



**Universitat de les
Illes Balears**

Facultat d'Educació

Memòria del Treball de Fi de Grau

Treballem l'educació emocional mitjançant els àlbums il·lustrats.

Joana Isabel Socias Cladera

Grau d'Educació Primària

Any acadèmic 2020-21

Treball tutelat per Caterina Valriu Llinàs
Departament de Filologia Catalana i Lingüística General

S'autoritza la Universitat a incloure aquest treball en el Repositori Institucional per a la seva consulta en accés obert i difusió en línia, amb finalitats exclusivament acadèmiques i d'investigació

Autor		Tutor	
Sí	No	Sí	No
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Paraules clau del treball:

Emocions, sentiments, Educació emocional, Dol, àlbums il·lustrats.

Resum:

Aquest Treball de Fi de Grau exposa, en primer lloc, una recerca d'informació teòrica sobre les emocions i els sentiments que, conseqüentment, comporta una explicació sobre els processos de comportaments emocionals, sobre l'educació emocional, la intel·ligència emocional i finalment, sobre la didàctica emocional a l'escola. Per tal de dur a terme aquesta recerca, s'han proposat dotze llibres per analitzar i treballar les emocions i els sentiments d'autoestima, d'amistat, d'amor i de dol. Finalment, s'ha esmentat la importància de treballar les emocions, i s'ha presentat una proposta didàctica per dur a terme al curs de quart de primària, centrada en el dol, un sentiment més ocult que els altres, però fonamental a la nostra vida.

Paraules clau:

Emocions, sentiments, Educació emocional, Dol, àlbums il·lustrats.

Abstract:

This Final Degree Project presents a search for theoretical information on emotions and feelings, which involves an explanation of the processes of emotional behaviors, emotional education, emotional intelligence and finally, emotional teaching in school. In order to carry out this research, twelve books have been introduced to analyze and work on the emotions and feelings of self-esteem, friendship, love and mourning. Finally, the importance of working on emotions has been mentioned, and a didactic proposal is presented for the fourth year of primary school, focused on mourning, a feeling more hidden than the others, but fundamental in our lives.

Keywords:

Emotions, feelings, Emotional education, Mourning, illustrated albums.

Índex

1. Introducció.....	Pàg. 6
1.1. Justificació del tema escollit i descripció de l'objecte d'estudi	Pàg. 6
2. Objectius que es volen assolir amb aquest TFG	Pàg. 7
3. Metodologia utilitzada per desenvolupar el TFG	Pàg. 8
4. Marc teòric	Pàg. 9
4.1. Introducció teòrica a les emocions	Pàg. 9
4.1.1. Les emocions	Pàg. 9
4.1.1.1. Definició de sentiment	Pàg. 10
4.1.1.2. Definició d'emoció	Pàg. 10
4.1.1.3. Teoria general de l'emoció	Pàg. 12
4.1.1.4. Classificació de les emocions	Pàg. 12
4.1.2. El comportament emocional	Pàg. 14
4.1.3. Educació emocional	Pàg. 14
4.1.3.1. Objectius de l'educació emocional	Pàg. 16
4.1.3.2. Continguts de l'educació emocional	Pàg. 17
4.1.4. Intel·ligència emocional	Pàg. 17
4.1.6. Didàctica de les emocions a l'escola	Pàg. 18
5. Estructura i desenvolupament del projecte	Pàg. 20
5.1. Introducció	Pàg. 20
5.2. Què són les emocions	Pàg. 20
5.3. Treballem les emocions	Pàg. 21
5.3.1. L'autoestima	Pàg. 22
5.3.2. L'amistat	Pàg. 27
5.3.3. L'amor	Pàg. 33
5.3.4. El dol	Pàg. 39
5.3.5. Conclusions dels llibres analitzats	Pàg. 45
5.4. Proposta didàctica d'una intervenció educativa	Pàg. 47

6. Conclusions	Pàg. 57
7. Annexos	Pàg. 59
8. Referències bibliogràfiques	Pàg. 63
8.1. Fonament teòric	Pàg. 63
8.2. Contes i llibres escollits per a treballar	Pàg. 65
8.3. Referent pràctic	Pàg. 66
8.4. Conclusions	Pàg. 66

1. Introducció

1.1. Justificació del tema escollit i descripció de l'objecte d'estudi

Al llarg de la vida els éssers humans vivim un bon grapat de sentiments i emocions ben diverses i complexes. Aquestes són processos fonamentals al nostre dia a dia. Sense les emocions no sabríem com expressar-nos ni plasmar com ens trobem durant el dia; no sabríem com explicar què sentim ni podríem fer-ho empatitzant amb els altres, és a dir, comprenent de forma correcta les emocions de les altres persones.

Així doncs, vivim en un món on les relacions socials són molt importants. Al llarg del nostre dia a dia mantenim un nombre elevat de comunicacions amb la resta de persones, ja sigui amb la nostra família, a l'escola amb els professors o amb els companys, a la feina, al supermercat amb les treballadores... Dintre d'aquest gran nombre de relacions socials és fonamental conèixer com ens sentim i com ho tramitem, no sols per mantenir una bona relació social, sinó també pel nostre benestar.

Les psicòlogues Maria Jesús Álava Reyes i Ciara Molina, a un article de l'ABC ens comenten que: “puede hacer que, aunque los niños estén bien atendidos desde el punto de vista de la salud, al faltarles el cariño diario de sus seres queridos, presenten cierto retraso psicomotor y sean inmaduros, inseguros, apáticos...” i “Las personas, (...) no pueden sobrevivir y desarrollarse sin ese contacto físico. Todas las personas lo necesitamos. Basta con observar la serenidad que siente un bebé al ser abrazado” (Citat per Fominaya, 2014). Per tant, el contacte social és un aspecte fonamental a la nostra vida diària i, pel que fa a conseqüent, les emocions marquen un paper decisiu dintre d'aquestes relacions.

Des del moment que naixem ja comencem a mostrar les nostres emocions: arribem al món plorant, llavors fem un somriure davant aquell element que ens agrada o plorem davant el que ens desagrada... A mesura que ens fem grans, les nostres emocions es van desenvolupant i segueixen sent fonamentals al nostre dia a dia, ja sigui per comprendre què sentim i conseqüentment expressar-ho a les nostres persones properes o per comprendre les altres... Per tant, com podem observar, vivim envoltats d'emocions i moltes vegades les nostres conductes es veuen modificades en funció del que sentim dintre de nosaltres.

D'aquesta reflexió és important destacar la següent cita:

“Las emociones o sentimientos, son muy importantes en nuestra vida, porque: Reflejan nuestro mundo interno. Nos informan de cómo vivimos, en nuestro interior, lo que sucede a nuestro alrededor. Esto nos permite conocernos mejor y satisfacer nuestras necesidades y deseos y entender muchas de nuestras conductas” (Russek, 2007)

Així doncs, les emocions i els sentiments són uns conceptes molt importants a treballar dintre de les aules. Aquests, sempre s'han treballat al nivell d'educació infantil i primària; però, realment s'han executat correctament? Els nostres alumnes han pogut comprendre què són i poden determinar quina emoció i/o sentiment viuen en un moment concret?

El que s'exposarà a continuació és una anàlisi i revisió d'alguns llibres que tenim a l'abast. Aquests treballen les emocions i els sentiments d'una manera molt propera als infants. Les emocions que s'han seleccionat per la posada en pràctica estan encaminades a les necessitats dels més petits. Aquestes són: l'amistat, l'amor, l'autoestima i el dol. A part d'aquesta tasca, s'exposarà una proposta didàctica que deixarà constància d'una bona intervenció en educació emocional.

2. Objectius que es volen assolir amb aquest TFG

A l'hora de parlar dels objectius que es volen assolir amb aquest treball, és important tenir en compte la seva finalitat. Així doncs, aquest treball té com a objectiu principal la realització d'una introducció teòrica de les emocions per treballar-les a l'escola. Posteriorment, tenint en compte la base teòrica exposada, s'elaborarà una anàlisi i revisió d'alguns llibres que treballin les emocions i sentiments que s'han presentat al punt anterior. Finalment, després d'haver realitzat aquests dos punts, es durà a terme una proposta didàctica centrada en el dol per poder-lo treballar a l'aula correctament.

Així doncs, els objectius que es volen assolir en aquest treball són:

- Introduir de forma teòrica les emocions per poder-les treballar a l'aula.
- Investigar de quines formes i maneres són introduïdes les emocions i els sentiments als alumnes d'Educació Primària.
- A partir de l'anàlisi d'alguns llibres revisarem com es treballen alguns sentiments.
- Millorar la consciència emocional sobre el coneixement de les pròpies emocions i la dels altres, centrant l'atenció en l'amistat, l'amor, l'autoestima i el dol.
- Crear una proposta didàctica lúdica per a treballar el dol.

- Aportar un material útil per ensenyar i treballar les emocions i els sentiments.

3. Metodologia utilitzada per desenvolupar el TFG

Aquest treball serà realitzat per ajudar a docents a ensenyar i a explicar les emocions i els sentiments a través de diferents recursos i d'una proposta didàctica per a treballar a l'aula.

Per dur a terme aquest objectiu final el treball es dividirà en tres parts:

Una primera part d'introducció teòrica de les emocions i com aquestes se solen treballar a l'escola. Per dur a terme aquest primer apartat es farà una consulta detallada d'un gran nombre de fonts bibliogràfiques com són llibres, articles... per tal d'investigar profundament el tema per llavors realitzar de forma correcta les següents parts.

La segona part serà una anàlisi i revisió de dotze llibres i contes (tres per a cada emoció / sentiment). Per dur a terme aquest apartat, s'ha anat a una biblioteca municipal i juntament amb la bibliotecària¹ s'han consultat nombrosos llibres sobre les emocions i els sentiments. Alguns d'aquests llibres se solen treballar a les escoles i per tant són coneguts, però en trobem d'altres que no ho són tant. Un cop realitzada aquesta consulta, s'han seleccionat quatre emocions / sentiments que per a mi són essencials i hi vull focalitzar l'atenció. Aquests són l'amistat, l'amor, l'autoestima i el dol. A continuació, juntament amb els dotze llibres i contes d'aquestes emocions, i amb l'ajuda de quatre llibres suplementaris que treballen de forma general les emocions i els sentiments, s'elaborarà una anàlisi de la manera en què treballen dita emoció / sentiment i es comentarà alguns aspectes (pel que fa al meu punt de vista) positius dels llibres i d'altres per a millorar o afegir.

La tercera part consistirà en una proposta didàctica on es plantejarà una intervenció educativa per treballar el dol a l'escola i perquè pugui ser de profit tant per a futurs docents com també per a futures intervencions escolars.

¹ Vull donar les gràcies a na Margalida Llabrés Abrines de la Biblioteca Municipal de Binissalem per obrir-me les seves portes i ajudar-me en tot moment en la gran recollida i consulta de llibres.

4. Marc teòric

4.1. Introducció teòrica a les emocions.

A finals dels anys noranta la consciència de la necessitat d'identificar i treballar de forma conscient les emocions era quasi insignificant. Eren molt poques les persones que treballaven l'educació emocional, tant a l'escola com a la vida diària. Actualment és un concepte ja bastant conegut, n'és segur que tothom n'ha sentit parlar de les emocions i els sentiments; però realment tothom sap que són? La gent sap d'on provenen i què ens aporten al nostre dia a dia?

Avui en dia, aquest concepte és treballat per les escoles i per algunes famílies; però tot i això, penseu que ha passat a ser una matèria coneguda o segueix sent un element que encara s'ha de polir per arribar a ser assolit i comprés per a la majoria de la població? Pel que fa a la meua opinió, la resposta és que no, no és un concepte assolit per la gran majoria de persones ni treballat com és degut a les escoles. Per aquesta raó, volem incidir en aquest tema per poder donar-lo a conèixer i donar-li realment la importància que tenen les emocions; unes emocions que ens acompanyaran al llarg de les nostres vides.

4.1.1. Les emocions.

Quan sentim la paraula emoció o sentiment, sobtadament tendim a pensar en l'alegria, l'amor, la tristesa, la ràbia, la peresa, la frustració, la culpa, la felicitat, la sorpresa... però, realment sabem expressar o comunicar què sentim quan anomenem, per exemple alegria?, o ràbia? Normalment les persones que no tenen un fonament teòric en aquest concepte no saben explicar realment què senten o dir què és l'alegria.

Doncs bé, quan parlem d'una emoció ens referim a una experiència corporal natural que sentim a l'interior del nostre cos i que, posteriorment, és expressada a través de les nostres expressions facials i/o mitjançant el llenguatge, així com el llenguatge corporal. Aquestes expressions solen ser subjectives, ja que és un sentiment individual i peculiar per a cada individu. Per exemple, una persona quan està contenta i per tant, sent dins el seu interior una felicitat, ho pot expressar mitjançant un somriure a la cara amb un envermelliment de les galtes i mitjançant un llenguatge alegre. Per altra banda, també ens podem trobar una persona que senti la mateixa emoció dins seu, però a l'hora de representar-la, la seva expressió facial sigui insignificant, sense dibuixar un somriure i mitjançant un llenguatge neutre. Per tant, com podem observar amb aquest exemple i mitjançant l'observació de les persones que tenim al nostre envoltant, podem apreciar com cada persona representa les seves emocions d'una

manera independent i única; ja que tots som diferents i tots tenim una pròpia manera de realitzar i representar el que sentim.

Les emocions són fonamentals a la nostra vida diària. Gràcies al fet que tenim emocions, els éssers humans som capaços de sobrepassar les adversitats que ens ocorren al nostre dia a dia, i a més, som competents per alertar al nostre sistema de si algun aspecte ens incomoda o de demanar ajuda a terceres persones si aquesta és necessària per afrontar un nou esdeveniment. Quan les emocions transcorren de forma natural, el nostre sistema les assumeix i les treballa de manera adequada. El problema sorgeix quan aquestes són succeïdes de manera inesperada i, consegüentment, mal gestionades.

4.1.1.1. Definició de sentiment.

Quan ens referim a sentiment, segons ens indica l'enciclopèdia.cat, ens referim a un coneixement immediat no explicable, rebut a través dels sentits, en forma d'intuïció més o menys confusa que no tothom pot justificar racionalment; pressentiment, intuïció o consciència. També apareix la definició, entre moltes altres, d'un estat d'ànim, d'una manera d'apreciar o de sentir, d'una disposició emocional que té per objecte una persona, d'un estat afectiu que té per antecedent immediat una representació, afecció.

4.1.1.2. Definició d'emoció.

La paraula emoció, segons explica el diccionari etimològic prové del llatí "emotiu", nom del qual es deriva el verb *emovere* format a partir de *movere* que significa moure, traslladar, impressionar; amb el prefix *e-* / *ex-* de, des de, amb la qual significa retirar, desallotjar d'un lloc, moure's. Per tant, és per aquest motiu que una emoció és allò que una persona expressa a través del seu estat habitual.

Per definir el concepte d'emoció, en contrària a la de sentiment, ens centrem en una concepció universal; un concepte que té una sèrie de definicions molt diverses.

És un concepte que s'ha definit de distintes formes al llarg de la història a causa de la gran dificultat d'expressar o d'interpretar el què sentim i del fet que cada expressió o interpretació és única. És un objecte d'estudi de diverses disciplines com les ciències socials i humanes, la psicologia... Per tant, consegüentment trobem un gran nombre de definicions en funció de l'objecte d'estudi centrat i de la cultura en la qual ens fixem, ja que aquesta també intervé en les emocions, fet que provoca que no hi hagi una definició exacta per a tothom acceptada.

