



NURIA REYES BELMONTE
2N BATXILLERAT
17-12-2019
PSICOPEDAGOGIA
I.E.S ROVIRA FORNS
ISA CHESA GARCIA

Moltes gràcies.

Aquest treball no ha sigut possible sense tota l'ajuda que he rebut per part de la gent que ha respost les meves enquestes, els suggeriments que m'han anat donant i les idees aportades de la meva tutora. Tot això ha fet que el projecte avancés perquè finalment obtingues uns bons resultats.

Un cop més,

Gràcies Isa.

RESUM

Les emocions són un punt clau per poder expressar el nostre estat d'ànim, i per reconèixer els sentiments de les persones del nostre voltant. Les 6 emocions primàries (alegria, tristesa, por, ira, fàstic i sorpresa) són innates, però no se sap si es desenvolupen durant els primers anys de vida. Amb aquest treball, he buscat informació sobre què són les emocions, tots els tipus que hi ha, amb les seves funcions, l'educació emocional i la intel·ligència emocional. Tenint en compte la teòrica, he decidit formular 3 diferents tipus d'enquestes, una per a familiars amb nens entre les edats de 3-5 anys, professors que donen classe a aquests cursos i la última per la societat en general, per veure la seva opinió respecte a aquest tema. A més a més, per concloure la part pràctica, he fet activitats amb 2 nens de 5 anys per veure si són capaços de reconèixer les 6 emocions primàries, i veure si les desenvolupen per afirmar la meva hipòtesi.

Paraules clau: emocions, intel·ligència emocional, educació emocional

ABSTRACT

Emotions are a key aspect in expressing our mood and recognizing the feelings of the people around us. The 6 primary emotions (happiness, sadness, fear, anger, disgust and surprise) are innate emotions but it is unknown if they are developed during the first years of life. With this work, I have looked for information about emotions, all types that exist, with their functions, emotional education and emotional intelligence. Taking this theoretical framework into account, I have decided to carry out 3 different types of surveys, one for relatives with children between the ages of 3-5 years, teachers who give classes to these courses and the latest for society in general, to know its opinion and knowledge regarding this topic. Furthermore, to conclude my practical part, I have done activities with 2 children of 5 years to see if they were able to recognize the 6 primary emotions, the innate ones, and to see if they develop them to be able to affirm my hypothesis.

Keywords: emotions, emotional intelligence, emotional education

ÍNDEX

1. Introducció	6
2. Objectius i hipòtesi	7
3. Metodologia emparada	7
4. Les emocions	8
4.1 Què són les emocions?	8
4.2 Classificació de les emocions	9
4.3 Funcions de les emocions	13
5. Conceptes relacionats amb les emocions	18
5.1 Intel·ligència emocional	18
6. Les emocions en l'àmbit educatiu	19
6.1 Què és l'educació?	19
6.2 Educació emocional	20
6.3 Com s'hauria de treballar les emocions als centres educatius?	22
6.4 Quina influència tenen les emocions sobre els nens petits?	24
7. Part pràctica	26
7.1 Gràfics i comparacions	26
7.2 Activitats dinàmiques amb els nens	34
Conclusions finals	43
Valoració crítica	45
Bibliografia	46
Annexos	50
Annex 1: Enquestes familiars.....	50
Annex 2: Enquestes professors	54
Annex 3: Enquestes societat.....	58
Annex 4: Fitxa d'emocions	63
Annex 5: Creació dau emocional	66
Annex 6: Plantilla dibuixos emocions	67

1. INTRODUCCIÓ

Abans de triar el tema pel meu treball de recerca, em vaig preguntar a mi mateixa que volia expressar en aquest treball, les condicions que havia de seguir per poder prendre una bona elecció sobre el tema. Vaig agafar un paper i un bolígraf i vaig arribar a la conclusió de què volia fer un treball sobre un tema que m'interessa, que no em deixes indiferent sobre el temari i que m'agradés, que fos interessant i no avorrit i preferiblement relacionat amb els nens petits. Volia un tema on pogués extreure uns resultats i unes conclusions després d'haver fet recerca sobre ell.

Després d'haver estat pensant molts temes i descartat d'altres, em vaig decidir estudiar les emocions i la seva influència durant l'etapa infantil. Des de petita deia que volia estudiar educació especial, volia ajudar als nens amb problemes, volia entrar en el món de l'educació i començar a entendre les emocions i els sentiments dels nens petits, i això em va donar una idea de com enfocar el meu treball, estudiar les emocions dels nens dins de l'àmbit educatiu. Quan vaig començar a buscar informació sobre les emocions, vaig començar a mostrar interès per saber si les emocions bàsiques les desenvolupem durant aquesta etapa o no. Finalment, vaig decidir-me per fer les dues opcions, buscar informació sobre les emocions en l'àmbit educatiu, però comprovar si les desenvolupem durant aquesta edat.

Personalment, crec que aquest tema està una mica infravalorat, ja que una gran part de la població no sap molt bé la definició de què és una emoció, no saben com influeixen a la nostra educació i a la nostra vida. Molts professors i professores no tenen suficient informació per saber com ajudar als nens petits a experimentar els seus sentiments. També penso que aquest tema és molt més interessant del que pensem perquè gràcies a elles podem arribar a entendre com som personalment en realitat i crec que cap persona s'atura a pensar-hi com hem aconseguit ser-ho.

Per aquests motius, he decidit fer la recerca pel meu treball sobre el món emotiu, ja que realment és un tema que m'interessa i considero que totes les persones n'haurien de saber més.

2. OBJECTIUS I HIPÒTESI

A part de buscar informació sobre que són les emocions, també he decidit fer recerca sobre com es classifiquen i quines són les seves funcions, alguns conceptes relacionats amb elles com la intel·ligència emocional i investigar la seva influència en l'àmbit educatiu, així com la seva definició, què és l'educació emocional i com s'hauria de treballar en els centres educatius.

El principal objectiu d'aquest treball, és veure la influència de les emocions a l'etapa infantil, és a dir, als nens de 3 a 5 anys. Partiré de la pregunta següent: ***em pregunto si es poden arribar a desenvolupar les 6 emocions primàries (felicitat, ira, tristesa, por, fàstic i sorpresa) durant l'etapa infantil.***

Per realitzar aquest treball, m'he proposat diverses metodologies de treball:

- Fer una recerca constant per poder extreure uns bons resultats finals.
- Conèixer el desenvolupament emocional dels nens i treballar amb ells.
- Poder realitzar diverses enquestes a diferents persones sobre el meu tema.

Amb aquesta investigació, vull aconseguir entendre el millor possible tot el món emocional dels nens petits. Vull treballar amb ells i aconseguir respondre la meua **hipòtesi** per veure si ***les emocions primàries s'arriben a desenvolupar en aquesta etapa o succeeix més endavant.***

3. METODOLOGIA EMPARADA

Per desenvolupar la meua part pràctica i comprovar la meua hipòtesi, he decidit fer diverses entrevistes. Primer, a diferents professors que donen classes a aquestes edats de varies escoles per veure de quina manera treballen les emocions dels nens petits, ja que crec que no tenen suficient informació. Segon, a familiars que hi tenen nens d'aquestes edats per veure com desenvolupen els seus fills les emocions. I per últim, als adolescents i gent que no tenen fills d'aquestes edats, per veure si son conscients de que són les emocions i tenen informació sobre aquest tema. També, he volgut preparar diferents activitats per fer amb els nens petits i poder observar com s'arriben a desenvolupar les emocions a aquestes edats

4. LES EMOCIONS

4.1 Què són les emocions?¹

Tots alguna vegada a la nostra vida ens hem preguntat que són les emocions i com podem definir-les. Hi ha infinites definicions molt diferents en referència seva, algunes més encertades i més complexes que d'altres.

El primer en parlar sobre les emocions va ser *Charles Darwin*², un naturalista anglès reconegut per ser el científic que va descobrir l'evolució biològica a través de la selecció natural. Ell va plantejar que les expressions de la cara no tenen el mateix significat en tot el món, d'aquesta manera va donar nom a les primeres 6 emocions fonamentals: felicitat, sorpresa, tristesa, fàstic, por i ira.

A continuació, hi trobem algunes definicions de diferents autors segons la seva visió sobre el significat de què és una emoció:

- Daniel Goleman³ (1946): *"Cuando digo controlar las emociones, quiero decir las emociones realmente estresantes e incapacitantes. Sentir emociones es lo que hace a nuestra vida rica"*
- Plató⁴ (427): *"Todo aprendizaje tiene una base emocional."*
- Van Gogh⁵ (1890): *"No olvidemos que las pequeñas emociones son los grandes capitanes de nuestras vidas y las obedecemos sin darnos cuenta."*

En aquestes definicions es pot veure perfectament que hi ha significats molt semblants. *Goleman*² ens diu que les nostres emocions ens creen, és a dir, que gràcies a elles som com som en realitat. *Plató*³ ens fa veure que no n'hi ha un sol dia en què les nostres emocions no estiguin present a la nostra vida i *Van Gogh*⁴ afirma que no les utilitzem conscientment, ja que elles són les encarregades de dirigir les nostres vides.

