest, el joc i la paraula, amb una progressiva millora del llenguatge oral.

5. Dominar progressivament el cos i l'adquisició de noves habilitats motrius, augmentant la seva autonomia en els desplaçaments, en l'ús dels objectes i l'orientació en l'espai quotidià.
6. Actuar sobre la realitat immediata, descobrir-ne l'organització a partir de les pròpies vivències i establir relacions entre objectes segons les seves característiques perceptives.
7. Projectar les pròpies vivències a través de l'activitat lúdica, i anar-les representant a través d'un incipient joc simbòlic.
8. Iniciar-se en la descoberta i l'ús del llenguatge corporal, verbal, matemàtic, musical i plàstic.

En aquest document, un cop han establert els objectius que pretenen en tota l'etapa, organitzen l'escrit en tres àrees: Àrea de descoberta d'un mateix i dels altres, àrea de descoberta de l'entorn i àrea de comunicació i llenguatge. Cal dir que en la descripció de la primera i tercera àrea fan referència a elements de l'educació emocional.

El Departament d'Educació contempla en la primera àrea, "Descoberta d'un mateix i dels altres" : "La descoberta del propi cos i de les seves possibilitats (motrius, perceptives, expressives i relacionals); la descoberta de les pròpies necessitats i l'adquisició d'eines per a la seva resolució; l'expressió i la progressiva regulació de les emocions; l'establiment de relacions afectives i segures amb les altres persones, així com la progressiva construcció d'una identitat positiva que integra l'autoconeixement i l'autoestima" (Generalitat de Catalunya, 2010, p.52) En aquesta descripció general de l'àmbit es reconeix la importància que el Departament d'Educació dona a l'assoliment de la seguretat afectiva i emocional, segons el moment maduratiu de l'infant i a la manifestació i expressió de les emocions mitjançant el llenguatge. Aquests continguts són essencials per a aconseguir la seguretat personal i l'autonomia dels nostres nens i nenes.

En aquest mateix apartat s'afirma no només que les emocions formen part de la base de la descoberta d'un mateix i del altres sinó que també tenen un paper rellevant en el desenvolupament de les diverses capacitats (cognitives, motrius, relacionals, d'equilibri personal, d'inserció i actuació social). En aquest document, es prioritza l'atenció i la cura del món emocional per acompanyar el desenvolupament dels nens i nenes el qual està orientat a l'autoregulació i al benestar amb un mateix i amb els altres.

Com he esmentat anteriorment, el currículum d'educació infantil de primer cicle vetlla perquè els infants potenciïn la confiança i seguretat en ells mateixos, entre d'altres,

per apropar-se al benestar emocional. És ben cert que, el benestar emocional de cadascú manté una estreta relació amb el benestar grupal i comunitari. Això és degut a que mitjançant el benestar grupal es construeix entre els infants i els adults una vinculació emocional que permet l'aparició del sentiment de pertinença al grup. En conseqüència, aquest sentiment permet avançar i desenvolupar les habilitats de convivència. Així, aquest document aconsella aprofitar les experiències de la vida quotidiana per a reforça vincles, i d'aquesta manera, ajudar als nenes i nenes en la identificació, l'expressió i la regulació de les pròpies emocions. Cal dir que, al llarg d'aquest procés es desenvolupa l'alfabetització emocional i l'infant pren consciència dels seus propis sentiments.

Per últim, en la tercera àrea "Comunicació i llenguatge" es fa referència a la necessitat que tenen els infants d'explorar i com aquesta necessitat els fa descobrir diverses emocions. En el moment en que comparteixen els seus pensaments i sentiments també descobreixen nous punts de vista a través de la representació i el diàleg. D'aquesta manera, aprenen a acceptar i gestionar la incertesa, el fracàs i els conflictes.

En conclusió, al llarg de tot el currículum d'educació infantil de primer cicle es fa referència a l'educació emocional de manera transversal. Aquesta document vetlla per una educació que ofereix als infants un ambient relaxat i de confiança on poder desenvolupar-se amb seguretat afectiva tot aprenent a acceptar i expressar les seves emocions.

## ***2.6 Desenvolupament emocional dels nens i nenes en aquestes edats.***

El desenvolupament emocional és primordial en la primera infància, especialment, ja que és la base per poder dur a terme una educació integral i holística. Èlia López Cassà (2011, p.15) afirma que "les emocions i sentiments en aquestes edats ( des del naixement fins els sis anys) tenen un paper essencial, ja que ajuden a construir uns entorns afectius que pol·linitzen tot el que hi ha al voltant. D'aquesta manera, les experiències personals dels infants es converteixen en fonts d'aprenentatge i, sobretot, doten als més petits d'uns recursos que els acompanyaran tota la vida." Així, educar les emocions des de la primera infància ofereix als infants una diversitat d'experiències personals les quals els proveeixen d'eines i recursos que els seran útils durant tota la seva vida.

Com he comentat anteriorment, l'educació emocional ajuda a assentar la base d'una educació integral de l'infant; tant és així, que en el procés d'aprenentatge és essencial aquesta bastida ja que sense ell, els aprenentatges no serien significatius i funcionals. I per tant, oferiríem als nostres nenes i nenes una educació poc efectiva i consistent. Així, educar no es limita a instruir i transmetre coneixements i destreses, sinó que es dedica al desenvolupament integral de la persona; en les seves actituds, sentiments i



valors. Totes aquestes dotacions fan ser una persona que sap viure i conviure en societat.(López Cassà, 2011, p.19)

Les competències emocionals que aquesta autora reconeix per a desenvolupar durant l'etapa infantil són les següents:

1. Consciència emocional
2. Regulació emocional
3. Autonomia personal
4. Habilitats socials
5. Habilitats per a la vida i el benestar

Cal dir que aquestes competències segueixen el model de competències, descrit amb anterioritat, establert per Rafael Bisquerra i Núria Pérez ( 2007)

Per altra banda, les emocions són espontànies i es contagien. Aquestes reaccions donen informació entorn el nostre benestar. Concretament, en l'etapa d'Infantil, les emocions són més intenses ja que encara no tenen els recursos per regular-les. Aquesta intensitat permet als infants respondre amb la mateixa força tant en una situació positiva com en una de més gravetat. Cal dir que al llarg de l'etapa d'Infantil, i segons l'educació emocional que tinguin, la intensitat va canviant. A més a més, els nostres nens i nenes tenen la capacitat de centrar-se plenament en cadascuna de les situacions que viuen i de les emocions que acompanyen a aquests fets. Per tant, els infants viuen de manera plena el moment i l'emoció sentida en cada present; en l'aquí i l'ara. És per això que quan el seu moment present canvia, la seva emoció també canvia amb la mateixa rapidesa.

Per tant, hem d'acompanyar les emocions que expressen els infants ja que si les jutgem estem reprimint aquest sentiment. Hem d'oferir l'espai que el nen necessita per poder expressar-se i acompanyar-lo per tal que l'infant aprengui que pot sentir qualsevol emoció però no la pot expressar amb qualsevol reacció; poc a poc, va formant la seva regulació emocional.

Els infants expressen les seves emocions mitjançant diversos canals de comunicació depenent de la etapa evolutiva en que es trobin; les mostren amb el moviment corporal, amb els gestos facials, fent sons, etc. El plor i les mossegades són un canal de comunicació que molts nens i nenes utilitzen com a substitut del llenguatge verbal a fi de compartir les seves emocions. Així, de manera progressiva i respectant el ritme de cadascú, hem d'ensenyar i reforçar les accions dels infants amb vocabulari emocional per tal que ells associïn la verbalització amb les seves expressions corporals i gestuals.

És a dir, acceptant, respectant i donant un espai per a l'expressió de les emocions, ajudem als infants a identificar i a comunicar els seus sentiments. En definitiva, així els ajudem a desenvolupar les cinc competències bàsiques que Èlia Lòpez (2011) ens defineix.

### **2.7 Consciència emocional**

Com he comentat, anteriorment, l'objectiu emocional que vull aconseguir amb els infants és el de desenvolupar la consciència emocional. Aquesta competència forma part de les cinc que conformen el model pentagonal proposat pel Grop (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica). A més a més, aquest component és el primer que s'hauria de desenvolupar ja que és el que permet i facilita passar i potenciar les altres competències.

La consciència emocional, tal com la descriu Rafael Bisquerra (2009) “ És la capacitat per prendre consciència de les pròpies emocions i de les emocions dels demés, incloent l'habilitat per captar el clima emocional d'un context determinat” (P.148) D'aquesta competència en deriven quatre microcompetències:

- *Prendre consciència de les pròpies emocions.* Es defineix com la capacitat per percebre les pròpies emocions i sentiments; identificar-los i posar-li nom. Aquesta microcompetència facilita la possibilitat d'experimentar emocions múltiples.
- *Posar nom a les emocions.* Saber identificar el que es sent és molt important per poder reaccionar i solucionar tot el que a la persona no l'acosta al seu benestar emocional.
- *Comprensió de les emocions dels demés.* És la capacitat per percebre amb exactitud les emocions i sentiments dels demés i implicar-se empàticament.
- *Prendre consciència de la interacció entre emoció, cognició i comportament.*

### **2.8 Sala multisensorial**

Per últim, després d'haver assentat les bases teòriques necessàries per tenir una visió global de l'educació emocional, procedeix a definir el concepte de la sala multisensorial. A més a més, aquest apartat és essencial per entendre la importància d'aquest espai a fi d'utilitzar una altra forma de potenciar la intel·ligència emocional.