Algunes definicions que podem localitzar són:

Segons apareix a l'enciclopèdia.cat, l'emoció és un procés i un estat afectiu que revela tant una manera subjectiva d'afrontar la realitat com un contingut de consciència determinat. El contingut es caracteritza per un estat que oscil·la entre el plaer i el desplaer i per una reacció relativa a l'objecte que la provoca, que pot oscil·lar entre l'atracció i la fugida. L'emoció comporta reaccions fisiològiques, i així, tothom interpreta les modificacions que en l'adaptació a la realitat comporta l'emoció com a fruit d'una inadaptació o com a expressió primitiva d'adaptació. A més, aquesta emoció crea una reacció emotiva que se la coneix amb el nom de sentiment. Bisquerra va definir que una emoció és:

“Un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (citad per López Cassà, 2005:155)

Tot i haver definit els conceptes d'emoció i sentiment de manera independent, ja que podem expressar una emoció sense que aquesta provoqui un sentiment al nostre interior; hi ha molts investigadors que parlen d'una sinonímia entre aquests dos conceptes. Damasio, va descriure que:

“Las personas expresan su experiencia subjetiva por medio de una referencia corporal. En otros términos, cuando una persona está deprimida o triste, por ejemplo, suele mencionar una sensación de ahogo o presión en el pecho o en el corazón. En parte, esto se explica porque los sentimientos y las emociones se imprimen como marcas sensoriales” (citad per Guedes Gondim & Álvaro Estramiana, 2010:36).

Les emocions estan presents a la nostra vida des del moment que naixem fins que morim, intervenint en tots els processos evolutius; per tant, tenen un gran efecte sobre nosaltres, essent vitals per a la nostra supervivència. La majoria de les emocions es generen inconscientment tot i que hi ha una sèrie d'accions emocionals voluntàries; aquestes són les que anomenem com a sentiments. Els sentiments són els causants que realitzem unes decisions i accions en lloc d'unes altres pel simple plaer que això ens provoca, i per tant, són les constructores de la nostra personalitat i de la interacció social. A causa d'aquest aspecte, les emocions són molt presents a les nostres relacions socials i a l'ordre social. Aquestes fortes commocions de l'estat de l'ànim van acompanyades d'uns canvis orgànics, d'unes expressions facials i, algunes vegades, d'unes conductes motores. Tot i això, ens provoquen una motivació diària per executar el que ens agrada i realitzar les accions que un desitja coneixent-se interiorment.

Frijda, va afirmar que: “Las emociones nos dicen qué hechos son verdaderamente importantes para nuestra vida” (Citat per Bisquerra Alzina, 2003:13)

Un aspecte important que cal tenir present és que les emocions són influïdes per la cultura, ja que les diferències culturals provoquen que aquestes puguin ser expressades o representades de diferents formes o maneres. Per tant, cal comprendre i interpretar les emocions i els sentiments dintre d'un context social i cultural que pot canviar, i conseqüentment, les emocions també.

4.1.1.3. Teoria general de l'emoció.

La teoria general de l'emoció, esmentada per Cano-Vindel (1995:341), menciona els elements i les interrelacions que ocorren quan el nostre cos detecta una emoció: en primer lloc, perquè es creï una emoció, ha de succeir una situació o estímul que la provoqui, a continuació l'individu ha de ser capaç de percebre la situació, de processar-la correctament i reaccionar davant ella. El significat que l'individu observa d'aquesta reacció es veu estretament relacionat amb la seva experiència emocional davant una situació semblant. És aquí doncs, quan degut a una determinada situació es provoca una reacció emocional que s'expressa mitjançant una reacció corporal i una expressió motora – observable independent per a cada persona.

Un exemple d'aquesta explicació seria: una persona que viu a la selva sap com actuar davant un cocodril i el més segur, és que el seu cos es trobi d'una manera tranquil·la i relaxada perquè ho ha viscut anteriorment. En canvi, una persona que no ha vist mai un cocodril, la primera vegada que l'observi, segurament es trobarà de manera nerviosa, inquietant, sense saber realment cap on anar perquè tindrà por. Mitjançant aquest exemple, podem observar com davant una mateixa situació, tenim dues reaccions emocionals totalment diferents, on cada persona l'ha expressada d'una manera independent en funció de la seva experiència emocional.

4.1.1.4. Classificació de les emocions.

Existeixen diferents tipus de classificacions de les emocions en funció de l'àmbit d'estudi. A continuació, proposem una classificació en funció de la complexitat de l'emoció i en funció de la tipologia de l'emoció:

En funció de la complexitat de l'emoció distingim les emocions bàsiques de les emocions secundàries. Les emocions bàsiques o, conegudes com a emocions primàries, són les emocions universals, les que estan vinculades a la supervivència de l'ésser humà. Les que

adquirim quan naixem. Les emocions secundàries en canvi, són aquelles emocions que s'adquireixen a partir de les emocions primàries i tenen una llarga durada per a la persona. Per exemple, quan ens enfadem amb algú tant pot durar uns minuts com un període llarg de temps.

Podríem mencionar que les emocions primàries són sis:

- La por que és quan anticipem (de manera real o imaginària) que algun aspecte no anirà bé, quan estem en perill i ens produeix incertesa i inseguretat.
- La sorpresa que és quan ens sobresaltem, quan estem desconcertats i no sabem què està ocorrent.
- L'aversion que és el disgust o fàstic envers algun aspecte i tendim a allunyar-nos.
- La ira que és la ràbia que ens sobresurt quan alguna cosa no succeeix com esperem o quan ens amenacen.
- L'alegria que és la sensació de benestar i seguretat que sentim a alguns moments concrets, especialment quan hem realitzat alguna cosa com ens esperàvem i ens ha provocat un benestar interior que tendeix a ser plasmat a les relacions socials. És una emoció agradable.
- La tristesa que és la pena, la solitud o la decepció cap a alguna cosa que no ha sortit com teníem pensat. És una emoció dolorosa.

Segons la tipologia de les emocions trobem les emocions positives o saludables i les emocions negatives. Les emocions positives són aquelles que ens ajuden al nostre benestar. Un exemple seria l'alegria o l'amor. Les emocions negatives són aquelles que tendim a evitar, que formen part del nostre ser i ens ajuden a l'adaptació al món, però són negatives pel nostre benestar. És important poder-les expressar de la mateixa forma que les positives. Un exemple seria la por o la tristesa.

Com s'ha comentat a la metodologia, a continuació s'executarà una revisió i una anàlisi de dotze contes / llibres que hem seleccionat i posteriorment es durà a terme una proposta didàctica sobre el dol. Per poder tractar en millor detall els temes seleccionats, a continuació es realitzarà una petita introducció teòrica basant-se en l'enciclopèdia.cat sobre les emocions i/o sentiments a treballar:

- L'amistat és la unió que dues persones no familiars senten envers una de l'altre mantenint així una molt bona relació entre elles. Un exemple podria ser l'amistat que adquireixen dos companys de classe i comencen a jugar junts, a relacionar-se...

- L'amor és la inclinació o l'afecció profunda cap a una persona. Un exemple podria ser l'amor que sent una mare cap al seu fill, una estimació severa envers ell.
- L'autoestima és la capacitat humana d'autovalorar-se, una capacitat essencial per continuar vivint amb harmonia en un mateix. Un exemple podria ser l'amor que una persona sent sobre si mateixa, l'acceptació de com és i la positivitat que té d'enfrontar el que li agrada perquè confia en ella mateixa.
- El dol és la situació, la circumstància, el temps posterior a la mort d'una persona estimada o a una gran desgràcia. Un exemple podria ser el sentiment que es presenta posteriorment a la mort d'un ésser estimat, com pot ser un amic, un familiar o un animal de companyia.

4.1.2. El comportament emocional.

El comportament emocional és un fet que qualsevol persona pot experimentar en qualsevol moment de la seva vida. Sempre hi ha una reacció emocional present en qualsevol instant; ja sigui una expressió universal com és per exemple un simple somriure, una reacció corporal automàtica com és el color vermell de les galtes o un estat d'ànim com és simplement la felicitat. Però... com és que sempre ens ocorren aquestes reaccions i són de manera universal? Tenen a veure amb les emocions? Doncs les dues respostes són afirmatives.

Qualsevol persona és capaç d'experimentar aquestes reaccions emocionals. Al llarg de la nostra vida podem viure diferents estats emocionals i els podem detectar en funció de l'estat d'ànim. Tots ells van condicionats per una emoció concreta, com és per exemple: quan dibuixem un somriure amb els nostres llavis les galtes se'ns posen vermelles. Aquestes reaccions normalment van condicionades d'un estat de felicitat. Remarquem aquest normalment perquè algunes vegades tenir un somriure als llavis i un color vermell a les galtes no significa que la persona estigui contenta, sinó que cada un, en funció de la societat i de la cultura on viu, ho representa d'una forma o d'una altra.

4.1.3. Educació emocional.

A l'hora de parlar de l'educació és important esmentar la reflexió que ens fa López Cassà (2005:153) que ens exposa que educar significa contemplar el desenvolupament integral de les persones i desenvolupar les capacitats cognitives, físiques, lingüístiques, morals, afectives i emocionals. Partint d'aquí, l'educació emocional, que és el desenvolupament de les competències emocionals, adopta un paper fonamental de cicle vital que es du a la pràctica a través de programes seqüenciats.

Les competències emocionals permeten gestionar els aprenentatges, les habilitats i les actituds per expressar com és degut els fenòmens emocionals i afectius. Bisquerra & Perez (2012:3) exposen que aquestes són: les habilitats de vida i benestar, la competència social, l'autonomia emocional, la regulació emocional i la consciència emocional. Tenir unes bones competències emocionals, però, no significa que siguin utilitzades per fer el bé. Adquirir unes bones competències emocionals provoca una millora en les relacions socials i interpersonals, a més d'afavorir la salut física i mental i de millorar el rendiment acadèmic. Per tant, el desenvolupament de competències emocionals pot provocar moltes millores en molts aspectes de la nostra vida diària.

Bisquerra Alzina (2006:11) exposa que l'educació emocional és un procés educatiu, continu i permanent, és a dir, és una innovació educativa centrada en el desenvolupament emocional; adaptada a les necessitats socials per a millorar el benestar social i personal. És un procés educatiu continu i permanent que al llarg de la vida anirem adquirint. Per tant, podem esmentar que l'educació emocional té un enfocament del cicle vital per a millorar el desenvolupament humà. En la mateixa línia, Alvarez González (2001:15) diu que l'educació emocional se centra en el desenvolupament integral de la personalitat, amb la qual cosa inclou l'adquisició de competències emocionals com la intel·ligència emocional i la seva aplicació a diverses situacions de la vida. Per tant, la finalitat de l'educació emocional és contribuir al benestar social i personal afavorint les relacions interpersonals i intrapersonals.

La intel·ligència interpersonal, la qual esmenta Gardner a la seva distinció sobre les intel·ligències múltiples (citada per López Cassà, 2005:156) és aquella que ens permet realitzar distincions entre les persones, autoritzar l'empatia, establir relacions socials; és a dir, la que es crea quan partim de la capacitat d'establir bones relacions entre altres persones... mentre que la intel·ligència intrapersonal és el coneixement sobre un mateix: reconèixer els propis sentiments i emocions i permetre la seva regulació...

Per tant, per concloure la definició sobre l'educació emocional farem esment a López Cassà (2005:156) quan ens parla que l'educació emocional significa validar les emocions, emfatitzar amb els altres, ajudar a identificar i posar nom a les emocions que sentim, ensenyar formes d'expressió i de relació amb els altres, estimar-se i acceptar-se a un mateix i respectar als altres. D'aquesta forma, l'educació emocional ajudarà a observar la connexió entre el que som i entre el que ens agradaria ser. Bisquerra va descriure que:

“La educación emocional es: “Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (citada per López Cassà, 2005:156).

És en aquesta educació emocional on nosaltres com a futurs educadors hem de fer èmfasi. Hem d'intentar que els alumnes donin la importància necessària a les emocions, valorant-les al seu dia a dia; adonant-se del que senten i acceptant-ho, així com han d'acceptar les emocions i les actuacions dels altres. A més, hem de treballar perquè s'adonin del que experimenten al seu interior i sàpiguen com expressar-ho de manera lliure.

Mitjançant aquestes accions, observarem diverses formes d'expressions i de relacions amb els altres, arribant a la conclusió que haurem de normalitzar l'acceptació de tots els tipus de persones, inclosos d'un mateix, sense criticar a algú per ser diferent. Aquestes accions es començaran a dur a terme en l'àmbit familiar i escolar, però no acabaran en aquestes etapes, sinó que s'intentarà que la persona la dugui a la pràctica durant tota la seva vida.

D'aquesta forma, aconseguirem que l'educació emocional arribi a afectar positivament el benestar personal i social de la persona.

4.1.3.1. Objectius de l'educació emocional.

Els objectius de l'educació emocional, segons esmenta Bisquerra Alzina (2003; 2006; 2012: 29, 6, 18) se centren a adquirir un millor coneixement de les pròpies emocions, identificar les emocions dels altres, desenvolupar l'habilitat per regular les pròpies emocions, prevenir els efectes nocius de les emocions negatives, desenvolupar l'habilitat per generar emocions positives, desenvolupar l'habilitat d'auto motivar-se, adoptar una actitud positiva davant la vida, aprendre a fluir, formar persones emocionalment intel·ligents, etc.

Davant tots aquests objectius hem de tenir present que l'educació emocional és un procés educatiu continu i permanent i és mitjançant l'escola on hem de començar a treballar-ho. Per aquest motiu, mitjançant el treball del docent a l'aula, cal tenir present els objectius més essencials i que alhora necessitem treballar per aconseguir aquesta adquisició al nivell d'educació primària; aquests són: adquirir un millor coneixement de les pròpies emocions, identificar les emocions dels altres, desenvolupar l'habilitat per regular les pròpies emocions i desenvolupar l'habilitat d'automotivar-se.

4.1.3.2. Continguts de l'educació emocional.

Els continguts de l'educació emocional, segons esmenta Bisquerra Alzina (2003, 2006, 2012: 30, 6, 18) poden variar en funció del destinatari, aquests són: la consciència emocional on es treballa el coneixement de les pròpies emocions i la dels altres (contingut i objectiu principal d'aquest treball) i com afecten el nostre comportament i a la nostra salut, conèixer les característiques pròpies de cada emoció, la regulació de les emocions, la motivació provocada a través de les emocions i les habilitats socioemocionals que porten una formació en les bases teòriques dels formadors i un coneixement a les teories de les intel·ligències múltiples de Howard Gardner i de la intel·ligència emocional per tal de conèixer els instruments i estratègies pel diagnòstic de les emocions i per l'avaluació dels programes d'educació emocional.

És doncs, en aquests objectius i continguts on hem de treballar i pensar activitats i accions per dur a terme amb la finalitat que puguin ser adquirits.

4.1.4. Intel·ligència emocional.

El concepte d'intel·ligència emocional fou introduït per Salovey i Mayer (1990) i difós per Goleman (1995). Álvarez González (2001:17) defineix la intel·ligència emocional com el fet de saber preservar i innovar l'educació emocional ja adquirida a través de l'autoconeixement, l'acceptació, l'autoestima, l'autovaloració, el diàleg interior, l'empatia, la perseverança, el control de les emocions, la concentració amb la feina, l'autocontrol personal...

Es tracta doncs d'enllaçar la nostra vida emocional per aconseguir el grau més gran de plenitud humana, una plenitud que s'aconsegueix a través de pensaments sobre l'amor, la passió, la il·lusió... i que fa que la vida humana cobri sentit. En són molts els pensadors que defensen dita teoria, alguns d'ells són: Nietzsche, Freud, Jung, Adler, Russell, V. Frankl, Ortega y Gasset, María Zambrano, Damasio, Davidson, Ekman, Gardner ...

La intel·ligència emocional ens serveix per identificar les emocions, tant les nostres com les de les altres persones. Aquest fet és molt important per tenir una vida amb harmonia i plenitud, ja que gràcies a aquesta identificació una persona pot executar accions que li resultin agradables i per tant, el seu estat d'ànim, les seves ganes d'executar diverses activitats, la fonamentació del diàleg amb altres, etc., augmenten a mesura que una persona se sent satisfeta amb ella mateixa.