(1) Apartat extret de, <https://lamenteesmaravillosa.com/que-son-las-emociones/>

(2) **Charles Darwin**, naturalista i científic anglès que va descobrir la selecció natural amb la seva obra.

(3) **Daniel Goleman**, psicòleg nord-americà nascut en 1946 que va estudiar la intel·ligència emocional.

(4) **Plató**, filòsof grec, seguidor de Sòcrates que va elaborar la teoria de les idees.

(5) **Van Gogh**, pintor neerlandès nascut en 1853 que va exposar el postimpressionisme.

Després d'haver vist diferents punts de vista de diversos autors, podem definir-les com comportaments psicofisiològics que intenten representar les nostres respostes davant el medi i provocar una sèrie d'impulsos que ajuden a la pròpia responsabilitat davant la societat. S'encarreguen d'ajudar-nos a entendre i saber interpretar tot el món que ens envolta al llarg de la vida.

Normalment, creiem que el nostre comportament és només racional, però la realitat no és aquesta, ja que és molt més emocional del que creiem i pensem. Gràcies a les emocions podem arribar a interpretar de manera senzilla els sentiments aliens, ja que són el primer factor per les nostres relacions socials.

Diàriament, totes les persones experimentem una sèrie d'emocions que poden variar segons l'estat d'ànim. Aquestes expressions són les emocions, les causants de l'aparició dels sentiments, uns estats personals que ens ajuden a expressar-les, és a dir, emocions que determinen el nostre estat anímic.

4.2 Classificació de les emocions⁶

Un altre aspecte a considerar en l'estudi de les emocions és com es classifiquen. Cada un dels investigadors té la seva pròpia classificació, però tenint certa coincidència. Tots ells, diuen que les emocions estan situades en un eix que va del plaer al dolor. No es sap al 100% com es classifiquen, ja que no podem saber com s'agrupen però podem distingir diferents tipus:

1. Emocions primàries o bàsiques

Aquest tipus d'emocions són les que experimentem normalment durant la nostra vida quotidiana que son producte de resposta a un estímul concret sigui del nostre entorn o de les persones que participen en ell. Son innates i iguals per a tots els humans, independentment de la cultura.

Segons el psicòleg Paul Ekman⁷, va dir que les emocions bàsiques tenen una expressió facial universal. Segons ell, de les emocions primàries podem distingir 6 tipus diferents: tristesa, felicitat, sorpresa, fàstic, por i ira, de les quals parlaré a continuació:

(1) Apartat extret de, <https://lamenteesmaravillosa.com/que-son-las-emociones/>

(6) Apartat extret de, <https://laquiafemenina.com/psicologia/tipos-emociones>

(7) **Paul Ekman**, psicòleg social nord-americà nascut en 1934 pioner en l'estudi de l'emoció.

- Tristesa: La tristesa és una emoció de caràcter negatiu on podem observar que fem un procés de valoració sobre alguna cosa que ens ha passat a la nostra vida com la pèrdua d'algú o el fracàs com a persona. La tristesa la podem arribar a experimentar a través d'altres persones o com un mirall de nosaltres mateixos on podem veure records del passat o moments del futur. Normalment és expressada mitjançant el plor i actua de manera auto protectora, és a dir, ens protegeix a nosaltres mateixos. Malgrat les opinions de la gent respecte a aquesta emoció, cal destacar que també és capaç de complir funcions iguals o més importants que tota la resta d'emocions. Normalment l'emoció no dura gaire, dependrà de la causa.
- Felicitat o alegria: La felicitat o alegria és una emoció de caràcter positiu que arribem a experimentar totes les persones des del moment que naixem i a mesura que va passant el temps i que comencem a viure es converteix en una de les fonts més importants de motivació. Apareix en resposta a la resolució d'alguna meta personal i serveix de recompensa per aquelles conductes beneficioses per a un mateix. Està considerada com la principal base de supervivència durant els primers anys de vida, ja que ens enforteix el vincle que tenim amb els nostres pares. Aquesta emoció l'expressem normalment amb un somriure a la cara, els ulls oberts i brillants i amb un optimisme a la nostra ment
- Sorpresa: Aquesta emoció està considerada com un element neutre, ja que no té una resposta a un estímul de forma negativa ni positiva. Sentim la sensació de sorpresa quan ens passa alguna cosa totalment inesperada, és a dir, quan emetem un estímul imprevist. La seva funció és buidar la memòria de treball de tota activitat per poder fer front a l'estímul imprevist, és a dir, activa els processos d'atenció, conjunt amb la conducta d'exploració i curiositat. Aquesta emoció és freqüentment seguida per una altra emoció dependent de l'estímul imprevist, mostra naixi la seva positivitat si parlem d'alegria o negativitat si és la ira. L'expressió facial clau que ens indica quan una persona mostra aquesta emoció és la boca oberta, també hi trobem nerviosisme i impaciència.

(6) Apartat extret de, <https://laquiafemenina.com/psicologia/tipos-emociones>

- Fàstic: Aquesta sensació la sentim quan alguna cosa ens produeix repugnància i ens provoca directament evitar aquest estímul. El fàstic està considerat com un mecanisme de defensa que tenim totes les persones per poder protegir el nostre propi cos. Normalment, la funció que compleix el fàstic és rebutjar tots aquells estímuls que poden provocar una intoxicació, des del punt de vista social parlem del rebuig de tots aquells estímuls tòxics per nosaltres.
- Por: La por és una de les emocions més especials i més interessants que posseïm les persones i la més estudiada en el cas dels animals. És una emoció amb un estat emocional negatiu que ens permet experimentar quan estem en una situació de perill i automàticament el nostre cos reacciona i ens prepara per enfrontar o escapar de qualsevol problema que posi en perill la nostra vida. Aquesta emoció és subjectiva, ja que no totes les persones vivim la por de la mateixa manera perquè depèn de les nostres experiències i del nostre grau de coneixement per identificar el que considerem perillós o no per nosaltres. L'ansietat, l'angoixa i les fòbies són emocions associades a la por.
L'ansietat és una por imprecisa que no té causa, l'angoixa és l'ansietat portada a l'extrem i les fòbies són pors irracionals provocades per alguna cosa determinada. Durant aquesta emoció, el nostre ritme cardíac i respiratori s'accelera, sentim la sensació de voler fugir d'algun lloc provocant que la nostra ment bloquegi tota la resta d'activitats.
- Ira: Aquesta emoció sorgeix com a mecanisme d'autoprotecció quan ens sentim discriminats per altres persones del nostre entorn més proper. Normalment, arribar a produir un estímul de indignació, frustració i a vegades inclús ràbia. La ira té una funció bastant clara, ens dóna els recursos necessaris per fer front a una situació frustrant. Creix amb els pensaments obsessius i si es queda al nostre interior, es converteix en ressentiment. Pot generar violència. És necessari alliberar-la, ja que no és bo amagar-la i normalment l'expressió facial dóna por.

(6) Apartat extret de, <https://laquiafemenina.com/psicologia/tipos-emociones>

2. Emocions secundàries

Les emocions secundàries són les que succeeixen després de les bàsiques o primàries, ja que es generen per normes socials o morals apreses. No són emocions innates, ja que les obtenim quan anem creixent. Un clar exemple és quan experimenten l'emoció innata davant d'algun estímul principal (emocions bàsiques) que provoca una resposta a aquest estímul (emocions secundàries).

3. Emocions positives

A les emocions positives podem trobar a totes aquelles que quan les experimentem influeixen positivament en el nostre comportament i benestar, per això també són conegudes com emocions saludables. Ens ajuden a millorar la nostra manera de pensar i de veure el món. Hi ha una gran quantitat d'emocions positives, entre d'altres la gratitud, serenitat, esperança, orgull...

4. Emocions negatives

Quan experimentem emocions negatives, afecten negativament al nostre comportament, per això també podem denominar-les emocions tòxiques. Ens provoquen el desig d'evitar-les o evadir-les. Aquestes emocions són molt intenses i necessàries pel nostre aprenentatge personal. Aprendre a gestionar aquest tipus d'emoció és fonamental per poder aconseguir una bona salut. La por i la tristesa són emocions negatives però molt importants i imprescindibles.

5. Emocions socials

Les emocions socials no són innates, sinó que les experimentem gràcies a altres persones, familiars, amics, societat, mitjans de comunicació...Són emocions apreses culturalment com per exemple la gratitud, o la venjança perquè sorgeixen. Hi ha una confusió a l'hora de definir-les.

POSITIVES	NEGATIVES
Simpatia	Culpabilitat
Orgull	Gelosia
Gratitud	Enveja
Admiració	Indignació

Taula 1. Explicació de les emocions socials

(6) Apartat extret de, <https://laguiafemenina.com/psicologia/tipos-emociones>

6. Emocions ambigües

Aquestes emocions són les que no ens produeixen al 100% un estímul ni positiu, ni negatiu, sinó que ens donen una resposta neutra. La sorpresa és el clar exemple, ja que no ens fa sentir ni bé ni malament. Per aquest motiu reben aquest nom. També podem destacar l'esperança, ja que vivim una situació que no ens agrada i tenim confiança per aconseguir superar-lo o la compassió perquè sabem que una persona està malament i volem que sigui feliç.