El concepte i la definició de l'espai de Sala multisensorial se'n deriva del terme holandés “Snoezelen”. El significat d'aquesta paraula és difícil de traduir literalment en la nostra llengua. Aquest mot, està compost a partir de dues paraules; “Snoffelen i Doezen”. La primera es refereix a l'experimentació mitjançant els sentits, i la segona

abarca la relaxació, els descans i el repòs. Així, “Snoezelen” es refereix a la recerca del benestar a través de la exploració sensorial. Per tant, en aquesta definició es pot observar com l’educació emocional té cabuda en aquest tipus d’espais, ja que comparteixen un objectiu comú, apropar-se al benestar.

Aquest concepte sorgeix a Holanda a finals de l’any 1970 mitjançant les aportacions d’ Ad Verheul i Jan Hulsegge. Aquestes persones eren dos terapeutes que treballaven amb persones amb trastorns del desenvolupament i es van adonar que el treball que es feia amb aquelles persones era molt assistencial. Ells van investigar per oferir noves tècniques que estimulessin més als seus pacients. Així, va néixer el concepte “Snoezelen” orientat a oferir diferents experiències sensorials agradables mitjançant l’estimulació dels sentits en un ambient de confiança i relaxació.

Seguint en aquesta línia, “Snoezelen” és un concepte el qual li dota molta importància a l’entorn en el desenvolupament integral de la persona. És ben cert, que en els seus inicis, aquesta tècnica anava enfocada a una intervenció específica amb persones amb algun tipus de trastorn o dificultat. No obstant això, s’ha demostrat que la estimulació multisensorial aporta benestar a qualsevol persona respectant la diversitat. Tal i com afirmava Ramón i Cajal, a principis del segle passat, la investigació neurocientífica confirma la estreta connexió que existeix entre els nostres sistemes sensorials i la nostra vinculació amb l’entorn per a la col·laboració en el desenvolupament i l’aprenentatge. (Ramon i Cajal, 1931)

Per tant, la sala multisensorial ajuda a les persones a experimentar amb les seves sensacions a través de diversos materials. A més a més, s’ha de tenir en compte que la persona que participa en aquestes dinàmiques és un agent actiu el qual es mou per l’espai lliurement sense cap coacció del responsable de la sala; aquest només acompanya i recolça.

Concretament, la sala multisensorial de l’escola EBM “ La Casa del Molí” està composta per diversos estímuls; aquests són:

- Dues pantalles: una a la paret, i una altra interactiva al terra.
- Un puf amb les fibres òptiques que li pengen de dalt.
- Una piscina de boles
- Una columna de bombolles
- Un aparell d’aromateràpia
- Una catifa amb petits punts que s’il·luminen
- Una taula de llum
- Diferents materials complementaris a aquests estímuls (plomes, material de massatges, mantes, etc.)

Així, a través de les sensacions, els infants reben informació tant d'ells mateixos com de l'entorn que els envolta. Aquest fet, ajuda a la maduració del sistema nerviós i, en conseqüència, permet interactuar de manera adaptativa i acostar-se al benestar.

### **3 MODALITAT D'APLICACIÓ D'UN PROGRAMA**

#### ***3.1 Anàlisi del context on s'aplica el programa***

El context on realitzo l'anàlisi d'un programa d'educació emocional és una escola bressol de l'Hospitalet; concretament, l'EBM " La Casa del Molí". Aquesta escola té capacitat per a 140 nens; així, les mestres i l'equip directiu manté contacte i estableix relacions amb 140 famílies, lo qual vol dir que ha d'atendre les necessitats i demandes d'aquest nombre de persones. Per realitzar això, es necessita una educació emocional acurada a fi de ser el més efectiu possible i oferir, tant als infants com a les famílies, una educació de qualitat basada en la confiança, el respecte i l'acceptació.

L'escola bressol municipal "La Casa del Molí" fomenta la seva pràctica educativa en una visió global i integradora en què fan partícips a les famílies del procés educatiu dels seus fills i filles. La metodologia d'aquest centre es basa en la lliure experimentació de l'infant davant les diverses propostes que se li ofereixen. D'aquesta manera, es desenvolupa la seva autonomia i l'aprenentatge a través de l'activitat i la descoberta. Mitjançant aquesta manera de fer, els infants potencien les seves habilitats socials amb la col·laboració i la seva creativitat mitjançant l'experimentació, la manipulació i el joc.

D'altra banda, cal dir que l'equip docent d'aquest centre tenen una sensibilització emocional precisa, i com a conseqüència, elles són conscients que la vida i les experiències emocionals que visquin els infants són essencials per al seu desenvolupament integral. A més a més, consideren molt important el vocabulari i la metodologia que se'ls ofereix als nens i nenes. Aquests conceptes, són factors que influeixen en la contribució de l'expressió d'emocions i la seva gestió. L'equip docent pretén potenciar aquests factors mitjançant una metodologia respectuosa i que accepta les emocions dels infants, alhora, que els ofereix conductes adequades per a l'expressió d'aquestes.

No obstant això, no tenen una figura que s'identifiqui amb una educadora especialitzada en l'educació emocional. Tot l'equip docent s'ha anat formant amb petits cursos, però mai han fet una formació enfocada concretament a aquest àmbit. Així, quan vaig proposar la idea d'aplicar un programa d'educació emocional els va semblar una proposta molt enriquidora, i per tant, no van posar cap inconvenient en la meva participació a l'escola.

Per últim, m'agradaria presentar el grup amb el qual treballaré al llarg d'aquestes 12 hores. El projecte d'Educació emocional el duré a terme amb un grup de 13 infants de 1-2 anys. No obstant això, realitzaré les sessions repartint els 13 nens i nenes en dos grups de 6 i de 7. D'aquesta manera, podré donar una atenció més individualitzada i atendre millor les necessitats que requereixin.

Pel que fa al grup, cal dir que són 13 infants; 8 nens i 5 nenes. Hi ha dues parelles de bessons, una d'elles està formada per nen i nena, i l'altre són dos nens amb un retard general del desenvolupament que tenen 2-3 anys. No obstant això, cap de les dues parelles manté una relació de dependència amb el seu germà o germana. Així, en el grup s'ha establert una bona dinàmica i mantenen relacions afectives positives entre els 13 infants.

### ***3.2 Necessitats identificades***

Les necessitats detectades en aquest entorn són el resultat d'haver conviscut amb aquests infants vuit hores al dia durant dos anys. Com a conseqüència, he pogut conèixer les seves realitats i crear un vincle afectiu que em permeti tenir una àmplia visió del que aquests infants requereixen.

En general, i a nivell de centre, el primer motiu el qual em va motivar a desenvolupar un programa d'Educació emocional en aquest lloc va ser que aquesta institució no gaudia de cap programa que treballés, de manera específica, l'Educació Emocional. Així, considero important que les docents puguin tenir alguns exemples de propostes d'educació emocional per tractar alguna situació concreta, o bé, per dur a terme de manera rutinària amb els seus infants. Tot això amb l'objectiu de millorar la qualitat de vida d'aquests nens i nenes per tal que siguin autònoms, crítics i respectuosos. Així, la principal necessitat que vaig detectar va ser de desenvolupament d'un programa d'educació emocional.

Per altra banda, baixant un nivell jeràrquic, vaig detectar que els infants mostraven carències en relació a la consciència de les emocions dels demés. Actuen sota el seu criteri sense tenir en compte les emocions dels seus companys. Així, vaig creure necessari oferir-los estratègies per a la identificació de les seves emocions i la dels demés.

El motiu anterior té relació amb què molts dels nens i nenes viuen en un entorn sociofamiliar complex en què, en ocasions, els hi manca tenir relacions afectives positives amb els seus referents. Com a conseqüència, aquests infants senten moltes emocions les quals no identifiquen i, per tant, no saben com reaccionar. Això els fa actuar d'una manera poc adaptativa a l'espai on es troben. Per tant, considero que requereixen d'un treball que els ajudi a posar nom a tot el que senten i a oferir conductes adaptatives que els apropin al seu propi benestar.

### **3.3 Objectius**

## OBJECTIUS GENERALS DEL PROGRAMA

Aplicar i avaluar unes propostes per desenvolupar la capacitat emocional de la conscienciació en infants(1-2 anys).

### OBJECTIUS ESPECÍFICS

1. Seleccionar activitats que ajudin a respondre a la conscienciació.
2. Aplicar les propostes en una sala multisensorial amb infants 1-2 anys.
3. Avaluar l'eficàcia i utilitat d'aquestes propostes quant a la potenciació de la conscienciació emocional.

### OBJECTIUS D'APRENENTATGE

#### RELACIONATS AMB LA CONSCIENCIACIÓ EMOCIONAL

- Identificar les emocions bàsiques pròpies (alegria, tristesa i ira) a partir d'instruments visuals i la figura de l'adult.
- Iniciar-se en l'escolta del vocabulari emocional bàsic (alegria, tristesa i ira)
- Potenciar la imitació com a recurs per a desenvolupar la capacitat emocional de la conscienciació.
- Observar les expressions d'alegria, tristesa i ira davant d'una situació.
- Reconèixer en un personatge fictici l'emoció d'alegria, tristesa i ira mitjançant la imitació.

