



**Universitat de les
Illes Balears**

Facultat d'Educació

Memòria del Treball de Fi de Grau

**El paper de les emocions en l'Educació Primària.
Intel·ligència emocional i educació emocional.**

Laura Pujol Rosillo

Grau d'Educació Primària

Any acadèmic 2021-22

DNI de l'alumne: 41540933N

Treball tutelat per María Teresa Adame Obrador
Departament de Pedagogia Aplicada i Psicologia de l'Educació

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

Paraules clau del treball: emocions, educació emocional, intel·ligència emocional, educació primària.

Índex

1. Introducció	3
2. Objectius	4
3. Disseny metodològic	5
3.1 Fonts documentals	5
4. Fonamentació teòrica	5
4.1 Concepte d'emoció	5
4.1.1 Què és una emoció?	6
4.1.2 Funcionament de les emocions	7
4.2 La intel·ligència emocional	7
4.2.1 Evolució del terme intel·ligència	7
4.2.2 Intel·ligències múltiples	8
4.2.3 Origen i recorregut del terme intel·ligència emocional	11
4.2.3.1 Models d'intel·ligència emocional.	13
4.3 Educació emocional	18
4.3.1 La importància d'una educació basada en les emocions	18
4.3.2 La importància del paper docent dins el desenvolupament de l'educació emocional	21
4.3.3 L'educació emocional dins el currículum de les Illes Balears i el PAT	25
5. Proposta d'intervenció didàctica	33
5.1 Introducció	33
5.2 Objectius	34
5.3 Continguts	34
5.4 Competències	35
5.5 Metodologia	35
5.6 Temporalització	36
5.7 Activitats	37
5.7.1 Primer cicle	38
5.7.2 Segon cicle	39
5.7.3 Tercer cicle	41
6. Conclusions	42
7. Bibliografia	45
8. Annexos	50

1. Introducció

Les emocions formen part de nosaltres mateixos des del moment en què naixem. A més, juguen un paper fonamental dins les nostres vides, ja que ens ajuden a mostrar el nostre món interior, a conèixer-nos profundament, a entendre tant les nostres conductes com les dels altres, a dirigir els nostres comportaments i a adaptar-nos al context en què vivim.

Aquestes són fàcils de reconèixer, però saber tractar-les i gestionar-les, tant individualment com socialment, és una tasca més complexa. Un bon desenvolupament emocional ajuda a sentir-te bé amb tu mateix i també amb els altres. Així doncs, és necessari potenciar un bon desenvolupament emocional dins un escenari ric en experiències i situacions. Per aquest motiu, trob rellevant analitzar en profunditat la importància que tenen les emocions i el paper que juga la intel·ligència emocional (posteriorment IE) el dia d'avui al sistema educatiu.

En l'actualitat, veiem que els infants són incapaços de gestionar les seves emocions. Per tant, és important que aquests rebin una educació emocional en tots els àmbits de la seva vida. No obstant això, en el present treball, tan sols es desenvoluparà el paper que té el docent en aquest procés educatiu per aconseguir el desenvolupament integral de la persona, en concret durant l'etapa d'Educació Primària.

L'escola no ha de ser un àmbit on es treballi exclusivament la intel·ligència pròpiament intel·lectual, sinó també aquella que pretén desplegar el coneixement dels sentiments i emocions, és a dir, la intel·ligència emocional. Així doncs, l'educació emocional juga, per tant, un paper fonamental.

El que es pretén demostrar és que hi ha una relació intrínseca entre les emocions i l'aprenentatge, ja que l'alumnat que sap gestionar les seves emocions correctament té més confiança en si mateix i més probabilitats d'obtenir l'èxit escolar. L'objectiu de potenciar aquesta educació és fomentar el desenvolupament de la IE des d'edats primerenques per aconseguir que aquesta intel·ligència perduri durant tota la vida.

D'aquesta manera, la principal raó d'elecció d'aquest tema és la importància que té el desenvolupament emocional dels infants i el poc pes que té aquest actualment a les escoles. Autors com Bisquerra (s.d.), constaten la gran quantitat d'efectes positius que té el treball de l'educació emocional, com per exemple:

- Augment de les habilitats socials i de les relacions interpersonals satisfactòries.
- Disminució de pensaments autodestructius, millora de l'autoestima.
- Disminució en l'índex de violència i agressions.
- Menor conducta antisocial o socialment desordenada.
- Millora del rendiment acadèmic.
- Millor adaptació escolar, social i familiar.
- Disminució de la tristesa i simptomatologia depressiva.
- Disminució de l'ansietat i l'estrès.

Així doncs, les anteriors raons em fan decantar per un tema del qual oferiré un ampli aprofundiment teòric acompanyat de possibles propostes per afavorir el desenvolupament emocional dels infants.

2. Objectius

Els objectius que té el present Treball de Fi de Grau són els següents:

1. Analitzar en profunditat el concepte d'emoció i el paper que té dins les nostres vides.
2. Analitzar i revisar les aportacions teòriques relacionades amb la intel·ligència emocional i l'educació emocional.
3. Revisar com es treballa l'educació emocional actualment dins el nostre sistema educatiu.
4. Valorar la importància del desenvolupament emocional per aconseguir un desenvolupament integral dels infants.

5. Dissenyar un projecte d'intervenció educativa didàctic per treballar la IE a l'etapa d'Educació Primària.
6. Afavorir el desenvolupament emocional de l'alumnat d'Educació Primària.

3. Disseny metodològic

El present treball de fi de grau pretén demostrar la importància de la intel·ligència emocional i afavorir el seu desenvolupament durant l'etapa d'Educació Primària. Per aconseguir-ho, primer es presenta una fonamentació teòrica recolzada en l'opinió de diversos autors que debaten sobre el tema. Després d'exposar teòricament els tres temes bàsics: emocions, intel·ligència emocional i educació emocional, es presenta una proposta d'intervenció didàctica que recull una sèrie de sessions per tal d'afavorir el desenvolupament de la IE dins l'aula d'Educació Primària. Finalment, s'expliciten les conclusions i una síntesi dels aspectes més rellevants del treball.

Cal tenir en compte que, malgrat s'utilitza el masculí com a genèric al llarg del treball, no vol dir que no es tingui en compte la fórmula de gènere.

3.1 Fonts documentals

Per tal de dur a iniciar el desenvolupament del present Treball de Fi de Grau, s'ha seguit un procés documental a l'hora de fer una recerca de diferents documents. Aquest procés es mostra a l'annex 1.

4. Fonamentació teòrica

4.1 Concepte d'emoció

Per comprendre el vertader sentit d'intel·ligència emocional d'una manera més significativa, cal entendre, primer, que vol dir d'un dels termes que més s'hi relacionen: l'emoció.

4.1.1 Què és una emoció?

Partint del significat etimològic de la paraula, emoció ve del llatí *emotio, emotionis*. Aquest nom deriva del verb *emovere*, que vol dir fer moure alguna cosa de qualque lloc. És per aquest motiu que les emocions ens fan moure del nostre estat anímic habitual. A partir d'aquesta anàlisi etimològica, es recolliran algunes definicions del terme.

En primer lloc, el que ens diu el diccionari de la *Real Academia Española* sobre el concepte emoció és que és “una alteració del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”.

En canvi, a continuació, es recopilaran algunes de les definicions que els autors especialitzats en la matèria ens aporten. Aleshores, Bisquerra (2016) afirma que “las emociones son respuestas complejas del organismo que conviene conocer y gestionar de forma apropiada” (p.37). Relacionada amb aquesta aportació, tenim una altra definició que afirma que “una emoción es una reacción compleja del organismo, que se entiende mejor cuando podemos pensar en alguna emoción fuerte que hayamos experimentado.” (Pérez, García i Bisquerra, 2015, p.113).

Per tant, el que podem veure és que les emocions són respostes que experimentam davant certes situacions i que, per consegüent, hem de saber gestionar-les. Aquesta idea es veu sostinguda per l'aportació de Goleman (1995, p.19), que afirma el següent: “todas las emociones son, en esencia, impulsos que nos llevan a actuar, programas de reacción automática con los que nos ha dotado la evolución”. D'altra banda, Reeve (2010) assegura que “las emociones son fenómenos subjetivos, fisiológicos, funcionales y expresivos de corta duración que nos preparan a reaccionar en forma adaptativa a los sucesos importantes de nuestras vidas” (p.7). Així doncs, hi ha diverses idees que es repeteixen a les definicions, com per exemple, que són reaccions de curta durada que experimenta el nostre organisme.

Altres autors ens proporcionen una altra visió del terme, ja que entren dins la classificació de les emocions. Espigares (2009), classifica les emocions en tres grups: personals (fan referència al mateix individu), socials (se centren en la compenetració amb

els altres) i espirituals i estètics (es basen en necessitats més elevades). D'altra banda, les emocions es poden classificar també en dos grans grups. Primer de tot, si l'esdeveniment que protagonitzam ens produeix una sensació de benestar, podem xerrar d'emocions positives. Ara bé, si té lloc el contrari, són negatives. Cal deixar clar que no hem de confondre aquesta classificació amb emocions bones i dolentes, ja que totes les emocions són bones i necessàries (Bisquerra, 2016). Aquesta darrera reflexió ve recolzada per l'aportació de García, Valenzuela i Miranda (2012): "las emociones son parte fundamental de lo que somos, de lo que hacemos y de nuestra relación con los demás" (p.9).

4.1.2 Funcionament de les emocions

Com tota resposta que genera el nostre organisme, les emocions sorgeixen d'un procés en concret que Bisquerra (2003) descriu de la següent manera. Primer, té lloc un esdeveniment, que és una experiència que se'ns presenta, i aquesta pot ser externa o interna. D'aquesta situació sorgeix una valoració immediata, que consisteix a determinar si aquesta situació és positiva i negativa, a més de veure quins recursos té la persona per afrontar-la. D'altra banda, Bisquerra (2003) posa èmfasi en el fet que les emocions es generen de manera innata i involuntària en un curt període de temps, ja que si no estam parlant de sentiments o estats d'ànim.

4.2 La intel·ligència emocional

4.2.1 Evolució del terme intel·ligència

Resulta imprescindible analitzar el recorregut que ha tengut el terme intel·ligència des de les seves primeres concepcions fins a la idea que es té actualment del seu significat. L'evolució és evident, i ve recollida a partir de les següents aportacions.

En primer lloc, les primeres nocions del terme intel·ligència pertanyen al temps dels grecs. Aquests definien el concepte com allò que tenim les persones dins les nostres ments (Villamizar i Donoso, 2013). No obstant això, els primers estudis que es realitzen pròpiament sobre la intel·ligència tenen lloc durant el segle XIX amb autors com Broca, Galton i Wundt (Couñago, 2020).

Tanmateix, no va ser fins al segle XX que es produïren rellevants progressos tant en l'àmbit teòric com a escala pràctica, és a dir, la mesura de la intel·ligència (Delgado, 1995). És en aquest moment, que es comencen a desenvolupar els tests per mesurar les capacitats mentals, i hi trobam dues figures representatives (Couñago, 2020): Binet i Stern.

Les investigacions sobre intel·ligència que es fan fins al moment se centren més en la recerca d'eines per mesurar-la, en lloc d'aprofundir més en la seva conceptualització (Salmerón, 2002). Per tant, encara que es van produint avanços, veiem que fins a aquest moment el terme intel·ligència només fa referència a un terme quantificable i poc ampli, ja que es basa en l'estudi de limitades àrees i amb la finalitat de mesurar-la sense anar més enllà. Salmerón (2002) afirma que fins als anys setanta, només es va posar èmfasi en el component cognitiu de la intel·ligència.

Seguint amb l'evolució, durant el segle XX es continuen fent estudis. Es distingeixen diferents perspectives d'estudi (Delgado, 1995), com la cognitiva (processament mental de la informació), la genètica (component hereditari) i factorial (diverses capacitats).

Aleshores, es veu que cada vegada es dóna una visió més ampla del concepte. Tanmateix, no és fins a finals del segle XX que sorgeix una nova percepció del concepte d'intel·ligència amb les teories de les intel·ligències múltiples que es recopilaran al següent apartat.

Aquesta situació va provocar que es produís un gran esclat de definicions, fet que ha causat que no s'arribi a un acord en relació amb què és considerada realment intel·ligència (Villamizar i Donoso, 2013). No obstant això, la reflexió final és que la percepció que es té del concepte intel·ligència és que és una habilitat que engloba diverses subhabilitats.

4.2.2 Intel·ligències múltiples

Després d'analitzar el recorregut que ha tengut el terme "intel·ligència", fins al moment, veiem que la visió que es té del concepte és molt tancada, ja que es parla només d'una intel·ligència quantificable i genèrica. Aquesta percepció no canvia fins a l'aparició de

les teories de les intel·ligències múltiples, que proposen l'existència de diversos models d'intel·ligència. Per tant, el terme esdevé més complex i desenvolupat. Existeixen diverses teories, però en destacam les tres més rellevants.

En primer lloc, tenim el model de les múltiples intel·ligències de Elaine De Beauport. Aquesta educadora, a través de la seva publicació 'The Three Faces of Mind: Developing Your Mental, Emotional, and Behavioral Intelligences' (1992), va proposar un model d'intel·ligència múltiple basat en l'estructura triple del cervell. Les intel·ligències encarregades del desenvolupament creatiu, lògic i analític es troben a la neocorça. D'altra banda, aquelles que controlen els processos emocionals, afectius i motivacionals les ubicam al sistema límbic. Finalment, al cervell reptilià trobam aquelles intel·ligències que tenen com a funció el control dels costums i les rutines (Villamizar i Donoso, 2013).

A continuació, trobam el model d'intel·ligències múltiples triàrquica de Robert Sternberg. A través de la seva publicació de l'any 1985 'Beyond IQ: A Triarchic Theory of Intelligence', proposa un model d'intel·ligències múltiples que defensa que existeixen tres intel·ligències: componencial, experiencial, i contextual. La primera fa referència al processament d'informació i concorda amb l'acadèmica. A més, és mesurable a través dels tests. En segon lloc, l'experiencial al·ludeix a tots els aspectes relacionats amb la creativitat i l'eficiència davant noves experiències (Villamizar i Donoso, 2013). Finalment, la tercera es basa en les relacions amb el món exterior.