Per a treballar com és degut en les emocions, hem de fer èmfasis en l'educació emocional i en la intel·ligència emocional, ja que ambdues són necessàries i imprescindibles per treballar les emocions, una pel que fa a la millora del benestar personal i social, al desenvolupament integral de la persona; i l'altre per la identificació de les emocions pròpies i alienes. Per tant, el treball d'ambdues accions duren a la complexitat del treball de les emocions i, consegüentment, una millora en el dia a dia de la persona.

4.1.5. Didàctica de les emocions a l'escola.

Durant els nostres primers anys de vida estem envoltats per la família. Aquesta té un paper fonamental a la nostra existència. Davant aquesta acció fonamental i necessària per al desenvolupament humà, s'hauria de contemplar la idea que les famílies tinguessin una iniciació en l'educació emocional. Aquesta podria ser duta a terme al llarg del temps si a les escoles des de sempre ho treballessin i per tant, els pares ja ho haurien processat quan eren infants i ja tindrien un mínim de coneixements en aquest aspecte i sabrien com dur-ho a terme (memoritzant el que ells feien) per als seus fills.

Seria a partir d'aquesta iniciació amb la qual l'escola hauria de treballar, però, no serà un aprenentatge que es doni com a finalitzat en un moment concret, sinó que al llarg de tota la vida aquest anirà augmentant de coneixements i d'experiències viscudes.

A més també, no es tracta sols de referir-nos a l'aprenentatge de les emocions mitjançant l'escola i la família, sinó també de donar a conèixer a la societat la gran importància d'aquest coneixement i visibilitzar-ho a través dels mitjans de comunicació, a través d'activitats, de tallers... No es tracta doncs de solament fixar-nos en el que ensenyem; sinó també de com ho ensenyem, per tal que aquest aprenentatge provoqui una il·lusió i una motivació per continuar aprenent i ensenyant als altres durant tota la vida.

Així com hem esmentat anteriorment, l'educació emocional ha de comportar una educació que ens prepari per a la vida atenent al seu desenvolupament emocional de cada persona i el creixement cognitiu en cada una de les seves necessitats. Són molts els informes que parlen de la posada en pràctica de l'educació emocional partint a través d'una sèrie de programes seqüenciats de manera continuada, amb els quals desenvolupar actituds i formes d'expressió per treballar de manera correcta el nostre propòsit: les emocions durant tota la vida d'una persona. Per dur a la pràctica aquests programes es necessita una formació prèvia del professorat en funció dels destinataris. Aquest professorat tindrà com a funció crear un entorn

de seguretat i confiança per a l'alumnat, augmentant els contextos comunicatius sempre duts a terme amb respecte, amb valoració i amb estimació.

L'educació tradicional ha estat una educació que ha valorat més els diversos continguts que podien sortir al currículum en lloc de prestar atenció al contingut de les emocions, sense pensar que aquest era un contingut fonamental per a la vida dels alumnes i en general de totes les persones. Per tant, és important que a l'escola es treballin les emocions perquè sols així aconseguirem un desenvolupament integral de l'alumne. Segons esmenta Bisquerra Alzina (2006:18) l'educació emocional s'ha de treballar amb la selecció de continguts per dur a terme una intervenció. Aquesta selecció de continguts han de ser adequats al nivell educatiu de l'alumnat al qual va dirigit el programa, han de ser aplicables a tot el grup de classe, han d'afavorir els processos de reflexió sobre les pròpies emocions i sobre els altres i finalment, han d'estar enfocats al desenvolupament de les competències emocionals per aconseguir l'objectiu final del desenvolupament del benestar emocional. En la mateixa línia, Bisquerra Alzina (2003:30) detalla que l'educació emocional segueix una metodologia pràctica, és a dir, amb dinàmiques de grups, autoreflexió, jocs... per tal de desenvolupar com és degut les competències emocionals. Per a desenvolupar la consciència emocional es pot utilitzar l'autoobservació del comportament i la d'altres persones; el reconeixement i la utilització del llenguatge de les emocions... Per treballar la regulació emocional i arribar a treballar l'empatia, es poden dur a terme activitats com el diàleg intern, la relaxació, la meditació, el control de la respiració...

Per tant, és important que per dur a la pràctica l'educació emocional a l'escola comencem amb una sensibilització i una formació del professorat perquè aquest sigui un professorat segur per tractar el tema de les emocions. Llavors, un cop tinguem el professorat competent en aquest tema, és necessari una planificació intencional i sistemàtica del que posarem en pràctica detingudament de manera transversal a totes les àrees del currículum, detallant així els objectius i els continguts adequats per a cada alumne. Aleshores, serà el torn de la posada en pràctica de tot el que hem planejat, tenint sempre present l'automotivació de l'alumnat. Algunes accions que es podrien dur a terme serien dinàmiques de grups predominant l'autoreflexió dels infants, jocs utilitzant la música, dinàmiques on treballessin l'autoobservació del propi comportament i dels aliens mitjançant el llenguatge de les emocions, resolucions de conflictes on treballin la presa de decisions, activitats realistes sobre

un mateix... Una altra acció molt bona és la lectura i la narració de contes amb els quals els alumnes es puguin sentir identificats amb els personatges o amb els seus sentiments...

5. Estructura i desenvolupament del projecte

5.1. Introducció

La lectura és un element essencial pel nostre desenvolupament. És una gran habilitat que a mesura que ens tornem grans anem adquirint. Gràcies a ella podem anar assolint nous coneixements per entendre de millor forma tot el que ens envolta i per comprendre el món.

La lectura, també ens permet somiar i imaginar, ja que dintre dels seus beneficis trobem que ens desperta la imaginació, ens activa la inspiració i ens allibera les emocions, de tal forma que de manera conjunta, ens ajuda a conèixer-nos millor.

Els llibres de les emocions són un gran recurs educatiu que ens permet adquirir un desenvolupament emocional positiu, comprenent com es produeix el desenvolupament intel·lectual i emocional per poder aconseguir el nostre potencial. Des de ben petits, sigui a l'entorn familiar o escolar, és habitual que ens llegeixin llibres que parlen d'emocions i/o sentiments. Aquests llibres normalment solen presentar animals, juguetes, infants... que tenen un tret distintiu i característic en funció de l'emoció i/o sentiment que tracten.

El que es durà a terme en aquest apartat, serà una anàlisi crítica comentant alguns llibres sobre les emocions i els sentiments destacant alguns aspectes positius i d'altres per a millorar o afegir. D'aquesta forma, podrem anar observant en millor detall com se solen treballar les emocions i/o sentiments a les escoles i conseqüentment, com són transmèses als infants. Finalment, un cop comentats tots els contes i llibres, es proposarà una intervenció educativa per treballar el dol a l'escola.

5.2. Què són les emocions?

Les emocions, com bé esmenta Isern (2016:8) són una part molt important i necessària de les nostres vides. Gràcies a elles ens preparam per poder superar les diferents circumstàncies que van sorgint al nostre dia a dia. Les emocions ens poden ajudar a resoldre un problema, a evitar situacions perilloses, a demanar ajuda o a motivar-nos per executar una situació nova; inclús també, ens ajuden a millorar les nostres relacions amb els altres i amb nosaltres mateixos.

Però... què són les emocions? Doncs bé,

“Una emoción es un proceso que se activa cuando detectamos una situación a nuestro alrededor que provoca un cambio a nuestro organismo. Este cambio se puede vivir como algo agradable (algo bueno) o como algo desagradable (un peligro o amenaza). En cualquier caso, la emoción pone en marcha unas reacciones o cambios físicos en nuestro cuerpo que tendrán como objetivo controlar la situación” (Isern, 2016:14).

Un exemple, podria ser: ens trobem a un parc i de sobte davant nostre dos companys passen caminant mentre riuen. De sobte, nosaltres interpretem que s'estan rient de nosaltres i dintre del nostre cos es produeix un canvi: el nostre estat d'ànim canvia i aquest canvi ens pot portar a realitzar una conducta o una altra, com podria ser enfadar-nos i discutir amb els companys o pensar en una altra cosa i entendre que, simplement, ha estat una coincidència.

5.3. Treballem les emocions

Ara que entenem millor què són les emocions i quins beneficis tenen, comencem a treballar-hi:

Les obres que treballarem en funció del sentiment o emoció són:

- AUTOESTIMA:

- *Yo voy conmigo*. Raquel Díaz Reguera.
- *Quan les nenes volen alt*. Raquel Díaz Reguera.
- *Orelles de papallona*. Luisa Aguilar i André Neves.

- AMISTAT:

- *Grandes amigos*. Linda Sarah y Benji Davies.
- *Els bons amics*. Gemma Sales Amill (Il·lustració).
- *Te quiero (casi siempre)*. Anna Llenas.

- AMOR:

- *T'estimo amb bogeria*. Rose Lewis.
- *¿Qué es el amor?* Davide Cali. Anna Laura Cantone.
- *Endevina com t'estimo*. Sam McBratney.

- DOL:

- *Jo sempre t'estimaré*. Hans Wilhelm.
- *Per sempre més*. Alan Durant. Debi Gliori.
- *T'estimaré sempre*. Debi Gliori.

5.3.1. L'autoestima

L'autoestima és el concepte o definició que cada persona, de manera individual, té de si mateixa. És a dir, és la valoració i la percepció que cada persona adquireix de manera pròpia. Estem habituats al fet que la societat d'avui en dia ens ofereixi uns estereotips de persones ideals el qual volem aconseguir. Aquests estereotips fan molt de mal a la nostra autoestima, ja que deixem d'estimar-nos, deixem de valorar-nos i especialment, deixem de ser com realment som i ens "modifiquen" per aconseguir el que els altres volen de nosaltres.

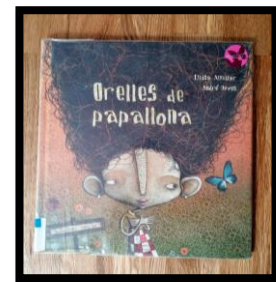
Davant aquesta situació, surt la necessitat de treballar més al dia a dia amb aquest sentiment; un sentiment que molts de llibres no treballen perquè el deixen en segon grau, però que hauria de ser essencial per la nostra vida diària, ja que si nosaltres mateixos no ens estimem com a persones que som, qui ens podrà estimar si ja no ens acceptem?

Anem doncs a analitzar tres llibres que tenen com a tema principal l'autoestima:

ORELLES DE PAPALLONA

Referència bibliogràfica

Aguilar, Luisa & Neves, André (2008). *Orelles de papallona*. Sevilla. Kalandraka.



Descripció de l'obra

El personatge principal d'aquest llibre és na Clara. Na Clara sembla ser diferent de la resta: té les orelles més grans, té els cabells més espessos, vesteix amb roba ja utilitzada...

Davant aquestes diferències envers el que els seus companys estan habituats a presenciar o portar, provoquen que na Clara rebi unes certes crítiques per part dels seus amics.

Tot i la gran quantitat de comentaris que percep, na Clara sempre els reacciona de manera molt original i positiva mitjançant unes respostes on es poden presenciar l'amor i l'agraïment que la protagonista sent envers ella mateixa i de la seva forma de vestir i de ser.

Per tant, podem veure com na Clara té una gran autoestima sobre si mateixa, i s'accepta tal com és.

“<<La Clara és una orelluda! O ara ens diràs que són orelles de papallona?>>.
<<No! Només són unes orelles grans. Però, no m'importa gens! >>.”
(Aguilar & Neves 2008).

Elements destacables del llibre

Aquest llibre destaca principalment per les similituds i les rimes que apareixen quan na Clara reacciona a les crítiques dels seus companys. Un exemple seria:

“ <<La Clara no duu mai ni motxilla ni cartera! >>. <<No! És per córrer lliure com una gasela>>. ”

(Aguilar & Neves 2008).

Aspectes positius

Un dels grans aspectes positius del llibre és la gran representació de la vida real. Aquest llibre plasma de manera correcta el que succeeix a la vida diària: estem envoltats d'unes constants crítiques sobre nosaltres mateixos, sobre el nostre cos o la nostra forma de ser. Unes crítiques que si no sabem administrar de manera correcta, ens poden fer molt de mal.

La societat d'avui en dia porta uns estereotips els quals pareixen ser els únics permesos, però en realitat no és així. Aquest llibre mostra molt clarament aquesta situació: na Clara no segueix els estereotips que els altres companys segueixen i no per aquest motiu és pitjor que la resta, ans al contrari passa a ser una persona única amb les seves pròpies decisions i formes de ser, com hauria de ser cada persona. Aquest és l'objectiu el qual hauríem de plasmar a les classes: Que cada alumne sigui únic i se senti còmode amb el que és i representa.

A més, el llibre de manera breu i mitjançant unes grans il·lustracions mostra adequadament el procés: des del moment que na Clara demana a la seva mare sobre la seva incertesa davant les crítiques dels seus companys, fins al moment que na Clara s'accepta tal com és i converteix els seus defectes amb virtuts; un element fonamental per transmetre als nostres alumnes. Endemés, cal destacar la part positiva que na Clara troba a les crítiques dels altres on utilitza la seva imaginació per donar resposta.

Aspectes a millorar

Aquest llibre pel que fa a la meua opinió, té molt pocs aspectes a millorar. Penso que és un llibre molt complet que es podria treballar adequadament a primària per poder transmetre als alumnes la importància d'estimar-se a si mateixos i d'acceptar-se; treballant així amb el concepte de l'autoestima. Consegüentment, sols podria afegir un aspecte a millorar que sols seria per suplementar la lectura: Els companys que critiquen a na Clara semblen ser perfectes, però n'és segur que no ho són. Per tant, seria molt interessant que al final del llibre cada infant examinés els seus propis defectes i s'acceptés tal com és, ja que no tots són tan iguals o tan perfectes com sembla ser, sinó que cada un és d'una forma peculiar i diferent de la resta i cal viure amb l'acceptació i l'amor cap a un mateix.

QUAN LES NENES VOLEN ALT

Referència bibliogràfica

Reguera, Raquel Díaz (2017). *Quan les nenes volen alt*. Barcelona. Lumen.



Descripció de l'obra

Els personatges principals d'aquest llibre són l'Adriana, la Ximena i la Martina. Les tres tenen uns somnis per complir: l'Adriana vol ser la millor pilot del món, la Ximena vol ser una gran escriptora i la Martina vol ser una gran música. El problema sorgeix quan una banda de dolents, anomenats “*nohoaconseguirasmai*” realitzen unes certes accions a totes les noies perquè aquestes no tinguin somnis i perquè totes siguin altes, primes, boniques, princesetes, simpàtiques... i pensin que els nois són superiors a elles. Mentre aquesta banda intenta convèncer a totes les noies que els seus somnis són erronis i els únics vàlids són els que ells diuen, els hi introdueixen unes pedretes dintre de les sabates i les butxaques perquè aquestes no puguin volar. El conflicte es resol quan les noies s'extreuen totes les pedres que portaven a sobre i comencen a ser lliures i a lluitar pels seus somnis.

Per tant, podem veure al final del llibre com cada noia segueix lluitant pel que ella desitja ser i pel seu somni a complir, acceptant-se cada una tal com és i no deixant que ningú les cohesioni o les menysvalori.

Elements destacables del llibre

Aquest llibre consta d'una gran representació visual, amb unes il·lustracions molt originals i realistes les quals faciliten molt la lectura i permeten els infants volar amb la seva imaginació.



Aspectes positius

Un dels grans aspectes positius d'aquest llibre és la gran similitud amb la vida real. Estem avesats a viure a una societat on les noies són menys valorades que els nois. On aquestes tendeixen a seguir uns estereotips que aporta la societat perquè se sentin guapes i estimades i vulguin exercir professions que altres noies fan, sense tendir a pensar amb el que realment els hi agradaria ser i lluitar pels seus somnis, tot i no ser un camí fàcil; sigui exercir una professió anomenada "masculina" o una professió anomenada "femenina".

A més també, vull destacar una cita del llibre:

"Són tres, però podrien ser-ne deu o cent o una o totes les nenes del planeta" (Reguera 2017).