#### ALTRES

- Familiaritzar-se amb l'espai on desenvoluparem les sessions.
- Expressar lliurement amb el cos mitjançant la música.
- Utilitzar el gest com un mitjà de comunicació i expressió.
- Vivenciar carícies positives.
- Generar emocions positives a partir dels massatges, amb el contacte.
- Afavorir el benestar i la seguretat emocional.

### ACTIVITATS RELACIONADES

Experimentem! – Les caixes màgiques- Fem massatges!

Emocionem-nos amb la música. - Les meves mans

Experimentem! - Emocionem-nos amb la música- Les meves mans expliquen un conte. - Les caixes

Les meves mans expliquen un conte- Fem massatges.

Les meves mans expliquen un conte.

Experimentem!

Emocionem-nos amb la música.

Emocionem-nos amb la música - Les caixes màgiques.

Fem massatges.

Fem massatges.

Al llarg de totes i cadascuna de les propostes.

## 4 CARACTERÍSTIQUES DEL PROGRAMA

### 4.1 Activitats del programa

Anteriorment a especificar quines seran les activitats que es duran a terme, cal dir que moltes de les propostes ofertes han sigut extretes del llibre “ *Educar las emociones en la infancia (de 0 a 6 años). Reflexiones y propuestas prácticas.*” (2011) d’ Èlia López Cassà. En cadascuna de les propostes s’especificarà quines han sigut extretes d’aquesta obra.

<b>Títol d’activitat: Experimentem !</b>	
<p><b>Objectius d’aprenentage:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar les emocions bàsiques pròpies (alegria i tristesa) a partir d’instruments visuals i la figura de l’adult.</li><li>• Potenciar la imitació com a recurs per a desenvolupar la capacitat emocional de la conscienciació.</li><li>• Familiaritzar-se amb l’espai on desenvoluparem les sessions.</li><li>• Afavorir el benestar i la seguretat emocional.</li></ul>	<p><i>Durada: 30-40 min.</i></p>
<p><b>Descripció:</b> Primerament, es prepararà l’espai. Un cop preparat, faré la presentació de l’espai a l’entrada de l’estança, sense que ells vegin que s’amaga en el seu interior. En aquest moment, una titella en forma de molí es presentarà i els recordarà les normes d’aquell espai i els hi dirà que es sent molt content de que ells hagin anat a visitar-lo. A més a més, el Molí no ve sol, ha portat uns amics: “l’alegria i la tristesa”. Llavors, el titella presentarà els seus amics i els explicarà tot gesticulant la seva expressió com són i quan apareixen els seus amics ( exemple d’algunes situacions properes als infants). Cal dir que aquest recurs estarà present al llarg de tot el programa. A continuació, el Molí els motivarà per entrar.</p> <p>Cal dir que l’espai tindrà 4 estímuls sensorials activats, en un color de to suau. Els infants es podran moure per l’espai tal com desitgin. Jo els acompanyaré en aquest procés i aniré verbalitzant tot el que ells van expressant; a fi de que posin noms a tots allò que els suscita l’aula multisensorial.</p> <p>Cal dir que, quan sigui el moment d’acabar la proposta, aniré desconnectant estímuls fins a deixar un sol focus amb llum clara. En aquest ambient, realitzarem el ritual de sortida. Aquest serà el conte de “<i>El Peix Irisat</i>” – Marcus Pfister,2013.</p>	
<p><b>Recursos:</b> Fibres òptiques, puf, pantalla interactiva de terra, columna de bombolles i aromateràpia. A més a més, s’utilitza una titella en forma de molí i el conte del Peix Irisat.</p>	
<p><b>Avaluació:</b> Graella d’avaluació qualitativa sobre l’actitud presa davant d’aquesta sessió.</p>	



**Títol d'activitat: EMOCIONEM-NOS AMB LA MÚSICA! - Lopez Cassà, E. (2011)**

**Objectius d'aprenentatge:**

- Iniciar-se en l'escolta del vocabulari emocional bàsic (alegria i tristesa).
- Potenciar la imitació com a recurs per a desenvolupar la capacitat emocional de la conscienciació.
- Expressar lliurement amb el cos mitjançant la música.
- Utilitzar el gest com un mitjà de comunicació i expressió.
- Afavorir el benestar i la seguretat emocional.

*Durada:* 30-40 min

*Descripció:* Primerament, realitzarem el ritual d'entrada. És a dir, el titella del molí ens explicarà que passarà en aquella sessió. A continuació, entrarem i els infants observaran que no hi ha cap estímul encès, únicament la pantalla amb una música relaxant. Com anteriorment, la titella del molí ja haurà explicat als infants quina és la proposta, la mestra començarà verbalitzant: Quina música més relaxant, em sento tranquil·la. A continuació, quan els infants ja hagin vivenciat una estona aquella melodia, aniré canviant i seguiré verbalitzant les emocions que vagin expressant. Cal dir que l'activitat melòdica i intensitat anirà creixent segons passi la sessió a fi d'adequar el ritme a l'activitat corporal dels infants. Així acabarem la sessió amb una altra cançó relaxant, abans d'explicar el conte tradicional de la caputxeta vermella com a ritual de sortida.

*Recursos:* Música alegre, relaxant, trista i de gran intensitat.

*Avaluació:* Graella d'avaluació qualitativa sobre l'actitud presa davant d'aquesta sessió.

**Títol d'activitat: LES MEVES MANS EXPLIQUEN UN CONTE - Lopez Cassà, E. (2011)**

**Objectius d'aprenentatge:**

- Iniciar-se en l'escolta del vocabulari emocional bàsic (alegria i tristesa)
- Potenciar la imitació com a recurs per a desenvolupar la capacitat emocional de la conscienciació.
- Observar les expressions d'alegria i tristesa davant d'una situació.
- Reconèixer en un personatge fictici l'emoció d'alegria i tristesa mitjançant la imitació.
- Afavorir el benestar i la seguretat emocional.

*Durada:* 15-20 min.

*Descripció:* Inicialment, i de manera rutinària, realitzarem el ritual d'entrada. A continuació, entrarem i els infants observaran que no hi ha cap estímul encès. Com anteriorment, la titella del molí ja haurà explicat als infants quina és la proposta, i els haurà explicat com s'han de posicionar dins l'espai, la mestra els convidarà a passar i

els indicarà on han de seure, acompanyant-los i seient ella també. La mestra crearà expectació, ensenyant-li les seves mans i començarà a explicar el conte que consta al llibre d'Èlia López Cassà, 2011. Com a ritual de sortida, excepcionalment, cantarem la cançó de "Mans que volen" mentre els hi vaig pintant les mans amb ceres.

*Recursos:* Maquillatge per pintar les meves mans (Una mà serà l'expressió d'alegria i l'altra l'expressió de tristesa) i una pilota petita.

*Avaluació:* Graella d'avaluació qualitativa sobre la participació davant d'aquesta sessió.

### **Títol d'activitat: LES CAIXES MÀGIQUES**

#### *Objectius d'aprenentatge:*

- Identificar les emocions bàsiques pròpies (alegria i tristesa) a partir d'instruments visuals i la figura de l'adult.
- Potenciar la imitació com a recurs per a desenvolupar la capacitat emocional de la conscienciació.
- Utilitzar el gest com un mitjà de comunicació i expressió.
- Afavorir el benestar i la seguretat emocional.

*Durada:* 15-20 min.

*Descripció:* Com a totes les sessions, realitzarem el ritual d'entrada amb la titella del molí. A continuació, entrarem i els infants, novament, observaran que no hi ha cap estímul encès. Com anteriorment, la titella del molí ja haurà explicat als infants quina és la proposta, entrarem i ens situarem a la catifa en rotllana. La mestra crearà expectació cada cop que tregui una caixa per tal que els infants es sentin motivats per a posar atenció en aquella activitat. Cantarem les cançons i les acompanyarem amb els gestos. Cal dir que aquestes cançons els infants ja les han sentit i per tant, facilita la seva participació. Aquesta activitat la utilitzaré com a ritual de sortida tot conuint-la amb altres activitats.

*Recursos:* Caixes amb una imatge dins la qual s'identifica amb el títol de la cançó.

*Avaluació:* Graella d'avaluació qualitativa sobre l'actitud presa davant d'aquesta sessió.

**Títol d'activitat: FEM MASSATGES! - Lopez Cassà, E. (2011)**

**Objectius d'aprenentatge:**

- Identificar les emocions bàsiques pròpies (alegria i tristesa) a partir d'instruments visuals i la figura de l'adult.
- Observar les expressions d'alegria i tristesa davant d'una situació.
- Vivenciar carícies positives.
- Generar emocions positives a partir dels massatges, amb el contacte.
- Afavorir el benestar i la seguretat emocional.

*Durada:* 15-20 min.

*Descripció:* Primerament, realitzarem el ritual d'entrada amb la titella del molí. Aquesta, com sempre, ens anticiparà l'activitat d'aquell dia. A continuació, entrarem i els infants es trobaran únicament el focus i la catifa encesos; i de fons una música relaxant. Llavors, ens posarem en rotllana i el Molí ens explicarà i mostrarà com li agraden a ell els massatges, i com no li agradaria que li fessin. En aquesta explicació, quan verbalitzi lo agradable mostrarà el seu amic d'alegria, quan faci lo contrari, mostrarà la cara de tristesa.