7. Emocions estàtiques

Algunes persones també han fet referència les emocions estàtiques. Aquestes emocions són les que es produeixen gràcies a distints caràcters artístics com per exemple: la música o la pintura. Gràcies a aquests moviments podem arribar a sentir-nos molt feliços o molt tristos. Es viu en un context molt diferent, des del punt de vista artístic. Aquest tipus d'emoció poden ser experimentades per qualsevol persona, independentment de la cultura o sexe de la persona.

8. Emocions instrumentals

Les emocions instrumentals tenen com a objectiu aconseguir alguna cosa. S'expressen perquè s'ha après esperant una reacció. Són difícils de reconèixer perquè semblen molt naturals però podem veure que són emocions forçades i amaguen una intenció. Impliquen una gran intel·ligència emocional perquè es necessita molt control de l'emoció per poder arribar a obtenir una resposta.

4.3 Funcions de les emocions⁷

Totes les emocions tenen alguna funció que les fa útils i permeten que les persones puguin dur a terme les reaccions apropiades respecte la seva conducta independentment del que pugui provocar, ja que les emocions desagradables, també tenen funcions importants respecte l'adaptació social i personal. Fa falta identificar les funcions i relacionar-les amb el seu control, és a dir, perquè una emoció hi pugui dur a terme les seves funcions pròpies, s'ha de manifestar en un context apropiat i amb la intensitat necessària.

(6) Apartat extret de, <https://laquiafemenina.com/psicologia/tipos-emociones>

(7) Apartat extret de, <https://lamenteesmaravillosa.com/conoces-las-principales-funciones-de-las-emociones/>

Durant molts anys, s'ha considerat i vist a les emocions des d'un punt de vista negatiu, una forma incapaç de resoldre els problemes personals o socials que ens presenta la vida però realment aquest concepte no és del tot encertat, ja que les emocions seguiran existint encara que desaparegui l'espècie.

Johnmarshall Reeve⁸ és un dels autors que més ha contribuït a les últimes dècades a l'estudi i el coneixement de la motivació i les emocions. Concretament, aquest professor conjuntament amb altres autors importants amb grans coneixements sobre aquest tema, consideren que les principals funcions de les emocions són tres: l'adaptativa, la social i la motivacional.

1. Funció adaptativa

Una de les funcions més importants de les emocions, és la de preparar al nostre organisme perquè pugui dur a terme eficaçment una conducta que pugui respondre correctament a les exigències dirigides cap a un objectiu determinat.

Gràcies a aquesta capacitat adaptativa, podem arribar a desenvolupar de manera eficaç les nostres accions. Ens permet mobilitzar i emparar l'energia suficient i necessària per aconseguir apropar-nos o allunyar-nos cap a l'objectiu o la meta que tenim. Un exemple molt comú en la societat és quan ens apropem de manera involuntària a algú amb problemes sentimentals.

Aquesta rellevància de les emocions com a mecanisme adaptatiu ja va ser senyalitzada pel científic *Charles Darwin*¹, qui considerava personalment a les emocions com a facilitadores de conductes pròpiament adequades. Va formular una taula comparativa identificant cada emoció primària amb la seva funció adaptativa corresponent, la qual indicaria la seva utilitat.

EMOCIÓ PRIMÀRIA	FUNCIO ADAPTATIVA
Alegria	Afiliació
Fàstic	Rebuig
Ira	Autodefensa
Por	Protecció
Sorpresa	Exploració
Tristesa	Reintegració

Taula 2. Explicació de la funció adaptativa

(7) Apartat extret de, <https://lamenteesmaravillosa.com/conoces-las-principales-funciones-de-las-emociones/>

(8) **Johnmarshall Reeve**, autor que ha contribuït en l'estudi i el coneixement de la motivació i les emocions.

2. Funció social

L'expressió de les emocions facilita a la majoria de les persones interactuar amb altres de manera correcta i apropiada, és a dir, la interacció social. Ens permet a la resta predir el comportament associat amb elles i afavorir processos de relació interpersonal, ja que comuniquen els nostres estats afectius i expressen el nostre estat d'ànim. Serveixen perquè la resta de persones del nostre entorn puguin predir el nostre comportament, així com nosaltres el seu. La manifestació emocional és saludable i beneficiosa, ja que afavoreix de bona manera a la creació de xarxes d'ajut social.

A vegades les emocions són difícils de definir, per això cal tenir en compte que no només es pot expressar com ens sentim de manera oral, també podem observar, ja que si volem saber l'estat d'ànim d'alguna persona propera a nosaltres, a vegades és millor observar que no pas actuar. La nostra postura corporal o l'expressió facial són bastant més informatives que alguna altra manera d'actuar o de ser, ja que una imatge és molt més creïble.

A continuació, *Wenger*⁹, autor del llibre *Physiological Psychology*, va esmentar aquesta frase al seu propi llibre:

- Wenger, Jones & Jones⁹ (1962): "Casi todo el mundo piensa que sabe que es una emoción, hasta que intenta definirla. En este momento prácticamente nadie afirma poder entenderla."

Com va dir *Wenger*⁹, tothom es pensa que sap que és una emoció, però en realitat no ho saben, ja que a l'hora de definir-la no saben realment com fer-ho, no tenen coneixements sobre aquest tema. Aleshores, des d'aquest moment ningú afirma que entenen les emocions, ja que en veritat cap persona ho fa.

Per un altre costat, la pròpia repressió de les emocions també representa aquesta funció social, ja que per múltiples factors, algunes persones prefereixen amagar les seves expressions als altres limitant que es generi certa intimitat en les relacions socials.

(7) Apartat extret de, <https://lamenteesmaravillosa.com/conoces-las-principales-funciones-de-las-emociones/>

(9) **Wenger, Jones & Jones**, psicòleg i divulgador de les emocions

En termes generals, la inhibició emocional produeix malentesos i una càrrega fisiològica addicional. Es pot arribar a evitar, però també pot arribar a ser molt perjudicial tant per la persona com per a totes aquelles que l'envolten. Per això, poder manifestar els sentiments i explicar les nostres experiències emocionals de manera correcta i controlada és molt bo i beneficiós per nosaltres i pel nostre entorn, ja que ens permet conèixer i conèixer-nos.

2.1 Contagi social

La gran força de contagi social que tenen les emocions pot ser una de les moltes raons per les quals les persones positives semblen ser més atractives que les que tenen aspectes negatius. Tothom estem predisposats genèticament per deixar-nos portar per aquest contagi emocional.

3. Funció motivacional

Per últim, la funció motivacional, la qual és una altra de les funcions de les emocions considerada com una de les més rellevants. Fa referència i ens intenta explicar que tota conducta motivada per alguna acció, pot arribar a produir una reacció emocional i al seu torn provoca que la pròpia emoció faci possible l'aparició de diferents conductes motivadores i no d'altres diferents. Un exemple molt comú seria quan sentim alegria per una persona però a la vegada, també sentim motivació cap aquesta per veure-la millor.

Les emocions són el primer sistema motivacional per la conducta humana, és a dir, són les que fan que actuem d'una manera o una altra depèn de la motivació que tinguem. Juguen un paper crític respecte la motivació de la persona, així com en els processos de percepció, raonament i acció motivadora.

Per una part, la relació que s'estableix entre motivació i emoció és increïble, ja que les dues es complementen constantment, és a dir, una pot viure sense l'altre. No es limita al fet de què en tota conducta motivada es produeixin reaccions emocionals, sinó que una emoció pot determinar l'aparició de la pròpia conducta motivada, dirigir-la cap a l'objectiu prèviament marcat i provocar que s'executi amb intensitat. La pròpia emoció pot provocar la motivació que fa falta per arribar a la nostra meta.

(7) Apartat extret de, <https://lamenteesmaravillosa.com/conoces-las-principales-funciones-de-las-emociones/>

Aquesta emoció, no depèn del tipus d'emoció, sinó del grau de grat o desgrat de l'emoció i de la intensitat de la reacció emotiva. Si és clara la funció adaptativa de les emocions durant el seu desenvolupament, també ho són en la seva relació amb la nostra conducta. D'aquesta manera, la relació entre les emocions i les conductes poden desajustar-se o provocar un descontrol.

Totes les emocions que experimentem al llarg de la nostra vida, tant positives com negatives, influeixen de manera directa en les nostres accions, per això, hi cal saber reaccionar de forma adequada davant d'elles, poder reconèixer-les sense cap mena de dificultat i analitzar-les fins a ajustar-les de forma òptima.

(7) Apartat extret de, <https://lamenteesmaravillosa.com/conoces-las-principales-funciones-de-las-emociones/>

5. CONCEPTES RELACIONATS AMB LES EMOCIONS

5.1 Intel·ligència emocional¹⁰

Per explicar aquesta part del treball he decidit fer una pàgina web creada per mi on explico profundament que és la intel·ligència emocional amb els seus principals conceptes bàsics. A més a més, esmento a tres autors intel·ligentment emocionals molt importants a la nostra història en el món de les emocions: Daniel Goleman³, Howard Gardner¹¹ i Mayer i Salovey¹².