Destaco aquesta cita perquè trobo molt important que als llibres apareguin alguns aspectes que donin a entendre que no és una història d'un conte, sinó que és una història que passa al dia a dia. Un relat que intenta representar una societat actual i desequilibrada mitjançant la utilització de la imaginació com és una colla malèfica. Per tal causa, penso que és un gran llibre que es pot treballar a l'aula, un llibre que dona molt per parlar del seu rerefons i que fent un gran ús de les idees claus que comporta, podria ser el punt de partida cap a una autovaloració personal d'acceptar-nos tal com som i oblidar-nos del que ens imposa la societat o del que els altres esperen de nosaltres.

Aspectes a millorar

Un aspecte a millorar d'aquest llibre és que sembla ser un llibre per a nines, no apareix en cap moment la figura de cap noi. Aquesta feta sembla que els nois ja són perfectes, amb una gran autoestima on s'accepten tal com són; en canvi les noies són les que han de treballar per a millorar la seva autoestima. És cert que els nois solen tenir menys problemes a l'hora d'autovalorar-se, però no sempre és el cas i per tant, trobo necessari que els llibres apareguin els dos sexes; perquè serà mitjançant aquesta forma quan els infants podran observar com l'autoestima és un concepte a treballar per a tothom i no exclusivament d'un sexe o d'un altre.

YO VOY CONMIGO

Referència bibliogràfica

Reguera, Raquel Díaz 2016. *Yo voy conmigo*. Barcelona. Thule.



Descripció de l'obra

El personatge principal d'aquest llibre és una noia jove que li agrada en Martín, però aquest mai la mira. La protagonista davant el fet que la persona que li agrada no la miri, decideix escoltar els seus companys. Aquests li comenten que si deixa de ser tan única com és, en Martín per ventura la mirarà. És aquí doncs, on la protagonista comença a comportar-se i a vestir-se de manera diferent al que ella està habituada a ser i a fer; i sols d'aquesta forma aconsegueix que en Martín la miri.

Un cop en Martín l'ha examinada, la protagonista s'observa a si mateixa i veu com la persona en què s'ha convertit és totalment diferent de l'al·lota que era abans; una nova persona que no li agrada gens. Per la qual cosa, decideix tornar a ser com era anteriorment, per agradar-se i sentir-se ella mateixa.

Finalment, podem observar com la protagonista aprèn que l'important no és agradar als altres, sinó agradar-se a un mateix i ser com un decideix; sols d'aquesta forma les persones podran ser felices i llavors (un cop aconseguit el primer nivell), podran agradar a una tercera persona que realment l'accepti tal com és.

“Mis alas son iguales
a las de los pájaros de mi cabeza.

Ahora sé
que yo voy conmigo
y me miro y me veo.
Tengo alas.”
(Reguera 2016).

Elements destacables del llibre

L'element que més destaco d'aquest llibre és la forma i el paper que utilitza. Consta d'una coberta molt original i atractiva. D'un paper molt dur i resistent amb un color de fons molt únic que permet una lectura molt còmoda.

Aspectes positius

Aquest llibre és un llibre molt realista. Estem avesats a escoltar a la resta de persones que ens diguin com hem de ser, com ens hem de vestir o com hem d'actuar. Aquest llibre és un llibre molt il·lustratiu i fàcil de comprendre. Una obra que utilitza un vocabulari molt senzill però alhora amb molt de contingut per a treballar.

És molt positiu que el llibre contengui comentaris de diverses persones i no centri l'atenció en una sola, ja que així és més fàcil de comprendre que no perquè diverses persones et diguin

com t'has de comportar, sigui la forma correcta; sinó que un mateix s'ha de comportar així com ell pensi, acceptant els seus punts forts i els seus punts dèbils. Tal com diu la lectura, "em miro i em veig".

Aspectes a millorar

Pel que fa als aspectes a millorar, és un llibre que trobo molt complet, però si és cert que si ens adonem, les crítiques van encaminades al que normalment solen ser aspectes de burla escolar, com és per exemple: les ulleres, els cabells, les pigues, l'altura... Per tant, és important que a l'hora de treballar aquest llibre amb els infants destaquem que no perquè portem ulleres o tinguem pigues o els cabells diferents de la resta, no significa que tindrem més problemes, sinó que cada un és important que s'estimi tal com és.

5.3.2. L'amistat

Quan parlem d'amistat ens estem referint a una relació afectiva entre dues o més persones. És a dir, és l'enllaç que dues persones tenen per estar unides. L'amistat comporta associats altres valors com són l'amor, la lleialtat, la solidaritat, la sinceritat i el compromís.

Quan parlem d'amistat solem tendir a pensar amb els amics, amb aquelles persones que compartim una sèrie de vivències i amb els que ens sentim a gust. A vegades, però, ens sentim dividits amb el nostre desig d'estar sols i amb el de companyia. Davant aquest sentiment, cal aprendre a estar amb els nostres companys, així com amb nosaltres mateixos, ja que d'aquesta forma obtindrem la nostra plenitud.

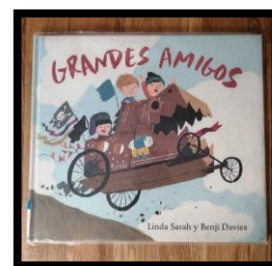
Per consegüent, davant la gran utilitat que comporta l'amistat al nostre dia a dia, com és quan quedem amb els amics per anar a jugar o inclús les parelles que es basen en una relació d'amistat i d'amor... ens veiem obligats a treballar-la i incidir en ella per donar-li la importància que realment té, perquè què seria de nosaltres si no hi tinguéssim relacions amb els altres?

Anem doncs a analitzar tres llibres que tenen com a tema principal l'amistat:

GRANDES AMIGOS

Referència bibliogràfica

Sarah, Linda & Davies, Benji (2016). *Grandes amigos*. Valencia. Andana.



Descripció de l'obra

Els personatges principals d'aquest llibre són en Bir, n'Eto i en Chu. En Bir i n'Eto són amics de sempre i cada dia juguen plegats amb les seves capses de cartó. Un dia arriba un al·lot nou, en Chu. Aquest, entusiasmat els hi demana per jugar i els dos amics accepten.

Davant aquest fet, en Bir se sent estrany; s'enfada perquè ell vol tornar a jugar a soles amb n'Eto i davant aquest sentiment decideix tancar-se a casa i no anar a jugar amb els seus companys.

Un dia n'Eto i en Chu construeixen una caixa gegant amb rodes i elements que la fan molt divertida i van a cercar a en Bir per poder jugar tots tres plegats. Quan en Bir veu la caixa, decideix sortir i anar a jugar amb ells. Finalment comprèn que tenir una amistat de tres és molt divertit.

Per tant, com podem observar, al final en Bir aprèn que l'amistat cal conservar-la i cuidar-la i que no és dolent introduir canvis a aquesta amistat encara que la conservis.

Elements destacables del llibre

L'element que més destaco d'aquest llibre és la seva redacció. És una tipologia molt fàcil pels infants i molt atractiva, ja que alguns moments sembla que ha estat el mateix infant qui l'ha escrita. També vull destacar el pes de les il·lustracions, unes il·lustracions que desperten molt la imaginació i la creativitat.



Aspectes positius

Aquest llibre destaca respecte a la imaginació que comporta la lectura. És un llibre on es veu clarament que els personatges principals són infants; infants que juguen amb material proper i fàcil d'aconseguir; que riuen, s'enfaden, imaginem, creen... En general, són infants!

És un llibre que es pot veure clarament la relació que qualsevol nen o nena pot tenir amb un altre. Si entrem a una escola, podem presenciar com els més petits sempre tenen un amic o una amiga amb la qual ho realitzen tot, però a vegades, si aquest amic o amiga decideix anar-se'n amb un altre que no sigui l'habitual, aquest tendeix a enfadar-se. Davant aquesta situació (que sol ser típica a les edats de tres - set anys), penso que aquest llibre pot ajudar molt a fer entendre que no perquè incorporem altres amics o amigues al nostre grup, significa que no vulguin jugar amb ell o que comporti una cosa dolenta; sinó que l'afegit d'altres persones i per tant de noves idees, no és un fet dolent, sinó que s'ha d'acceptar i provar noves coses / amistats.

A més també, és un llibre que pot despertar la imaginació dels infants, de voler crear noves joguets, de voler experimentar amb materials, de voler jugar amb la naturalesa i no tancar-se a casa davant els ordinadors... En general, aquest llibre pot transmetre un model de la infància molt més creatiu i experimentat del que actualment estan vivint els nois i noies.

Aspectes a millorar

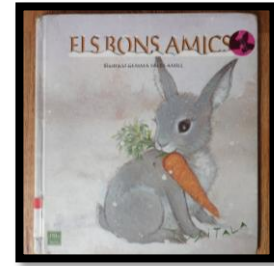
Aquesta obra mostra molt clarament com és una relació entre dos i entre tres amics.

Un primer aspecte a millorar podria ser que els infants expressessin a través de paraules com se senten; com es troben quan jugaven sols o llavors quan en Bir queda a casa i el seu pare li diu que no faci més renou... En general, que el llibre pogués mostrar més el que els protagonistes experimenten interiorment en cada moment, és a dir, explicar els seus sentiments.

En segon lloc, un altre aspecte a millorar seria introduir un personatge femení a una relació entre dos companys. Estem avesats que els llibres siguin o tots nois o totes noies i a vegades, quan un noi vol jugar amb una noia, aquest és mal interpretat i no se'ls veu tan bé com si fos una relació d'amistat entre dos nins o entre dues nines. A més, també és molt habitual a les primeres etapes escolars que els nens juguin i es relacionin amb els nens i les nenes amb les nenes. Per tant, penso que per solucionar aquests problemes i aquestes connotacions, és un bon mètode que des de ben petits observin que els nois també poden jugar amb les noies i, què és millor per fer-ho que mitjançant els llibres?

Referència bibliogràfica

Sales Amil, Gemma (il·lustració) (2002). *Els bons amics*. Conte tradicional Xinès. Barcelona. Tusitala.



Descripció de l'obra

La història que narra aquest llibre se situa a un bosc nevat i amb molt de fred.

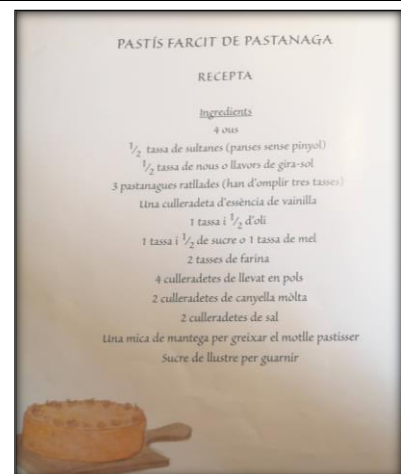
Un dia un conillet es troba dues pastanagues, una se la menja i l'altre la porta al seu amic el cavall, pensant que no deu tenir res per menjar. El cavall, que ha anat a cercar menjar, quan torna troba la pastanaga que el conillet li ha deixat i decideix portar-li al be perquè aquest pugui menjar. El be, (que ja s'havia alimentat) quan troba la pastanaga li porta al cabirol, pensant que aquest no hauria menjat res. Així que, una vegada la pastanaga arriba al cabirol, aquest ja amb panxa plena la porta al conillet pensant que aquest no té per menjar.

Com podem observar, es tracta d'uns amics que tots pensen i es preocupen pels altres, perquè aquests no passin gana. D'aquesta manera, la pastanaga passa per a tots i arriba al conillet que fou qui la trobà. Per tant, es tracta d'una història on el tema principal és el poder magnífic de l'amistat.

Elements destacables del llibre

Aquest llibre és un conte popular xinès, és a dir, no figura l'autor real del conte, per tant el fa molt únic i especial.

Un aspecte que m'ha sorprès molt gratament és que al final del llibre surt una recepta de cuina del pastís farcit de pastanaga i l'explicació d'un joc de dits; uns fets que habitualment no estem avesats a trobar-nos als llibres infantils.



Aspectes positius

Un aspecte positiu i essencial d'aquest llibre és la relació que tots els animals tenen entre ells. Es tracta d'un llibre on es pot veure clarament que es refereix d'unes amistats entre uns animals, els quals intenten ajudar-se a un moment delicat, com és un dia de neu amb molt de fred.

Les criatures, tot i ser un dia que volen estar a casa per no passar fred, pensen amb els seus companys i els hi porten una simple pastanaga perquè almenys puguin alimentar-se amb ella. És essencial destacar aquesta idea: que els amics no sols hi són per gaudir d'ells als bons moments, sinó també per ajudar-se quan és necessari. És molt comú sentir parlar que quan una persona sobrepassa un mal moment, aquesta se sent sola perquè no té ningú al seu costat. Aquest llibre doncs, penso que és un gran exemplar per poder treballar no sols la gran amistat que uneix als animals, sinó també la importància d'estar units als mals moments, com és una horabaixa freda d'hivern.

Aspectes a millorar

En general, penso que és un molt bon llibre del qual, n'és segur, ha passat de generació en generació. Hi ha un aspecte, però, que és que per ventura, els més petits quan visualitzin i escoltin el conte, no s'adonin que el tema clau és l'amistat (ja que aquesta no apareix escrita en cap moment) i sols percebin i s'amarrin amb els animals i amb el fet que la pastanaga torna al conillet. Per tant, s'hi hauria d'afegir un aspecte seria aquest; referint-nos en algun moment a l'amistat com a tal perquè els infants, sense que cap educador o familiar els indiqui, puguin adonar-se que el tema principal és la relació d'amistat entre diversos animals.

TE QUIERO (CASI SIEMPRE)

Referència bibliogràfica

Llenas, Anna (2015). *Te quiero (casi siempre)*. Barcelona. Espasa.



Descripció de l'obra

La història tracta sobre na Rita, una cuca de llum i sobre en Lolo, una bestiola bola. Els dos són molt amics, però pel que fa a la descripció individual semblen ser molt diferents un de l'altre. El problema sorgeix quan un dia, aquesta diferència els provoca un allunyament, ja que en Lolo sent ràbia cap a na Rita i na Rita cap en Lolo. Passat un temps observen com la diferència d'un de l'altre no és un element negatiu, sinó que cal viure acceptant els companys amb respecte, per així, conservar la unió d'amistat tan forta que els uneix.

Elements destacables del llibre

Aquest llibre, a diferència dels altres, té les il·lustracions molt úniques i originals. Semblen ser realitzades a mà (possiblement per infants) a través de la tècnica collage mitjançant material reutilitzat, com és cartó o folis ja emprats.



Aspectes positius

Els aspectes positius a destacar d'aquest llibre són:

En primer lloc és molt beneficiós que els personatges principals siguin un masculí i un femení, ja que estem avesats a trobar-nos els dos sexes diferenciats i no plegats.

En segon lloc, és molt important que el llibre esmenti que no per ser diferents, vol dir que no puguin ser amics. Solem observar que els infants es relacionin amb els que tenen aspectes o gustos en comú, en lloc de cercar les diferències per aprendre d'elles. Per tant, penso que si els alumnes observen a través de les lectures (com és aquesta) que de les diferències s'aprenen moltes coses i que, si partim del respecte i de la tolerància cap als altres, podem arribar a tenir molt bons amics. Per afegiment, penso que és molt positiu que els infants observin i aprenguin que no totes les coses han de ser com ells desitgen, sinó que s'han d'adaptar als altres i trobar un punt mitjà, sempre partint del respecte i parlant amb els companys.

Els infants, sempre ploren o s'enfaden perquè no tenen un objecte que volen o perquè la realitat no és com ells desitgen. Per tant, trobo essencial treballar aquest aspecte, que observin que no tot sempre ha de ser com ells somien, sinó que algunes vegades es tindrà el que un ambicioni i d'altres s'haurà de conformar.

Aspectes a millorar

Un dels aspectes que es podria polir d'aquest conte és que a moments sembla que estem parlant d'una relació d'amor entre els dos protagonistes, en lloc d'una relació d'amistat. Una cita en la qual es pot observar és:

“Lolo y Rita sienten que son muy diferentes, por eso se gustan” (Llenas 2015).