A continuació, La mestra convidarà als infants que s'estirin a sobre de la catifa, i com hi hauran dos mestres, ens repartirem per l'espai a fi d'arribar a tots els cossos. A continuació, iniciarà els massatges per diverses parts del cos; de manera circular i vertical, mantenint l'alternança. Cal dir que en aquests moviments, la mestra utilitzarà diversos materials, com per exemple plomes o utensilis específics per aquella acció. Quan acabi, deixarà uns minuts per tal que els infants s'aixequin amb tranquil·litat. Per últim, ens donarem una abraçada i com a ritual de sortida explicarem el conte de l' "Elmer"- David Mckee, 2012 o farem l'activitat de "Les caixes màgiques", segons la sessió.

*Recursos:* Utensilis per fer massatges, mantes, plomes, etc.

*Avaluació:* Graella d'avaluació qualitativa sobre l'actitud presa davant d'aquesta sessió.

## **4.2 Metodologia**

La metodologia que duré a terme al llarg de tot el programa d'educació emocional serà explícitament vivencial. Els infants tenen la necessitat d'experimentar per tal d'acomodar els aprenentatges a les estructures de coneixement. Per tant, totes les propostes que es duran a terme durant aquest treball seran vivencials i tenint en compte, òbviament, els seus interessos, l'etapa evolutiva en que es troben i les emocions que sentin en cada moment. Així, no es forçarà a cap infant a participar en les dinàmiques; no obstant això, s'intentarà que tots es sentin part de l'activitat donant-li l'atenció individualitzada que cadascú precisa.

Per altra banda, el programa d'educació emocional que vull desenvolupar, consta de 5 sessions que es repetiran sistemàticament. És a dir, cada dia faré una sessió i passada la cinquena, tornaré a començar. A més a més, en tot moment treballarem en gran grup, per tant no farem agrupaments dins de les dinàmiques. D'aquesta manera, s'estableix una rutina i els infants reconeixen l'activitat d'aquell dia i es predisposen amb actitud de seguretat per poder moure's lliurement per l'espai i vivenciar noves experiències. El motiu pel qual realitzo aquesta planificació és poder observar i comparar l'actitud dels infants entre les sessions que tinguin el mateix contingut. Els estímuls i materials seran ells mateixos, i per tant, la única font de canvi seran ells mateixos i els seus aprenentatges.

Seguint en la mateixa línia, pel que fa a les activitats, cal dir que totes i cadascuna d'elles seguiran la mateixa estructura. Aquestes dinàmiques s'iniciaran amb un ritual d'entrada, seguiran amb l'activitat en si, i finalitzaran amb un ritual de sortida. A més a més, el ritual d'entrada i el de sortida seran els mateixos per a totes les sessions amb l'objectiu que els infants identifiquin l'inici i final de la sessió.

Específicament, el ritual d'entrada s'identificarà amb l'aparició d'un titella en forma de molí. Aquest personatge els presentarà la sessió i els convidarà a entrar tot recordant les normes de l'espai. A més a més, aquest titella no vindrà sol, sinó que portarà dos amics; "l'alegria" i "la tristesa". Aquests titelles de pal no només estaran presents al llarg de totes les sessions, sinó que els infants també podran gaudir d'ells i conviure al seu espai classe. D'aquesta manera s'impregnen, poc a poc, d'aquestes emocions i es van familiaritzant amb aquestes expressions. A més a més, cada nen i nena tindrà el seu propi titella d'alegria i de tristesa, a part dels amics del Molí. Cal dir també que les titelles de pal de l'aula s'utilitzaran per abordar situacions sorgides durant les sessions, i si la mestra titular vol, podrà tenir una continuïtat a la classe.

Per altra banda, i pel que fa al ritual de sortida, es procedirà a l'explicació d'un conte; en ocasions serà teatralitzat i en d'altres serà llegint el suport paper, entre d'altres variacions.

En definitiva, la metodologia emprada al llarg d'aquestes sessions serà la d'acompanyar els infants des del respecte i amb afecte positiu en la seva experimentació plena davant de les diverses propostes que se li oferiran. Aquest programa es durà a terme de manera sistemàtica per tal que els infants acomodin els seus aprenentatges a les estructures de coneixement amb una actitud de confiança i seguretat afectiva.

#### ***4.3 Procés d'aplicació:***

Per tal de què aquest programa sigui efectiu i pugui tenir un impacte en l'experiència dels infants, considero que s'ha de dur a terme de manera sistemàtica. Per tant, les sessions es desenvoluparan setmanalment, els divendres.

## CALENDARI DE LES SESSIONS

<b>SESSIÓ</b>	<b>DATA</b>	<b>DURADA TOTAL (ENTRE ELS DOS GRUPS)</b>
EXPERIMENTEM!	15/03/2019	1h i 20 min
EMOCIONEM-NOS AMB LA MÚSICA!	22/03/2019	1h i 20 min
LES MEVES MANS EXPLIQUEN UN CONTE.	29/03/2019	40 min.
EXPERIMENTEM!	29/03/2019	1h
LES CAIXES MÀGIQUES	5/04/2019	30 min.
FEM MASSATGES!	5/04/2019	30 min.
EMOCIONEM-NOS AMB LA MÚSICA!	12/04/2019	1h
LES MEVES MANS EXPLIQUEN UN CONTE.	12/04/2019	40 min.
LES CAIXES MÀGIQUES	15/04/2019	30 min.
FEM MASSATGES!	15/04/2019	30 min.
EXPERIMENTEM!	16/04/2019	1h
EMOCIONEM-NOS AMB LA MÚSICA!	17/04/2019	1h
LES MEVES MANS EXPLIQUEN UN CONTE.	17/04/2019	40 min.
LES CAIXES MÀGIQUES	26/04/2019	30 min.
FEM MASSATGES	26/04/2019	30 min.
EXPERIMENTEM!	10/05/2019	1h.

Com he explicat a *4.1 Anàlisi del context*, realitzaré les sessions amb tot el grup però repartits en dos grups de 6-7 nens. És a dir, faré el mateix dia la mateixa sessió però en torns diferents. D'aquesta manera atenc la individualitat de cadascú del nens i nenes, però alhora ofereixo la mateixa possibilitat d'experimentar a tots. No obstant això, l'avaluació del meu programa la realitzaré únicament amb un dels grups per tal de poder extreure uns resultats més acurats a la realitat i que no se m'escapin detalls.

#### 4.3.1 Modificacions

Entorn la planificació de dies que vaig oferir al centre com el meu horari d'intervenció no hi ha hagut cap modificació. He anat tots els divendres com ja estava planificat; i a més a més, vaig aprofitar setmana santa per poder fer sessions seguides. Aquests dies també estaven contemplats en l'horari inicial que vaig presentar al centre. Per tant, pel que fa als dies de procés d'aplicació no hi ha hagut cap modificació.

En canvi, pel que fa al programa, al llarg del seu desenvolupament, he modificat alguns dels recursos d'aquestes activitats. No obstant això, no he hagut de replantejar-me els objectius ja que les activitats s'ajustaven a les necessitats dels infants i, en conseqüència, als objectius també. Cal dir que, la modificació d'activitats ha estat com a resultat de l'observació i l'avaluació entorn l'actitud presa del infants. Així m'he adonat quines dinàmiques no funcionaven i he decidit canviar-les.

És el cas de l'activitat "Emocionem-nos amb la música". Després de la primera sessió, em vaig adonar que les cançons que els vaig oferir no eren atractives per ells i no havien connectat amb aquest tipus de música. La proposta era amb melodies de diferents ritmes, però totes eren clàssiques i per tant no tenien una lletra que les identifiquessin ni que els cridés l'atenció. Així, les següents sessions, vaig proposar melodies diferents; més properes a ells, amb lletra i melodies diverses.

El canvi va ser notable. A les sessions següents, els infants es van mostrar més participatius i actius davant les noves cançons. Al principi, no trobaven la manera d'expressar-se amb el ritme lent, però a mida que van passar els dies, els nens i nenes van trobar els moviments que els definien tant amb cançons de ritme ràpid com lent. És a dir, van aprendre a gaudir i expressar amb qualsevol tipus de música.

Entorn les altres activitats, no he modificat cap recurs. Únicament els he anat combinant per tal de mantenir l'interès i motivació dels infants, però aquesta combinació ja estava contemplada en la planificació de les activitats.

Per altra banda, a mida que he anat avançant el meu programa, m'he adonat que els infants es mostraven molt motivats i algunes activitats se'ls feien curtes. Per tant, he decidit fusionar activitats en una mateixa sessió ja que una proposta podia ser la cloenda d'una altra activitat. El resultat va ser gratificant, així que vaig ajuntar l'activitat de "Emocionem-nos amb la música" i " Les meves mans expliquen un conte" i també, la de "Fem massatges" i " Les caixes màgiques". Considero que aquest canvi ha tingut molt bons resultats vist que els infants s'han mostrat interessats per totes i cadascuna de les propostes entenent que algunes d'elles eren la cloenda de l'anterior.

Aquesta opció me la vaig plantejar gràcies a una modificació de l'activitat que hem tocava el 29/03. L'escola em va demanar si podia fer la proposta d' " Experimentem" ja que venia la supervisora del centre i volia observar el funcionament de la sala multisensorial. Així, vaig desenvolupar dita activitat amb la de "Les meves mans expliquen un conte" com a cloenda. Vaig sortir contenta del resultat i vaig decidir seguir amb el canvi. Definitivament, considero que va ser un encert.