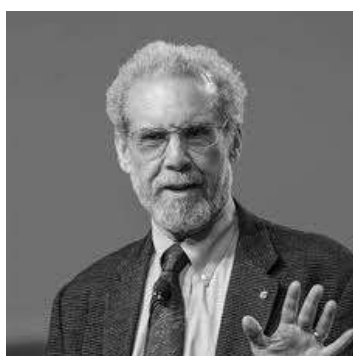
A la pàgina web hi ha una pestanya dedicada especialment a cadascun dels autors on explico la definició de intel·ligència emocional per a ells, les seves raons i la manera que ells pensen necessària per poder arribar a ser emocionalment intel·ligents a la nostra vida.

Per entrar a la web es pot fer escanejant aquest codi QR o des de l'enllaç per un accés més directe.



Figura 1: Codi QR

<https://nuriareyesbelmonte.wixsite.com/misitio-2>



DANIEL GOLEMAN

Figura 2: Daniel Goleman



HOWARD GARDNER

Figura 3: Howard Gardner



MAYER I SALOVEY

Figura 4: Mayer i Salovey

(10) Apartat extret de, <https://nuriareyesbelmonte.wixsite.com/misitio-2>

(11) **Howard Gardner**, psicòleg que va formular la teoria de les intel·ligències múltiples.

(12) **Mayer i Salovey**, psicòlegs socials especialitzats en l'estudi de la intel·ligència emocional.

6. LES EMOCIONS EN L'ÀMBIT EDUCATIU

6.1 Que és l'educació?¹³

Per explicar l'educació, he agafat algunes definicions d'alguns autors:

- Aristòtil¹⁴ (384): *"La educación consiste en dirigir los sentimientos de placer y dolor hacia el orden ético"*
- John Locke¹⁵ (1632): *"La consecución de un alma sana en un cuerpo sano, tal es el fin de la educación"*
- Immanuel Kant¹⁶ (1724): *"La educación tiene por fin el desarrollo en el hombre de toda la perfección que su naturaleza lleva consigo"*

Com podem observar, hi ha molta variació a l'hora de definir que és l'educació. Una definició més concreta i més amplia, segons l'article de *Concepto de definicion.de* (2014) diu que l'educació és la formació practica i metodològica que se li dóna a una persona en vies de desenvolupament i creixement. És el procés mitjançant el qual l'individu se li donen tècniques i coneixements essencials per posar-los en practica a la vida quotidiana. Comença a la infància on la persona rebrà valors ètics i culturals per poder ser una persona de bé.

L'educació comprèn tres estats fonamentals pel desenvolupament de la persona. El primer estat és la inserció de valors en la persona perquè aprengui a ser just. Aquí, la persona aprèn que és moral i els principis de ciutadania bàsica per mantenir cultura general. El segon estat és el dels coneixements, per poder posar-los en practica en situacions que impliquen fer alguna cosa en particular, com per exemple: fer matemàtiques o matèries que es fan a l'escola. I el tercer, és aconseguir una carrera o algun tipus de títol per poder exercir professions en un futur amb les que es formarà una persona ben educada.

L'educació és un tema essencial a la societat, actualment ens trobem en una època de canvis i avenços tecnològics, morals i educatius constants, en els que l'ésser humà s'ha d'adaptar a les necessitats bàsiques d'un nou món.

(13) Apartat extret de, <https://concepto.de/educacion-4/>

(14) **Aristòtil**, filòsof grec, seguidor de Plató que va tractar molts temes durant la seva vida.

(15) **John Locke**, filòsof empirista anglès conegut com el pare del liberalisme clàssic.

(16) **Immanuel Kant**, filòsof prussià de la il·lustració i pensador de la filosofia moderna.

6.2 Educació emocional¹⁷

L'educació emocional comença al inici de la vida i hauria d'estar present al llard de tot el cicle vital. Per aquest motiu, és important un treball en l'educació de les emocions. Aquesta educació, hauria de ser eficaç i amb l'objectiu de millorar la qualitat humana tant a l'àmbit personal com en convivència social.

El concepte d'educació emocional segons Rafael Bisquerra¹⁸ és una innovació educativa que dona resposta a necessitats social no ateses a les matèries acadèmiques ordinàries. L'objectiu d'aquesta educació, és el desenvolupament de competències emocionals com la consciència, la regulació, autogestió, la intel·ligència interpersonal o les habilitats de vida i benestar. La seva pràctica consisteix a dissenyar programes fonamentals en un marc teòric i per poder portar-los a la pràctica fa falta professorat preparat per la tasca.

El Informe Delors (UNESCO, 1998) considera l'educació emocional com una cosa imprescindible pel desenvolupament cognitiu de la persona. a més a més, la descriu com un element fonamental per la prevenció de conflictes, ja que molts problemes tenen l'arrel de l'àmbit emocional. Aquest informe considera 4 pilars bàsics per l'educació del segle XXI.

- Aprendre a conèixer i aprendre a aprendre per aprofitar les possibilitats que ofereix l'educació al llarg de tota la vida
- Aprendre a fer per capacitar a la persona per afrontar diverses situacions.
- Aprendre a ser, per actuar amb autonomia
- Aprendre a viure, a fer projectes comuns i a gestionar conflictes.

6.2.1 El desenvolupament emocional de 0 a 3 anys

Quan el nen neix, es troba en un estat totalment dependent de l'entorn que l'envolta, el qual li serveix de molta ajuda a l'hora de satisfer les seves necessitats bàsiques. Entre aquestes necessitats bàsiques, destaquem la protecció dels perills contra la seva vida i salut, les cures bàsiques com l'alimentació, d'higiene o el son, l'establiment de vincles amb alguns adults, l'exploració del seu voltant físic i social, o el joc amb objectes i persones.

(17) Apartat extret de, <http://www.rafaelbisquerra.com/es/educacion-emocional.html>

(18) **Rafael Bisquerra**, catedràtic en Psicopedagogia a la Universitat de Barcelona i director de màsters i postgraus

La capacitat per respondre emotivament ja es troba present a tots els nounats, ja que la primera senyal de conducta emotiva que mostren és l'excitació general, a causa d'un fort estímul. No obstant això, en néixer, el nen petit no mostra respostes ben definides que es puguin identificar.

Durant els tres primers mesos de vida, les seves conductes emocionals quan es troben bé o malament són una mica exagerades, ja que utilitzant el plor i els crits. Més endavant, també incorporaran altres gestos o inclús paraules.

A partir dels 4-5 mesos apareix la ràbia, els nens ja són capaços de reconèixer les cares d'alegria, tristesa i enuig, així com de imitar-les.

A partir dels 6-7 mesos, el nen ja reacciona a tot allò desconegut per a ell amb tensió i por. Com que el nen està en l'edat on ja és capaç de guardar a la seva memòria objectes i persones, reaccionarà de manera positiva en veure cares conegudes i de manera negativa, tenint por, davant de cares estranyes.

Quan arriben als 8 mesos aproximadament, comencen a fer ús de la broma, fan pallassades davant dels adults per divertir-se, juguen a excitar als pares...

A partir dels 9 mesos ja són conscients si les persones del seu voltant estan enfadades o no amb ell/ella, ja que saben diferenciar amb total claredat les emocions d'alegria, disgust i ira.

A l'any, el nen capta la informació que li ofereix l'adult i gràcies a les expressions emocionals de l'adult, el nen regularà la seva conducta social, buscarà en l'adult el que ha de fer o no, aproximar-se a objectes, a persones desconegudes... Els nens expressen alegria quan veuen al seu adult mostrar aquesta emoció, sinó, automàticament sentiran tristesa.

Dels 13 als 18 mesos, el nen comença a mostrar-se afectuós, fent petonets i abraçades a totes les persones del seu voltant. Apareix l'afecte no només com a resposta a l'adult, sinó perquè li agrada que li riguin, que el lloïn i que sentin interès per ell/a. Durant aquesta etapa, aproximadament als 15 mesos, el nen comença a experimentar gels, ansietat, confiança pròpia, orgull i frustració.

(17) Apartat extret de, <https://educacion-emocional.es/la-educacion-emocional/>

Dels 19 als 24 mesos es considera l'etapa més complicada del període emocional del nen, ja que el petit comença a sentir independència i autonomia i no vol l'ajuda. Apareix un gran conflicte i frustració entre l'adult i el nen petit.

Dels 2 als 3 anys, el nen ja pot mostrar les reaccions a la resta, les experiències emocionals comencen a ser més curtes i menys freqüents... Cal mostrar-li empatia per així ensenyar-li a poder controlar les seves emocions.

6.3 Com s'hauria de treballar les emocions en els centres educatius?¹⁹

La necessitat d'educar utilitzant la intel·ligència emocional és un aspecte important per les persones però més pels infants, ja que no només s'ensenyen i s'aprenen conceptes, també són importants els procediments i les actituds.

Els nens passen la gran part del seu temps dins l'escola, és a dir, viuen la seva infància dins les aules, per això, el professorat ha de ser conscient del paper que han de complir, ja que es converteixen en els referents més importants parlant d'actituds, comportaments, emocions i sentiments pels nens més petits.

El professorat ha de saber detectar i identificar les dificultats i els sentiments dels alumnes per poder ajudar-los en tots aquells moments en els quals necessiten ajuda i quina millor que la del seu model de intel·ligència emocional. Per aquest motiu, en tota aula infantil hi fan falta els quatre components de la intel·ligència emocional segons *Daniel Goleman*²: Autoconsciència, Motivació, Empatia, Autoregulació i Habilitats socials. Ell també senyala la necessitat d'educar als nens a través d'aquest enfocament, sigui a casa o a l'escola.