A més també, aquest text està acompanyat d'una imatge on apareix en Lolo regalant-li una flor a na Rita. Penso que aquests detalls es poden mal interpretar. Hagués estat molt interessant que fos la Rita qui regalés la flor a en Lolo per així rompre estereotips. A més també, al final del llibre surten els dos besant-se mentre el text indica que s'estimen molt. Davant aquest fet, els alumnes es podrien pensar que estem parlant d'una relació d'amor, en lloc d'una relació d'amistat o que per tenir un amic ens hem de fer petons a la boca i regalar-nos flors.

Per tant, tot i ser un molt bon llibre amb molts bons aspectes, si aquests detalls fossin substituïts per uns altres, per ventura, el concepte d'amistat a treballar seria més ben interpretat pels infants i no hi hauria possibilitat de confusió amb el de l'amor.

5.3.3. L'amor

L'amor és el sentiment d'afecte i de tendresa que podem sentir cap a la nostra família, cap a un amic o una amiga, cap a una persona que ens agrada, cap a un animal de companyia...

En general, l'amor és el que mou les nostres vides: des de petits ens manté units amb la família, llavors ens permet crear vincles amb companys, posteriorment per ventura trobem una persona amb la qual sentim molt amor cap a ella i volem compartir la vida plegats... També realitzem aquelles coses que ens provoquen amor i felicitat o estudiem per treballar el que realment ens omple... En definitiva, l'amor ens permet que la nostra vida sigui harmoniosa.

L'amor, com podem observar està contínuament present a la nostra existència, però no sempre va acompanyat de felicitat, sinó que a vegades també provoca preocupacions i riscos.

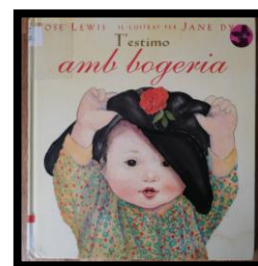
Per tant, davant la gran utilitat que provoca l'amor de manera continuada a les nostres vides, ens veiem obligats a treballar-lo a l'escola perquè, si estàs enamorat d'una persona, però aquest no t'ajuda, et fa enfadar, t'humilia davant els altres... continuaràs estimant-lo? Ens hem de privar de l'amor perquè ens arisquem a patir? Són situacions que a vegades l'amor comporta, i cal saber com reaccionar i treballar aquesta gran emoció.

Anem doncs a analitzar tres llibres que tenen com a tema principal l'amor.

T'ESTIMO AMB BOGERIA

Referència bibliogràfica

Lewis, Rose (2000). *T'estimo amb bogeria*. Barcelona. Serres.



Descripció de l'obra

Aquest llibre narra la història d'una dona que desitja ser mare i escriu a la Xina per si pot adoptar una filla. (A la Xina hi ha fills que no tenen mare, per tant esperen que algú els adopti). L'adopció és acceptada i la dona prepara totes les coses per començar un llarg viatge. Quan arriba a la Xina i li entreguen la que serà la seva filla a partir d'ara, immediatament sent un sentiment d'amor i estimació envers ella. La història acaba narrant com és el primer dia d'arribada al país de la mare i la trobada de la filla amb els familiars i amics.

Com es pot veure durant tot el text, la dona ja sent un sentiment d'amor cap a un nadó que encara no coneix; però que un cop plegades, aquest sentiment es multiplica i alhora es converteix en felicitat i amor.

Element destacable del llibre

Un element que pel meu gust és molt atractiu és la coberta del llibre, és una coberta amb molta tendresa i amb unes lletres molt boniques que provoca moltes ganes de llegir-lo.

Aspectes positius

A mesura que avancem la lectura d'aquest llibre, podem observar com ens captivem dintre de la història, com juntament amb l'escriptura i les il·lustracions t'envolta un sentiment de tranquil·litat, de tendresa, d'amor... En general, la combinació de tots els aspectes et permet sentir a l'interior el que s'està narrant i per tant, alhora, notes el sentiment d'estimació d'aquesta mare cap a la seva filla.

És un llibre que et permet observar com l'amor no té fronteres. A més, el vocabulari utilitzat és molt bonic, molt tendre... el qual provoca que l'amor s'observi per si sol. Les il·lustracions són molt afectuoses, molt nítides, molt senzilles i directes, i aquest fet provoca que els espectadors puguin entrar dintre de la lectura amb facilitat.

Treballar aquest llibre a l'escola ens permet processar amb els infants la identificació de l'amor i la visualització d'aquest a les vides diàries. Addicionalment, ens permet observar altres emocions / sentiments que acompanyen l'amor com és la felicitat, el plor...

“Era tan feliç, que vaig plorar quan et vaig agafar en braços... Tu també vas plorar. T'havia esperat tota la vida”. (Lewis 2000)



Aspectes a millorar

Pel que fa al meu gust, penso que és un llibre molt bonic i molt tendre, mitjançant el qual els alumnes podrien entendre i comprendre el concepte. Per ventura, l'utilitzaríem com introductori al treball de l'amor, però no podríem anar més enllà i treballar executant una gran diversitat d'activitats, ja que el llibre no sembla aportar més enllà que l'amor cap a una mare i una filla.

¿QUÉ ES EL AMOR?

Referència bibliogràfica

Cali, Davide & Cantone, Anna Laura (2012). *¿Qué es el amor?*
Zaragoza. Edelvives.



Descripció de l'obra

N'Emma és una noia que no sap que és l'amor. Per resoldre-ho va a casa i demana a la seva mare, al seu pare, al seu padrí i a la seva padrina què és l'amor; quin color, quina forma té, com és i si és gran o petit. Aquestes preguntes són resoltes en funció de cada un d'ells i dels seus gustos: a la mare li agraden molt les flors, per tant les seves respostes van encaminada a la multitud de colors, a les olors... Al seu pare li agrada molt veure el futbol

assegut menjant un entrepà, per tant les seves respostes són rodones, com una pilota; inesperat com un gol... Al seu padrí li agraden molt els cotxes, per tant les respostes són relacionades amb els automòbils; i la seva padrina, que és una cuinera ho relaciona amb els pastissos.

Per tant, al final, n'Emma acaba mesclant tots els aspectes que li han comunicat els seus familiars i espera asseguda al llit que l'amor arribi.

Elements destacables del llibre

Un element destacable del llibre és la gran distribució de les fulles que han realitzat per representar tot el que diu la història. És un llibre on apareix bastant de text i si haguessin posat un text per pàgina, el llibre seria molt extens. Per tant, trobo molt interessant aquesta distribució de les fulles on queda ben clar quins moments ocorren primers i ens permet seguir perfectament amb la història sense la necessitat d'haver tudat tant de paper.



Aspectes positius

Aquest llibre permet ensenyar els alumnes que cada persona interpreta l'amor amb aquell aspecte que li agrada. Per tant, és essencial que cada individu descobreixi realment quines són les coses que li entusiasmen per poder trobar aquell amor tan únic i especial. A més, és molt interessant veure que no hi ha una definició exacta de què és l'amor, sinó que cada un, en funció dels seus gustos i aficions, et donarà una resposta diferenciada del que és aquest sentiment; una resposta relativa a cada persona, ja que no tots tindran els mateixos gustos. D'altra part, trobo molt positiu que al llibre surtin diverses preguntes, com són:

“Ya, pero ¿de qué color es? ¿Y qué forma tiene? ¿Es dulce o salado? ¿Grande o pequeño?” (Cali & Cantone 2012).

A través d'aquestes preguntes els alumnes poden sentir-se identificats i sentir curiositat envers les seves respostes, ja que n'és segur que a vegades aquestes qüestions se'ls hi han sorgit. Essent així, poden observar com cada personatge del llibre sent i veu l'amor d'un mode peculiar i això, pot arribar a comportar un debat on cada alumne, de manera individual,

expressi com sent l'amor.

Estem acostumats que l'amor estigui representat de color vermell en formes de cors, però realment no és així, sinó que cada persona el veu, el sent i l'interpreta de manera diferent. En atenció a això, encara que estigui normalitzat pintar l'amor de color vermell, s'ha d'explicar que una persona si l'interpreta i el pinta de color negre a través d'unes retxes, perquè ell el sent així, estarà igual d'acceptat.

Per tant, així com finalitza la lectura:

“<<Es increíble – piensa Emma-. El amor es de todos los colores, es redondo, dulce y grande...>>. Pero todavía no logra imaginarse cómo es.” i “El amor vendrá por sí solo”.
(Cali & Cantone 2012).

És important que cada alumne arribi a entendre que l'amor es tracta de descobrir-lo de manera individual; que no s'espera, sinó que arriba sol, ja que algunes vegades les coses més insignificants són les que ocorren quan no romandre's i són les que t'omplen més d'amor. A part, cal ensenyar que aquest, en funció de l'època de la vida i de l'objecte que et provoca aquest sentiment, pot anar canviant al llarg del temps.

Aspectes a millorar

És cert que aquest llibre dona molt per treballar i amb el qual els alumnes es podrien sentir identificats, però alhora, el llibre segueix amb uns estereotips habituals: a les dones els agraden les plantes i la cuina, en canvi als homes els plau el futbol i els cotxes.

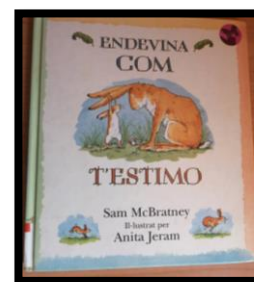
Vivim en una societat que molta gent lluita per la igualtat, per la no etiquetes en funció de si són dones o homes, ja que tots som iguals. Per tant, trobo essencial que un llibre tan bo i tan essencial per a la vida dels infants, sigui el punt de partida per canviar aquesta societat, que no ocorre res si una dona li agrada el futbol o els cotxes o si els homes són els responsables de la cuina i els amants de les flors. Per tal causa, s'ha de fer entendre els infants que l'amor és en funció de cada persona i que aquesta és lliure d'elegir el que realment li agrada.

Un altre aspecte a millorar és que al final del llibre, sembla que n'Emma malinterpreta l'amor, ja que menciona que per menjar un pastís significa que està enamorada. Com a conseqüència, davant aquesta mal interpretació, penso que s'hauria de quedar ben explicat i detallat perquè els infants puguin comprendre de manera correcta en tot moment l'obra.

ENDEVINA COM T'ESTIMO

Referència bibliogràfica

McBratney, S (1994). *Endevina com t'estimo*. Madrid. Kókinos.



Descripció de l'obra

Dues llebres (una gran i una petita) surten a passejar pel camp. La llebre gran no fa cas a la llebre petita, així que la llebre petita comença a dir-li a la gran: “Endevina com t'estimo”; i origina una sèrie de formes mitjançant el seu cos per ensenyar-li com l'estima, però posteriorment la llebre gran realitza el mateix i com que és major, sempre guanya amb les comparatives.

Quan estimem molt, mirem de trobar algunes semblances per poder expressar els nostres sentiments i observar-los en millor detall, però cal recordar i mencionar els infants que l'amor no es pot mesurar i és per aquest motiu que el fa tan únic i especial.

Elements destacables del llibre

Destaco la darrera pàgina d'aquest llibre perquè la trobo molt bonica, amb un text amb molt d'amor i un dibuix molt simple però alhora molt clar:



Aspectes positius

Aquest llibre el primer cop que el llegeixes observes com consisteix en una obra escrita molt senzilla, però si llavors l'analitzes, observes com té uns quants objectes molt gratificants i molt ben encertats. Estem avesats a utilitzar comparatives per a explicar els nostres

sentiments, per poder demostrar mitjançant objectes o fets coneguts el que sentim, però no ens adonem que aquests sentiments no són fàcils de mesurar. Per tant, és molt interessant treballar aquests tipus de llibres amb els infants, mitjançant els quals puguin veure clarament com els sentiments són immesurables i alhora, difícils d'explicar en detall. Un llibre que a més, també, podem observar com la llebre major cuida de la llebre petita, i tot i això, observem com els dos senten amor.

Aspectes a millorar

Pel que fa al contingut i el seu treball, penso que és molt complet i molt ben encertat. Tot i això, una agregació al treball ja realitzat, podria ser demostrar com aquest amor, tot i ser immesurable i inexplicable, també se sent en tot moment, no sols a moments particulars. D'aquesta forma, penso que els alumnes podrien comprendre amb major detall que l'amor no té límits geogràfics ni temporals, sinó que és únic per a cada persona.

5.3.4. El dol

El dol és la resposta emocional que sentim quan es mor un ésser estimat. És la situació posterior a la pèrdua que engloba els primers moments de continuar la nostra vida fora aquest i de recordar-lo sense poder tornar enrere. Tot i ser una època de transició que tots en qualche moment de les nostres vides, per molt que no ens agradi, haurem de superar; segueix sent un tema tabú a moltes escoles. Normalment és un concepte que si es veu, és a través d'algunes pinzellades i perquè han tingut un cas a classe; si no, no és un concepte que el solguin presentar. Per què? Per què no és igual d'important que l'amor o la felicitat? Per què alguns pares o professors s'hi oposen davant el treball d'aquest concepte? Doncs pel que fa a la meua opinió, és un concepte igual d'essencial i obligat de treballar-lo que els altres. Vivim en una societat on no solem pensar amb la mort, amb el fet que passarà el dia de demà si no tenim al nostre costat aquella persona o animal tan desitjat, intentem no pensar-hi per no fer-nos mal, però tot arriba i llavors t'adones que no saps com afrontar-ho, no saps com treballar per sobrepassar-ho. Per tant, si a les escoles el processessin i fossin molts més els llibres que tenen com a tema principal el dol (ja que són molt escassos els exemplars publicats), n'és segur que les persones sabrien sobrepassar de millor manera aquest procés de vida.

Anem doncs a analitzar tres llibres que tenen com a tema principal el dol.

JO SEMPRE T'ESTIMARÉ

Referència bibliogràfica

Wilhelm, Hans (1985). *Jo sempre t'estimaré*. Barcelona. Editorial Joventut.



Descripció de l'obra

Aquest llibre narra la història d'una gossa anomenada Elfi i del seu cuidador. El seu cuidador és un fill de tres germans d'una família. Des de ben petits, el cuidador i la gossa van estar junt mentre creixien plegats. Ho realitzaven tot units, els hi agradava molt jugar conjuntament i sempre el cuidador li donava totes les necessitats que requeria. Quan n'Elfi va tornar major, va començar a deixar d'executar tantes activitats com les que realitzava abans, i una nit, dormint devora el llit del seu cuidador, va morir. Els dies posteriors a la mort, la seva família va enterrar a n'Elfi. Passada una setmana, van demanar-li al cuidador si volia un altre gos, però aquest va respondre que algun dia tindria un altre animal, però que ara es quedava en serenitat perquè n'Elfi va morir sabent que ell l'estimava molt.

Elements destacables del llibre

Aquest llibre destaca molt respecte a la simplicitat d'escriptura i de les il·lustracions. És un llibre molt gràfic, on destaca molt el color blanc del paper i les grans il·lustracions que en conjunt, permeten facilitar la comprensió de la lectura.



Aspectes positius

Els aspectes positius de la lectura són: en primer lloc (així com indica el títol del llibre), la importància de dir sempre el que sentim a l'interior. Si sentim amor, cal comunicar-ho a l'altra persona o animal perquè aquest sàpiga quin sentiment sentim envers ell, a fi que si algun moment li ocorre qualque cosa, pugui recordar-ho o anar-se'n tranquil.

Un altre aspecte a destacar és que mitjançant aquest llibre els alumnes poden observar com

els animals de companyia cal cuidar i respectar; que no són cap joguina que la pots deixar a un racó i oblidar-nos d'ella, sinó que requereixen uns cuidats i un temps especialitzat. Com a conseqüent, podem destacar la visualització de tenir cura cap a allò que realment estimem, com és un animal o una persona. Per tant si l'apreciem ens preocuparem per ell, li portarem coses que li agraden, li dedicarem temps...