Per altra banda, a la sisena sessió vaig decidir incorporar una nova emoció, vist que els infants en el seu dia a dia tenien adquirides en les seves estructures de coneixement l'alegria i tristesa. Vaig decidir oferir un nou coneixement perquè la tutora em va explicar que els infants verbalitzaven content i trist tot relacionant-lo amb la titella. I a més a més, feien les connexions entre la paraula i l'acció que provocava aquella emoció. Per exemple, quan picaven a un company, un altre li deia que no, que es posava trist. Per tant, a la sessió 6 vaig presentar la ira. D'igual manera que les altres, els alumnes la van acollir i acceptar tot mostrant interès per agafar-la i experimentar amb ella.

L'últim canvi que he hagut de realitzar va ser el dia 26 d'abril. Aquell dia em tocava realitzar les activitats de "Les caixes màgiques" i "Fem massatges!" però a l'escola celebraven el dia de Sant Jordi. Per tant, tot i que la tutora em va oferir dur a terme les dinàmiques amb mig grup, vaig considerar que també era interessant observar com actuaven els infants i si utilitzaven els aprenentatges d'educació emocional en un altre entorn que no fossin les meves propostes. A més a més, un altre dels motius pels quals vaig decidir adaptar-me a l'organització de l'escola es perquè tal i com afirma "*El model de les cinc competències*" del Grop (Bisquerra,R, i Pérez,N. (2007)) les habilitats socials formen part de l'educació emocional. Així, aquests infants també era important que es relacionessin amb els seus companys de l'escola i tinguessin sentiment de pertinença al grup.

Considero que he seguit bastant el programa inicial, però alhora he tingut una actitud oberta i flexible davant dels canvis que han sigut necessaris o bé, per a què el programa fos eficient tenint en compte les hores d'implementació o bé, per necessitat organitzativa de l'escola. Així, s'ha pogut garantir tot el temps necessari per poder oferir tot el programa complet tot reajustant les dinàmiques en funció de les necessitats.

#### **4.4 Estratègies d'avaluació:**

En un principi, les estratègies d'avaluació que s'anaven a seguir al llarg de tot el programa eren dos. Una d'elles la realitzava jo després de cada sessió; aquest document és individualitzat a fi de poder copsar les millores individuals o les competències que predominen en cadascú. Considero que el fet d'observar individualment a cada infant ens aporta informació molt més fidel i concreta de la realitat que tenim. En aquest document consta la participació de l'infant, si identifica i expressa les seves emocions, la relació que

manté amb els seus companys i, per últim, si existeixen canvis actitudinals i conductuals respecte les sessions anteriors.

L'altre prova la realitzava la mestra que m'acompanya. Ella avaluava tant els infants com la meva figura. Així, a les sessions " Experimentem!" i " Les meves mans expliquen un conte" oferia a la mestra referent del grup un qüestionari en el qual valorava què li havia semblat aquella sessió, si era adequada pel grup, etc. A més a més, m'oferia quines propostes de millora tenia per tal d'afavorir el creixement personal d'aquests infants. En la mateixa línia, li oferiria una entrevista per tal que valorés el meu paper dins de la sessió, a fi de poder millorar el meu modelatge cap els infants. I d'altra banda, a les sessions " Emocionem-nos amb la música!", " Les caixes màgiques" i " Fem massatges" la mestra avaluava d'igual manera que jo la participació dels infants durant la sessió.

Finalment, després de parlar amb la mestra tutora del grup, vam decidir que la seva valoració, setmana rere setmana, de les sessions no ens aportava informació diferent entre els diferents dies d'una mateixa activitat. Així, vam acordar que al finalitzar el programa, ella faria una valoració global de cada activitat tot tenint en compte els ítems que constaven en les valoracions que havia de fer en un inici. I a més a més, avaluaria, de manera general, el programa tot tenint en compte les necessitats detectades, el modelatge que jo havia ofert i si hi havia hagut algun canvi en el comportament dels nens i nenes.

Pel que fa a la meva avaluació, no hi ha hagut cap canvi. He seguit, durant tot el programa, amb la mateixa metodologia d'avaluació per tal de poder valorar, per una banda, l'eficàcia dels recursos emprats i per altre, el canvi actitudinal dels infants.

#### **4.5 Avaluació del programa:**

L'avaluació del programa és positiva vist que, pel que fa a l'objectiu principal de la duta en pràctica d'aquesta proposta, aquest s'ha complert satisfactòriament. Tot el procés d'implicació ha conduït a aconseguir **aplicar i avaluar unes propostes per desenvolupar la capacitat emocional de la conscienciació en infants (1-2 anys).**

Aquest objectiu principal s'ha pogut assolir mitjançant el compliment d'altres objectius més específics: **Seleccionar activitats que ajudin a respondre a la conscienciació, aplicar les propostes en una sala multisensorial amb infants 1-2 anys i avaluar l'eficàcia i utilitat d'aquestes propostes quant a la potenciació de la conscienciació emocional.**

Aquests propòsits, d'igual manera que el general, s'han pogut assolir de manera completa. Al llarg de tot el programa hem pogut observar com els infants reconeixien les emocions d'alegria, tristesa i ira, i a més a més, les relacionaven amb un tipus d'accions determinades. Els nens i nenes han adquirit nou vocabulari emocional i l'han vinculat a una expressió en concret. Tot i que, per observar grans canvis actitudinals cal més temps i maduresa en



aquestes etapes, al llarg de tot el programa, s'han pogut observar grans avenços i aprenentatges pel que a l'educació emocional es refereix.

Concretament, els nens i nenes han pogut adquirir aquests coneixements perquè hem pogut assolir els objectius d'aprenentatge que m'havia plantejat amb dit programa.

En relació a l'**objectiu 1**: "Identificar les emocions bàsiques pròpies (alegria, tristesa i ira) a partir d'instruments visuals i la figura de l'adult" s'ha pogut observar que els infants han conegut i adquirit en les seves estructures de coneixement el concepte d'alegria, tristesa i ira i a més a més, reconeixen les expressions facials característiques de cadascuna de les emocions esmentades anteriorment.

Cal dir que aquests resultats els hem aconseguit mitjançant un qüestionari que s'ha aplicat a totes les activitats que fan referència a aquest objectiu per tal de copsar quins eren els seus aprenentatges sessió a sessió.

En relació a l'**objectiu 2**: "Iniciar-se en l'escolta del vocabulari emocional bàsic (alegria, tristesa i ira)" podem dir que s'ha aconseguit totalment vist que jo, al llarg de tot el programa, he anat utilitzant el vocabulari emocional bàsic que volia treballar, per tant els infants han estat escoltant contínuament l'emoció que sentien en aquell moment per tal que establissin relació entre paraula i emoció sentida. Això es tradueix en què, els infants, al final del programa, relacionaven situacions on un company o ells mateixos expressaven una de les tres emocions i verbalitzaven mitjançant les seves possibilitats verbals que es sentien d'aquella manera.

Pel que fa a l'**objectiu 3**: "Potenciar la imitació com a recurs per a desenvolupar la capacitat emocional de la conscienciació" es pot afirmar que els infants han tingut una gran dosi de modelatge entorn a les 3 emocions treballades. Per exemple, cada cop que presentava les titelles els mostrava l'expressió facial característica i a més a més, els convidava a que ells també la representessin. D'aquesta manera entenien el seu significat i després, aplicaven aquestes expressions a situacions del dia a dia que els feien sentir aquella emoció concreta.

Aquestes observacions s'han pogut copsar mitjançant un qüestionari que s'ha aplicat a totes les activitats que fan referència a aquest objectiu per tal d'estudiar quins eren els avenços.

Entorn l'**objectiu 4**: "Observar les expressions d'alegria, tristesa i ira davant d'una situació" s'ha aconseguit totalment vist que algunes activitats tenien com a nucli aquest objectiu i per tant, focalitzaven la dinàmica exclusivament i explícitament en que els infants es trobessin i observessin aquest tipus d'expressions. N'és un exemple l'activitat de "*Les meves mans expliquen un conte*" en què els dos personatges protagonistes expressaven les seves emocions en cada moment de manera molt clara. Cal dir que, aquest objectiu ha col·laborat

en què els infants traslladin aquestes emocions a situacions semblants a la del conte que sorgeixen a l'aula.

Com als altres objectius, els resultats són fruit d'unes observacions que s'han fet a partir d'un qüestionari aplicat a totes les activitats que fan referència a aquest objectiu. Amb aquesta eina s'han pogut deixar presents els aprenentatges que han fet els infants sessió a sessió.

Per últim, i pel que fa a l'**objectiu 5**: "Reconèixer en un personatge fictici l'emoció d'alegria, tristesa i ira mitjançant la imitació" també s'ha assolit satisfactòriament ja que, com he comentat anteriorment, o bé a l'activitat "Les meves mans expliquen un conte" o bé a alguna de les cloendes de les altres activitats, en el moment d'explicar una història, els infants reconeixen l'emoció del personatge i la transfereixen a la vida real. És a dir, estableixen un paral·lelisme entre l'emoció que sent el personatge i la mateixa situació que sent una persona propera del seu entorn o ells mateixos.