Tots hem de ser capaços de crear un context vàlid i significatiu en intel·ligència emocional (I.E). (Les definicions de les quatre dimensions de *Daniel Goleman*² es torba a la meua pàgina web explicada a la pàgina 18 del treball)

- **Autoconsciència**: Quan es parla d'autoconsciència a les aules ens referim als sentiments, emocions i expressions dels nens. Durant aquesta etapa, el nen ha de saber reconèixer els seus propis actes i per poder canviar o regular el seu comportament. Han de saber el que està malament i el que està bé, per això hi necessiten ajuda dels professors.

(17) Apartat extret de, <https://educacion-emocional.es/la-educacion-emocional/>

(19) Apartat extret de, <https://gestionandohijos.com/el-mundo-emocional-en-la-etapa-infantil/>

- Motivació: La motivació no és pròpia d'un nen petit, per això el paper dels seus tutors i familiars és clau, ja que ells han de ser qui li donin la motivació que necessita al nen per així ell poder entendre que pot aconseguir tot allò que es proposi. Quan el nen no pot aconseguir alguna cosa que necessita no obté motivació, només impotència i ira per no poder agafar el que vol per aquest motiu, els professors han d'estar per ells demostrant-los el que en realitat poden arribar a obtenir.
- Empatia: L'empatia a les escoles és un punt molt important a l'hora de la integració del nen amb els seus companys. El infant ha de saber comunicar-se amb la resta de nens per així poder començar a sentir aquesta emoció. Els professors han d'observar per veure si hi ha algun nen apartat de la resta per així poder integrar-lo. És necessari que tots els més petits comprenguin i ajudin a la resta, ja que és un pas més en la seva evolució emocional, però no poden fer-ho sols.
- Habilitats socials: Els nens petits s'acostumen a estar la major part del seu temps sols, ja que durant aquesta etapa no acostumen a relacionar-se amb altres nens que no siguin coneguts seus. Tots els éssers humans som persones sociables, per aquest motiu hi cal que els tutors dels nens acostumin a tots ells a relacionar-se uns amb altres, ja que necessitem companyia per poder sobreviure i ser nosaltres mateixos. Els professors han de normalitzar davant del nen solitari però necessita la seva ajuda per poder integrar-se, ja que sol no s'atreveix.

No s'ha de deixar tota la responsabilitat del desenvolupament del nen en mans del professorat, ja que la família és el model emocional bàsic que forma el primer espai socialitzador i d'educació emocional del nen. Per això, els pares i professors han d'implicar-se en aquesta tasca, ja que són fonamentals pel desenvolupament de la intel·ligència emocional en els centres educatius.

(19) Apartat extret de, <https://gestionandohijos.com/el-mundo-emocional-en-la-etapa-infantil/>

6.3.1 Objectius que es persegueixen a l'hora de implantar la intel·ligència emocional en els centres educatius:

En tot centre escolar, hi fa falta l'ús de la intel·ligència emocional, però el problema està a l'hora de implantar-ho, ja que no sabem quins són els objectius que es persegueixen quan iniciem aquest procés en les escoles infantils.

- El primer objectiu que es persegueix, és poder conèixer quines són les emocions per poder reconèixer-les en els nens petits
- Hem de saber classificar tots els tipus de sentiments i estats d'ànims.
- Hem d'actuar de manera optimista davant el infant, ja que som el seu model exemplar hi ha de veure una actitud positiva, ja que si mostrem una cara pessimista, els nens no tindran un futur al 100% feliç.
- També, hem de saber evitar o prevenir conflictes interpersonals, així aconseguirem millorar la qualitat de vida escolar, familiar i comunitària del nen perquè el seu creixement sigui correcte.

Com es pot veure, els objectius que s'intenten aconseguir són bàsics, ja que com he esmentat abans, el principal objectiu és saber entendre al nen per així poder ajudar-lo quan ho necessiti, ja que com coneixem les seves emocions i pensaments ens serà més fàcil iniciar el procés d'ajuda.

6.4 Quina influència tenen les emocions sobre els nens petits?²⁰

La influència de les emocions en els nens petits és importantíssima i necessària pel seu desenvolupament. Per poder ajudar al fet que els nens realitzin una bona expressió emocional primer hem de conèixer els trets emocionals durant l'etapa infantil. Jo agafaré com a referència a Macarena Chías i José Zurita Chías²¹ (2009) els quals destaquen una sèrie de trets en les emocions infantils. Aquestes característiques són importants i essencials a l'hora de realitzar la nostra intervenció en l'aula.

- Les emocions són intenses. Els nens petits responen amb la mateixa intensitat davant una situació alegre i una greu.

(19) Apartat extret de, <https://gestionandohijos.com/el-mundo-emocional-en-la-etapa-infantil/>

(20) Apartat extret de, <https://spain.minilandeducational.com/school/importancia-educacion-emocional-infantil-aulas>

(21) **Macarena Chías i José Zurita Chías**, autors de llibres importants sobre les emocions als nens.

- Les emocions són freqüents. Els nens mai deixen de sentir emocions i de manera que van creixent, s'adonen que cada vegada que expressen una emoció reben una resposta positiva o negativa per part de l'adult.
- Els nens canvien les seves expressions molt ràpidament
- La intensitat de les emocions comença a desenvolupar-se, ja que aquelles emocions que no tenien importància passaran a ser les més importants en altres etapes de la vida del nen.
- Els nens d'ençà que neixen comencen la seva vida emocional, ja que les emocions que experimenta la seva mare també formen part del infant

A l'hora de treballar les emocions durant l'etapa infantil hem de tenir en compte tots els aspectes anteriors. Com hem vist els nens senten molt, amb molta freqüència i intensitat. La nostra tasca consisteix ajudar a reconèixer aquestes emocions, analitzar-les i regular-les per poder donar-los aquesta intensitat i importància en cada situació concreta de la vida del nen, és a dir, ajudar al fet que aquest nen sigui capaç d'autorregular-se en cada situació de la seva vida.

7. PART PRÀCTICA

Per resoldre la meva hipòtesi, he decidit dividir la meva part pràctica en dos.

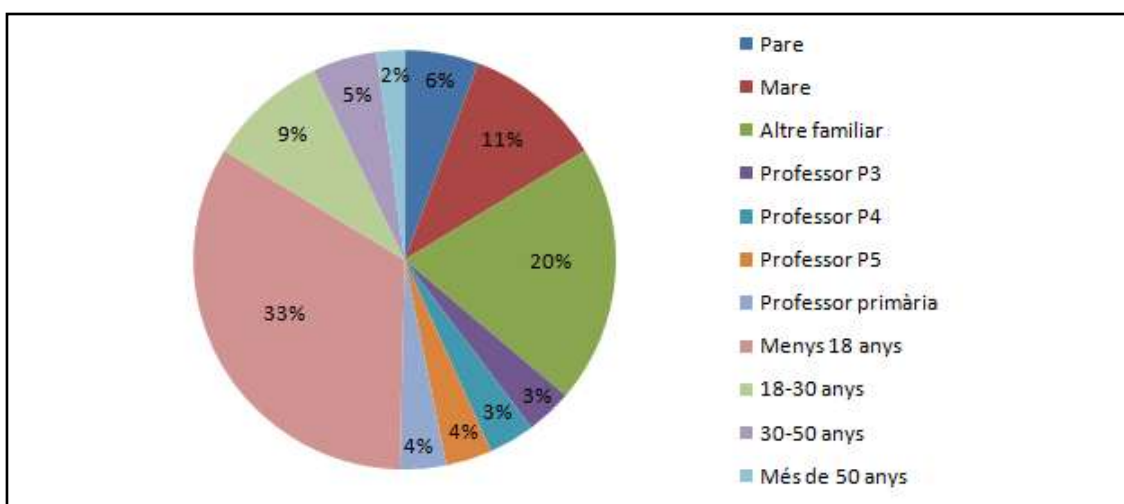
Primer de tot he decidit formular una sèrie d'enquestes per a diferents persones: una per a professors d'educació infantil o primària, un altre pels pares i mares de nens entre l'edat de 0-3 anys i l'última, per a la societat en general. Crec que és important saber l'opinió que tenen alguns professors d'aquesta etapa educativa i de les seves famílies per veure com porten a la pràctica les emocions dels seus fills. Personalment, vull saber quins coneixements té la societat en general sobre que són les emocions, la intel·ligència emocional i l'educació emocional.

En segons lloc, també he fet una pràctica a dos nens de 5 anys, els quals han fet una sèrie d'activitats. Durant la pràctica, han hagut de dibuixar, reconèixer les emocions i explicar les seves experiències respecte a les 6 emocions primàries. Gràcies a aquesta part pràctica, he pogut saber si els nens ja saben quines són les 6 emocions bàsiques i saben dur-les a terme perfectament.

7.1 Gràfics i comparacions

A continuació, he creat uns gràfics que resumeixen per a cada pregunta totes les respostes en general en forma de comparativa. (Els gràfics de les enquestes originals, es troben a l'apartat d'Annexos 1, 2, 3).