En darrer lloc, cal considerar de manera rellevant la teoria de les intel·ligències múltiples de Howard Gardner. Aquesta és la teoria més coneguda de totes i la qual analitzarem amb més profunditat. Va publicar la seva obra 'Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences' l'any 1983. És a dir, abans que les dues teories anteriorment esmentades. Armstrong (2014) constata que, davant la limitada percepció que s'havia tingut fins al moment del concepte "intel·ligència", Gardner va plantejar un model basat en, inicialment, set intel·ligències, encara que posteriorment en va afegir una vuitena i va parlar de la possibilitat d'una novena. L'autor tenia com a objectiu posar fi a la bàsica definició que s'havia donat del terme, sense atendre només al concepte de coeficient intel·lectual. Abans

d'entrar a analitzar cada una de les intel·ligències proposades per l'autor, cal entendre quina és la idea que té sobre el terme. Aleshores, la intel·ligència és:

En esencia, una inteligencia es un potencial biopsicológico que posee nuestra especie para procesar ciertos tipos de información de unas maneras determinadas. En consecuencia, supone unos procesos realizados por unas redes neurales especializadas. Es indudable que cada una de las inteligencias tiene sus propios procesos neurales y que la mayoría de ellos son similares en todos los seres humanos, aunque algunos pueden estar más personalizados en ciertos individuos. (Gardner, 2001, pp.74-75)

El que podem concloure d'aquesta percepció que té l'autor sobre el concepte, és que totes les persones tenen, de manera natural, cada una de les intel·ligències, però no en el mateix grau de desenvolupament. A continuació, es presenten les set primeres intel·ligències d'acord amb les idees que recull Gardner (1995) i l'explicació de les cinc primeres es veu reflectida a l'annex 2. S'explicaran la interpersonal i la intrapersonal a causa de la importància que tenen en relació amb les emocions.

- Intel·ligència musical.
- Intel·ligència cinètico-corporal.
- Intel·ligència lògico-matemàtica.
- Intel·ligència lingüística.
- Intel·ligència espacial.
- Intel·ligència interpersonal. L'empatia juga un paper essencial dins aquesta

intel·ligència, ja que es refereix a l'habilitat de conèixer els estats d'ànims, les motivacions, els sentiments, entre altres, dels altres. Villamizar i Donoso (2013) afirmen que és la capacitat per comprendre les accions dels altres. A més, Armstrong (2014) afegeix que no només cal interpretar els senyals, sinó que hem de ser capaços de respondre-les eficaçment.

- Intel·ligència intrapersonal. Definim aquesra intel·ligència com el coneixement del nostre món interior. Amb altres paraules, és la capacitat d'endinsar-nos en

la nostra vida emocional i interpretar-la i gestionar-la correctament. Villamizar i Donoso (2013) la defineixen com l'habilitat de comprendre's a un mateix, mentre que Armostrong (2014) enumera alguns factors que hi tenen rellevància, com l'autoestima, l'autocomprensió, els desitjos i motivacions interiors, l'estat d'ànim, entre altres.

Tal com s'ha esmentat amb anterioritat, l'autor fa afegir una intel·ligència més (la naturalista) a la seva teoria que veim reflectida a la seva obra 'Intelligence Reframed: Multiple Intelligences for the 21st Century' (1999). Així doncs, aquesta es presenta també a l'annex 2.

Pel que fa a la possible novena intel·ligència, l'autor introdueix la intel·ligència espiritual o existencial, però a causa de la distància que té aquesta amb la resta d'intel·ligències, és millor no incloure-la a la seva teoria (Gardner, 2001).

És important remarcar que les teories que hem analitzat amb anterioritat tenen un altre punt en comú que és d'especial rellevància en aquest treball. Totes elles comparteixen l'existència d'una intel·ligència que es relaciona directament amb la part emocional de les persones. Elaine de Beauport proposa que aquesta intel·ligència es troba al sistema límbic, mentre que Sternberg fa referència a les emocions, encara que d'una manera més mínima, amb la intel·ligència experiencial. Finalment, Gardner suggereix dues intel·ligències implicades en el món emocional: la interpersonal i la intrapersonal. D'aquesta manera, veiem que les emocions juguen un paper fonamental dins les nostres vides. Per aquest motiu, a continuació ens centrarem en la intel·ligència denominada emocional.

4.2.3 Origen i recorregut del terme intel·ligència emocional

Entre la concepció del terme intel·ligència que hem analitzat anteriorment i l'aparició del concepte d'intel·ligència emocional hi ha una diferència temporal. Tal com hem vist, al principi es tenia una concepció del terme intel·ligència bastant tancada. No obstant això, després sorgeix cert interès per l'amplitud d'aquest i es proposen noves teories que rompen amb l'antic esquema. Es comença a posar atenció a altres tipus d'intel·ligències, tal com proposen els autors de les teories de les intel·ligències múltiples. És aquí quan les

emocions comencen a tenir cert protagonisme, però encara no trobam una unió explícita entre intel·ligència i emocions. Aquesta situació canvia quan alguns autors comencen a parlar d'intel·ligència emocional pròpiament dita.

Segons Bisquerra (s.d.), el primer article científic que trobam sobre IE és el de Salovey i Mayer (1990), amb el títol *Emotional Intelligence*. Aquests autors varen definir el concepte com “la capacidad para supervisar los sentimientos y las emociones de uno/a mismo/a y de los demás, de discriminar entre ellos y de usar esta información para la orientación de la acción y el pensamiento propios” (Salovey i Mayer, 1990, p.189). El que podem veure d'aquesta definició és que es basa en les dues intel·ligències de Gardner que fan referència a les emocions: la interpersonal i la intrapersonal. A més, més endavant varen ampliar la seva definició:

La inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valor y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual (Salovey i Mayer, 1997, citats per Bisquerra, s.d.).

D'altra banda, l'any 1994 es va fundar el CASEL (Consortium for the Advancement of Social and Emotional Learning) als Estats Units, una organització amb l'objectiu de desenvolupar i fomentar l'educació emocional i social (Bisquerra, s.d.), la qual compta amb Daniel Goleman com a un dels fundadors, autor d'especial importància en el món de la intel·ligència emocional i del qual parlarem a continuació.

Malgrat això, aquesta primera difusió de la IE no va tenir gaire repercussió fins que l'any 1995 el psicòleg i periodista Daniel Goleman va publicar la seva obra “La intel·ligència emocional” (Pérez i Castejón, 2006). En aquest moment, el concepte va tenir gran difusió internacionalment i l'autor va declarar que va basar el seu treball en el de Salovey i Mayer (Bisquerra, s.d.). Cal destacar que l'obra de Goleman es tracta d'una reacció contra la postura elitista en relació amb la intel·ligència que es veu plasmada a una obra que va tenir gran impacte social: *The Bell Curve* (Herrnstein i Murray, 1994). Aquesta obra, tal com

afirma Bisquerra (s.d.), defensava l'enfocament elitista de la intel·ligència. S'afirmava que era un factor que depenia de la superació dels tests de CI i de les classes socials. A més, s'exposava la idea que la intel·ligència era innata i, per tant, que les persones poc intel·ligents tendeixen a formar part de les classes més baixes. Així doncs, Goleman va reaccionar amb la seva publicació amb el concepte d'EQ (emotional quotient, traduït com a quocient emocional) en contraposició del CI. Va tomar la seva postura igualitària en relació amb la intel·ligència i la IE. És a dir, va destacar la importància de la IE per damunt del CI, per així aconseguir l'èxit no només professional, sinó també personal (Pérez i Castejón, 2006). Aquesta idea ve recolzada per l'afirmació de Contini (2005) quan diu "es frecuente observar sujetos con elevado CI que tienen dificultades en su desempeño en la vida diaria, mientras que otros, de CI modesto lo hacen sorprendentemente bien." (p.3).

Goleman (1995) assenyala que el CI aporta un 20% a l'èxit en la vida, mentre que el EQ un 80%, ja que la IE aporta factors essencials com l'autodomini, la motivació, la regulació d'emocions, l'empatia, entre altres (Contini, 2005). D'aquesta manera, Goleman (1995) va remarcar que la IE "capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones".

Per tant, el que cal remarcar és que la intel·ligència acadèmica pot proporcionar èxit en el rendiment escolar, però no en la vida quotidiana, ja que deixa de banda aspectes que són rellevants.

Posteriorment a aquestes aportacions, diversos autors han continuat desenvolupant el concepte d'IE tant al segle XX com al XIX. Una de les obres a destacar, per exemple, és la de Salovey i Sluyter (1997) on introdueixen el concepte des de la perspectiva educativa, la qual analitzarem més endavant.

4.2.3.1 Models d'intel·ligència emocional.

Hem de distingir dos models d'IE, ja que existeixen dues maneres d'entendre el concepte: el model de les habilitats i el model mixt de la intel·ligència emocional. A més, també analitzarem la recent aportació de Rafael Bisquerra, autor representatiu nacionalment

en relació amb la intel·ligència emocional i, sobretot, amb l'educació emocional. Els dos primers models s'analitzaran d'acord amb les aportacions de Contini (2005):

· **Model de les habilitats (Mayer i Salovey)**

La idea principal d'aquest model és que la IE està formada per un conjunt d'habilitats que no es relacionen amb la personalitat de l'individu. Per tant, la IE es fonamenta en diverses habilitats cognitives. És rellevant entendre que 'habilitat' fa referència a un fet que podem treballar i reforçar per tal de millorar-lo. Aquesta serà la diferència entre aquest model i el que introduïrem en segon lloc.

Els representants d'aquest model són, com a principals figures, Mayer i Salovey. Aleshores, la vinculació entre emoció i intel·ligència a través de les habilitats és evident segons l'aportació de Mayer i Salovey i Caruso (2000), citats per Contini (2005):

La IE se refiere a la habilidad para percibir y expresar emociones con precisión, para conocerlas y comprenderlas; habilidad para emplear los sentimientos, de tal modo que faciliten el pensamiento; habilidad para reconocer el significado de las emociones y capacidad para razonar y solucionar problemas sobre la base de aquellas. (p.8).

Aquests autors, com veiem, ens ofereixen una visió de la IE molt ampla, atenent a diferents factors i habilitats. D'aquesta manera, fan una distinció de quatre aspectes ordenats des d'un nivell més inicial, fins a un més complex, quan parlen d'aquestes habilitats emocionals (Contini, 2005):

1) Percepció i expressió de les emocions. Aquesta habilitat permet reconèixer les mateixes emocions i les dels altres. Donen especial importància al fet de saber reconèixer les expressions facials i corporals, el to de veu... Bisquerra (s.d.) afegeix la capacitat de diferenciar entre expressions precises i imprecises, honestes i deshonestes. Per una banda, saber valorar les emocions dels altres resulta la base de la interacció social. D'altra, saber valorar les pròpies, segons Goleman, es diu metahumor; però Salovey prefereix el terme self-awareness (consciència d'un mateix).

2) Ús de les emocions per facilitar el pensament. Es refereix a saber emprar les emocions per resoldre problemes i prendre decisions. És una habilitat que permet dirigir l'atenció a la informació rellevant i atendre correctament el pensament (Bisquerra, s.d.).

3) Comprensió i anàlisi de les emocions. Es basa, principalment, en saber reconèixer i discriminar les emocions per poder actuar correctament. Hem de saber, també, que les emocions es relacionen entre elles, ja que això facilita l'autocomprensió i l'autoconeixement.

4) Maneig de les emocions. Fa referència al maneig i regulació de les emocions d'un mateix i dels altres. No només es tracta de percebre-les, sinó de conèixer-les i saber regular-les per actuar davant qualsevol situació de la vida. També es refereix a la capacitat de controlar i regular les emocions dels altres.

Després d'analitzar aquests quatre nivells, podem veure que estan organitzats d'una manera jeràrquica i que, per tant, conformen un procés. Amb altres paraules, si volem assolir el quart nivell, és necessari superar els altres. D'aquesta manera, som intel·ligents emocionalment segons aquest model.

· **Model mixt de la intel·ligència emocional (Goleman i Bar-On)**

A diferència del model anteriorment analitzat, aquest defensa que la IE no només es fonamenta en diverses habilitats cognitives, sinó que les característiques personals juguen un paper fonamental també. És a dir, existeix una mescla entre les habilitats de la IE i els trets que formen part de la personalitat.

Els autors que defensen aquest model són Goleman i Bar-On. Resulta imprescindible conèixer quina visió tenen aquests dos autors en relació amb la intel·ligència emocional i els factors personals. Per això, es presenta la següent taula.

Taula 1

COMPARACIÓ DELS MODELS DE GOLEMAN I BAR-ON SOBRE INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

Model	Goleman (1995)	Bar-On (2006)
Concepte	<p>“¿Qué factores entran en juego, por ejemplo, cuando personas con un elevado CI no saben qué hacer mientras que otras, con un modesto, o incluso con un bajo CI, lo hacen sorprendentemente bien? Mi tesis es que esta diferencia radica con mucha frecuencia en el conjunto de habilidades que hemos dado en llamar inteligencia emocional, habilidades entre las que destacan el autocontrol, el entusiasmo, la perseverancia y la capacidad para motivarse a uno mismo” (p.9)</p>	<p>“Emotional-social intelligence is a crosssection of interrelated emotional and social competencies, skills and facilitators that determine how effectively we understand and express ourselves, understand others and relate with them, and cope with daily demands.” (p.3)</p>
Visió	<p>Goleman deixa de banda el CI, per introduir que les habilitats personals de cada individu juguen un paper fonamental.</p>	<p>L'autor, quan parla d'IE, afirma que és un conjunt entre competències, habilitats i facilitadors. Per tant, corrobora el que Goleman afirma.</p>
Dimensions o components	<p>Segons Bisquerra (s.d.):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Autoconsciència. Conèixer i ser conscient de les teves emocions. ● Autoregulació. Regular i fer un maneig correcte de les emocions. ● Motivació. Saber emprar les emocions correctament per a impulsar accions. Les emocions es relacionen directament amb la motivació. ● Empatia. Reconèixer les emocions dels altres. ● Habilitats socials. Interactuar efectivament amb els altres a partir de les bones relacions creades per l'empatia. 	<p>Segons Chamarro i Oberst (2004):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Intrapersonal: autoconsciència emocional, assertivitat, autoestima, autorealització i independència. ● Interpersonal: relacions interpersonals, empatia i responsabilitat social. ● Adaptació: solució de problemes, prova de realitat i flexibilitat. ● Gestió de l'estrès: tolerància a l'estrès i control de la impulsivitat. ● Estat d'ànim general: felicitat i optimisme.