És necessari també, mencionar la importància de quedar-nos amb aquells records immemorables que vam viure plegats amb aquest ésser; tots aquells bons moments que cal recordar sempre i sentir-nos satisfets que aquest animal o persona ens deixa coneixent que sentíem envers ell. Finalment, és molt positiu que el llibre ensenyi que la vida continua després de la mort i que podem tornar a tenir altres animals i a estimar-los.

Aspectes a millorar

Aquest llibre està emmarcat com a tema principal el dol o la pèrdua d'un ésser estimat, però realment, penseu que és tractat o visualitzat el dol a aquest llibre? És cert que ens mostra amb molt de detall el camí de la gosseta i que en fan després de la seva mort; però un cop ha estat difunta, el llibre sols continua dues pàgines més sense mostrar que en fa el cuidador els dies següents. Són molt pocs els llibres sobre el dol i si els que tenim, els infants no observen amb claredat quina és la situació posterior a una mort, n'és difícil que sàpiguen com actuar un cop els hi ocorrin a ells. A més també, el llibre mostra com el cuidador regala la cofa de n'Elfi un cop ja no hi és. Penso que aquest fet, tot i ser molt comú, és un acte que no s'hauria de realitzar immediatament, perquè és cert que en ajuda a un curt termini a seguir endavant amb les nostres vides, però per ventura, seria agradable recordar-ho passat un temps o simplement tenir-ho amagat per si algun dia surt la necessitat de recordar els seus objectes.

PER SEMPRE MÉS

Referència bibliogràfica

Durant, Alan & Gliori, Debi (2003). *Per sempre més*. Barcelona. Timun Mas.



Descripció de l'obra

Aquest llibre conta la història d'una Guineu, una Llúdria, un Talp i una Llebre que vivien plegats a una casa de bosc. Eren com una gran família, tots treballaven en equip i tots

s'estimaven molt. Un dia la Guineu es va posar malalta i va morir. Els seus amics, quan la van trobar van estar molt tristos; no hi havia forma de continuar la vida fora la Guineu, així que es van tancar a casa i van romandre un temps en silenci. Un dia un Esquirol els va anar a visitar i els va recomanar que continuessin la seva vida, que tots enyoraven la Guineu, però que la vida continuava. Fou a partir d'aquesta visita, quan la Llúdrria, el Talp i la Llebre mentre feien un sopar a l'Esquirol van començar a recordar bells moments de la Guineu i instants molt divertits que van viure plegats. Passats uns dies, els va sorgir la idea de sembrar pastanagues al lloc preferit de la Guineu on van construir un banc de jardí per poder-se asseure al costat i així tenir un lloc per commemorar-la.

Elements destacables del llibre

L'element més destacable d'aquest llibre és la seva presentació: és un llibre que té una gran coberta i un gran text acompanyat d'unes il·lustracions que permeten comprendre la història amb major facilitat.

Aspectes positius

Aquest llibre consta d'uns quants aspectes positius per treballar amb els infants:

En primer lloc, penso que és un gran llibre per tractar el dol. Una obra centrada en el que ocorre després de la mort d'un familiar o amic estimat, fixant tota l'atenció del lector en ella. És molt favorable que es detalli com se senten els seus companys, com actuen, què arriben a realitzar amb els llocs especials de la persona difunta... A més, el llibre mostra en detall alguns esdeveniments que poden ocórrer després d'una mort: com és plorar, xerrar molt d'aquesta persona o simplement estar en silenci; el fet que la tristesa i els records t'inundin per dintre, etc. També, penso que és important que els alumnes observin que no estan sols, que sempre tindran un company que els hi donarà un cop de mà als moments delicats, com és a aquest cas l'esquirol dient que la vida ha de continuar:

“-On éreu? -va preguntar-. Els vostres amics us hem trobat a faltar.

-Estàvem massa tristos per sortir -va dir el Talp.

-Enyorem molt la Guineu -va dir la Llebre.

-Nosaltres, també -va dir l'Esquirol-. Però la vida ha de continuar.”

(Durant & Gliori 2003)

És important que els alumnes sàpiguen que s'ha de parlar de la persona difunta, com és recordar bells moments amb els companys, conservar un lloc especial..., que no s'ho han de quedar dintre perquè llavors els hi pot fer malbé. En aquest cas, com a fet memorial de la Guineu, sembren pastanagues al jardí i al costat construeixen un banc per poder seure tota la família.

És així doncs, com els alumnes poden observar que els difunts sempre romandran dintre dels nostres cors, perquè un mort mai s'oblida si el seu pensament és present. És cert que deixen d'estar físicament al nostre costat, però interiorment sempre estaran amb nosaltres.

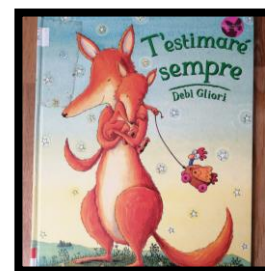
Aspectes a millorar

Personalment, m'ha encantat aquest llibre, el trobo molt complet. Queda molt ben explicat quin és el dol d'aquesta història i com el treballen, amb el qual els alumnes podran comprendre amb major facilitat aquest procés. Així i tot, si hagués de modificar una cosa, seria el fet d'utilitzar personatges simbòlics i ho canviaria mitjançant persones o inclús infants per acostar-se de millor forma als més petits. Normalment tots els llibres i contes del dol són animals o joguines; per tant, trobo que hi hauria d'haver més llibres i contes on els protagonistes fossin persones, mitjançant els quals els infants podrien observar com també és un procés que ocorre als humans i es podrien sentir més identificats.

T'ESTIMARÉ SEMPRE

Referència bibliogràfica

Gliori, Debi (2000). *T'estimaré sempre*. Barcelona. Timun Mas.



Descripció de l'obra

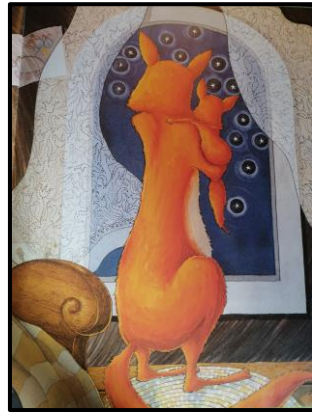
Aquest llibre conta la història d'un pare i d'un fill, la Guineu i el Cueta. En Cueta un dia estava molt trist i de mal humor i va començar a portar-se malament. Quan el seu pare va observar la seva actuació, li va demanar que li passava i el petit Cueta va contestar que ningú no l'estimava gens perquè era dolent. Arribats a aquest punt, el seu pare li va comentar que el que havia dit no era cert, que ell sempre, sigui com sigui i fos qualsevol animal, sempre l'estimaria. El Cueta, que no parava de fer-li preguntes sobre l'amor del seu pare envers ell, al final del dia va demanar-li:

“Però, què passarà quan et moris i te’n vagis? M’estimaràs, llavors? L’amor continuarà?”
(Gliori 2000)

Fou aquí doncs, quan la Guineu va mostrar-li a través de la finestra, les estrelles brillants a la foscor i li comentà que tot i que moriren fa molt de temps, encara brillen cada nit al cel i que per tant, l’amor com les estrelles no es mor mai.

Elements destacables del llibre

Els elements més destacables del llibre, pel que fa a la meva opinió, són les il·lustracions. Unes il·lustracions molt adequades pels infants i molt ben representatives del contingut de la lectura.



Aspectes positius

Si analitzem amb detall aquest llibre, observem com el tema principal és la pèrdua d'un ésser estimat, però també podem observar com treballa l'amor; l'amor d'un pare cap al seu fill. Per aquestes raons, penso que és un gran llibre per a analitzar, el qual parla de què l'amor no té límits ni fronteres, que l'estimació d'un pare sempre hi serà.

Aquest aspecte és essencial pels infants, ja que quan són petits sempre tenen el dubte de si se sentiran estimats per algú. Per tal cosa, és una gran manera de visualitzar que els seus pares els estimen i els donen suport.

A més, un aspecte molt positiu del llibre és que el mateix Cueta (el fill petit) és qui li comenta al pare què serà d'ell un cop estigui mort. Normalment els llibres de dol sempre ocorre una situació delicada en la qual l'infant o el personatge principal es veu atrapat i intenta trobar una sortida, o també, observem com són els adults els que comencen a parlar sobre la mort amb els més petits; però a aquest cas és el mateix infant qui li demana al pare. Aquest fet doncs, podria provocar una incertesa als infants que per ventura, començarien a demanar-se preguntes relacionades amb el dol i la pèrdua d'un ésser estimat; preguntes que

serien essencials per començar a treballar aquest concepte tan important i alhora tan oblidat de les nostres vides.

Finalment, un altre aspecte positiu és la importància que els infants, així com els adults, tinguin sempre present algun aspecte tranquil·litzador, que aquestes persones sempre seguiran al nostre costat. Trobo molt interessant la similitud de les estrelles, sempre presents i brillants. Les estrelles és un element que tota la vida, estiguem allà on estiguem, estaran presents i ens acompanyaran; un element que sempre podem observar i, si pensem que cada estrella és una persona que abans estava amb nosaltres, aquest fet ens tranquil·litzarà molt més.

Aspectes a millorar

Realment, la idea d'aquest llibre és molt bona i molt adequada al tema per sortir una mica de la normalitat, però si penso que per ventura, els alumnes no acabaran d'entendre el tema que es vol tractar o el confondran amb l'amor. Per aquest motiu, penso que si el llibre tingués continuació i es visualitzés com una persona observa les estrelles amb memòria d'algú que ja no està present o, que algú és moris i els altres el recordessin observant les estrelles, tal vegada els infants ho entendrien molt millor.

5.3.5. Conclusions dels llibres analitzats.

Ensenyar els infants a reconèixer i a gestionar les emocions, és un fet essencial que els permet controlar les accions que ocorren en si mateixos i al seu envoltant, ajudant-los així al seu desenvolupament social.

Com hem pogut observar al llarg del desenvolupament del projecte, per treballar les emocions i els sentiments, tenim al nostre abast un nombre elevat de llibres i contes que ens poden servir de molta ajuda. Si llegim i analitzem amb els infants alguns llibres relacionats amb aquell aspecte que volem treballar, és segur que obtindrem un aprenentatge més enriquidor, atès que ho podran comprendre amb major claredat gràcies a tenir una referència del que hauran pogut observar als llibres i els contes, no sent així un fet tan abstracte.

En funció del sentiment o l'emoció que desitgem treballar, la diversitat i la quantitat de llibres disponibles variarà, ja que alguns temes són més treballats que d'altres. No obstant això, n'és segur que de tots els conceptes qualque llibre o conte trobarem i, mitjançant aquest, serà un bon començament per ensenyar i observar el concepte clau juntament amb els més petits.

Referint-nos als llibres anteriorment analitzats, hem comprovat com, tot i parlar d'un mateix sentiment o emoció, cada llibre ens aporta elements diferents, essent així molt enriquidora la lectura de diversos llibres centrats en un mateix concepte. D'aquesta manera, el treball d'aquell sentiment o emoció serà molt complet, ja que els infants disposaran de múltiples maneres d'expressar i representar el que senten al seu interior.

Com hem esmentat anteriorment, cada llibre i conte és únic i essencial, però si els observem i analitzem conjuntament, podrem extreure unes certes característiques i conclusions pel que fa als àlbums il·lustrats infantils de les emocions i els sentiments; aquestes són:

Tots els exemplars analitzats s'han tractat de llibres propers als infants enfocats en una realitat pròxima al seu coneixement. El llenguatge utilitzat ha estat molt senzill i concret, amb una trama que sol ser lineal i un estil narratiu molt directe. En la majoria, solia destacar qualche element fantàstic o d'aventura, essent així un recurs per estimular l'atenció de l'infant. En tot moment, els discursos han anat acompanyats d'unes il·lustracions molt visuals i atractives, que permeten al nen o la nena comprendre detalladament la lectura i imaginar-la. Pel que fa als personatges, hem observat com al llarg de les històries es mantenien els mateixos, sent aquests familiars al nin, com són animals, joguines, nens, familiars, etc. Finalment, hem presenciat com en funció de l'edat destinada del llibre, el nombre de pàgines variaven; de tal forma que en funció de l'edat i el nivell d'aprenentatge après, el concepte era més o menys estès.

En conclusió, utilitzar un gran nombre de llibres i contes, ens permetrà ajudar a comprendre amb millor detall aquella qüestió a processar. D'aquesta forma, aconseguirem que els nostres alumnes assimilin millor tots aquells aprenentatges tan enriquidors i necessaris que les emocions i els sentiments requereixen.

“Es muy probable que las mejores decisiones no sean fruto de una reflexión del cerebro, sino del resultado de una emoción.”

Eduard Punset

5.4. Proposta didàctica d'una intervenció educativa.

Com hem pogut observar mitjançant el transcurs d'aquest treball, reconèixer i saber expressar emocions i sentiments és molt important pel desenvolupament dels infants.

Les emocions i els sentiments són components que ens acompanyen al llarg de les nostres vides; components que no podem observar en claredat ni podem tocar, però en canvi, tenim símptomes o fets que ens permeten reconèixer una emoció o un sentiment. Per aquest motiu, penso que és essencial el fet de treballar-ho a totes les edats, ja que en funció del nivell de maduresa en la qual ens trobem, podrem descobrir aspectes que abans no havíem vist.

El meu treball ha estat enfocat a quatre emocions / sentiments que per a mi són essencials treballar a les escoles; així com la resta, ja que no hi ha cap emoció o sentiment que predomini sobre les altres, sinó que mitjançant tot el conjunt ens permet ser tal com som i viure en plenitud.

El dol és un sentiment que s'ha de parlar, s'ha d'aconseguir extreure de l'interior d'una persona, ja que si aquest no és extret, a la llarga pot fer molt de mal a l'estat d'ànim de l'individu esmentat; ja que es pot transformar en ràbia, tristesa, amb baix estat d'ànim...

Referent a la proposta didàctica, a continuació proposo una unitat didàctica sobre el dol. Com bé he esmentat anteriorment, el dol és un sentiment que no sol ser treballat a les aules, a no ser que hagi passat qualche esdeveniment que ens empenyi per a fer-ho. Vivim en una societat on, tot i saber que el dol és un procés fonamental i vital per la nostra espècie, segueix sent un tema ocult, una qüestió de la qual ningú en vol parlar, un objecte escàs de material i també, un contingut del qual trobem una gran diferència pel que fa al nombre de llibres en comparació amb altres emocions o sentiments. Per totes aquestes raons, veig la necessitat de crear una proposta didàctica per plantejar una possible intervenció educativa que es pugui dur a terme a una escola.

Per tots aquests motius, exposo la següent proposta didàctica centrada en el dol:

TÍTOL DE LA UNITAT: **Per sempre més!**

Nivell educatiu: 4t d'Educació Primària

Durada: Aquesta unitat didàctica té una durada de set sessions. Cada sessió és de 60 minuts.

CONTEXT I JUSTIFICACIÓ

Aquesta unitat didàctica està pensada per dur-se a terme a un centre públic, en especial a una aula de 4t de primària; però també pot dur-se a terme a qualsevol classe de centre.

Ens situem a l'àrea de valors, tot i que és un tema transversal que pot ser treballat en diferents àrees com és català... Per donar-li context, ens trobem en el transcurs d'aprenentatge de les nostres emocions i dels sentiments. Per aquest motiu anem a treballar el dol, un sentiment igual d'essencial que la resta.

OBJECTIUS D'APRENTATGE

Objectius generals d'etapa:

14. Desenvolupar les capacitats emocionals i afectives en tots els àmbits de la personalitat en les relacions amb els altres.