- **Qui sóc?**



Gràfic 1. Qui sóc?

Com podem veure en el següent gràfic, a la meua enquesta de familiars, m'han respost pares, mares i altres familiars amb nens d'aquestes edats. També he obtingut resposta de professors i professores tant d'infantil, és a dir, de P3, P4 i P5, com de primària. I per finalitzar, de gent menor de 18 anys, gent entre 18 i 50 anys i majors de 50 anys.

Aquest gràfic m'ha servit per veure qui m'ha respost a aquesta pregunta per així, poder analitzar qui m'ha fet les preguntes de les enquestes.

• **Com definiries el concepte "d'emocions"?**

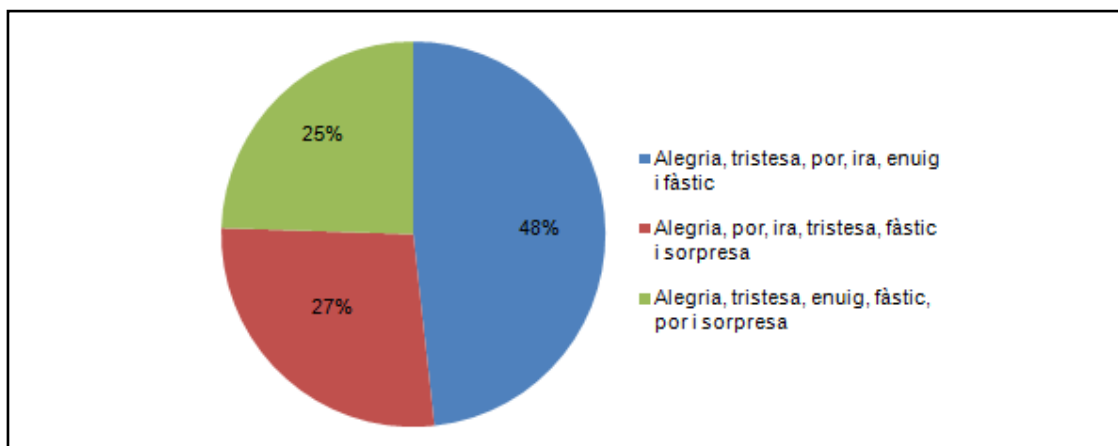


Gràfic 2. Com definiries el concepte "d'emocions"?

En el següent gràfic, podem veure que el 99% de les 143 respostes que he obtingut, pensen que les emocions són respostes del nostre organisme davant de situacions quotidianes que ens indiquen el nostre estat d'ànim actual. Només una persona, pensa que les emocions són respostes només negatives i cap persona pensa que només són reaccions sense gens d'importància.

Aquest gràfic m'ha servit per veure que la major part de les meves respostes pensen correctament sobre que són les emocions, ja que com he explicat a la meua part teòrica del treball, les emocions són reaccions del nostre organisme tant positives com negatives amb molta importància.

• **Quines diries que són les 6 emocions primàries?**

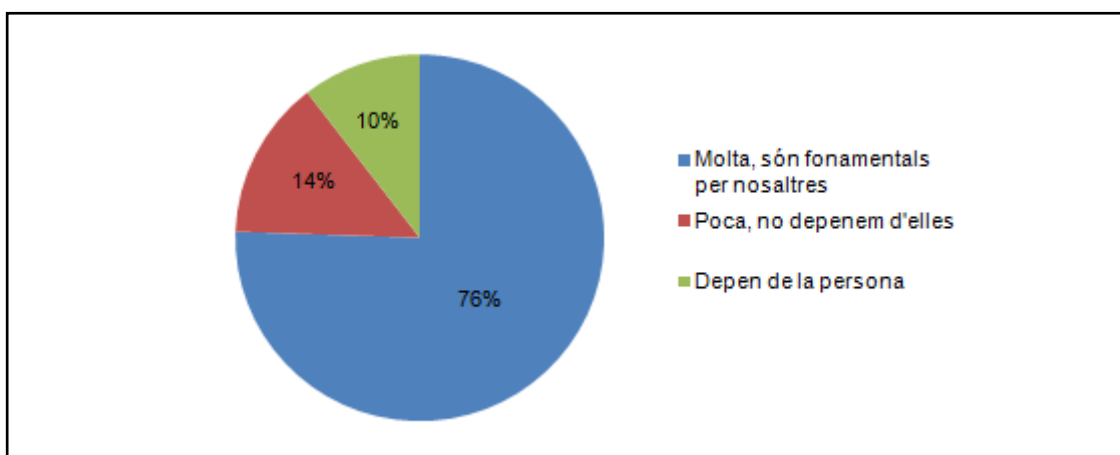


Gràfic 3. Quines diries que són les 6 emocions primàries?

Aquest gràfic ens mostra que el 48% de les 143 persones que han contestat l'enquesta, pensen que les 6 emocions primàries són l'alegria, la tristesa, la por, la ira, l'enuig i el fàstic, però estan equivocats, ja que la realitat és que les 6 emocions primàries són l'alegria, la por, la ira, la tristesa, el fàstic i la sorpresa. El 25% pensa són l'alegria, la tristesa, l'enuig, el fàstic, la por i la sorpresa.

Aquest gràfic m'ha servit per adonar-me que només un 27% ha respost bé a la pregunta, és a dir, només ells saben quines són les 6 emocions primàries.

• **Quina importància penses que tenen les emocions a la nostra vida?**

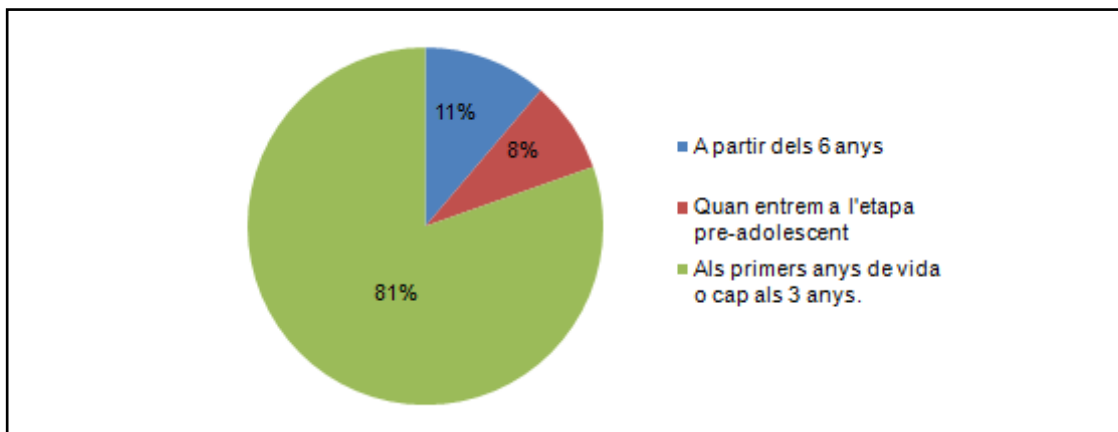


Gràfic 4. Quina importància penses que tenen les emocions a la nostra vida?

Aquest 4t gràfic ens indica que el 76% de les 143 respostes que he obtingut, pensen que les emocions són claus i de molta importància a la nostra vida, és a dir, que sense elles no podríem tenir expressions ni estats d'ànim. Hi ha un 14% que pensen que no tenen gaire importància a l'hora de viure i per això no

les necessitem i un 10% que diu que es depèn de la persona i les seves experiències personals. Amb aquest gràfic, puc saber que la major part de les meves respostes són certes, ja que les emocions són molt importants per poder tenir una bona vida.

• **Personalment, a quina edat creus que s'han de començar a treballar?**



Gràfic 5. Personalment, a quina edat creus que s'han de començar a treballar?

En el 5è gràfic, observem que el 81% de totes les respostes, pensa que les emocions s'han de començar a treballar durant els primers anys de la nostra vida i no a partir dels 6 anys o a l'etapa preadolescent com diu el restant 19%.

El gràfic mostra la resposta correcta, ja que des de petits som conscients que desenvolupem les emocions perquè són reaccions del nostre organisme impossibles d'evitar o aturar.

• **Penses que les hem d'aprendre o les adquirim al llarg de la nostra vida?**

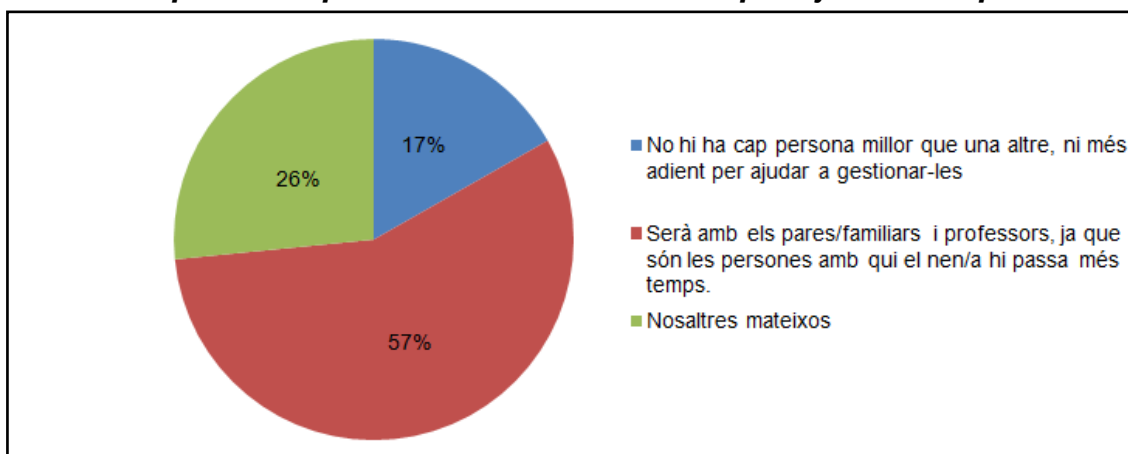


Gràfic 6. Penses que les hem d'aprendre o les adquirim al llarg de la nostra vida?