Després d'analitzar el que Goleman i Bar-On defensen, veiem que ambdós ajunten habilitats amb trets de la personalitat, ja que no només donen importància a les competències pròpiament cognitives.

· **La perspectiva de Rafael Bisquerra**

Rafael Bisquerra presenta una sèrie de competències emocionals a les seves publicacions sobre IE. L'autor afirma que "del constructo de inteligencia emocional deriva el desarrollo de competencias emocionales" (Bisquerra, 2003, p. 21). Per tant, relaciona la IE amb el domini de certes competències que, fan referència a saber, saber fer i saber ser. Aquestes competències emocionals són un constructe ampli que fan referència a diferents successos que tenen diverses conseqüències (Bisquerra i Pérez, 2007).

Les competències emocionals es poden distingir en dos grans blocs, d'acord amb la teoria de Gardner (1995):

- a) Aquelles que pertanyen a la intel·ligència intrapersonal, ja que es basen en la capacitat de diferenciar i autoregular les emocions.
- b) Les que formen part de la intel·ligència interpersonal, perquè se centren més en la capacitat de reconèixer les emocions dels altres a través de l'empatia, de les relacions socials, entre altres.

Així doncs, partint d'aquesta distinció, Bisquerra (2003) i Oliveros i Verónica (2018) presenten les cinc competències emocionals:

- 1) Consciència i comprensió de les emocions. Es refereix a la capacitat de ser conscient de les mateixes emocions però també les dels altres. A més, també és saber posar-les nom i comprendre-les.
- 2) Regulació i expressió de les emocions. Fa referència a l'habilitat de saber expressar-se emocionalment de manera correcta i entendre la interacció emoció-cognició-interacció. És a dir, saber que les emocions influeixen en els comportaments (interaccions) i viceversa, i ambdós es poden regular per la ment. Trobam

quatre microcompetències: expressió emocional adient, regulació emocional i sentimental, capacitats d'afrontament i habilitat per generar emocions positives.

3) Autogestió de l'autonomia personal. Aquesta competència engloba sis microcomponents que ajuden a autogestionar l'autonomia personal. Aquests són: automotivació, eficàcia emocional, responsabilitat, actitud positiva, estudi de normes socials i resiliència.

4) Intel·ligència interpersonal o competència social. Es basa en l'habilitat de mantenir relacions socials bones i positives amb altres persones. Per complir amb aquest propòsit, es proposen set microcompetències: domini de les habilitats socials, respecte, comunicació receptiva, comunicació expressiva, cooperació, assertivitat, resolució de conflictes i gestió emocional en situacions diverses.

5) Competències de vida i benestar. Aquesta darrera habilitat és aquella que permet actuar de manera responsable i adient en la vida personal, familiar, social i laboral. Per aconseguir-ho, s'ha de ser capaç de fixar objectius, prendre decisions correctament, identificar ajuda, formar part de la ciutadania, procurar un benestar emocional i generar experiències positives.

D'aquesta manera queda recollida la perspectiva de Bisquerra (2003) sobre la intel·ligència emocional. Aquest defensa un seguit de competències emocionals que tenen com a finalitat la millora de la qualitat de vida a través del coneixement profund de les emocions tant personalment com socialment. Tal com afirmen Oliveros i Verónica (2018), per assolir una vida més exitosa "la meta es actuar de forma intel·ligent a nivell emocional para trascender" (p. 106).

4.3 Educació emocional

4.3.1 La importància d'una educació basada en les emocions

Una vegada hem analitzat el significat i el funcionament de les emocions, i com aquestes han anat agafant importància a través del temps amb el sorgiment de la

intel·ligència emocional, cal entrar dins el món de l'educació emocional i les seves implicacions dins l'àmbit educatiu.

Començam l'anàlisi de l'educació emocional a partir de les aportacions de Bisquerra (2003) en relació amb aquesta. L'autor ens diu que: "La educación emocional es una innovación educativa que se justifica en las necesidades sociales. La finalidad es el desarrollo de competencias emocionales que contribuyan a un mejor bienestar personal y social." (p.8); i que "La educación emocional pretende dar respuesta a un conjunto de necesidades sociales que no quedan suficientemente atendidas en la educación forma." (p. 9).

El que pretén l'educació emocional (a partir d'ara denominada també EE) és aconseguir un benestar en tots els àmbits de la vida. Per assolir-ho, l'autor parla de les 'competències emocionals', que són aquelles que hem analitzat amb anterioritat als models d'intel·ligència emocional. Aquestes competències tenen com a objectiu generar aquest benestar, però també preveure problemes que deriven d'experiències emocionals que no se saben gestionar. Alguns sectors juvenils es caracteritzen per demostrar comportaments negatius que provenen de desequilibris emocionals, com violència, depressió, estrès, consum de drogues, baixa autoestima, entre altres (Bisquerra, 2003). Per tant, per mitjà de l'educació emocional es pot procurar que els infants no cometin actes o conductes que posin en perill les seves vides o les dels altres, físicament o psicològicament (Garcia, 2012).

La següent aportació que fa Bisquerra (2003) és que l'educació emocional és:

Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (p. 27).

Fixant-nos amb les paraules que emprà l'autor, fa referència a l'EE amb termes de continuïtat i permanència. Per tant, és evident que, per prevenir les situacions anteriors, és

necessari la formació en aquestes competències emocionals des d'edats primerenques, per aconseguir un desenvolupament integral a escala emocional que perduri durant tota la vida.

A més, aquestes idees sorgeixen de diverses aportacions científiques que també defensen la importància del desenvolupament emocional. Aleshores, l'EE té fonaments educatius rellevants, com els moviments de renovació pedagògica (Pestalozzi, Froebel, Dewy, Tolstoi, Montessori...), moviments d'innovació pedagògica, la teoria de les intel·ligències múltiples, la intel·ligència emocional, la neurociència, entre altres (Bisquerra, 2006). Així doncs, es veu que són diverses les àrees científiques que han fet palès en l'afectivitat emocional pel desenvolupament integral de la persona.

Per tant, una vegada hem entès el significat del concepte EE, cal veure quins són els seus objectius. Bisquerra (2006) determina els següents objectius generals:

- Obtenir un coneixement de les mateixes emocions.
- Saber identificar les emocions dels altres.
- Aprendre a regular les emocions.
- Preveure els efectes perjudicials de les emocions negatives.
- Ser capaç de generar emocions positives.
- Desenvolupar l'automotivació.
- Prendre una actitud positiva en vers la vida.
- Saber fluir.

D'acord amb aquestes finalitats, podem veure que recullen diversos àmbits de la vida, cosa que permet aplicar l'educació emocional en diverses situacions quotidianes. No només es fa referència a les emocions des del punt de vista personal, sinó també social.

D'altra banda, Bisquerra (2006) exposa una sèrie de continguts que té l'educació emocional i que han de tenir clars tant els docents (qüestió en la qual aprofundirem en el següent apartat) com els infants. En primer lloc, s'ha de tenir clar el marc conceptual de les emocions, és a dir, la part teòrica d'aquestes. Aquesta part engloba el coneixement del concepte, dels fenòmens que pot causar, dels tipus d'emocions que hi ha. D'altra banda,

l'educació emocional està formada per cinc competències emocionals, analitzades amb anterioritat.

4.3.2 La importància del paper docent dins el desenvolupament de l'educació emocional

El sistema educatiu i, en concret, l'escola tenen com a objectiu la preparació dels estudiants per a la vida. Així mateix, la vida està plena de situacions i contextos diversos. Per tant, el sistema educatiu ha d'entendre aquestes situacions i les necessitats que té la societat, per així poder dotar a l'alumnat de recursos imprescindibles per tal d'afrontar de la millor manera possible aquestes situacions. Campayo i Sánchez (2016) afirmen que la integració de les competències socioemocionals dins l'àmbit escolar esdevé una necessitat educativa i social. D'altra banda, Fernández-Berrocal i Extremera (2004) constaten la importància del rol docent en l'educació en la IE, ja que aquesta afavoreix el desenvolupament evolutiu i socio-emocional de l'alumnat.

Així doncs, l'educació emocional actualment té un paper fonamental i s'ha d'incloure dins la programació educativa i la pràctica docent de manera precisa (Buitrón i Navarrete, 2008). Per aquest motiu, durant la darrera dècada han augmentat el nombre d'investigacions i estudis en relació amb el paper de les emocions des del treball dels docents (Cejudo i López, 2016).

En aquest context, per tant, cal endinsar-nos en la figura del docent. Aquest juga un paper crucial, sobretot durant l'època d'educació primària, ja que és una etapa on es donen els principals canvis biològics, psicològics i socials dels infants (Campayo, Sánchez, 2020). Així doncs, entenem que el docent té el paper de fer desenvolupar les competències socioemocionals del seu alumnat.

Vallés (2001), citat per Campayo i Sánchez (2020) afirma que el docent esdevé l'eina més important per disposar l'èxit estudiantil. Al mateix, la intervenció docent és una ajuda imprescindible en el procés de formació de coneixements, i sense aquesta l'alumnat difícilment podrà aconseguir els seus objectius (Garcia, 2012). Per tant, veiem una relació

directa entre el control de les emocions i l'èxit a escala general, no només aquell referent a l'acadèmic. Aquest mateix autor dona suport a aquesta idea defensant que el paper docent és clau, ja que no només ha de promoure les habilitats cognitives, sinó també les emocionals. D'aquesta manera, a partir d'un aprenentatge autònom i permanent, l'infant es veurà capaç d'enfrontar-se a situacions, tant positives com negatives, de la vida quotidiana.

La qüestió es troba en el fet que si volem assolir que els infants desenvolupin les competències emocionals, és indispensable que els mestres siguin 'emocionalment intel·ligents' (Buitrón i Navarrete, 2008). Aquests mateixos autors ens diuen que "El docente emocionalmente inteligente es, entonces, el encargado de formar y educar al alumno en competencias como el conocimiento de sus propias emociones, el desarrollo del autocontrol y la capacidad de expresar sus sentimientos de forma adecuada a los demás." (p. 5). Aquesta idea ve sostinguda per l'aportació de Fernández-Berrocal i Extremera (2004), que diuen que si volem que un infant desenvolupi les seves habilitats emocionals necessita un "educador emocional". És a dir, parlen del docent.

Per obtenir aquesta finalitat és necessària la formació en el món emocional dels docents, que suposa un repte. D'acord amb les aportacions dels anteriors autors, el mestre ha de seguir un procés:

- Primer de tot, ha de conèixer el seu desenvolupament emocional, ja que així podrà conèixer també el dels seus infants.
- En segon lloc, ha de desenvolupar recursos emocionals per acompanyar el desenvolupament emocional i afectiu del seu alumnat. D'aquesta manera, obtenim un vincle proper i comprensiu.
- Finalment, ha de dominar una sèrie de coneixements i habilitats:
 - Coneixement sobre intel·ligència emocional. Ha de conèixer en profunditat les emocions i també el paper que juga la IE.
 - Habilitats interpersonal. Ha de ser capaç de distingir i identificar les emocions del seu alumnat.
 - Habilitats intrapersonals. Ha de controlar i regular les seves pròpies emocions.

- Habilitats didàctiques. Aquestes habilitats estimularan el desenvolupament socioemocional dels nins en contextos beneficiosos.

A més, els autors afegeixen que el docent ha de créixer com a persona, conèixer-se i afrontar les seves pors internes i conflictes personals per tal de dur a terme el paper de foment de les competències emocionals dels seus infants.

Cal destacar l'aportació que fa Bisquerra (2005, p.101) sobre les competències que han de tenir els docents per dur a terme una pràctica educativa basada en l'educació emocional:

1. Comprendre la rellevància de les emocions en l'educació i en la vida diària.
2. Prendre consciència de les mateixes emocions i de les emocions dels altres, en particular de l'alumnat, en les interaccions socials.
3. Regular les mateixes emocions i exercir un autocontrol emocional en les situacions conflictives de la vida ordinària, en particular en la dinàmica de classe.
4. Establir millors relacions interpersonals, tant en el lloc de treball, la família com en les relacions socials.
5. Enfrontar-se a l'alumnat de forma més eficient i satisfactòria, prenent en consideració la dimensió emocional.
6. Elaborar una anàlisi del context per a identificar necessitats emocionals que hauran de ser ateses a través d'un programa d'educació emocional.
7. Formular objectius d'un programa d'educació emocional l'assoliment de la qual suposi la satisfacció de les necessitats prioritàries.
8. Determinar els possibles indicadors que permetin dissenyar estratègies concretes d'intervenció, així com els aspectes en els quals ha d'incidir l'avaluació del programa.
9. Dissenyar un programa que fomenti el desenvolupament de les competències emocionals en l'alumnat.
10. Dissenyar estratègies i activitats, o seleccionar-les entre les existents, per a aplicar-les en la posada en pràctica del programa.