Cal dir que els objectius anteriorment comentats són els que em vaig proposar aconseguir amb aquest programa. No obstant això, considero que s'han treballat d'altres de manera transversal i paral·lela. Per tant, l'aplicació d'aquest programa ha facilitat als alumnes, els següents avenços:

- Familiaritzar-se amb l'espai on desenvoluparem les sessions.
- Expressar lliurement amb el cos mitjançant la música.
- Utilitzar el gest com un mitjà de comunicació i expressió.
- Vivenciar carícies positives.
- Generar emocions positives a partir dels massatges, amb el contacte.
- Afavorir el benestar i la seguretat emocional.

En d'altres paraules, es pot afirmar, de manera general, que les activitats proposades en aquest programa han respost positivament als objectius plantejats. És cert que, cada activitat tenia un objectiu molt clar però no obstant això, a totes les activitats s'han treballat tots els objectius de manera transversal i entrelaçada ja que la consecució d'un propòsit té implícit el posar en practica un altre.

## 5 CONCLUSIONS

Aquest treball ha suposat per mi una evolució i un camí ascendent del meu procés d'aprenentatge. Vaig començar amb moltes pors i inseguretats, no obstant això, em vaig empoderar i vaig prendre la iniciativa d'aquesta tasca. Així, he anat descobrint i experimentant amb el meu propi coneixement. Això, m'ha dotat de recursos i estratègies per poder millorar i créixer com a educadora emocional i docent. En altres paraules, en general, he evolucionat com a professional de l'educació.

D'altra banda, el fet d'anar descobrint i creixent de manera autònoma però recolçada per una professional m'ha fet recordar com aprenen els infants amb els quals he tractat. Així, ha sigut una manera d'empatitzar amb ells, i per tant, de prendre consciència i recordar quines emocions tenen davant d'un nou aprenentatge. D'aquesta manera, he pogut proposar als nens i nenes una proposta emocional educativa el més propera i atractiva possible pel que fa als seus interessos i emocions.

Filant prim a l'agulla, els punts forts que he trobat durant l'elaboració del treball han estat diversos. Principalment, com he comentat amb anterioritat, el punt fort que destaco d'aquest treball és desenvolupament com a educadora emocional. Implícitament, en aquest aspecte, trobem tasques concretes; com per exemple, en el moment en què vaig fer el marc teòric vaig poder definir una ruta. Això, em va ajudar a marcar el destí cap on desitjava encaminar el meu treball i programa. Per tant, per poder dibuixar la meua línia d'actuació, va ser necessària una formació teòrica la qual em va dotar dels continguts necessaris per entendre què sostenia el meu treball i programa.

Seguint en la mateixa línia, amb aquest treball he après a aplicar els coneixements d'educació emocional amb infants de l'escola bressol, concretament d'1 -2 anys. La part teòrica, no hagués tingut sentit ni hagués sigut tant significativa si després no hagués sigut possible l'aplicació en un ambient real. He trobat molt interessant poder fer transferència del coneixement a la pràctica tot cometent errors i tenint la oportunitat d'aprendre i corregir-los.

Per contra, com en tot procés d'aprenentatge, he detectat aspectes que milloraria si hagués de fer novament aquesta tasca. En el cas que hagués de tornar a aplicar un programa d'educació emocional, faria més sessions i amb més freqüència amb l'objectiu de crear un major impacte en l'educació dels infants i així, poder observar l'evolució dels infants més explícitament. No obstant això, sóc conscient que al llarg d'aquest treball he sigut molt realista amb la disponibilitat del meu temps, per tant, crec que ha sigut un punt feble en el meu treball però, sé que he fet el màxim que podria haver fet pel que a l'organització del temps es refereix.

Per últim, considero que en l'organització de les activitats m'ha mancat més estona de feedback amb els infants. Tenint en compte el nivell maduratiu en què es troben, vaig infravalorar les seves competències de valoració i expressió d'intencions. Després d'haver finalitzat el procés, i compartint amb la mestra el que ha succeït després de marxar, considero que no he aprofitat el màxim aquesta font d'informació tant preuada i important.

Com a conclusió, dir que els resultats que he obtingut d'aquesta tasca són els esperats. Considero que he enriquit el meu coneixement entorn el món de l'educació emocional tot adoptant i utilitzant nous recursos i estratègies. No obstant això, i en relació als punts febles que he esmentat anteriorment, considero que per a què un treball i un programa tingui un impacte significatiu s'hauria de fer més sessions i amb una freqüència temporal curta. Així, el modelatge i l'aprenentatge aniria calant i expandint-se com les gotes d'oli s'estenen en la superfície.

## **6 AUTOAVALUACIÓ**

La realització d'aquest treball té implícit utilitzar temps i dedicació a produir un document amb consistència i pes teòric el qual li dona veracitat. És per això que per mi ha suposat un esforç per tal d'aconseguir un treball acurat. La veritat és que estic molt contenta amb el producte que he realitzat; considero que és polit, precís, entenedor i enriquidor per a un públic ampli.

Per altra banda, i pel que fa al meu procés de creixement personal i acadèmic, aquest treball ha facilitat la meva evolució professional com a educadora emocional. Això és degut a la formació que he hagut de fer per tal de poder oferir un programa d'educació emocional que atengués a les necessitats dels infants en qüestió; i a més a més, també he après aspectes relacionats fidelment amb el producte i redacció del format paper. En altres paraules, en aquesta producció escrita es pot trobar la síntesi de la informació que hi ha sobre cada contingut, l'establiment d'objectius clars i relacionats amb les activitats proposades i un marc teòric que entrellaça i relaciona els diferents continguts que apareixen tot aportant reflexions personals. Tot plegat conforma un escrit amb una estructura unificada on s'estableixen connexions entre continguts i t'ajuda a entendre més el món de l'educació emocional.

No obstant això, considero que mai s'acaba d'aprendre i per tant, és per això que, com he dit anteriorment, tot i aquest treball ha suposat en mi un procés d'aprenentatge ascendent, posaria de nota un 9 per tal de seguir aquesta evolució.

## BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

### ➤ WEBGRAFIA

- Equip Eneso (25 de juliol de 2017) Cómo trabajar en salas de estimulación multisensorial Eneso Sense.[ Missatge en un blog] Recuperat de <http://www.eneso.es/blog/como-trabajar-sala-estimulacion-multisensorial-eneso-sense/>
- Centro Anayet (sens data) Historia del concepto Snoezelen. [ Missatge en un blog] Recuperat de <https://www.centroanayet.com/blog/estimulacion-multisensorial/historia-del-concepto-snoezelen>
- LÓPEZ CASSÀ, Èlia. La educación emocional en la educación infantil. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, vol. 19, núm. 3, diciembre, 2005, pp. 153-167 Universidad de Zaragoza Zaragoza, España Recuperat de <http://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>
- Royo, M.C. (2012). Formació al professorat. Prenem consciència de la importància de l'educació emocional. Projecte Final del Màster en Educació- Emociona i Benestar. Barcelona: Universitat de Barcelona. Dipòsit Digital: <http://hdl.handle.net/2445/45584>
- Bisquerra Alzina, R (18 de noviembre de 2017). Educació emocional: de la recerca a la pràctica fonamentada. *Revista catalana de pedagogia*, 13(2018), p.145-171. DOI: 10.2436/20.3007.01.102. ISSN (edició electrònica): 2013-9594. <http://revistes.iec.cat/index.php/RCP/index>
- Generalitat de Catalunya. Departament d'Ensenyament.(2010). *Curriculum i orientacions educació infantil. Primer cycle.* Recuperat de <http://xtec.gencat.cat/web/.content/alfresco/d/d/workspace/SpacesStore/0080/bfd2cd16-10d5-4103-aba2-ee9744b2399d/Curriculum-Infantil-0-3.pdf# ga=2.49195558.1446108069.1546597611-1511924698.1543313685>
- García, C (sense data). *Educación emocional en la infancia Una guía de orientación para el 1r ciclo de Ed. Infantil* Recuperat de [https://edukame.com/system/files/gratis/educacion\\_emocional\\_infantil\\_en\\_la\\_escuela.pdf](https://edukame.com/system/files/gratis/educacion_emocional_infantil_en_la_escuela.pdf)

➤ **BIBLIOGRAFIA**

- Bisquerra Alzina, R (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Barcelona: Síntesis
- Lantieri, L. I Goleman, D (2016) *Inteligencia emocional infantil y juvenil* Aguilar.
- López Cassà, È. (2011). *Educación de las emociones en la infancia (de 0 a 6 años)*. Reflexiones y propuestas prácticas. Madrid: Wolters Kluwer.

- ANNEXOS

1. FOTOS DELS PERSONATGES "ALEGRIA", "TRISTESA" I "IRA"



## 2. AVALUACIÓ DE LA TUTORA

- AVALUACIÓ DE LA SESSIÓ “EXPERIMENTEM”

### **1. Consideres que l'activitat proposada ha sigut adequada al nivell maduratiu i cognitiu dels infants? Perquè?**

La proposta està adequada per aquests infants. A mesura que anaven fent les sessions els ha ajudat a poder gestionar i autocontrolar-se, baixant el ritme i concentrar-se en allò que estaven fent. La introducció de les titelles de pal ha estat molt interessant, com ha captat l'atenció dels infants i com els ha ajudat a identificar les diferents emocions.

### **2. Quines propostes de millora m'ofereixes?**

Al finalitzar la proposta, tot i que no hi ha molt llenguatge, seria interessant preguntar als infants pel que ha passat i han viscut amb els diferents elements de la sala. És important que l'adult posi paraules allò que passa.