16. Desenvolupar-se com a persones lliures, creadores del seu propi futur.

Objectius específics d'àrees:

- Desenvolupar les capacitats afectives en tots els àmbits de la personalitat i en les relacions amb els altres. (Valors socials i cívics)
- Fer ús de la llengua per participar en diverses situacions

CONTINGUTS

Continguts interdisciplinaris i transversals:

1. El respecte. (Bloc 1, Valors socials i cívics)
2. L'autoestima i l'autoconeixement. (Bloc 1, Valors socials i cívics)
3. El treball en equip i el treball cooperatiu. (Bloc 1, Valors socials i cívics)
4. La resolució de conflictes. (Bloc 1, Valors socials i cívics)

<p>comunicatives de manera adequada, adoptant una actitud respectuosa i de cooperació, per prendre consciència dels propis sentiments i idees i per controlar la pròpia conducta. (Llengua catalana i literatura)</p> <p>- Comprendre discursos orals i escrits que es presenten en l'àmbit escolar, i analitzar-los amb sentit crític. (Llengua catalana i literatura)</p> <p>Objectius didàctics:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conèixer els sentiments i les emocions que es tractaran. 2. Utilitzar el llenguatge verbal i no verbal com a forma d'expressió del que sentim. 3. Respectar i acceptar els companys creant un bon clima de grup. 4. Conèixer i acceptar les opinions dels altres. 5. Realitzar situacions d'empatia. 6. Conèixer diferents maneres de treballar el dol. 7. Millorar la motivació a la lectura. 	<p>Continguts:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. L'expressió verbal i no verbal de sentiments, emocions... (Bloc 2, Valors socials i cívics) 2. L'expressió dels sentiments. (Bloc 2, Valors socials i cívics) 3. Diferents formes de comunicació. (Bloc 2, Valors socials i cívics) 4. L'empatia. (Bloc 3, Valors socials i cívics) 5. La no-discriminació per raó d'opinió personal. (Bloc 3, Valors socials i cívics) 6. Escolta i reproducció de textos de la literatura de les Illes Balears: contes. (Bloc 1, Llengua catalana i literatura)
ESTÀNDARDS D'APRENENTATGE AVALUABLES	CRITERIS D'AVAUACIÓ
<p>Estàndards d'aprenentatge interdisciplinaris i transversals:</p> <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Treballa en equip per aconseguir objectius. (Bloc 1, Valors socials i cívics) 1.1. Participa activament en activitats de comunicació dins l'aula. (Bloc 1, Llengua catalana i literatura) 3.2. Respecta el torn de paraula. (Bloc 1, Llengua catalana i literatura) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Expressar opinions, sentiments i emocions utilitzant el llenguatge verbal i el no verbal. (Bloc 2, Valors socials i cívics) 2. Utilitzar habilitats d'escolta i el pensament de perspectiva (empatia). (Bloc 2, Valors socials i cívics) 3. Exposar, narrar i descriure idees de manera coherent i ordenada. (Bloc 1, Llengua catalana i literatura)

<p>Estàndards d'aprenentatge:</p> <p>5.1. Reflexiona, sintetitza i estructura els seus pensaments. (Bloc 1, Valors socials i cívics)</p> <p>5.5. Reconeix i identifica adequadament les seves emocions. (Bloc 1, Valors socials i cívics)</p> <p>5.6. Expressa els seus sentiments (Bloc 1, Valors socials i cívics)</p> <p>1.1. Expressa amb claredat i coherència opinions, sentiments i emocions. (Bloc 2, Valors socials i cívics)</p> <p>1.2. Empra apropiadament els elements de la comunicació verbal i la no verbal, d'acord amb els sentiments. (Bloc 2, Valors socials i cívics)</p> <p>3.1. Expressa obertament les idees i opinions pròpies. (Bloc 2, Valors socials i cívics)</p> <p>6.1. Interacciona amb empatia. (Bloc 2, Valors socials i cívics)</p> <p>1.3. Posa de manifest una actitud oberta cap als altres i comparteix punts de vista i sentiments durant la interacció social a l'aula. (Bloc 3, Valors socials i cívics)</p>	
<p>COMPETÈNCIES BÀSIQUES QUE LA U.D. CONTRIBUEIX A DESENVOLUPAR EN ELS ALUMNES</p>	<p>NECESSITATS ESPECÍFIQUES DE SUPORT EDUCATIU</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Competència en comunicació lingüística. - Aprendre a aprendre. - Competències socials i cíviques. 	<p>Pel que fa al grup de classe, tenim una al·lota amb discapacitat auditiva que porta un audiòfon. Adoptarem mesures de suport comunicatiu amb suports visuals i expressius com són, per exemple:</p>

- Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.

tenir un contacte visual mentre es parla, assegurar-nos que ens escolta mentre els altres companys no interfereixen, tenir-la al costat per afavorir així l'escolta, etc.

Atenció a la diversitat: Les activitats dutes a terme són obertes i flexibles per poder abraçar a l'heterogeneïtat de l'alumnat. D'aquesta manera aconseguirem que tothom pugui executar les mateixes activitats sent capaços de participar activament en elles i així, poder desenvolupar el seu procés d'ensenyament-aprenentatge utilitzant el màxim les seves capacitats.

METODOLOGIA

El primer dia començarà amb una contextualització sobre el dol. El segon dia consistirà en una visualització i una escolta d'una representació d'un llibre que serà el que encetarà en profunditat el tema del dol. A partir d'aquest llibre es començaran a fer una sèrie d'activitats, relacionades amb el tema principal, per poder-lo treballar de forma adequada. L'avaluació serà duta diàriament a través d'una rúbrica per la tutora o el tutor. Aquesta rúbrica serà avaluada de l'1 al 4 per posteriorment ser interpretada a l'escala de l'1 al 10.

Estratègia didàctica i estils d'ensenyament: Començarem la unitat didàctica amb dinàmiques d'escolta amb gran grup, llavors passarem a la llibertat d'opinions i d'expressions dels alumnes. Treballarem en grups reduïts per dur a terme una sèrie d'activitats més dinàmiques i en gran grup per visualitzar una pel·lícula.

Agrupaments: Ens agruparem en gran grup, en petits grups i algunes vegades treballarem de manera individual.

SEQÜÈNCIA D'ACTIVITATS

Primera sessió

Per contextualitzar el tema es farà una primera sessió especialitzada al tema de la mort. La metodologia didàctica serà en primer lloc, elaborar una anàlisi conjunta a nivell d'aula sobre què és la mort i, escriure-ho cercant informació a internet sobre què és i quins processos comporta. Llavors obrirem un debat per parlar del tema i del que senten els infants, donant l'oportunitat a algun alumne a expressar sobre que sent si ha tingut qualche pèrdua... aconseguint així que tot l'alumnat expressi el seu punt de vista d'aquest tema.

Per dur a terme aquesta activitat l'agrupament serà en gran grup i els recursos i materials a utilitzar seran una pissarra i un ordinador. Pel que fa al nostre cas de l'alumna amb discapacitat auditiva, no tindrà problemes per seguir la sessió, ja que estarem dins l'aula i ella sempre s'asseu a primera fila per no tenir problemes amb l'escolta. L'instrument d'avaluació d'aquesta sessió serà mitjançant una rúbrica (Consulteu annex 1).

Segona sessió

L'activitat principal consisteix en la visualització i l'escolta d'una representació sobre el llibre: *Per sempre més* d'Alan Durant. Aquesta activitat serà duta a terme per tot el centre, mitjançant la qual tots els cursos podran assistir a aquest esdeveniment per posteriorment treballar-lo a les aules de manera independent en funció del seu nivell.

Aquesta activitat es durà a terme mitjançant la programació, l'ajuda del centre i dels seus recursos: una conta-contes anirà al centre a llegir el llibre de lectura que tracta sobre la pèrdua d'un ésser estimat. Aquesta estarà acompanyada de diferents suports, com són suports visuals mitjançant actors, actrius i/o mestres que representin els personatges del conte mentre aquest és llegit. També, el conte a mesura que es llegeixi es representarà a una pantalla enorme darrere de les actrius i de la conta-contes... per així assegurar-nos que tots els infants puguin comprendre i seguir la lectura com és deguda.

Aquesta activitat tindrà una durada d'una sessió i l'agrupament serà mitjançant tot el grup de classe. Per dur a terme aquesta activitat no es necessitaran materials i recursos, ja que sols hauran d'escoltar i observar amb atenció l'obra representada. Pel que fa al nostre cas de l'alumna amb discapacitat auditiva, se l'asseurà a la primera fila per així poder escoltar l'obra amb major claredat i disposarà dels recursos visuals per acompanyar l'escolta. Aquesta activitat no tindrà una rúbrica d'avaluació, sinó que el tutor o la tutora tindrà present de si els alumnes han actuat amb una postura d'escolta o han interferit l'obra a la resta de companys.

Tercera sessió

La tercera sessió serà duta a terme a l'aula. El professor o la professora reunirà els infants i obrirà un debat mitjançant preguntes guiades sobre la lectura perquè els nens puguin reflexionar. Algunes preguntes d'exemple són:

- Us ha agradat la representació? Per què si i per què no?
- Em podeu fer un resum de l'obra?
- Quin ha estat el tema principal?
- Ha tractat alguna emoció o sentiment? Quina?
- Quins sentiments us ha provocat aquesta representació?
- Com se sentien els companys de la Llebre? Us heu trobat en la mateixa situació alguna vegada? Si és sí, que heu fet?
- Per què penseu que els companys de la Llebre no volien sortir de casa ni volien parlar?
- Penseu que el fet que l'Esquirol hagi anat a visitar al Talp, a la Llebre i a la Llúdrria és positiu?
- Penseu que a moments així, el Talp, la Llebre i la Llúdrria estaven soles o és que no observaven que hi havia altres persones al seu costat?
- Penseu que la manera que al final de l'obra decideixen recordar a la Guineu és correcta? Com creieu que la poden recordar?

Un cop acabat el debat, el professor o la professora tornarà a explicar i farà entendre als infants que el dol és un procés normal d'adaptació que es produeix després d'haver perdut a un ésser estimat. A més, és un procés que pot ser expressat de diverses maneres: algú pot sentir tristesa, altres ira, baixa autoestima... Per tant, és important que els infants entenguin que el dol és un procés normal de la vida, que s'ha d'expressar i treure a l'exterior, expressant així els seus sentiments i emocions i, veure que és un procés que consisteix a acceptar la realitat i continuar amb la vida. Finalment, els alumnes escriuran a un paper que han sentit de l'obra i sobre el dol.

Per dur a terme aquestes activitats, l'agrupament serà en primer lloc de gran grup i en segon lloc de manera individual. Els recursos i materials a utilitzar seran folis i material per escriure. Pel que fa al nostre cas de l'alumna amb discapacitat auditiva, no tindrà problema per seguir la sessió, ja que per dur a terme el debat ens haurem col·locat en rotllana on tots ens veurem les cares. L'instrument d'avaluació d'aquesta sessió serà mitjançant una rúbrica (Consulteu annex 2).

Quarta sessió

La quarta sessió serà duta a l'aula. Dividirem la classe en dues estacions, una primera estació encaminada a la commemoració de les persones i una segona estació dedicada a la distinció de fets científics de les creences. Per dur a terme aquesta activitat l'agrupament serà amb dos grups. Els recursos i materials a utilitzar seran dues caixes, colors, folis i material per escriure. Pel que fa al nostre cas de l'alumna amb discapacitat auditiva, no tindrà problema per seguir la sessió, ja que serà en grups petits els quals ella sempre treballa. Les dues activitats seran transversals amb l'assignatura de plàstica, ja que serà en aquesta assignatura quan pintarem i decorarem les cartes.

La primera estació consistirà a agafar un foli i, de manera independent o en parelles, així com els alumnes desitgin, hauran d'expressar els seus sentiments i/o emocions sigui mitjançant l'escriptura o mitjançant dibuixos, cap a una persona o animal que se'ls hagi mort o que hagin perdut o cap a la Guineu del conte anteriorment treballat. D'aquesta forma, els alumnes treballaran la commemoració dels que ja no estan

present. Un cop tota la classe hagi expressat els seus sentiments, s'introduiran dins una caixa que serà guardada per així, si qualque moment volen anar introduint noves expressions o necessiten llegir el que van escriure a un temps anterior, sempre la tindran disponible.

La segona estació consistirà a fer una classificació mitjançant petits grups on treballaran l'escolta, l'acceptació i la justificació de les seves respostes. Es tractarà doncs d'agrupar els fets que coneixen de la mort en fets científics i en creences. El tema de la mort és un tema que provoca moltes controvèrsies; en funció de la religió o de la cultura de la persona, es pot tenir una noció de la mort diferent de la resta; per tant, com que n'és segur que hi haurà moltes controvèrsies, es realitzarà una distinció per així anar separant conceptes i no criticar-ne cap. Un exemple de fet científic és que quan ens morim ens descomponem, en canvi una creença és que quan ens morim anem al cel. Un cop tota la classe hagi introduït les seves opinions, es guardarà la caixa per així anar-la ampliant a mesura del transcurs del temps.

L'instrument d'avaluació d'aquesta sessió serà mitjançant una rúbrica (Consulteu annex 3). La primera activitat serà duta a terme per fer una avaluació més global i, en ser jo la tutora d'aquest grup, l'utilitzaria com una mostra més d'expressió escrita i de redacció de l'àrea de llengua catalana.

Cinquena sessió

La cinquena sessió serà duta a terme a l'aula. Per dur a terme aquesta activitat l'agrupament serà de manera individual. Els recursos i materials a utilitzar seran diferents llibres sobre el dol, folis i material per escriure. Pel que fa al nostre cas de l'alumna amb discapacitat auditiva, no tindrà problema per seguir la sessió, ja que consistirà en una activitat de lectura i escriptura individual. L'instrument d'avaluació d'aquesta sessió serà mitjançant una rúbrica (Consulteu annex 4). Aquesta activitat serà duta a terme per fer una avaluació més global i, en ser jo la tutora d'aquest grup, l'utilitzaria com una mostra més d'expressió escrita i redacció de l'àrea de llengua catalana.

Aquesta activitat estarà dedicada a incitar la lectura dels llibres: a damunt una taula hi haurà uns quants llibres, que trobarem a la biblioteca del centre, dedicats al dol (alguns d'ells poden ser els presentats a aquest treball i d'altres, com per exemple: *El árbol de los recuerdos* de Britta Teckentrup, *No t'oblido* de Jennifer Moore-Mallinos...) Els alumnes hauran d'anar de manera individual i ordenada a escollir un llibre, el llegiran i el tornaran a deixar a la taula per passar-lo a un altre company. Un cop llegit, agafaran un foli i expressaran lliurement els sentiments i les emocions que aquest llibre els haurà transmès. D'aquesta forma podran observar com cada llibre té una manera independent de treballar el dol, arribant a la conclusió que pot ser treballat i comprés de formes diverses.

Sisena i setena sessió

La sisena i la setena sessió seran les dues darreres i es duran a terme de forma conjunta a l'aula. Aquestes sessions seran les que conclouran el tema de la mort, per aquest motiu, consistiran en la visualització de la pel·lícula *Coco* de n'Adrián Molina i Lee Unkrich que tracta sobre la mort en diverses cultures. Un cop visualitzada la pel·lícula i de mode de conclusió, se'ls oferirà als alumnes que mitjançant l'escriptura o l'expressió oral (segons la preferència de l'infant) exposin el que han après durant aquestes set sessions i expliquin que han sentit mitjançant la representació del llibre o mitjançant la pel·lícula.

Per dur a terme aquesta activitat, l'agrupament durant la visualització de la pel·lícula serà de manera conjunta i finalment, pel que fa a l'activitat, serà de manera individual. Els recursos i materials a utilitzar seran un projector de pantalla, la pel·lícula, folis i material per escriure. Pel que fa al nostre cas de l'alumna amb discapacitat auditiva, es col·locarà a la primera fila i, gràcies als altaveus no tindrà problema per escoltar la pel·lícula, de totes maneres també es posaran els subtítols per si qualche moment es perd. L'instrument d'avaluació d'aquesta sessió serà mitjançant una rúbrica (Consulteu annex 5). Aquesta activitat serà duta a terme per fer una avaluació més global i, en ser jo la tutora d'aquest grup, l'utilitzaria com una mostra més d'expressió escrita i redacció de l'àrea de llengua catalana.