11. Aplicar el programa a un grup classe, preferentment en el marc del PAT (Pla d'Acció Tutorial).

12. Avaluar el programa, prenent com a referència els indicadors elaborats prèviament.

Hem de tenir en compte, també, que els estudiants tendeixen, en nombroses ocasions, a seguir un model d'imitació respecte als seus mestres. Això resulta interessant, ja que si volem que els infants desenvolupin la seva àrea emocional, han de veure que el seu mestre també la té desenvolupada. La intel·ligència emocional del docent només és rellevant pel model d'imitació, si no també per crear relacions interpersonals positives amb el seu alumnat. D'altra banda, l'aula és un espai clau, ja que és on té lloc un constant flux d'experiències afectives i, per tant, d'emocions. El mestre ha de saber percebre aquest flux i dirigir-lo i regular-lo adequadament.

Cal destacar també que quan el professorat infon un clima de seguretat i confiança, possibilita l'elevació del seu rendiment acadèmic perquè estableix una actitud més empàtica (García, 2012). D'aquesta manera, el procés d'ensenyament-aprenentatge es veu clarament influenciat per les competències emocionals del mestre. És a dir, si aquest sap o no gestionar les seves emocions, contribueix directament de manera positiva o negativa en l'aprenentatge de l'alumnat. A més, les emocions a l'aula no només tenen rellevància pel desenvolupament emocional de l'infant, sinó perquè contribueixen també a l'emocionalitat del docent i la seva fonamental tasca (Abarca, Marzo i Sala, 2002).

Totes les capacitats esmentades anteriorment resulten clau, ja que un gran nombre d'investigacions evidencien els beneficis positius que té el desenvolupament de la IE a l'escola, a més de la possibilitat de millorar i prosperar en la IE mitjançant les intervencions educatives proposades pel docent (Campayo i Sánchez, 2020). L'educació emocional acompanyada de la mà del docent permet que els educands es coneguin a ells mateixos i a la resta dins un àmbit de respecte, per així poder desenvolupar-se integralment (García, 2012).

4.3.3 L'educació emocional dins el currículum de les Illes Balears i el PAT

El currículum de les Illes Balears.

Una vegada analitzada la importància del foment de l'educació emocional des de l'escola, és moment d'analitzar en quina situació es troba aquest concepte dins el nostre currículum autonòmic. Aquesta anàlisi es farà a partir del Decret 32/2014, de 18 de juliol, pel qual s'estableix el currículum de l'educació primària a les Illes Balears. Encara que aquest ha estat modificat pel Decret 28/2016 de 20 de maig, no s'aprecien diferències notables en relació amb l'anàlisi del paper de l'educació emocional.

Primer de tot, el currículum és una eina que regula els elements determinants dels processos d'ensenyament-aprenentatge. D'aquesta manera, s'inclouen els següents elements sempre en funció de la matèria i l'etapa educativa:

- Objectius
- Competències
- Continguts
- Estàndards d'aprenentatge avaluable
- Criteris d'avaluació

El decret sobre el currículum de l'educació primària és d'especial rellevància, ja que aquesta etapa educativa és important en termes de la formació bàsica i de les bases pel futur desenvolupament acadèmic, personal i social dels infants. Per tal d'assolir el que el decret determina, i com remarcar amb anterioritat, el rol docent és fonamental. Resulta primordial que el professorat sigui capaç d'atendre a les característiques personals i del grup.

Així doncs, després d'introduir, grosso modo, en què consisteix aquest que s'aplica en els centres docents públics i privats de les Illes Balears que imparteixen els ensenyaments d'educació primària, es farà una revisió i reflexió dels articles que incloguin informació sobre l'educació emocional.

El procediment que s'ha dut a terme per tal d'analitzar el paper de les emocions dins el currículum ha estat cercar mitjançant les tecles CTRL+F la paraula "emoció". El resultat el veiem reflectit a la següent taula i analitzat seguidament.

Taula 2

RESULTATS RECERCA "EMOCIÓ" AL DECRET 32/2014

Resultat	Resultat 1	Resultat 2
Pàgina	5	5
Apartat d'ubicació	Article 3. Finalitats	Article 4. Objectius
Text	La finalitat de l'educació primària és facilitar als alumnes els aprenentatges necessaris destinats a la identificació, l'expressió i la comprensió dels aspectes emocionals i afectius (...)	14. Desenvolupar les capacitats emocionals i afectives en tots els àmbits de la personalitat en les relacions amb els altres (...)

Nota. Aquesta taula mostra el procediment seguit a l'hora de fer una recerca de la paraula "emoció" en el Decret 32/2014, de 18 de juliol, que regula el currículum.

Per començar, el primer article que menciona una qüestió emocional és *l'Article 3: Finalitats*, on s'especifica la paraula *emocionals* a la finalitat de l'educació primària.

Així doncs, veiem que entre els diferents propòsits de l'etapa d'EP s'inclou de manera detallada el que consisteix al desenvolupament emocional i afectiu des d'una perspectiva personal i social. A més, es relaciona directament aquest desenvolupament amb la formació i el desenvolupament integral de l'alumnat.

En segon lloc, *l'Article 4: Objectius*, el qual fa un recull de les capacitats i competències que han d'assolir els infants, també dóna importància a les emocions. Encara que alguns objectius fan referència a les habilitats socials amb la menció de les normes de convivència o de la resolució de conflictes, el quid de la qüestió el trobam a l'objectiu número 14.

Per tant, una vegada més trobam de manera explícita una referència a l'educació emocional. L'objectiu parla del desenvolupament de les capacitats emocionals, un terme

que es ve desenvolupament amb rellevància durant tot el treball. A més, es torna a fer referència al progrés emocional de l'individu en si mateix i amb la resta.

Caldria destacar, per altra banda, el recull de competències que estipula el decret. A simple vista, es veu que cap de les competències fa referència explícitament a les emocions, però entrant dins el significat d'elles, podem veure que sí que guarden certa relació amb l'emocionalitat i que les emocions tenen un paper dins cada una d'elles.

1. Competència en comunicació lingüística.

Amb paraules de Caro, González i Valverde (2013), la competència en comunicació lingüística "Se refiere a la utilización del lenguaje como instrumento tanto de comunicación oral y escrita como de aprendizaje y de regulación de conductas y emociones" (p. 6). A més, diuen que aquesta competència contribueix l'autoestima i la imatge que té l'infant sobre ell mateix, a la creació de relacions sanes amb altres persones, a resoldre conflictes i a conviure. Per tant, podem veure que és una competència que, encara que es basi en l'ús del llenguatge, aquest es pot emprar en termes relacionats amb les emocions.

2. Competència matemàtica i competències bàsiques en ciència i tecnologia.

En segon lloc, aquestes competències fan referència a l'ús dels nombres i operacions per conèixer la realitat que ens envolta i solucionar els problemes de la vida quotidiana (Caro, González i Valverde, 2013). Per tant, consideram que és una habilitat que es relaciona amb els nombres i la nostra realitat. En aquest sentit, no ens podem oblidar del paper que tenen les emocions dins aquest tipus d'aprenentatges, i més si es relacionen amb situacions quotidianes. Encara que les matemàtiques són racionals, la motivació i l'autoregulació prenen un paper fonamental. A més, aquesta competència es pot assolir de manera cooperativa, fet que afavoreix la part més social dels infants.

3. Competència digital.

La competència digital és aquella que fa referència al tractament de la informació. És a dir, és l'habilitat de saber tractar la informació en tots els seus sentits: cercar, processar, determinar, comunicar... Per tant, les tecnologies tenen un paper fonamental dins aquesta competència, i saber emprar-les per extreure informació i comunicar-se també (Caro,

González i Valverde, 2013). D'aquesta manera, cal tenir en compte que les tecnologies són un factor motivacional pels infants, i que això implica una regulació d'aquestes, fet que es relaciona directament amb la gestió emocional. També té un paper important la comunicació, que és un element essencial dins les habilitats emocionals de l'àmbit social.

4. Aprendre a aprendre.

Seguidament, autors com Bisquerra (2006) o Goleman (1995) defensen que la capacitat de motivar-se a un mateix resulta clau en el marc del creixement emocional i això és en el que es basa la competència d'aprendre a aprendre, que les anteriors autores defineixen, entre altres coses, com la capacitat de trobar la motivació d'un mateix per trobar respostes a les diferents situacions que vivim en el dia a dia (Caro, González i Valverde, 2013).

5. Competències socials i cíviques.

En relació amb les competències socials i cíviques, les autores Caro, González i Valverde (2013) ens ofereixen la següent definició de les competències socials i cíviques:

Esta competencia permite vivir en sociedad, comprender la realidad social del mundo en que se vive y ejercer la ciudadanía democrática. Incorpora formas de comportamiento individual que capacitan a las personas para convivir en una sociedad cada vez más plural, relacionarse con los demás, cooperar, comprometerse y afrontar los conflictos. Adquirir esta competencia supone ser capaz de ponerse en el lugar del otro, aceptar las diferencias, ser tolerante y respetar los valores, las creencias, las culturas y la historia personal y colectiva de los otros. (p.

6)

És evident que aquesta competència es refereix a les habilitats interpersonals que permeten un bon desenvolupament emocional. Comprendre el món i a les persones d'aquests, aprendre a conèixer, crear relacions positives i desenvolupar l'empatia i el respecte són habilitats clarament emocionals a escala social.

6. Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.

El nom d'aquesta competència ja implica el tractament de les emocions. Quan parlem de sentit d'iniciativa i esperit emprenedor, en paraules de Caro, González i Valverde (2013), estam parlant de la capacitat de tenir iniciativa, de ser responsable, tant a escala personal com social, de saber adaptar-se als canvis, de ser autònom, entre altres. Realment totes aquestes idees formen part de les competències emocionals que s'han esmentat anteriorment. Totes elles impliquen un desenvolupament emocional, tant pel que fa a la intel·ligència intrapersonal, com la interpersonal.

7. Consciència i expressions culturals.

Finalment, aquesta darrera competència fa referència a la valoració crítica de l'art i la cultura per poder emprar-les com a mitjà d'expressió i comunicació. Per aconseguir això, és necessari familiaritzar-se amb el que és estètic i amb la creativitat. Crec que és evident la connexió que pot tenir aquesta competència amb les emocions, ja que l'ús de l'art com a mitjà d'expressió implica una gestió emocional a nivell de comprensió i expressió.

Si continuam amb l'anàlisi del decret, l'*Article 9: Estructura i Organització* fa referència als tres blocs on s'emmarquen les diferents assignatures. Entre les assignatures existents trobam: ciències naturals, ciències socials, llengua castellana i literatura, llengua catalana i literatura, matemàtiques i llengua estrangera: anglès, educació artística, educació física, i religió o valors socials i cívics. En aquest llistat no consideram cap assignatura que faci referència directa a l'educació emocional, encara que totes, seguint els objectius i les finalitats del currículum, haurien de vetllar per ella. Per aquest motiu, seguint el mateix procediment anteriorment esmentat, es farà una anàlisi de cada una de les matèries en termes d'emocions. El procediment dut a terme per tal d'analitzar el paper de les emocions dins les matèries el currículum ha estat cercar mitjançant les tecles CTRL+F la paraula "emoció". Els resultats els veiem reflectits a la següent tabla, per extreure una final conclusió.

Taula 3**RESULTATS RECERCA “EMOCIÓ” A LES MATÈRIES DEL CURRÍCULUM**

Matèria	Vegades que apareix el terme “emoció”
Ciències naturals	3
Ciències socials	0
Educació artística	4
Educació física	12
Llengua castellana i literatura	5
Llengua catalana i literatura	2
Matemàtiques	0
Primera llengua estrangera: Anglès	1
Religió catòlica	1
Valors socials i cívics	16

Nota. Aquesta taula mostra el procediment seguit a l'hora de fer una recerca de la paraula “emoció” a cada una de les matèries del currículum de les Illes Balears.

La reflexió que podem extreure després d'analitzar quina presència té la paraula “emoció” a cada una de les matèries del currículum és que aquesta és baixa. De les deu matèries, vuit no pugen del cinc, i tan sols dues sobrepassen el deu (educació física i valors socials i cívics). És destacable el fet que dues de les matèries no compten amb la paraula “emoció” en el seu document de regulació: ciències socials i matemàtiques. Per tant, podem dir que, oficialment, la presència de les emocions és bastant reduïda.

Aleshores, al currículum de les Illes Balears veiem que hi ha certa regulació pel que fa a l'educació emocional, ja que es troba esmentada a diversos punts. No obstant això, no podem deixar de banda que el docent juga un paper fonamental en l'adquisició d'aquest currículum, perquè l'acció tutorial és l'encarregada d'orientar aquest procés educatiu i contribuir al desenvolupament integral dels infants. És per aquest motiu que, a continuació, ens endinsarem en el Pla d'Acció Tutorial.

El PAT (Pla d'Acció Tutorial).

Abans d'entrar dins l'anàlisi quins components emocionals inclou el PAT, primer cal entendre el que implica l'acció tutorial.

Morales (2010) entèn aquest concepte com: “un proceso, enmarcado dentro de la orientación educativa, que complementa a la acción docente y que tiene como objetivo la atención a la diversidad de todo el alumnado” (p. 99). A més, ens diu que es conjunt d'intencions col·lectives pactades per tota la comunitat educativa. Així doncs, el tutor, mitjançant l'acció tutorial, ha d'aconseguir el desenvolupament integral de l'alumnat i acompanyar-lo durant els processos d'ensenyament-aprenentatge. A més, l'acció tutorial és important, ja que contribueix a assolir una educació plena de coneixements i habilitats que són essencials en l'actual dia a dia.

La sistematització de l'acció tutorial es dona a partir del Pla d'Acció Tutorial (en endavant PAT). Aquest document pertany al Projecte de Centre. Tal com afirma Morales (2010), recull els objectius de l'acció tutorial, així com les funcions, accions i activitats tutorial. L'autora fa un llistat dels elements que ha d'incloure el PAT: introducció, estructura del centre a través d'un organigrama, funcions del personal del departament d'orientació, funcions de l'orientador i àmbits d'actuació: atenció a la diversitat, orientació acadèmica i professional i acció tutorial.