### **3. Fes-me una crítica constructiva entorn la meva actuació. ( Model que li dono als infants, les meves intervencions, la meva comunicació no verbal, etc.)**

Estaves molt pendent de tot el grup i potenciaves que interactuessin amb tots els elements. Quan algun infant estava una mica nerviós i s'alterava, el treure'l fora de l'espai i parlar amb ell l'ajudaves a tornar a centrar-se. M'ha semblat molt interessant com has introduït les emocions, amb les titelles de pal ha ajudat a captar l'atenció d'ells, i com has introduït paulatinament ha ajudat a interioritzar millor cada concepte.

- AVALUACIÓ DE LA SESSIÓ “LES MEVES MANS EXPLIQUEN UN CONTE”

### **1. Consideres que l'activitat proposada ha sigut adequada al nivell maduratiu i cognitiu dels infants? Perquè?**

Els contes és un recurs molt atractiu pels infants que ajuda adquirir vocabulari. Era una història curta i això ha ajudat a seguir el fil del que passava.

### **2. Quines propostes de millora m'ofereixes?**

Anar introduint algun personatge més amb la nova emoció introduïda aquell dia, com per exemple l'enfadat. Els contes és una eina molt atractiva per a través d'una història introduir conceptes.



### **3. Fes-me una crítica constructiva entorn la meva actuació. ( Model que li dono als infants, les meves intervencions, la meva comunicació no verbal, etc.)**

La manera en que vas explicar el conte era molt correcte, la teva expressió a través dels gestos i la tonalitat de la veu, feia que la història tingués vida. Em va agradar molt com a través de les mans representessis al Pep i la Pepeta, creava màgia.

- AVALUACIÓ DE LA SESSIÓ “ FEM MASSATGES!”

#### **1. Consideres que l'activitat proposada ha sigut adequada al nivell maduratiu i cognitiu dels infants? Perquè?**

Tot i que a l'escola no havien treballat amb ells els massatges, ho han acceptat molt bé. Van anant adquirint l'hàbit en les diferents sessions i anaven tenint una actitud més activa. Això també els ajudat a interaccionar i ser conscients del seu propi cos, les diferents parts, sensacions a l'hora de tocar-se.... i ha fet també que el grup es “mimes”, que entre ells tinguin cura i estima.

#### **2. Quines propostes de millora m'ofereixes?**

Per un futur allargar les sessions amb massatges, utilitzant eines diferents com pot ser les mans, per sentir altres sensacions.

### **3. Fes-me una crítica constructiva entorn la meva actuació. ( Model que li dono als infants, les meves intervencions, la meva comunicació no verbal, etc.)**

Les sessions estaven ben planificades. La primera sessió vas encendre el tub de bombolles per crear un entorn més relaxat, però això va cridar l'atenció dels infants i els hi costava molt centrar-se en els massatges. A les següents sessions ho vas canviar, ets molt observadora i això et dona la oportunitat de poder fer modificacions de sessió a sessió i t'ajuda a poder millorar en la teva pràctica. També és molt positiva la teva actitud, (com quan provocaves que els infants s'apropessin als compnays amb NEE i tinguessin cura i respecte a l'hora de fer massatges només amb el teu exemple.)

- AVALUACIÓ DE LA SESSIÓ “ LES CAIXES MÀGIQUES”

#### **1. Consideres que l'activitat proposada ha sigut adequada al nivell maduratiu i cognitiu dels infants? Perquè?**

Aquesta activitat és molt enriquidora i agrada molt als infants, ja que ells hi poden participar activament cantant les cançons i a més s'hi afegeix el factor sorpresa en el moment d'obrir la caixa.

#### **2. Quines propostes de millora m'ofereixes?**

Treballar les emocions introduïdes a través de les caixes màgiques. I una altre idea que els infants triessin quina caixa li agrada més i identificar si estan contents o tristos quan l'escolten.

### **3. Fes-me una crítica constructiva entorn la meva actuació. ( Model que li dono als infants, les meves intervencions, la meva comunicació no verbal, etc.)**

La teva expressió cridava l'atenció dels infants, amb el factor sorpresa creaves un ambient molt màgic i els infants estaven pendents d'allò que passava en tot moment. Les teves intervencions ajudaven a encaminar la proposta, fent que quan un infant s'aixecava o es distreia el tornaves a encaminar fent-lo protagonista picant la caixa, ensenyant-li la imatge...

- AVALUACIÓ DE LA SESSIÓ “ EMOCIONEM-NOS AMB LA MÚSICA”

#### **1. Consideres que l'activitat proposada ha sigut adequada al nivell maduratiu i cognitiu dels infants? Perquè?**

La música és una recurs molt atractiu per poder representar a través del cos com ens sentim i que és el que ens fa sentir. Tot i que al principi els hi va costar saber que havien de fer i com actuar, poc a poc amb el teu model i a través de la imitació anaven fent els diferents moviments fins que al final tots sols agafaven els instruments, es movien per tot l'espai... i fins i tot entre ells.

#### **2. Quines propostes de millora m'ofereixes?**

Introduir en cada sessió més elements, mocadors o teles per seguir el ritme de la música.

### **3. Fes-me una crítica constructiva entorn la meva actuació. ( Model que li dono als infants, les meves intervencions, la meva comunicació no verbal, etc.)**

Al posar-te tu com a model, els hi va ajudar a saber com començar la proposta, vas motivar aquells infants que estaven menys actius o no mostraven tant d'interès, aconseguint que intervinguessin i acabessin gaudint de la proposta.

- AVALUACIÓ FINAL

#### **1. Consideres que el programa ha donat resposta a la necessitat d'identificar les emocions que sentien? Trobes que ha mancat quelcom prioritari pel que a l'educació emocional es refereix?**

El programa ha estat l'adequat pels infants, els infants han integrat les emocions explicades amb molta rapidesa i les identifiquen en el seu dia a dia, fins i tot per explicar com es sent una altra persona.

#### **2. Com valores el recurs utilitzat com a eix transversal al llarg de totes les sessions de les titelles de les emocions?**

Crec que és un recurs molt atractiu, ha fet que els infants tinguessin curiositat i cridar la seva atenció. I també el veure l'emoció representada en la titella els ha ajudat a poder representar-la a ells.

**3. Has pogut observar algun canvi d'actitud en els infants des de l'inici fins al final del programa?**

Si molt, com he dit en la primera pregunta identificant les emocions treballades, i la representen. Pel matí si venen tristos ho fan saber a través de l'expressió de la cara i diuen "estic trist". Crec que aquest treball realitzat els ha ajudat molt a poder explicar com es senten en cada moment amb molta facilitat.

**4. Propostes de millora.**

Les millores mencionades, que són més que res idees, estan explicades en les valoracions de les sessions.

### 3. MODEL D'AVALUACIÓ EMPRAT

AVALUACIÓ		NOM:		DIA:	
SESSIÓ:					
ACTIVITAT:					
	GENS	POC	BASTANT	MOLT	
1. Es mostra participatiu?					
2. Mostra interès per la proposta?					
3. Expressa les seves emocions a cada moment?					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• És una activitat dirigida o lliure?</li> </ul>	ACTIVITAT DIRIGIDA		ACTIVITAT LLIURE		
4. Accepta l'emoció d'alegria? (Ex: S'aporrpa a la titella de pal d'alegria.)					
5. D'igual manera, accepta l'emoció de tristesa?					
6. Te intenció comunicativa al llarg de la sessió?					
	SI	NO	OBSERVACIONS		
5. Canvis d'actitud					

#### 4. DIARI DEL PROCÉS DE PRÀCTIQUES

- Divendres 15/03/2019

Avui és la primera sessió que realitzaré del meu programa d'educació emocional. Hem sentit il·lusionada i amb ganes de començar ja que tornaré a veure als nens i nenes amb qui vaig treballar en la meua primera feina com a mestra.

Un cop he començat la sessió m'han marxat els nervis i he gaudit molt de la proposta i de la companyia de tots els nens i nenes. Els infants m'han rebut amb molt d'amor i això m'ha donat encara més motivació per seguir.

Pel que fa a la sessió, ha anat molt bé i ha fluït una energia molt positiva. A més a més, els infants han estat molt participatius al llarg de tota la proposta, des del ritual d'entrada fins al de sortida. Ha sigut tant així que la sessió s'ha allargat en el temps comparant amb el que jo havia programat.

La gran majoria han entès el concepte d'alegria i tristesa a través d'establir la relació entre el concepte i l'expressió de la titella de pal que els hi he ofert. Cal dir que, alguns d'ells verbalitzaven content o trist tot senyalant les titelles que els he regalat i que representaven dita emoció.

En definitiva, tenia dubtes de com funcionaria la primera sessió, i la veritat que surto molt contenta i motivada per realitzar la següent.

- Divendres 21/03/2019

Avui hem sentit més segura perquè després de veure la setmana passada l'actitud dels infants, sabia que mostrarien motivació per qualsevol proposta que els oferís.

A la rutina d'entrada, el grup ha mostrat, sense demanar-li, l'aprenentatge que van realitzar la setmana passada. Quan el Molí ha tornat a presentar les seves amistats de seguida s'han apropat i les senyalaven. Alguns deien content i trist reconeixent cadascun dels personatges.