En el 6è gràfic, es pot veure que el 89% de totes les respostes pensen que les emocions no es poden aprendre, ja que és una cosa biològica que tenim totes les persones. Les emocions no s'aprenen, ni s'estudien per després dur-les a terme i tampoc les adquirim en cap moment, anem creixent de mentre les desenvolupem. L'11% ha respost malament a la pregunta.

Aquest gràfic m'ha servit per saber que la gran part de la societat pensa que les emocions són reaccions innates que tenim totes les persones, és a dir, el gràfic mostra la resposta correcta.

• **Quines persones podrien se les més adients per ajudar a adquirir-les?**

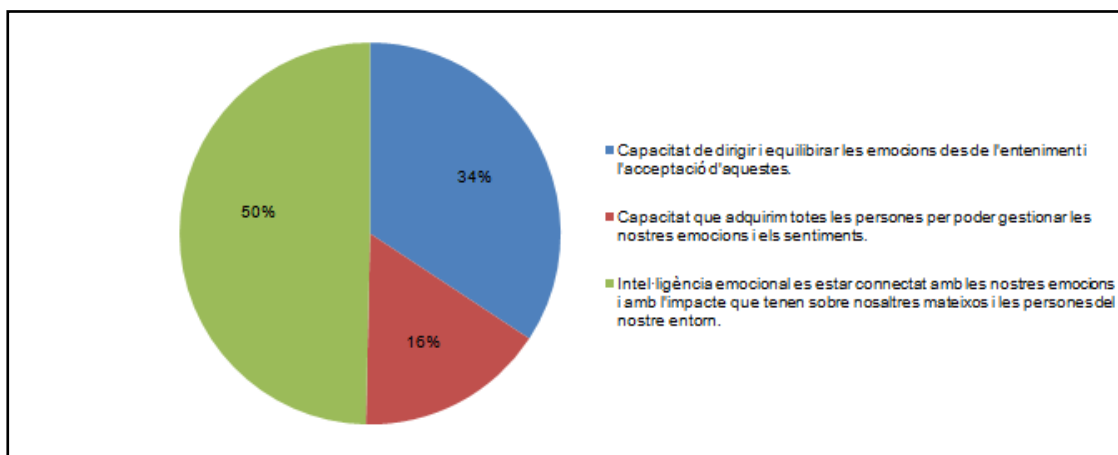


Gràfic 7. Quines persones podrien ser les més adients per ajudar a adquirir-les?

Al 7è gràfic hi ha dues respostes correctes, ja que la veritat és que no hi ha cap persona millor que altre per ajudar als nens a desenvolupar les seves emocions, però els pares, mares i professors són els que hi passen més temps amb el nen, per tant, ells seran els que oferiran més ajuda.

El gràfic m'ha ajudat a saber que el 74% de les 143 persones han respost a l'enquesta correctament saben d'aquest tema.

• **Que entens per intel·ligència emocional?**

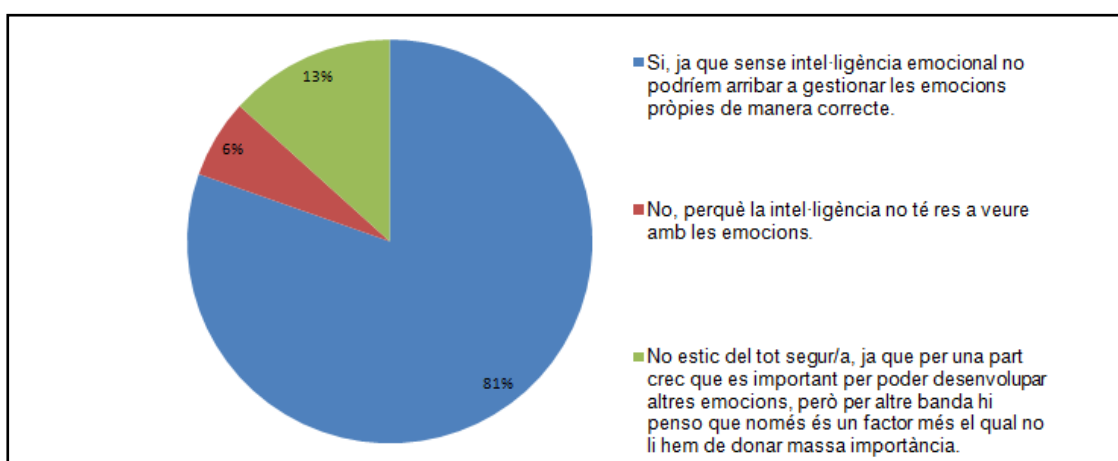


Gràfic 8. Que entens per intel·ligència emocional?

Aquest gràfic ens mostra que segons les meves respostes, la intel·ligència emocional es estar connectat amb les nostres emocions i amb l'impacte que tenen sobre nosaltres i la veritat és que això és cert, ja que aquesta intel·ligència ens permet reconèixer totes les emocions, tant les nostres com de les persones del nostre voltant.

El gràfic m'ha confirmat que la mitja de la societat sap que és la intel·ligència emocional, un punt clau per l'aprenentatge de l'infant i pel nostre dia a dia.

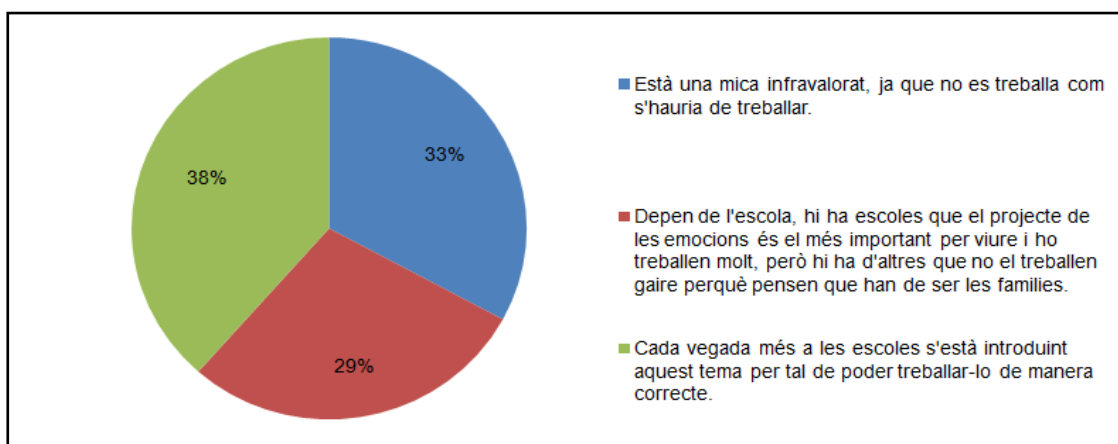
• **Consideres que es un factor clau per l'aprenentatge de les emocions en els infants?**



Gràfic 9. Consideres que es un factor clau per l'aprenentatge de les emocions en els infants?

El 9è gràfic ens afirma segons la societat que sense intel·ligència emocional no podríem arribar a gestionar les nostres emocions de manera correcta. Això és cert, ja que ens ajuda a gestionar-les. No és veritat que la intel·ligència no té res a veure amb les emocions, ja que la intel·ligència emocional és molt més important que altres factors essencials. Finalment, es podria dir que aquest 81% pensa correctament sobre la intel·ligència.

- **Parlant d'educació, creus que actualment a les escoles se'ls s'hi dona molta importància a aquest tema o està infravalorat?**

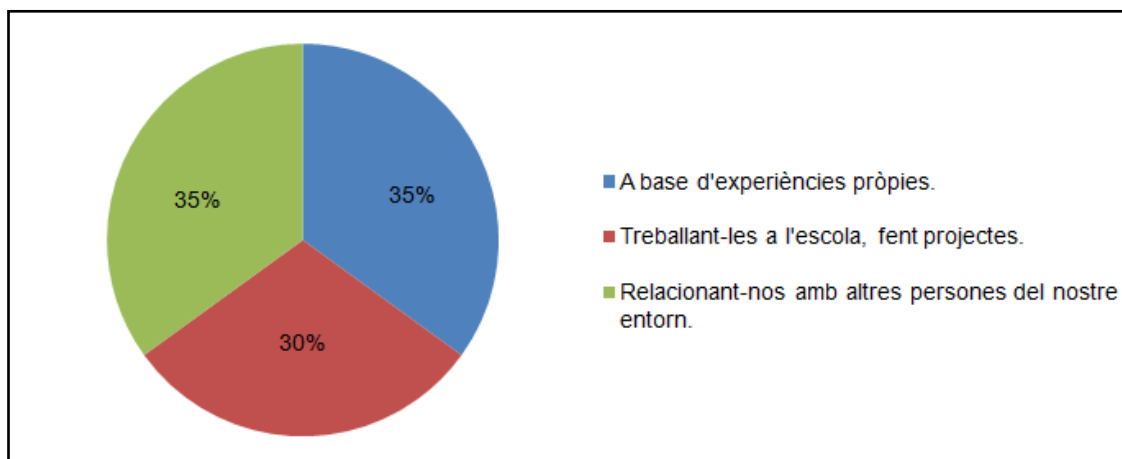


Gràfic 10. Parlant d'educació, creus que actualment a les escoles se'ls s'hi dona molta importància a aquest tema o està infravalorat?