Per tant, el PAT, a part de tots els altres apartats, recull les activitats i pràctiques educatives que imparteix el mestre amb el seu grup d'alumnes. Galve (2002), citat per Morales (2010), ens diu que la programació i elaboració del PAT ha de seguir quatre línies, que analitzarem segons les seves idees i anirem contrastant amb l'educació emocional.

- Ensenyar a pensar. L'alumnat ha de ser capaç d'aprendre a adquirir i processar informació. Per donar una resposta educativa global, es poden plantejar eines d'atenció a la diversitat o estratègies o tècniques d'estudi. De moment, ens trobam dins una línia que tracta la capacitat cognitiva.

- Ensenyar a conviure. Aquesta línia ha de vetllar per aconseguir que l'alumnat desenvolupi capacitat de diàleg, convivència, cooperació i respecte. Les habilitats socials tenen un paper important dins aquesta àrea, ja sigui el diàleg, la resolució de conflictes, la interacció social... Per tant, en aquesta segona línia sí que veiem com el PAT inclou

l'educació emocional, ja que ha de contemplar el desenvolupament de capacitats interpersonals i la part social de l'alumnat.

- Ensenyar a ser persona. La tercera línia a tenir en compte és aquella que contempla en grans proporcions les emocions. En primer lloc, es fa referència a ser persona a través del correcte desenvolupament de les habilitats socials. I, en segon, es parla de dos conceptes fonamentals pel que fa a intel·ligència emocional: autoconcepte i autoestima. Un dels objectius que planteja Bisquerra (s.d.) és que l'educació emocional és beneficiosa pel que fa a l'autoestima. Galve (2002) afirma que aquesta línia faria referència al component emocional.

- Ensenyar a prendre decisions. Finalment, s'ha de contemplar l'orientació de l'alumnat pel que fa al seu futur. Per tant, el foment de la correcta presa de decisions forma part d'una de les competències emocionals. Així com ens diu Contini (2005), les emocions faciliten el pensament i ajuden a resoldre problemes i prendre decisions en el nostre dia a dia.

Si tenim en compte que el PAT contempla les quatre línies anteriorment esmentades, veiem que l'educació emocional està present dins les escoles, però després la responsabilitat cau sobre el compliment d'aquest document.

A continuació, farem esment en les orientacions que dóna el BOIB en relació amb la funció tutorial a l'etapa d'educació primària a la Resolució del director general de Planificació, Ordenació i Centres de 27 de Juliol de 2020. Aquest recull d'orientacions va desenvolupar-se amb l'objectiu de planificar d'una manera participativa el retorn a la presencialitat en els centres escolars durant el curs 2020-21 condicionada per la pandèmia de la COVID-19.

Així doncs, l'apartat 4 destinat a la funció tutorial, defensa que l'acció tutorial ha de fomentar, sobretot, les competències d'autonomia i iniciativa personal i d'aprendre a aprendre. A més, ens diu que és essencial prioritzar un seguiment emocional tant de l'alumnat com de la seva família. Per tant, veiem que es posa especial atenció a la dimensió emocional dels infants i això es fa a partir de propostes per millorar l'autoconeixement,

l'exteriorització de les emocions, la cohesió del grup, les relacions interpersonals, entre altres.

D'altra banda, si consultam la informació del departament d'inspecció educativa, podem veure les normatives dels diferents documents institucionals de centre, entre els quals trobam el Pla d'acció tutorial. Aquesta normativa afirma que al PAT s'han de concretar els objectius i activitats en relació amb la tutoria i l'orientació que duen a terme els docents. Així mateix, s'ha d'actuar en quatre àmbits (p.1):

- L'orientació acadèmica, personal i professional de l'alumnat, l'atenció a les seves necessitats educatives i a la millora del seu rendiment per assolir l'èxit acadèmic.
- La coordinació educativa entre el professorat dels equips docents.
- La coordinació del professorat amb les famílies de l'alumnat.
- La dinamització del grup classe i la gestió de l'aula respecte a la convivència.

Per tant, encara que no veiem com a tal el terme "emoció", es fa referència a orientació personal, a les necessitats educatives, a la convivència, entre altres expressions que van altament relacionades amb l'acompanyament emocional que ha de potenciar el docent.

Com a conclusió sobre la inclusió de les emocions en aquests dos documents tan significatius a nivell educatiu com són el currículum i el PAT, és que hi són presents, però la qüestió seria entrar dins el grau de presencialitat en ells.

5. Proposta d'intervenció didàctica

5.1 Introducció

Després d'analitzar el paradigma actual en relació amb les emocions dins l'Educació Primària, ja sigui a partir de les aportacions dels diferents autors, com de l'exploració de diferents documentacions, el meu plantejament és dur a terme una proposta d'intervenció didàctica. Així doncs, es proposaran una sèrie d'activitats per treballar l'educació emocional dins les aules de Primària. Algunes d'elles seran d'elaboració pròpia, mentre que altres han estat incorporades gràcies a les aportacions d'una mestra del meu actual centre de

pràctiques. Cal entendre que aquesta proposta no forma part de cap assignatura, ja que té un vessant transversal. Les activitats formen part d'un projecte (el que es dugui a terme a cada nivell, cicle i, en general, tota la primària) i tendran certa coherència amb aquest.

Les situacions d'aprenentatge estan plantejades per desenvolupar-se amb una progressió temporal al llarg del curs. Per aquest motiu, s'exposaran tres propostes de feina a cada cicle, una per trimestre. D'aquesta manera, les activitats respondran a una línia de continuïtat des del començament de curs fins a la seva finalització. Això permet que es puguin treballar simultàniament al projecte que es desplegui de manera paral·lela cada aula.

Per tant, aquesta proposta didàctica compta amb un total de nou activitats que tenen com a objectius fer feina sobre l'educació emocional en tots els seus àmbits, des de la part individual fins a la social.

5.2 Objectius

Per aconseguir l'objectiu principal, que és que l'alumnat desenvolupi les seves competències emocionals i, per consegüent, la seva intel·ligència emocional, la proposta s'ha organitzat en diferents activitats que tenen com a principals finalitats el foment de les habilitats intrapersonals i interpersonal. Els objectius específics de les activitats que té la present proposta sorgeixen de la proposta de Bisquerra (2003) en relació amb les competències emocionals que proposa.

5.3 Continguts

En relació amb les activitats que es proposen a la present proposta didàctica, s'han extret els següents continguts:

- Autogestió emocional o intel·ligència intrapersonal (consciència, comprensió, regulació i expressió de les emocions).
- Competència social o intel·ligència interpersonal (empatia, habilitats socials, resolució de conflictes).
- Autonomia emocional (automotivació, eficàcia emocional, actitud positiva, resiliència).

5.4 Competències

Les competències que es treballen en aquest recull d'activitats són les següents:

- Competència en comunicació lingüística.
- Aprendre a aprendre.
- Competències socials i cíviques.
- Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Consciència i expressions culturals.

5.5 Metodologia

Per dur a terme aquesta proposta didàctica, s'han plantejat activitats que resultin significatives i enriquidores pels infants en termes de desenvolupament socioemocional. Es tracten de dinàmiques o activitats més desenvolupades que volen desplegar la part més emocional de cada infant, per aconseguir que obtenguin un aprenentatge que sigui útil en la seva vida quotidiana i en el seu futur. Així doncs, es partirà d'una metodologia que es basa en una pedagogia activa, participativa, creativa i vivencial, que vetlla per un bon acompanyament emocional.

Així doncs, es plantegen un total de nou activitats: tres per cada cicle i una per cada trimestre, per poder desenvolupar un treball que permeti l'evolució en el desenvolupament emocional dels nins. Cada trimestre tindrà com a objectiu un contingut en concret, que es veu contemplat a la següent graella.

Taula 4

ORGANITZACIÓ DELS CONTINGUTS AL DIFERENTS TRIMESTRES

Trimestre	Contingut principal
Primer	Intel·ligència intrapersonal (consciència, comprensió, regulació i expressió de les emocions)
Segon	Competència social o intel·ligència interpersonal (empatia, habilitats socials, resolució de conflictes)
Tercer	Autonomia emocional (automotivació, eficàcia emocional, actitud positiva, resiliència)

Aquesta organització és a causa de l'evolució que es vol fer en termes de desenvolupament emocional. Es començaria el curs fent èmfasi en la part més intrapersonal

dels infants, per poder desenvolupar la interpersonal en el segon i, finalment, donar protagonisme a la part d'autonomia personal de cada un d'ells.

D'altra banda, cal tenir en compte que les activitats es plantegen a partir de les competències que treballen, per tant, no formen part de cap matèria en concret, sinó que es poden treballar en el moment que el docent trobi pertinent, independentment de la matèria. Les emocions han de formar part de qualsevol moment en la vida dels infants, per aquest motiu, no es pot limitar el treball de les emocions a una matèria específica. Les activitats són diverses i algunes fomenten la creativitat, el moviment, l'escriptura, la reflexió... Per tant, atenent a les característiques de cada una d'elles, als objectius que persegueixen i a les competències que es treballen, poden emmarcar-se de manera transversal al currículum.

Cal afegir que aquesta proposta didàctica es caracteritza per la transversalitat educativa, ja que encara que es desenvolupi dins l'entorn escolar, es pretèn aconseguir que l'alumnat adquireixi unes competències útils per posar en pràctica durant tota la seva vida. Les propostes vetllen per traspassar i creuar el que el currículum estableix, i dotar els infants de les habilitats pertinents per aprendre a gestionar qualsevol situació emocional fora de l'escola. De fet, moltes de les activitats proposades tenen una durada d'un curs sencer i poden tenir la seva continuïtat a cursos següents amb l'objectiu de habituar als infants a saber gestionar aquestes situacions.

S'ha deixat evidenciat que les emocions tenen protagonisme en tots els àmbits de la nostra vida: social, personal, familiar, laboral... És per això que les activitats, encara que es facin sota l'educació formal, tenen com a objectiu traspassar-la i tenir repercussions dins l'educació no formal i informal, ja que són espais que no estan regulats per cap institució i venen molt condicionats per l'ambient on viu l'infant.

5.6 Temporalització

Tal com s'ha dit amb anterioritat, les diferents activitats es pretenen desenvolupar amb una progressió temporal al llarg del curs i, per consegüent, al llarg de tota l'etapa d'Educació Primària. Per tant, aquestes es caracteritzen per una continuïtat constant.

A continuació, per tal de facilitar la visualització del plantejament a nivell temporal, es mostra una taula que recull les diferents propostes i la seva temporalització.

Taula 5

PROPOSTES DIDÀCTIQUES I TEMPORALITZACIÓ

	Primer trimestre	Segon trimestre	Tercer trimestre
Primer cicle (1r i 2n)	Activitat 1: Emociòmetre Elaboració: 60' Durada: Tot el curs	Activitat 2: Xarxa de cohesió Elaboració: 45'	Activitat 3: Recepta de felicitat Elaboració: 60'
Segon cicle (3r i 4t)	Activitat 4: Diccionari i bústia Elaboració: 60' Durada: Tot el curs	Activitat 5: Ramats de gomets Elaboració: 45'	Activitat 6: Estrella positiva Elaboració: 45'
Tercer cicle (5è i 6è)	Activitat 7: La meva maleta d'emocions Elaboració: 45'	Activitat 8: Amic invisible Elaboració: 60' Durada: Dues setmanes	Activitat 9: M'escric una carta Elaboració: 45'

Nota. Aquesta taula mostra totes les propostes que es plantegen per treballar l'educació emocional dins les aules d'Educació Primària i la seva temporalització.

Cal tenir present que no podem dedicar una sessió per trimestre al treball de les emocions, sinó que ha d'haver-hi una continuïtat. No només tenim en compte que algunes activitats tenen una evolució durant el curs sencer o que es tendran en compte en cursos següents, sinó que durant el mateix curs escolar hi ha d'haver una atenció a aquest treball emocional des de totes les altres matèries. Amb les activitats plantejades, s'assenten unes bases en termes de desenvolupament emocional, però aquest desenvolupament s'ha de veure recolzat per la resta de matèries que l'infant va treballant dia a dia. Per exemple, tenint en compte que durant el primer trimestre la part més intrapersonal de cada alumne tindrà certa importància, caldria que totes les matèries suportassin aquesta idea i permetessin que l'infant sigui enriquint aquesta part intrapersonal i que es respectin els continguts oficials del currículum, però de manera que s'incloguin les emocions.

5.7 Activitats

A continuació, es mostraran les diferents activitats proposades. De cada una d'elles es detallarà la seva descripció, temporalització i avaluació, mentre que els aspectes més

complementaris de cada una d'elles (competències clau, objectius i recursos) es presentaran als annexos. Així doncs, es presenten dividides en els diferents cicles.

5.7.1 Primer cicle

Durant el primer trimestre, es durà a terme l'activitat Emociòmetre. En el segon, Xarxa de cohesió. Finalment, durant el darrer i tercer trimestre es farà la Recepta de felicitat.

Taula 6

ACTIVITAT 1: EMOCIÒMETRE (ampliació a l'annex 3)

Descripció

Aquesta activitat, que es durà a terme durant el primer trimestre, consisteix a crear un emociòmetre per tenir dins l'aula. Aquesta eina permetrà que l'alumnat identifiqui les seves emocions diàriament. El primer que es farà per introduir les emocions és llegir el conte "El monstre de les emocions". És un conte que, mitjançant una història força original, presenta sis emocions bàsiques (alegria, tristesa, ràbia, por, calma i amor). Per tant, es duria a terme un contacontes en rotllana amb tots els infants contant el conte fomentant la participació activa de l'alumnat i fent preguntes.

A continuació, el temps restant tindrà com a objectiu crear l'emociòmetre. Es dividirà l'aula en cinc grups i cada un d'ells tindrà una imatge del monstre i l'hauran de pintar d'acord amb l'emoció que representi. En tenir els monstres pintats, el docent els col·locarà a l'emociòmetre penjat a la paret. Amb l'emociòmetre acabat, en arribar a classe cada dematí, cada infant col·locarà el seu nom (escrit a una gafa) a l'emoció que el representa en aquell moment. Es dedicaran deu o quinze minuts diaris a parlar sobre com se senten els infants i per què. Al final del dia, els nins decidiran si parteixen de l'escola deixant el seu nom a aquella emoció o aquesta ha canviat al llarg del dia.

