



EDUCACIÓ EMOCIONAL

Amb l'objectiu de formar persones competents que puguin esdevenir ciutadans de ple dret, oferim als nostres alumnes una formació que fomenta la sociabilitat i l'expressivitat emocional, tenint en compte tres àmbits: el cognitiu, l'emocional i el de valors morals.



Un dels trets que defineix la nostra escola és com incloem l'educació emocional en el projecte educatiu de centre. Ho fem des d'una **intervenció integral** on la tasca educativa està dirigida a saber pensar, a conèixer i gestionar les emocions i a respectar els valors morals.

Aprendre a pensar els ajuda a resoldre els problemes, a cercar solucions alternatives, a prendre decisions tenint en compte les conseqüències, a saber posar-se en el lloc de l'altre (empatia) i a marcar-se unes metes i lluitar per a

aconseguir-les.

Seguint la definició d'intel·ligència emocional proposada per Goleman ser intel·ligent a nivell emocional requereix potenciar una sèrie d'habilitats per captar i anomenar les emocions, per a generar-les espontàniament i adequar-les al context, per a entendre la causa i saber quina serà la conseqüència integrant-la en el pensament per arribar a prendre una decisió.

Identificar, conèixer i gestionar les emocions ajudarà els nostres alumnes a conèixer i viure el món emocional, utilitzant-les d'una manera adequada.



A més a més de saber pensar i controlar les emocions cal tenir valors morals. Aquests els ajudaran a distingir entre el que està bé i el que no ho està, a valorar el que és important, respectant la manera de ser i sentir dels altres. I a interioritzar normes que els ajudaran a conviure.

Aquesta tasca educativa es du a terme:

- en les àrees d'educació emocional de totes les etapes educatives, on es creen espais de treball motivadors i lúdics, aprofitant la comunicació per aprendre a expressar els sentiments i empatitzar amb els altres, desenvolupant així capacitats i habilitats cognitives, emocionals i socials que els ajuden a conèixer els valors de les seves conductes.
- vetllant pel benestar emocional de tots els alumnes, ja que s'intervé amb ells des de l'enfoc del Suport Conductual Positiu. Aquest és un model que

defineix la cultura social d'escola i estableix un sistema proactiu de comunicació alumne/professor facilitant el manteniment d'unes relacions socials adequades i respectuoses. Els valors els hi traspassem dient als nostres alumnes què esperem d'ells, reforçant el bon comportament i posant normes clares.

- amb l'entrenament del *Procés cognitiu de planificació* (què he de fer?, com ho puc fer?, ho faig bé?) quan s'ensenyen les diferents àrees d'aprenentatge. I té en compte la teoria del processament de les emocions, aconseguint aprenentatges d'alta qualitat i aprenentatges emocionalment positius.
- amb les diferents metodologies amb què eduquem els alumnes: amb el treball cooperatiu (on l'organització de la classe en petits grups per a resoldre les tasques acadèmiques permet tenir en compte els valors de socialització i inclusió), les comunitats d'aprenentatge (on la família participa a l'escola compartint moments d'educació emocional, intel·lectual i personal amb els seus fills), aprenentatge servei (on aprenen fent un servei a la comunitat, sentint-se emocionalment persones que poden ajudar i ensenyar als altres).



Metodologies que promouen l'autoconcepte i l'autoestima, ajudant a entendre les emocions (pròpies i dels altres), a gestionar-les (autoregulació emocional), a resoldre i prendre decisions (resolució de problemes i presa de decisions) i a millorar les relacions interpersonals (habilitats socials, acceptació de les diferències dels altres, interiorització de normes socials, responsabilitat social i assertivitat).