Abans de començar la sessió, he posat una proposta pels infants que no trobessin interès en ballar. Durant la sessió, els infants m'han fet descobrir una nova proposta. Aquests nens i nenes han agafat els instruments i han ballat fent música amb ells. Jo les estava oferint com dinàmiques diferents i excloents i ells m'han fet adonar-me'n que es podien combinar.

Pel que fa a implicació dels infants, es podia observar que durant les cançons lentes es mostraven molt més desconnectats que no pas a les cançons amb ritme ràpid. En aquestes reien i ballaven sense parar tot mostrant-se eufòrics.

Cal dir que, tot i que he quedat contenta amb aquesta dinàmica, al llarg de la sessió m'he plantejat si valia la pena tornar a realitzar-la; he reflexionat entorn fins quin punt havia estat interessants pels infants. Però, després, he parlat amb la tutora i m'ha expressat la seva

conformitat en que seguís. Li ha semblat divertida i interessant en quant a la participació i expressió dels nens i nenes. Per tant, seguiré amb la proposta canviant les músiques.

- Divendres 29/03/2019

Avui em sentia tranquil·la perquè el grup ja ha agafat la rutina amb mi i jo amb ells. Una mica abans d'arribar m'han comunicat que havíem de fer la sessió d' "Experimentem!" ja que venia una supervisora i volia observar el funcionament d'aquesta. Llavors, he fusionat les dues sessions.

El resultat ha estat molt satisfactori i els infants han afiançat els aprenentatges de les anteriors sessions conclouent amb el conte que tenia preparat per avui: " Les meves mans expliquen un conte".

S'han mostrat molt participatius durant el conte. Alguns d'ells imitaven els moviments que jo anava fent.

- Divendres 5/04/2019

Abans de realitzar la sessió em sentia expectant per saber com aniria i si aconseguirien relaxar-se. La proposta ha sigut molt interessant perquè ens ha donat peu a adonar-nos que se'ls hi fa difícil relaxar-se. Tenien un nivell d'activació molt elevada i com, en altres ocasions, han utilitzat la sala per experimentar amb els diferents estímuls, avui, tot i que no estaven tots els estímuls encesos, se'ls feia difícil mantenir la calma i deixar el seu cos relaxat.

Per altra banda, com a cloenda de la sessió, i vist que estaven molt actius, he decidit fer la proposta de les Caixes màgiques. Els alumnes s'han mostrat molt participatius tot reproduint els moviments que anava realitzant i tararejant les cançons. Ha sigut una sessió molt interessant entorn les actituds preses dels alumnes davant les diferents opcions.

- Divendres 12/04/2019

La sessió d'avui era la segona vegada que la feia. Generalment, la valoració és més positiva que l'anterior. Després de la primera, vaig fer una reflexió del perquè els infants no havien mostrat una motivació total. Com a conseqüència, vaig decidir que canviaria la proposta de músiques. El resultat d'avui ha estat molt gratificant i positiu. Els infants s'han mostrat molt participatius i motivats amb la nova proposta. En general, he observat un canvi de conducta i de participació positiva.

Tot i així, els infants segueixen mostrant més interès i motivació per ballar quan sona una cançó amb ritme ràpid i agitat que no pas quan sona una cançó lenta. Mostren certa desconexió amb aquesta melodia i busquen altres alternatives per fer; no obstant això, sempre escolten i posen atenció a la música.

Pel que fa a la proposta de “Les meves mans expliquen un conte” els infants es mostren molt atents i motivats i gaudeixen molt d’aquesta dinàmica. Alguns d’ells representen amb l’expressió facial les emocions que van sortint al llarg de la història.

- Dilluns 15/04/2019

Avui hem sentia expectant per veure com evolucionaria aquesta sessió ja que les propostes en l’anterior vegada no van funcionar com jo esperava. Així, l’anterior sessió on vaig oferir les mateixes propostes que avui em va servir per adonar-me’n dels recursos que no havien funcionat i que havia de millorar. Per tant, avui havia de funcionar diferent perquè la proposta tenia canvis en quant a música de fons, a la preparació de l’espai, el grup ha estat format per companys diferents als de sempre, etc.

Així, en aquesta dinàmica, la valoració general és més positiva vist que els infants comencen a conèixer la dinàmica de la sessió i comencen a poder relaxar-se. La majoria del grup d’avui ha sapigut apreciar la calma i gaudir del moment de relax amb els massatges. Tot i així, a alguns d’ells se’ls ha fet difícil seguir aquest moment de manera vivencial. És a dir, han preferit fer ells els massatges que no pas que li fessin a ells. No obstant això, l’ambient que es respirava era molt més tranquil i calmat que el de la sessió anterior.

- Dimarts 16/04/2019

La sessió d’avui era el tercer cop que la duia a terme, per tant, em sentia relaxada i confiada. En general, la valoració és positiva. Els infants s’han mostrat participatius i actius durant tota la sessió; al principi, es mostraven molt emocionats i eufòrics amb la proposta tot cridant i rient. Poc a poc, s’han anat autoregulant i han entès que en aquell espai havien de mostrar les seves emocions d’una altra manera que no pas cridant. Hi ha hagut dos infants que se’ls hi ha fet difícil aquest pas, però poc a poc, ho anirem treballant.

Per contra, a l’hora de fer la cloenda de la sessió amb l’explicació del conte “De què fa gust la lluna?” els nens i nenes han tornat a la calma i han mantingut l’atenció tot participant en la història. Ha sigut molt interessant com han sapigut canviar el ritme d’una proposta a l’altre.

- Dimecres 17/04/2019

A la sessió d’avui he decidit presentar una nova emoció ja que els infants, al llarg d’aquestes sessions, han demostrat i expressat que tenen adquirit l’aprenentatge de l’emoció de content i trist. L’emoció presentada és la ira. Com sempre, el Molí ha presentat el seu nou amic. Els infants han mostrat molt d’interès i estima, i de seguida han connectat amb ell.

Per altra banda, avui, em tornava a sentir insegura davant la proposta que més dubtes m’està generant del programa: “Emocionem-nos amb la música”. És ben cert que la

valoració de la sessió anterior va ser molt més positiva; les cançons ofertes havien connectat més que les de la primera vegada, tot i així, avui em sentia insegura entorn l'actitud que prendrien els infants davant les mateixes músiques.

Per la meva sorpresa, els nens i nenes s'han mostrat actius, participatius i amb moltes ganes de ballar. Aquest cop, han mostrat interès tant per les melodies ràpides com per les lentes. Això, m'ha fet sentir contenta i relaxada i m'ha permès gaudir de la proposta amb els infants. D'aquesta manera, he pogut observar amb deteniment les diverses situacions sorgides, com per exemple, com dues nenes s'han agafat de les mans i han gaudit ballant juntes, d'altres em buscaven a mi per ballar i d'altres han preferit ballar ells sols però en companyia del grup. Considero que aquests petits moments són els que marquen la diferència de la primera sessió a aquesta.

Pel que fa a la dinàmica de "Les meves mans expliquen un conte", els infants han posat molta atenció a la història i han mostrat interès pels personatges tot saludant al "Pepet i la Pepeta". Cal dir que he modificat una mica la història vist que avui he fet la presentació d'un nou amic del Molí: "L'enfadat". A fi de posar èmfasi en la nova emoció, en aquesta història sortia la ira en comptes de la tristesa.

- Divendres 26/04/2019

La sessió que avui tocava realitzar era la de "Fem massatges!" i "Les caixes màgiques", però cal dir que per organització de l'escola no ha sigut possible dur-les a terme. No obstant això, he aprofitat la situació per intervenir ja que l'activitat programada per aquest dia constava de presentar als personatges de Sant Jordi, i fer una festa amb música.

He utilitzat la festa per observar i intervenir en les activitats ja que la presentació dels personatges ha suscitat moltes emocions, d'igual manera que ho ha fet la música. En la mateixa línia que la meua proposta d' "Emocionem-nos amb la música", els infants en sentir les melodies ballaven i acompanyaven amb els moviments corporals segons la cançó que sonava.

Ha sigut molt interessant observar com els aprenentatges adquirits a la sala multisensorial els han utilitzat a la festa de Sant Jordi de l'escola.

- Divendres 10/05/2019

Avui era la última sessió del programa d'educació emocional. Hem sentia il·lusionada i melancòlica perquè aquest programa m'ha servit, a banda de tot, per retrobar-me amb els meus nens i nenes; aquells amb els que vaig començar la meua professió de docent i amb qui he après tant.

Com cada dia els infants m'han rebut amb una gran abraçada i un petó que ha sorgit de manera espontània. Aquesta situació encara ha aguditzat més les meves emocions. Un cop



els he saludat, he anat a preparar la sala multisensorial per a poder desenvolupar la sessió d'avui.

La sessió ha funcionat molt bé i els infants s'han mostrat molt motivats i participatius al llarg de tota l'activitat. Com a excepció, i per ser l'últim dia, han pogut utilitzar la piscina de boles. Aquesta situació ha estat molt interessant ja que al principi ni es miraven aquest material; tenien molt interioritzat que la piscina no es podia utilitzar perquè no estava encesa. Quan s'han adonat que aquest recurs tenia llum, em miraven a mi o a la tutora per tal que els donéssim el vistiplau. Al final, els infants m'han entregat un cartellet amb un missatge molt maco i una foto de les seves mans. Ha estat un final emotiu ple de sensacions i emocions positives.

## 5. IMATGES DE L'ESPAI MULTISENSORIAL