Temporalització

La sessió de preparació de l'emociòmetre tindrà una durada de 60 minuts. La primera mitja hora anirà dedicada al contacontes, mentre que els trenta minuts restants es dedicaran a crear l'emociòmetre.

D'altra banda, la durada d'aquesta activitat és tot el curs, ja que es farà servir diàriament. També es podrà conservar aquesta eina per cursos següents.

Avaluació

Aquesta primera activitat del trimestre en relació amb les emocions s'avaluarà mitjançant l'observació dels infants per part del docent. Posteriorment a la sessió, el docent emplenarà una rúbrica avaluativa (annex 4) amb 4 ítems: escolta activa, participació, feina en grup i interès per l'activitat. S'avaluaran d'acord amb tres paraules: expert, apreniu i principiant. Després, és evident que, com és una activitat que tindrà protagonisme durant tot el curs a l'inici i al final del dia, el docent anirà anotant si el nin és conscient de les seves pròpies emocions i si les sap reconèixer i justificar.

Taula 7

ACTIVITAT 2: XARXA DE COHESIÓ (ampliació a l'annex 5)

Descripció

Aquesta activitat consisteix a crear una xarxa de fils a partir de l'expressió de coses positives entre els diferents nins de l'aula. Es col·locaran tots en cercle i el docent donarà un cabdell de llana a un dels infants. Aquest haurà de triar un altre company al qual vulgui dedicar-li unes paraules agradables, per exemple, dir-li alguna cosa positiva o que li agrada d'ell. Aleshores, el mateix nin haurà de sostenir un tros de llana i llançar-li el cabdell a l'altre mentre li diu les paraules. L'altre tornarà a repetir aquest procés triant a un altre company, i

així successivament fins que tots els infants hagin rebut un comentari positiu i també hagin dedicat un. La creació final és una xarxa de cohesió entre tota l'aula. Després, es farà una xerrada final per comentar les sensacions dels nins, com s'han sentit, entre altres qüestions i cada infant emplenarà una fitxa (annex 6) a manera de conclusió de l'activitat.

Temporalització

Aquesta sessió tindrà una durada de 45 minuts.

Avaluació

L'avaluació de l'activitat es durà a terme mitjançant l'observació del docent durant l'activitat i amb les dades recollides amb les fitxes dels nins.

Taula 8

ACTIVITAT 3: RECEPTE DE FELICITAT (ampliació a l'annex 7)

Descripció

Aquesta activitat es començarà iniciant un debat sobre què és la felicitat. Els infants aniran aixecant els braços i aportant les seves idees sobre el que pensen que és aquesta emoció. Després d'aquesta pluja d'idees, es visualitzarà un vídeo que recopila algunes escenes de la pel·lícula "Inside Out" protagonitzat pel personatge "Alegria", per tal de contrastar les idees dels nins amb el que transmet el personatge.

La segona part de l'activitat consisteix a crear una recepta de felicitat. Cada infant rebrà una fitxa (annex 8) on escriurà els ingredients de la seva recepta, és a dir, quines són les coses que necessiten per sentir-se feliç i alegre. Després, cada un compartirà la seva recepta amb la resta de companys.

Temporalització

Aquesta sessió tindrà una durada de 60 minuts. Els primers 20 es dedicaran a la pluja d'idees i a la visualització del vídeo. La mitja hora restant anirà dedicada a crear la recepta de felicitat i la posterior exposició.

Avaluació

Es durà a terme una autoavaluació per avaluar aquesta activitat. El docent proporcionarà una fitxa (annex 9) avaluativa a cada infant. A més, les receptes també seran elements avaluatius.

5.7.2 Segon cicle

Durant el primer trimestre, es durà a terme l'activitat Diccionari i bústia. En el segon, el Ramat de gomets. Finalment, durant el darrer i tercer trimestre es farà l'Estrella positiva.

Taula 9

ACTIVITAT 4: DICCIONARI I BÚSTIA (ampliació a l'annex 10)

Descripció

Com a preparació prèvia, les primeres setmanes del curs, després del pati, com a mètode de relaxació, es llegirà un capítol del llibre "Abcemociones", un recull d'històries protagonitzades per animals que treballen i xerren sobre les emocions.

Després de diverses setmanes llegint aquestes històries, els infants crearan un diccionari d'emocions. Primer, es farà un llistat de les emocions que volem incloure dins el nostre diccionari a la pissarra a partir de la participació activa dels nins. Després, mitjançant un sorteig, cada nin s'encarregarà de descriure una emoció a partir d'una fitxa (annex 11) proporcionada pel docent i amb l'ajuda d'aquest. Una vegada hagin acabat, s'ajuntaran totes les emocions a manera de llibre i quedarà a disposició de la classe per consultar-lo quan vulguin.

La creació del diccionari facilitarà l'enteniment de la segona part d'aquesta seqüència: la bústia. El docent durà a l'aula una bústia d'emocions decorada amb la temàtica i s'explicarà als infants que durant el dia, si viuen alguna situació que els hi desperti una emoció i la volen compartir, podran ficar un paper (annex 12) que té dues preguntes: *què ha passat?* i *com m'he sentit?*. Al final del dia, es dedicarà una estona a llegir els papers, sigui de manera anònima o pública, per iniciar petits debats sobre les situacions que han tengut lloc durant el dia.

Temporalització

Aquesta sessió tindrà una durada de 60 minuts. Cal tenir en compte que té unes setmanes de preparació prèvia i un resultat final que es durà a terme durant tot el curs (i que es podria continuar fent a cursos següents).

Avaluació

Mitjançant l'observació directa durant la realització del diccionari, el docent emplenarà una rúbrica (annex 13). D'altra banda, també tindrà com a elements d'avaluació els papers de la bústia.

Taula 10

ACTIVITAT 5: RAMAT DE GOMETS (ampliació a l'annex 14)

Descripció

El docent dirà a l'alumnat que es col·loqui en una filera amb els ulls tancats. Anirà passant per cada un i li aferrarà un gomet d'un color i forma (per exemple, un verd) al front. Els nins no podran veure quin color duen al front. El docent farà servir tres tipus de gomets. Per tant, tots els infants duran, per exemple, o un gomet verd, o un vermell o un taronja. No obstant això, triarà a un nin al qual li posarà un gomet completament diferent del de la resta, per exemple, blau. Una vegada tots tinguin el gomet aferrat al front, indicarà que poden obrir els ulls i que tenen cinc minuts per agrupar-se per colors sense parlar ni fer gestos. En aquest moment, el docent anirà observant com es comporten els infants, de quina manera s'agrupen i, evidentment, com se sent el nin amb el gomet diferent, o si qualche grup l'ha volgut incloure en el seu grup.

Aquesta dinàmica es finalitzarà amb una rotllana on tots els infants compartiran les emocions que han experimentat durant l'activitat, sobretot l'infant amb el gomet diferent. Cal indicar que aquesta activitat es du a terme durant el darrer trimestre, ja que així el docent coneix en profunditat l'alumnat i pot fer una bona selecció de l'alumne que queda sense grup. Finalment, es crearà un pòster amb la col·laboració de tots els nins per reflexionar sobre la situació de l'alumne del gomet diferent. S'afegiran punts sobre: com s'ha sentit aquesta persona? quines evidències físiques hem vist en ell mentre es duia a terme l'activitat? què podem fer per ajudar a aquesta persona?

Temporalització

Aquesta activitat està plantejada per impartir-se durant una sessió de 45 minuts.

Avaluació

L'avaluació es durà a terme mitjançant l'observació directa. Un altre element avaluatiu és el pòster final per reflexionar sobre l'activitat.

Taula 11

ACTIVITAT 6: L'ESTRELLA POSITIVA (ampliació a l'annex 15)

Descripció

Aquesta activitat consisteix a dividir l'aula en grups de sis nins. El docent donarà un paper amb una estrella dibuixada a cada un infant (annex 16). A continuació, cada un escriurà el seu nom al mig de l'estrella. Després, cada nin passarà la seva estrella al company de la dreta i aquest haurà d'escriure un tret positiu de l'amo de l'estrella a una de les puntes. L'estrella s'anirà passant cap a la dreta fins a tenir totes les puntes completades. Finalment,

l'infant tornarà a tenir la seva estrella plena de comentaris positius cap a ell i els llegirà per tal de conèixer que pensen els seus companys d'ell. La podran decorar com vulguin i es penjaran totes les estrelles a la paret de l'aula.

Temporalització

Aquesta activitat està plantejada per impartir-se durant una sessió de 45 minuts.

Avaluació

Es durà a terme una petita i ràpida avaluació d'aquesta dinàmica mitjançant la tècnica del semàfor. El docent col·locarà un gomet vermell en terra, un taronja i un verd. Anirà demanant preguntes en veu alta (per exemple, com m'he sentit després de llegir els comentaris dels meus companys) i els infants es col·locaran darrere el gomet amb què s'identifiquin, essent el vermell una resposta negativa, el taronja intermèdia i el verd positiva.

5.7.3 Tercer cicle

Durant el primer trimestre, es durà a terme l'activitat La meva maleta d'emocions. En el segon, l'Amic invisible. Finalment, durant el darrer i tercer trimestre es farà M'escric una carta.

Taula 12

ACTIVITAT 7: LA MEVA MALETA D'EMOCIONS (ampliació a l'annex 17)

Descripció

Aquesta activitat consisteix a donar a cada infant una fitxa (annex 18) amb una maleta vermella i una altra amb una maleta verda. El que haurà de fer és escriure trets que consideri negatius sobre ell o que li preocupin a la maleta vermella i trets positius a la verda. D'aquesta manera, es descriuen i s'analitzen a ells mateixos. Una vegada hagin acabat les maletes, el docent les recullirà totes i es farà una rotllana. De manera anònima, el mestre anirà llegint alguns trets de les maletes vermelles per iniciar la reflexió dels mateixos infants sobre els problemes que tenen alguns companys. Per exemple, si qualche nin ha escrit: "Em sent tot sol a l'hora del pati", doncs el docent fomentarà la participació dels infants per intentar ajuda a aquest company: què podem fer per ajudar-lo? com es deu sentir?

D'aquesta manera, el docent analitzarà les diferents maletes dels infants i quina és la visió que tenen d'ells mateixos i com els mateixos companys s'ajuden entre ells.

Temporalització

Aquesta activitat està plantejada per impartir-se durant una sessió de 45 minuts.

Avaluació

A part de l'observació directa, el docent avaluarà l'activitat amb la tècnica del termòmetre. Cada nin rebrà, al final de la classe, una fitxa amb un termòmetre (annex 19) i hauran d'indicar com s'han sentit durant l'activitat i el perquè.

Taula 13

ACTIVITAT 8: AMIC INVISIBLE (ampliació a l'annex 20)

Descripció

L'inici d'aquesta activitat començarà amb una pregunta: què vol dir cuidar? Per tant, es durà a terme una pluja d'idees a la pissarra sobre el que vol dir aquesta paraula i com ens hem de cuidar els uns als altres. Tots els nins aniran aportant les seves idees i el docent les apuntarà. Després d'aquesta part, cada nin escriurà a un petit paper el seu nom i es ficaran tots dins una bossa. A continuació, cada infant agafarà un paper de la bossa on estarà escrit el nom d'un company seu, aquest serà el seu amic invisible. Els nins han de mantenir

en secret el nom del seu amic invisible. Ara bé, s'explicarà als infants que, durant quinze dies, hauran de cuidar al seu amic invisible. Ells ja sabran que vol dir cuidar i com s'ha de cuidar a algú (preocupant-se per ell, ajudant-lo, demanant-li com es troba, si necessita alguna cosa, fer-li un detall...). Quan hagin passat les dues setmanes, els infants compartiran qui creuen que ha estat el seu amic invisible i es descobriran tots els secrets. Finalment, cada nin emplenarà una fitxa d'autoavaluació (annex 21) per expressar com s'ha sentit i com ha viscut aquesta experiència. A més, també emplenarà una de coavaluació (annex 22), per avaluar al company que l'ha cuidat durant els quinze dies.

Temporalització

La preparació d'aquesta activitat es durà a terme durant una sessió de 30 minuts. El desenvolupament de la dinàmica seran dues setmanes, mentre que la resolució final tindrà lloc durant una altra sessió de 30 minuts.

Avaluació

Per avaluar l'activitat, el docent farà ús de l'observació directa, de la fitxa d'autoavaluació i de la de coavaluació.

Taula 14

ACTIVITAT 9: M'ESCRIC UNA CARTA (ampliació a l'annex 23)

Descripció

Aquesta activitat consisteix a que cada infant s'escriurà una carta a ell mateix. El docent deixarà molt clar que aquesta carta tan sols la llegirà el mateix nin i ningú més, així s'aconseguirà que els infants siguin honestos, sincers i s'obrin el més possible. L'estructura de la carta haurà de ser la següent:

- Com es troba l'infant emocionalment avui dia (emocions, sentiments que el defineixen) i la corresponent justificació.
- Quines experiències felices ha tengut en els darrers mesos, quins descobriments sobre ell mateix ha fet, quines coses l'han fet més feliç...
- Quines experiències més negatives ha tengut, quines preocupacions té...
- Com es voldria sentir en un futur, quins objectius voldria complir...

Aquesta activitat pot complementar-se amb l'activitat 7 (La meva maleta d'emocions) i l'infant pot fer servir les seves maletes per anar completant la seva carta. Amb aquest exercici s'aconseguirà que l'infant crei una imatge sincera d'ell mateix. L'objectiu és donar aquesta carta a l'infant un any després, perquè pugui contrastar el que sentia abans i el que sent en el futur moment d'ell mateix.

Temporalització

Aquest exercici tindrà una durada de 45 minuts. Així mateix, l'objectiu és tornar a retomar l'activitat un any després i reflexionar sobre l'interior de la carta.