6. Conclusions

Com esmenten els directors del màster “d’Educació emocional i benestar”, Rafael Bisquerra i Núria Pérez, molts de problemes de la societat actual es basen en qualque tema emocional, a causa del fet que actualment hi ha un gran nombre d’analfabetisme emocional. Davant aquesta situació, apareix la necessitat de formar les persones en l’educació emocional, una educació que ens ajuda a millorar el nostre benestar personal i social. Així doncs, podem constatar com l’educació emocional s’ha de posar en mans dels professionals de l’educació per posar-la en pràctica tant a l’escola com a les famílies.

Per treballar l’educació emocional no és suficient el fet que els docents tinguin una formació mínima i realitzin una xerrada als alumnes aprofitant qualque conflicte, sinó que per dur a terme una bona pràctica emocional aquesta s’ha de planificar. A més, si volem aconseguir un bon desenvolupament en les competències emocionals, aquestes s’han de treballar durant un llarg període i de manera continuada, ja que estem parlant d’uns fets essencials per a les nostres vides i si sols les veiem en moments puntuals, els alumnes no podran comprendre la gran necessitat que comporta aquest treball per a les seves vides.

Aquest treball ha servit per adonar-me’n que a la societat actual hi ha present una gran falta de conscienciació emocional. A les escoles, especialment els primers cicles, és cert que sempre treballen les emocions perquè els infants puguin comprendre i entendre millor els seus sentiments i emocions; però un cop els infants estan al segon cicle, aquests deixen de ser tan presents a les aules i sols són vists a moments particulars de conflictes, passant així les emocions a un segon pla, quan aquestes són essencials pel nostre desenvolupament com a persones. Per tant, veig elemental conscienciar els nostres alumnes de la gran importància del treball i del coneixement de les emocions, perquè aquests puguin transmetre’ls a les famílies i així aconseguir una societat cada cop més formada emocionalment.

Pel que fa als objectius fixats, penso que aquests han estat assolits, ja que han consistit en els pilars fonamentals del meu treball. Uns objectius que m’han fet reflexionar sobre el treball a realitzar. Per altra banda, he analitzat els dotze llibres sobre les emocions i els sentiments que, posteriorment, m’han ajudat a decidir com dur a terme la proposta didàctica especialitzada en el dol. Una proposta que, de primeres, ha estat un poc complicada, sobretot pensar com treballar un aspecte tan essencial per a les nostres vides, donant-li el valor que

requereix, però alhora tan oblidat al nostre dia a dia. Per tant, com a cloenda, puc afirmar que aquest treball s'ha realitzat complint els objectius proposats, oferint-nos així un material únic per poder ser posat en pràctica dintre d'una aula.

En síntesi, els àlbums il·lustrats són un gran mètode per treballar a les aules de les escoles, fent així un gran ús de la lectura i de la narració a més de practicar-les.

Una eina que hauria d'estar sempre present a les biblioteques del centre i d'aula per poder tenir-la accessible en tot moment. Amb aquest recurs, seria molt més espontani i natural treballar les emocions i els sentiments amb els infants. Per últim, és necessària la formació dels mestres en aquest tema, un contingut essencial per les nostres vides que necessita ser atès adequadament.

Arribats al final d'aquest treball, cal dir que és a partir de les escoles on s'ha de començar a treballar de manera adequada amb les emocions i els sentiments, deixant de banda les curtes explicacions a moments puntuals i obrint portes a noves planificacions i unitats didàctiques centrades a donar l'atenció necessària a les emocions i els sentiments, ja que sense elles no podríem arribar a desenvolupar-nos en plenitud com a éssers humans, i tan sols seríem persones buides.

**“L'EDUCACIÓ NO CANVIA EL MÓN, CANVIA A LES PERSONES QUE
CANVIARAN EL MÓN.”**

Paulo Freire

7. Annexos:

Annex 1:

(S'ofereixen dues caselles en blanc perquè el professor pugui anar observant detalladament la situació i establir la nota en funció de l'alumne i la situació en concret).

	Nivell Expert (4)	Nivell avançat (3)	Nivell aprenent (2)	Nivell novell (1)
Participació	Participa en tot moment en l'activitat.			No participa en cap moment.
Ha interactuat al debat	Ha interactuat al debat donant la seva opinió i expressant els seus sentiments i/o emocions.			No ha volgut interactuar cap vegada i per tant la seva actuació ha estat d'escolta.
Exposa idees de manera coherent i ordenada	Els esdeveniments que narra estan ben ordenats i són coherents.			No té present les formes d'exposar les idees.

Annex 2:

(S'ofereixen dues caselles en blanc perquè el professor pugui anar observant detalladament la situació i establir la nota en funció de l'alumne i la situació en concret).

	Nivell Expert (4)	Nivell avançat (3)	Nivell aprenent (2)	Nivell novell (1)
Participació	Participa en qualche moment i té una actitud positiva davant l'activitat.			No participa en cap moment i no consta d'una actitud positiva.
Respecte al torn de paraula	Respecte al torn de paraula en tot moment aixecant la			No respecte al torn de paraula i no aixeca la mà, parlant

	mà i parlant quan el professor li fa el pas.			així quan desitja sense cap norma.
Respecta les opinions dels companys	Escolta i respecta les opinions dels companys sense criticar-les o menysprear-les.			No escolta ni respecta les opinions dels companys, oposant-se a elles provocant així discussions.
Utilitza habilitats d'escolta amb empatia	Escolta els companys mitjançant un pensament de perspectiva.			No escolta els companys ni empatitza amb les respostes dels altres.
Expressa els sentiments i les emocions mitjançant el llenguatge verbal	Expressa adequadament els seus sentiments i les seves emocions utilitzant de manera correcta el llenguatge verbal.			No expressa els sentiments i les emocions mitjançant el llenguatge.

Annex 3:

(S'ofereixen dues caselles en blanc perquè el professor pugui anar observant detalladament la situació i establir la nota en funció de l'alumne i la situació en concret).

	Nivell Expert (4)	Nivell avançat (3)	Nivell aprenent (2)	Nivell novell (1)
Participació	Ha participat en les dues activitats.			No ha participat en cap activitat
Treball en grup	Ha sabut treballar en grup.			No ha treballat adequadament en grup.

Respecta les opinions dels companys	Llegeix, escolta i respecta les opinions dels companys sense criticar-les o menysprear-les.			No escolta ni respecta les opinions dels companys, oposant-se a elles provocant així discussions.
Expressa sentiments, emocions i opinions.	Expressa sentiments, emocions i opinions amb el llenguatge no verbal.			No expressa els seus sentiments i les seves emocions i sols fa el que els altres fan, sense dedicar-se a ell mateix.
Exposa, narra i descriu idees de manera coherent i ordenada.	Exposa les seves idees i les explica ordenadament.			No exposa les seves idees.

Annex 4:

(S'ofereixen dues caselles en blanc perquè el professor pugui anar observant detalladament la situació i establir la nota en funció de l'alumne i la situació en concret).

	Nivell Expert (4)	Nivell avançat (3)	Nivell aprenent (2)	Nivell novell (1)
Participació	Ha participat en l'activitat.			No ha participat en l'activitat
Comportament	Ha llegit de manera independent i en silenci i posteriorment, ha dut a terme la segona activitat sense molestar els companys.			Ha llegit molestant els altres i no els ha deixat concentrar.

Annex 5:

(S'ofereixen dues caselles en blanc perquè el professor pugui anar observant detalladament la situació i establir la nota en funció de l'alumne i la situació en concret).

	Nivell Expert (4)	Nivell avançat (3)	Nivell aprenent (2)	Nivell novell (1)
Comportament	S'ha comportat durant la visualització de la pel·lícula deixant així que els seus companys la puguin escoltar.			No ha permès que els seus companys escoltessin la pel·lícula, ja que el seu comportament no era adequat.

8. Referències bibliogràfiques

8.1. Fonament teòric

- Alvarez González, M., Bisquerra Alzina, R., Filella, G., Fita, E., Martínez-Olmo, F., & Pérez Escoda, N. 2001. <<Diseño y evaluación de programas de educación emocional>> *Estudios sobre Educación* 5. 273–274. Extret de: <https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/9208/1/Ea.pdf>
- Autoestima*, *enciclopèdia.cat*. Enciclopedia.cat. [online] (2021). Extret de: <https://www.enciclopedia.cat/ec-gdlc-e00164209.xml> [consulta: 09/4/2021].
- Amistat*, *enciclopèdia.cat*. Enciclopedia.cat. [online] (2021). Extret de: <https://www.enciclopedia.cat/ec-gdlc-e00007580.xml> [consulta: 09/4/2021].
- Amor*, *enciclopèdia.cat*. Enciclopedia.cat. [online] (2021). Extret de: <https://www.enciclopedia.cat/ec-gdlc-e00007702.xml> [consulta: 09/4/2021].
- Armando Corbin, J. (sense data). <<Los 8 tipos de emociones (clasificación y descripción)>>. *Psicología y mente*. [online] Extret de: <https://psicologiaymente.com/psicologia/tipos-de-emociones> [consulta: 29/3/2021].
- Belli, S., & Íñiguez-Rueda, L. 2008. <<El estudio psicosocial de las emociones: una revisión y discusión de la investigación actual>>. *Psico* 39(2). 139–151. Extret de: <https://core.ac.uk/download/pdf/132084624.pdf>
- Bisquerra Alzina, R. 2003. <<Educación emocional y competencias básicas para la vida>>. *Revista de Investigación Educativa* 21(1). 7–43. Extret de: <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Bisquerra Alzina, R. 2012. <<Educación emocional>>. *Padres Y Maestros / Journal of Parents and Teachers* 337. 5-8. Extret de: <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/272>
- Bisquerra Alzina, R. 2006. <<Orientación psicopedagógica y educación emocional>>. *Estudios Sobre Educación* 11. 9–25. Extret de: <https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/9208/1/Ea.pdf>
- Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. 2012. <<Educación emocional: Estrategias para su puesta en pràctica>>. *Avances En Supervisión Educativa* 16. 1–11. Extret de: <https://avances.adide.org/index.php/ase/article/view/502>
- Cano-Vindel, A. 1995. *Orientaciones en el estudio de la emoción*. En E. G. Fernández – Abascal (Ed.), *Manual de Motivación y Emoción*. 337 – 383. Madrid: Editorial Centro de Estudios Ramón Areces. Extret de: https://www.researchgate.net/publication/257941649_Orientaciones_en_el_estudio_de_la_emocion

- Dol*, *enciclopèdia.cat*. Enciclopedia.cat. [online] (2021). Extret de: <https://www.enciclopedia.cat/ec-gec-0176652.xml> [consulta: 09/4/2021].
- Emoció*, *enciclopèdia.cat*. Enciclopedia.cat. [online] (2021). Extret de: <https://www.enciclopedia.cat/ec-gec-0101257.xml> [consulta: 22/3/2021].
- Emoción*. Etimologías de Chile - Diccionario que explica el origen de las palabras. (2021). Extret de: <http://etimologias.dechile.net/?emocio.n>. [consulta: 22/3/2021].
- Equip del “Sigues tu”. (2020). Maneig dels sentiments i les emocions. *Sigues tu. Eines i actius per a la salut*. Extret de: <https://www.siguestu.cat/pujades/files/Resum%20maneig%20emocions%20i%20sentiments.pdf>
- Fominaya, C. 2014. << Una persona no puede sobrevivir sin contacto físico >>. *ABC*. <https://gt.transdoc.com/articulos/opinion/Una-persona-no-puede-sobrevivir-sin-contacto-fisico/36477>
- Grado, A. 2014. <<Entrevista a Rafael Bisquerra>>. *Revista Convives* 6, 70 – 78. Extret de: <https://convivesenlaescuela.blogspot.com/2014/05/entrevista-rafael-bisquerra.html>
- Guedes Gondim, S. M., & Álvaro Estramiana, J. L. 2010. <<Naturaleza y cultura en el estudio de las emociones>>. *Revista Española de Sociología* 13. Extret de: <https://recyt.fecyt.es/index.php/res/article/view/65164>
- López Cassà, É. 2005. <<La educación emocional en la educación infantil>>. *Revista Interuniversitaria de Formación Del Profesorado* 19(3). 153–167. Extret de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927009>
- Russek, S. 2007. ¿Para que sirven las emociones “negativas”? *Crecimiento y Bienestar emocional*. <https://www.crecimiento-y-bienestar-emocional.com/importancia-emociones.html#:~:text=Las%20emociones%20o%20sentimientos%2C%20son,entender%20muchas%20de%20nuestras%20conductas>.
- Segura et al. 2010. Habilidads socials. *Serveis socioculturals i a la comunitat. CFGS – Educació Infantil*. Extret de: <https://ioc.xtec.cat/materials/FP/Materials/1752 EDI/EDI 1752 M08/web/html/WebContent/u2/a1/continguts.html>
- Sense autor. Les emocions. *Asociación Española Contra el Cáncer*. Extret de: <https://www.aecc.es/sites/default/files/migration/actualidad/publicaciones/documentos/les-emocions.pdf>

Sentiment, *enciclopèdia.cat*. (2021). Enciclopedia.cat. [online]. Extret de: <https://www.enciclopedia.cat/ec-gdlc-e00123364.xml> [consulta: 22/3/2021].

8.2. Contes i llibres escollits per a treballar

Aguilar, Luisa & Neves, André (2008). *Orelles de papallona*. Sevilla. Kalandraka.

Brenifier, Oscar (2004). *Què són els sentiments?* Barcelona. Edebé.

Cali, Davide & Cantone, Anna Laura (2012). *¿Qué es el amor?* Zaragoza. Edelvives.

Durant, Alan & Gliori, Debi (2003). *Per sempre més*. Barcelona. Timun Mas.

Gliori, Debi (2000). *T'estimaré sempre*. Barcelona. Timun Mas.

Isern, Susanna (2016). *El emociómetro del inspector Drilo. Identifica, mide y regula tus emociones*. China. NubeOcho.

Lewis, Rose (2000). *T'estimo amb bogeria*. Barcelona. Serres..

Llenas, Anna (2015). *El buit*. Albolote. Barbara Fiore editora.

Llenas, Anna (2015). *Te quiero (casi siempre)*. Barcelona. Espasa.

McBratney, S (1994). *Endevina com t'estimo*. Madrid. Kókinos.

Pereira, Cristina Núñez & Valcárcel, Rafael R. Valcárcel (2016). *L'art d'emocionar-te. Explora les teves emocions*. Barcelona. Nube de tinta.

Reguera, Raquel Díaz (2017). *Quan les nenes volen alt*. Barcelona. Lumen.

Reguera, Raquel Díaz 2016. *Yo voy conmigo*. Barcelona. Thule.

Sales Amil, Gemma (il·lustració) (2002). *Els bons amics*. Conte tradicional Xinés. Barcelona. Tusitala.

Sarah, Linda & Davies, Benji (2016). *Grandes amigos*. Valencia. Andana.

Wilhelm, Hans (1985). *Jo sempre t'estimaré*. Barcelona . Editorial Joventut.

Witek, Jo (2014). *Así es mi corazón*. Madrid. Cubilete.

8.3. Referent pràctic

ComunidadBaratz. 2017. *20 razones por las que la lectura es importante para nuestras vidas*. Comunidad Baratz. Extret de: <https://www.comunidadbaratz.com/blog/20-razones-por-las-que-la-lectura-es-importante-para-nuestras-vidas/#:~:text=Nos%20permite%20conectar%20y%20ponernos,%2C%20miedo%2C%20sorpresa%2C%20amor%E2%80%A6> [consulta: 10/04/2021]

Sense autor. 2021. *Significat d'amistat (què és, concepte i definició) – Expressions - 2021*. Ca.encyclopedia. Extret de: <https://ca.encyclopedia-titanica.com/significado-de-amistad> [consulta: 10/04/2021]

8.4. Conclusions

Bisquerra, R. & Pérez, N. (sense data). *Importància i necessitat de l'educació emocional a la infància i l'adolescència*. Extret de: <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/rafel-i-nuria.pdf>