Avaluació

L'avaluació d'aquesta dinàmica es farà mitjançant l'observació per part del docent. Aquest es fixarà si els infants tenen complicacions a l'hora d'explicar-se o no. L'avaluació més significativa es farà l'any després, on el docent podrà avaluar les reflexions dels infants i la visió que tenen d'ells mateixos un any després.

6. Conclusions

Partint de l'anàlisi que s'ha dut a terme al voltant dels tres eixos principals del treball (emocions, intel·ligència emocional i educació emocional) en relació amb la seva concepció, la seva evolució i la legislació que ho regula, podem extreure les següents conclusions.

En primer lloc, podem observar que les emocions formen part de nosaltres mateixos i que tenen un paper fonamental dins les nostres vides. Per tant, és evident la importància de la seva gestió.

Partint d'aquest concepte, l'anàlisi del recorregut del terme "intel·ligència" deixa palès que hi ha hagut una clara evolució. Si en un principi partíem d'un concepte tancat, referit tan sols a una capacitat intel·lectual; ara ens trobam en una situació oberta, on es contemplen diverses intel·ligències, entre elles l'emocional. Aquest fet suposa un avanç per entendre que som éssers emocionals i que dins la nostra ment hi ha espai per les emocions en dos sentits: tant en l'àmbit personal (intrapersonal), com social (intrapersonal).

Així doncs, aquesta intel·ligència, que ja sorgeix a finals del segle XX i va augmentant la seva repercussió cada vegada més, comença a desenvolupar-se en diverses teories i models complexos que permeten reconèixer la rellevància que tenen les emocions dins les nostres vides. Aquesta evolució es reflecteix, sobretot, en les competències emocionals i les dimensions que proposen els autors per donar una visió més completa del concepte.

Aquests canvis i transformacions que protagonitza el concepte d'intel·ligència emocional permeten donar lloc a un concepte que, com a futurs docents, cal tenir molt present: l'educació emocional. És realment amb aquesta eina que es podrà desplegar plenament la IE. No obstant això, no podem deixar de banda un factor essencial, que és la figura del docent. Hem vist com el docent ha d'adquirir unes competències per poder executar la seva tasca com a educador emocional.

Evidentment, l'anàlisi de la documentació que regula l'EE ha pogut evidenciar quina és la situació actual d'aquesta educació dins les aules d'educació primària. Veiem que el decret que regula el currículum té una finalitat i un objectiu on apareix de manera explícita l'educació emocional. A més, dins cada una de les competències bàsiques s'ha extret la vinculació, implícita o explícita, amb les emocions, fet que afavoreix l'EE. Cal destacar també que, mitjançant l'anàlisi de les diferents matèries, s'ha pogut observar que algunes tenen en compte aquesta educació, però altres no. Aquest fet ens indica que no totes les

matèries, de manera oficial, vetllen pel desenvolupament de l'EE. Finalment, el PAT ens permet extreure la idea que la funció tutorial sí que pretén fer un seguiment emocional de l'alumnat i ajudar-lo en el seu desenvolupament, ja sigui de manera individual com social (dins l'àmbit escolar, familiar, entre altres).

D'aquesta manera, tot aquest recorregut teòric permet demostrar que els quatre primers objectius plantejats al segon apartat del treball s'han assolit. És a dir, s'ha analitzat en profunditat el concepte d'emoció i el paper que té dins les nostres vides, s'ha revisat com es treballa l'educació emocional actualment dins el nostre sistema educatiu, s'han analitzat i revisat les aportacions teòriques relacionades amb la intel·ligència emocional i l'educació emocional, i s'ha valorat la importància del desenvolupament emocional per aconseguir un desenvolupament integral dels infants.

Aquest darrer objectiu es veu obtingut també amb l'elaboració de la proposta didàctica plantejada a l'apartat cinc, que compleix amb el cinquè objectiu. A partir d'una proposta que vol fer feina sobre l'IE de manera transversal i a tots els cursos d'educació primària, es vol fomentar i potenciar el desenvolupament emocional de l'alumnat d'Educació Primària (sisè i darrer objectiu).

Encara que s'hagin assolit els objectius inicials, cal tenir present la feblesa que presenta el treball. La principal feblesa seria el fet de no haver posat en pràctica la proposta didàctica, ja que això no permet tenir uns resultats a analitzar i veure si aquesta realment és útil en termes de desenvolupament emocional.

Així doncs, si el present TFG tingués una segona part, aquesta consistiria a posar en pràctica la proposta didàctica plantejada per tal de comprovar si corrobora la fonamentació teòrica que s'ha exposat i enriquir el meu treball amb els resultats de la proposta i unes conclusions encara més fomentades.

Cal destacar que l'elaboració de l'actual treball m'ha permès formar-me dins aquesta matèria d'una manera molt profunda. Si la meva justificació de l'elecció d'aquest tema va ser a causa de la importància que crec que tenen les emocions, després d'haver fet aquest projecte puc reforçar la meva idea i reafirmar que l'educació emocional és una eina

fonamental. Les idees teòriques defensen que el desenvolupament emocional de l'alumnat obté infants predisposats a tenir èxit en tots els àmbits de la seva vida. A més, que les emocions guien els aprenentatges i, per tant, afavoreixen el desenvolupament d'altres competències.

D'altra banda, he comprès que una de les finalitats més essencials dins l'EP és aconseguir desenvolupar un alumnat intel·ligent en tots els sentits i capaç de gestionar les situacions emocionals de la seva vida adientment.

Així doncs, cal emfatitzar un pic més en la importància de l'educació emocional dins l'etapa d'Educació Primària com a eina de canvi i desenvolupament dels infants. Les emocions són essencials, ja que són el motor que mou el nostre món interior.

7. Bibliografia

Abarca, M., Marzo, L., i Sala, J. (2002). La educación emocional y la interacción profesor/a-alumno/a. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 5 3, 1-4.

Agulló i Barbé, M. (2016). Educación Emocional en la Escuela Primaria. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatria de enlace*, 120, 87-88.

Armstrong, T. (2014) *Inteligencias múltiples en el aula, guía práctica para educadores*. Paidós.

Asociación de Academias de la Lengua Española (s.f.). *Real Academia Española*.
<https://www.rae.es>

Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, supl., 13-25.

Bisquerra Alzina, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Praxis.

Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21, (1), 7-43.

Bisquerra Alzina, B. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 95-114.

Bisquerra Alzina, R. (2006). Orientación psicopedagógica y educación emocional. *Estudios sobre Educación*, 11, 9-25.

Bisquerra Alzina, R., i Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82.

Bisquerra Alzina, B. (2011). Educación emocional. *Padres y maestros*, 337, 5-8.

Bisquerra Alzina, R. (2016). *10 ideas claves. Educación emocional*. Graó.

Bisquerra Alzina, B. (s.d.). El contexto en que aparece la inteligencia emocional. *Rafael Bisquerra. Educación emocional, RIEEB*. <https://www.rafaelbisquerra.com/>

Bisquerra Alzina, B. (s.d.). Los objetivos de la educación emocional. *Rafael Bisquerra. Educación emocional, RIEEB*. <https://www.rafaelbisquerra.com/>

Buitrón, S., i Navarrete, P. (2008). El docente en el desarrollo de la inteligencia emocional: reflexiones y estrategias. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 1, 1-8.

Cabas, K., González, Y., i Hoyos, P. (2017). Teorías de la inteligencia y su aplicación en las organizaciones en el siglo XXI: Una revisión. *Clío America*, 11 (22).

CAIB. (2022). *Informació del Departament d'Inspecció Educativa-Documents institucionals*.

http://www.caib.es/sites/inspeccioeducativa/ca/documents_institucionals/.

Campayo, R., i Sánchez, M. (2020). Inteligencia emocional en maestros de educación primaria: una propuesta práctica para su desarrollo. *Edetania*, 58, 55-78.

Caro, M.T., González, M., Valverde, M.T. (2013). Las competencias básicas: origen, definición y estrategias didácticas en Lengua y Literatura. *Digitum: Repositorio Institucional de la Universidad de Murcia*.

Cejudo, J i López-Delgado, M. (2017). Importancia de la inteligencia emocional en la práctica docente. *Psicología educativa*, 23, 29-36.

Chamarro, A., i Oberst, U. (2004). Modelo teóricos en Inteligencia emocional y su medida. *Aloma: revista de psicología, ciència de l'educació i de l'esport*, 14, 209-2017.

Colom Marañón, R., Andrés-Pueyo, A. (1999). El estudio de la inteligencia humana: recapitulación ante el cambio de milenio. *Psicothema*, 11 (3), 453-473.

Contini, N. (2005). La inteligencia emocional, social y el conocimiento tácito. Su valor en la vida cotidiana. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, 5, 63-80.

Couñago, A. (18 de agosto de 2020). El concepto de inteligencia y su evolución. *Eresmamá*. <https://eresmama.com/concepto-inteligencia-su-evolucion/>

Danvila del Valle, I i Sastre Castillo, M. (2010). Inteligencia Emocional: una revisión del concepto y líneas de investigación. *Cuadernos de Estudios Empresariales*, 20, 107-126.

Decret 32/2014, de 18 de Juliol de 2014, pel qual s'estableix el currículum de l'educació primària a les Illes Balears. *Bolletí oficial de les Illes Balears (BOIB)*. Palma, 18 de Juliol de 2014, núm. 097.

Delgado, B. (1995). Introducción al estudio de la inteligencia: teorías cognitivas. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado: RIFOP*, (23), 149-162.

Espigares Navarro, J.M. (2009). La vida afectiva: motivación, sentimientos y emoción. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*, (4), 1-8.

Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. (2004). La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. *Revista Iberoamericana de Educación*, 34 (3).

García, J.A. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, 3 (1), 1-24.

García, L., Valenzuela, M. E. y Miranda, J. F. (2012). Inteligencia emocional en niños de sexto grado de contextos urbano, urbano marginado, rural e indígena. *Revista Electrónica de Investigación Educativa Sonorense*, 4(12), 7-25.

Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Paidós

Gardner, H. (2001). *La inteligencia reformulada: Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Paidós.

GOIB. (2022). *Currículums educació CAIB-Educació primària*. https://intranet.caib.es/sites/curriculum/ca/educacia_primaria/.

Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Critería Salvat.

González, I. (2011). *La inteligencia*. Norkas.

Molina García, L. (2018). La educación emocional y el papel en la docencia. *Hekademos: revista educativa digital*, 25, 16-23.

Morales, A.B. (2010). La acción tutorial en Educación. *Revista Educativa Digital Hekademos*, 7, 95-114.

Oliveros, P., i Verónica, B. (2018). La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra. *Revista de Investigación*, 42 (93), 95-106.

Pérez, E. i Medrano L.A. (2013). Teorías contemporáneas de la inteligencia. Una revisión crítica de la literatura. *Psiencia. Revista latinoamericana de ciencia psicológica*, 5 (2), 105-118.

Pérez, J.C., García, E., Bisquerra, R. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Síntesis.

Pérez, N. i Castelón J.L. (2006). Relaciones entre la inteligencia emocional y el cociente intelectual con el rendimiento académico en estudiades universitarios. *R.E.M.E. Revista electrónica de motivación y emoción*, 9 (22).

Resolución del director general de Planificación, Ordenación y Centros de 27 de julio de 2020. *Bolletí oficial de les Illes Balears (BOIB)*. Palma, 27 de Juliol de 2020, núm. 133, fascicle 130, secció III, 25927-25951.

Reeve, J. (2010) *Motivación y emoción*. Quinta Edición. México: McGraw-Hill.

Salmerón Vílchez, P. (2002). Evolución de los conceptos sobre inteligencia. Planteamientos actuales de la inteligencia emocional para la orientación educativa. *Educación XX1: Revista de la Facultad de Educación*, (5), 97-122.

Salovey, P. i Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.

Valenzuela-Santoyo, A i Portillo-Peñuelas, S. (2018). La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico. *Revista Electrónica Educare*, 22(3), 228-242.

Vergaray Solís, R. P., Farfán Pimentel, J. F., i Reynosa Navarro, E. (2021). Educación emocional en niños de primaria: una revisión sistemática. *Revista Científica, Cultura, Comunicación y Desarrollo*, 6(2), 19-24.

Villamizar, G. Donoso, R. (2013). Definiciones y teoría sobre inteligencia. Revisión Histórica. *Psicogente*, 16 (30), 407-423.

8. Annexos

Annex 1: Taula sobre el procés documental

PROCÉS DOCUMENTAL

Document	Tipus de document	Base de dades	Paraules clau	Filtres
Agulló i Barbé, M. (2016). Educación Emocional en la Escuela Primaria. <i>Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace</i> , 120, 87-88.	Article de revista online	Dialnet	“Educación emocional”, “Educación Primaria”	Article de revista Text complet
Bisquerra Alzina, B. (2011). Educación emocional. <i>Padres y maestros</i> , 337, 5-8.	Article de revista online	Dialnet	“Educación emocional”, “Rafael Bisquerra”	Article de revista Text complet
Bisquerra Alzina, B. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. <i>Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado</i> , 19 (3), 95-114.	Article de revista online	Dialnet	“Educación emocional”, “Rafael Bisquerra”	Article de revista Text complet
Cejudo, J i López-Delgado, M. (2017). Importancia de la inteligencia emocional en la práctica docente. <i>Psicología educativa</i> , 23, 29-36.	Article de revista online	Dialnet	“Inteligencia emocional”, “Educación Primària”	Article de revista Text complet

Danvila del Valle, I i Sastre Castillo, M. (2010). Inteligencia Emocional: una revisión del concepto y líneas de investigación. <i>Cuadernos de Estudios Empresariales</i> , 20, 107-126.	Article de revista online	Google Scholar	“Inteligencia emocional”	Articles de revisió
Vergaray Solís, R. P., Farfán Pimentel, J. F., i Reynosa Navarro, E. (2021). Educación emocional en niños de primaria: una revisión sistemática. <i>Revista Científica, Cultura, Comunicación y Desarrollo</i> , 6(2), 19-24.	Article de revista online	Google Scholar	“Educación emocional”, “Educación Primaria”	Articles de revisió
Valenzuela-Santoyo, A i Portillo-Peñuelas, S. (2018). La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico. <i>Revista Electrónica Educare</i> , 22(3), 228-242.	Article de revista online	Google Scholar	“Inteligencia emocional”, “Educación Primària”	
Goleman, D. (1995). <i>Inteligencia emocional</i> . Criteria Salvat.	Llibre en físic			
Gardner, H. (1995). <i>Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica</i> . Paidós	Llibre en físic			

Buitrón, S i Navarrete, P. (2008). El docente en el desarrollo de la inteligencia emocional. <i>RIDU</i> , 4 (1).	Article de revista online	Dialnet	“Rol docente”, “Educación emocional”	Article de revista Text complet
Molina García, L. (2018). La educación emocional y el papel en la docencia. <i>Hekademos: revista educativa digital</i> , 25, 16-23.	Article de revista online	Dialnet	“Rol docente”, “Educación emocional”	Article de revista Text complet

Annex 2: Taula sobre intel·ligències múltiples

INTEL·LIGÈNCIES MÚLTIPLES

Intel·ligència	Descripció
Intel·ligència musical	La capacitat de percebre i produir música està força desenvolupada. Armstrong (2014) destaca la capacitat de percebre, discriminar, transformar i expressar les diferents formes musicals.
Intel·ligència cinètico-corporal	Fa referència a la capacitat d'executar moviments i habilitats motrius. És a dir, correspon amb el moviment del cos.
Intel·ligència lògico-matemàtica	Els aspectes relacionats amb el procés de resolució de problemes, calcul matemàtic i la lògica els trobam dins aquesta intel·ligència. Podem dir que aquesta fa referència a l'únic tipus de capacitats intel·lectuals que es contemplaven antigament.
Intel·ligència lingüística	Es refereix a la capacitat de dominar el llenguatge en tots els seus aspectes (llenguatge oral, escrit, verbal, no verbal...).
Intel·ligència espacial	És la capacitat d'examinar el nostre entorn i saber-ho interpretar. És a dir, fa referència a l'ús de mapes, a la visualització d'objectes des d'angles diferents, a les arts visuals...
Intel·ligència interpersonal	L'empatia juga un paper essencial dins aquesta intel·ligència, ja que es refereix a l'habilitat de conèixer els estats d'ànims, les motivacions, els sentiments, entre altres, dels altres. Villamizar i Donoso (2013)

	afirmen que és la capacitat per comprendre les accions dels altres. A més, Armstrong (2014) afegeix que no només cal interpretar els senyals, sinó que hem de ser capaços de respondre-les eficaçment.
Intel·ligència intrapersonal	Definim aquesta intel·ligència com el coneixement del nostre món interior. Amb altres paraules, és la capacitat d'endinsar-nos en la nostra vida emocional i interpretar-la i gestionar-la correctament. Villamizar i Donoso (2013) la defineixen com l'habilitat de comprendre's a un mateix, mentre que Armstrong (2014) enumera alguns factors que hi tenen rellevància, com l'autoestima, l'autocomprensió, els desitjos i motivacions interiors, l'estat d'ànim, entre altres.
Intel·ligència naturalista.	És la capacitat de distingir i catalogar les espècies (tan de fauna com flora) que trobam al nostre entorn. D'altra banda, Armstrong (2014) afegeix, amb altres paraules, que aquesta intel·ligència ens permet conèixer el món que ens envolta cuidant els éssers vius que hi viuen.

Nota. Aquesta taula mostra les set primeres intel·ligències segons Gardner (1995) i la vuitena que va afegir més tard, segons Gardner (2001).

Annex 3: Aplicació activitat 1

ACTIVITAT 1: EMOCIÒMETRE

Competències clau

- Competència en comunicació lingüística.
- Aprendre a aprendre.
- Competències socials i cíviques.
- Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Consciència i expressions culturals.

Objectius

- Ser conscient de les mateixes emocions però també les dels altres.
- Saber posar nom a les emocions i comprendre-les.
- Saber expressar-se emocionalment de manera correcta i entendre que les emocions influeixen en els comportaments i viceversa.
- Ser competent a l'hora d'expressar-se emocionalment de manera adient
- Dominar les habilitats socials (respecte, comunicació receptiva i cooperació)

Recursos

- El conte
- Material escolar per decorar els monstres
- Gafes

Annex 4: Rúbrica avaluativa activitat 1

Rúbrica avaluativa Emociòmetre (activitat 1)
Nom de l'alumne/a _____

	Expert	Aprendiu	Principiant
Escolta activa			
Participació			
Feina en grup			
Interès			
Comprensió de les emocions			
*Es marcarà amb una creu la casella.			

Annex 5: Aplicació activitat 2

ACTIVITAT 2: XARXA DE COHESIÓ

Competències clau

- Competència en comunicació lingüística.
- Aprendre a aprendre.
- Competències socials i cíviques.
- Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.




Objectius

- Crear un clima de cohesió entre l'alumnat de l'aula
- Fomentar la sinceritat i l'empatia
- Saber expressar-se emocionalment de manera correcta
- Saber mantenir relacions socials bones i positives amb altres persones
- Tenir l'habilitat per generar emocions positives.
- Dominar les habilitats socials (respecte, comunicació receptiva, comunicació expressiva, cooperació, assertivitat, resolució de conflictes, gestió emocional...)
- Actuar de manera responsable i adient en la vida social

Recursos

- Cabdell de llana

Annex 6: Fitxa autoavaluativa activitat 2

Fitxa autoavaluativa Xarxa de cohesió (activitat 2)			
El meu nom _____			
			
Com m'he sentit quan m'han dedicat unes paraules?			
Com m'he sentit			

quan he dedicat les paraules?			
Ha estat fàcil dedicar les paraules?			
M'agraden aquestes activitats			
*Es marcarà amb una creu la casella.			

Annex 7: Aplicació activitat 3

ACTIVITAT 3: RECEPТА DE FELICITAT

Competències clau

- Competència en comunicació lingüística.
- Competència digital.
- Aprendre a aprendre.
- Competències socials i cíviques.
- Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Consciència i expressions culturals.

Objectius

- Saber posar nom a les emocions i comprendre-les.
- Entendre que les emocions influeixen en els comportaments i viceversa.
- Aprofundir en l'emoció de l'alegria i la felicitat.
- Tenir l'habilitat per generar emocions positives.




Recursos

- Vídeo Inside Out
- Fitxes per dur a terme la recepta
- Material escolar

Annex 8: Fitxa per desenvolupar activitat 3

[Recepta de felicitat](#)

Annex 9: Fitxa autoavaluativa activitat 3

Fitxa autoavaluativa Recepta de felicitat (activitat 3)			
El meu nom _____			
			
Entenc què és la felicitat?			
M'adon quan sóc feliç?			

M'agrada fer feliç als altres?			
M'agrada que els altres em facin feliç?			
Posa exemples de coses que et facin feliç:			
Explica un moment on et vares sentir feliç i perquè:			
*Es marcarà amb una creu la casella.			

Annex 10: Aplicació activitat 4

ACTIVITAT 4: DICCIONARI I BÚSTIA

Competències clau

- Competència en comunicació lingüística.
- Aprendre a aprendre.
- Competències socials i cíviques.
- Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.

Objectius

- Ser conscient de les mateixes emocions però també les dels altres.
- Saber posar nom a les emocions i comprendre-les.
- Saber expressar-se emocionalment de manera correcta i entendre que les emocions influeixen en els comportaments i viceversa.
- Ser competent a l'hora d'expressar-se emocionalment de manera adient
- Saber regular-se emocionalment de manera adient
- Ser capaç d'afrontar les situacions emocionals de manera adient

Recursos

- Llibre Abecemociones
- Fitxes descriptives de les emocions
- Bústia

Annex 11: Fitxa descriptiva activitat 4

[Fitxa descripció de l'emoció](#)

Annex 12: Paper bústia activitat 4

[Paper bústia](#)

Annex 13: Rúbrica avaluativa activitat 4

Rúbrica avaluativa Diccionari i bústia (activitat 4)			
Nom de l'alumne/a _____			
	Expert	Aprendiu	Principiant
Comprèn les emocions			
Expressa les seves			

emocions (empra la bústia)			
Identifica les seves emocions			
Ha entès l'emoció que ha descrit a la fitxa			
Aporta idees en els debats de la bústia.			
*Es marcarà amb una creu la casella.			

Annex 14: Aplicació activitat 5

ACTIVITAT 5: RAMAT DE GOMETES

Competències clau

- Competència en comunicació lingüística.
- Competències socials i cíviques.
- Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.

Objectius

- Ser conscient de les mateixes emocions però també les dels altres
- Saber posar nom a les emocions i comprendre-les.
- Saber expressar-se emocionalment de manera correcta
- Ser competent a l'hora d'expressar-se emocionalment de manera adient
- Ser capaç d'afrontar les situacions emocionals de manera adient
- Saber mantenir relacions socials bones i positives amb altres persones
- Dominar les habilitats socials (empatia, respecte, cooperació)
- Ser capaç de procurar un benestar emocional

Recursos

- Gomets de tres colors
- Un gomet de color diferent dels anteriors

Annex 15: Aplicació activitat 6

ACTIVITAT 6: L'ESTRELLA POSITIVA

Competències clau

- Competència en comunicació lingüística.
- Aprendre a aprendre.
- Competències socials i cíviques.
- Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Consciència i expressions culturals.

Objectius

- Ser conscient de les mateixes emocions però també les dels altres.
- Saber expressar-se emocionalment de manera correcta
- Ser capaç d'afrontar les situacions emocionals de manera adient
- Dominar les habilitats socials
- Actuar de manera responsable i adient en la vida social
- Ser capaç de procurar un benestar emocional i generar experiències positives.
- Crear un clima positiu i cohesionat a l'aula

-
- Fomentar la sinceritat i l'empatia
-

Recursos

- Material escolar
 - Fitxa (annex 13) amb estrella
-

Annex 16: Fitxa per desenvolupar activitat 6

[Estrella positiva](#)

Annex 17: Aplicació activitat 7

ACTIVITAT 7: LA MEVA MALETA D'EMOCIONS

Competències clau

- Competència en comunicació lingüística.
 - Aprendre a aprendre.
 - Competències socials i cíviques.
 - Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.
-

Objectius

- Ser conscient de les mateixes emocions però també les dels altres.
 - Saber posar nom a les emocions i comprendre-les.
 - Saber expressar-se emocionalment de manera correcta i entendre que les emocions influeixen en els comportaments i viceversa.
 - Ser competent a l'hora d'expressar-se emocionalment de manera adient
 - Saber regular-se emocionalment de manera adient
 - Ser capaç d'afrontar les situacions emocionals de manera adient
 - Tenir l'habilitat per generar emocions positives.
-

Recursos

- Fitxes
-

Annex 18: Fitxes per desenvolupar activitat 7

[Maletes](#)

Annex 19: Fitxa avaluativa activitat 7

[Fitxa tècnica del termòmetre](#)

Annex 20: Aplicació activitat 8

ACTIVITAT 8: AMIC INVISIBLE

Competències clau

- Competència en comunicació lingüística.
 - Competències socials i cíviques.
 - Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.
-




Objectius

- Fomentar la cohesió grupal i la millora de les relacions.
 - Ser responsable i tenir un compromís constant.
 - Ser conscient de les mateixes emocions però també les dels altres
 - Tenir l'habilitat per generar emocions positives.
 - Saber mantenir relacions socials bones i positives amb altres persones.
 - Dominar les habilitats socials (respecte, assertivitat, gestió emocional...)
 - Ser capaç de procurar un benestar emocional i generar experiències positives.
-

Recursos




No serà necessari cap recurs.

Annex 21: Fitxa autoavaluativa activitat 8

Fitxa autoavaluativa Amic invisible (activitat 8)			
El meu nom _____			
			
He entès que vol dir cuidar?			
He cuidat correctament al meu amic invisible?			
He vist evidències positives en el meu amic invisible mentre el cuidava?			
Sóc capaç de cuidar als meus companys sense necessitat de dur a terme aquesta activitat?			
M'ha agradat tenir un amic invisible?			
Justifica la teva resposta →			
Posa alguns exemples sobre com has cuidat al teu amic invisible (per exemple, li he demanat si necessitava ajuda)			
*Es marcarà amb una creu la casella.			

Annex 22: Fitxa coavaluativa activitat 8

Fitxa coavaluativa Amic invisible (activitat 8)
El meu nom _____ Nom de qui m'ha cuidat _____

			
M'he sentit cuidat?			
Com m'he sentit durant aquestes dues setmanes en relació amb l'amic invisible?			
Crec que m'han cuidat correctament?			
Si la persona que m'ha cuidat no era molt amic meu, ara em sent millor amb ell?			
M'ha agradat ser cuidat?			
Justifica la teva resposta →			
Posa alguns exemples sobre com t'han cuidat			
*Es marcarà amb una creu la casella.			

Annex 23: Aplicació activitat 9

ACTIVITAT 9: M'escric una carta

Competències clau

- Competència en comunicació lingüística.
- Competències bàsiques en ciència i tecnologia.
- Competència digital.
- Aprendre a aprendre.
- Competències socials i cíviques.
- Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Consciència i expressions culturals.

Objectius

- Ser conscient de les mateixes emocions.
- Saber posar nom a les emocions i comprendre-les.
- Saber expressar-se emocionalment de manera correcta i entendre que les emocions influeixen en els comportaments i viceversa.
- Ser capaç d'afrontar les situacions emocionals de manera adient.
- Tenir l'habilitat per generar emocions positives.
- Tenir capacitat d'autogestió de l'autonomia personal

-
- Actuar de manera responsable i adient en la vida personal, familiar, social i laboral.
 - Ser capaç de fixar objectius, prendre decisions correctament, identificar ajuda, formar part de la ciutadania, procurar un benestar emocional i generar experiències positives.
-

Recursos

- Ordinadors
-