Aquest gràfic ens mostra que cada vegada més a les escoles s'està introduint aquest tema, és cert, ja que els projectes escolars avancen però també es depèn l'escola, perquè hi ha algunes que les treballen més.

El gràfic mostra una de les respostes correctes, ja que les tres es poden considerar bones i vàlides, ja que cada cop més les escoles estan introduint aquest tema per poder treballar-les amb els nens.

• **Com creus que hauríem de treballar les emocions?**

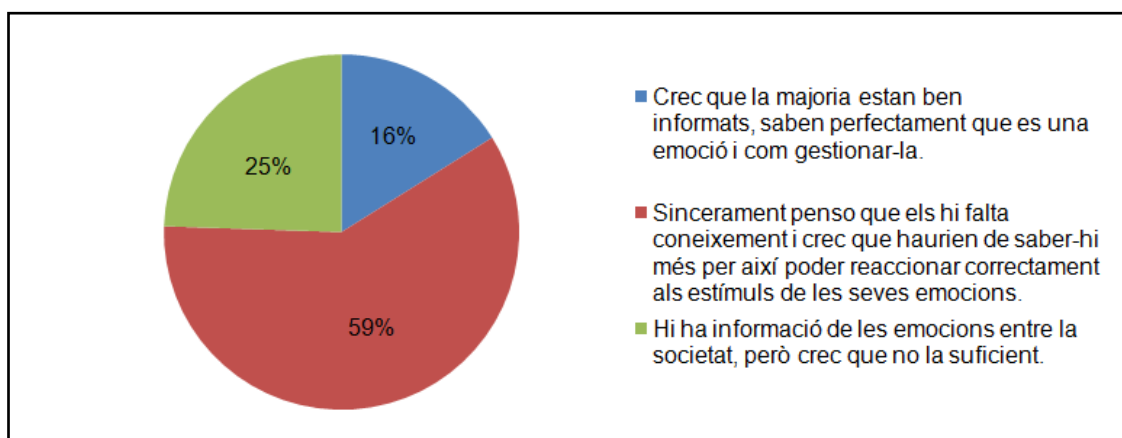


Gràfic 11. Com creus que hauríem de treballar les emocions?

En aquest gràfic trobem dues respostes amb el mateix resultat. Segons la societat, les emocions s'haurien de treballar a base d'experiències pròpies i relacionant-nos amb altres persones del nostre entorn. La veritat és que totes 3 respostes serien correctes, ja que les emocions apareixen segons les experiències viscudes, relacionant-nos amb altres i quan som petits, les treballem a l'escola.

Aquesta resposta m'ha ajudat a saber que més o menys la societat té la mateixa opinió sobre com s'haurien de treballar les emocions.

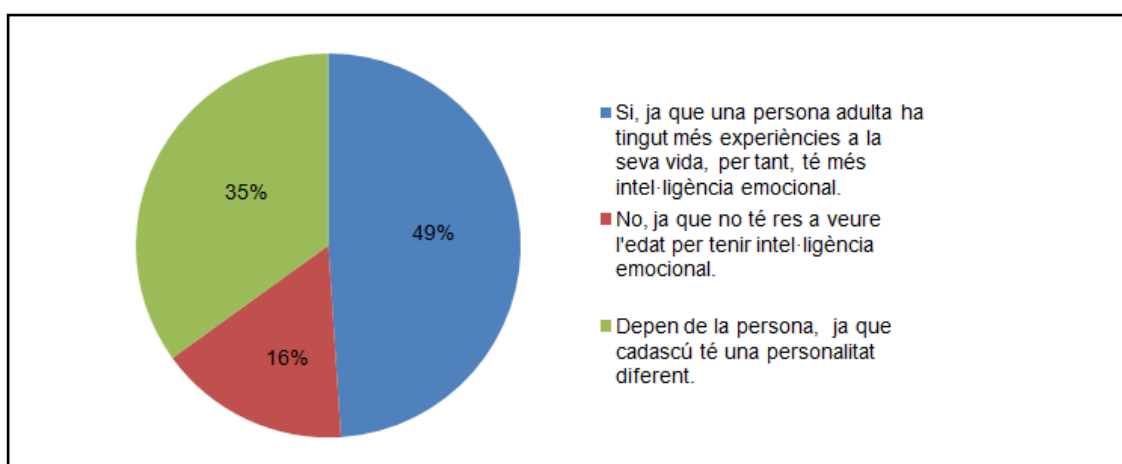
• **Personalment, hi penses que a la societat en general (inclosos familiars i professors) els hi falta coneixement d'aquest tema o estan ben informats?**



Gràfic 12. Personalment, hi penses que a la societat en general (inclosos familiars i professor) els hi falta coneixement d'aquest tema o estan ben informats?

El següent gràfic ens mostra la resposta correcta. La majoria de les meves respostes pensen que a la societat en general els hi falta una mica més de coneixement sobre aquest tema, ja que no estan ben informats. La realitat és que és cert, perquè hi ha persones que no li donen gaire importància a les emocions i són més importants del que pensem. L'altre 41% pensa o que estan ben informats o que tenen informació però no la suficient. Gràcies a aquesta pregunta puc afirmar que a la societat si els hi falta coneixement sobre el tema de les emocions en els nens petits.

- **Per finalitzar, creus que una persona adulta es molt més emocionalment intel·ligent que un nen?**



Gràfic 13. Per finalitzar, creus que una persona adulta es molt més emocionalment intel·ligent que un nen?

En l'últim gràfic podem veure com la majoria de la gent pensa que una persona adulta té més intel·ligència emocional que un nen, ja que ha viscut més experiències. Aquest gràfic confirma la resposta correcta, ja que la resta d'emocions (les que no són primàries) es van desenvolupant segons les experiències viscudes. Un nen no ha viscut tant com un adult.

7.2 Activitats dinàmiques amb els nens

Per dur a terme la segona part de la meva pràctica d'aquest treball, he decidit agafar a un nen i una nena de 5 anys per fer-li una sèrie d'activitats i comprovar si reconeixen les 6 emocions primàries i les han desenvolupat o les estan desenvolupant durant aquesta etapa infantil.

1. Fitxa d'emocions (es troba a l'apartat d'Annexos 4)

Primer de tot, vaig realitzar una fitxa amb 5 activitats diferents per observar si sabem reconèixer les 6 emocions primàries sense cap inconvenient. El primer exercici tracta de relacionar el nom de l'emoció amb la seva cara corresponent. En aquesta activitat, els dos nens, han respost correctament, és a dir, tots dos saben identificar sense cap problema quines són 5 de les 6 emocions bàsiques, ja que falta el fàstic. A continuació hi ha les imatges de tots dos exercicis.

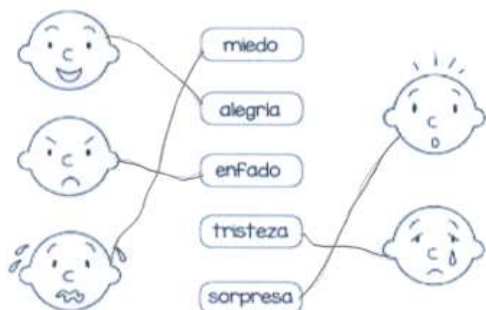


Figura 5: Exercici emocions

NENA 5 ANYS

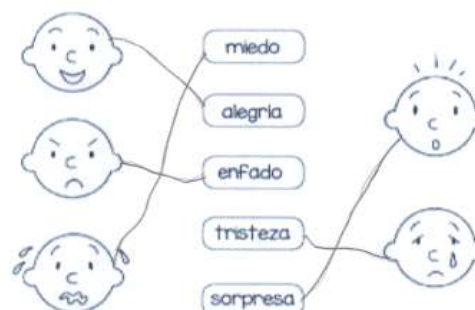


Figura 6: Exercici emocions

NEN 5 ANYS

El següent exercici tracta de dibuixar el que ens demana l'enunciat. En aquest cas, demana que es dibuixi la nostra cara quan estem feliços, tristos i amb por. En aquesta activitat es tracta de tenir creativitat emocional, és a dir, els nens han de tenir imaginació pròpia, ja que han de recordar la seva cara quan estan sentint aquesta emoció en concret. Tots dos han dibuixat cares diferents, però saben fer-ho sense cap problema. Les seves respostes han sigut les següents:



Figura 7: Exercici emocions

NENA 5 ANYS

Figura 8: Exercici emocions

NEN 5 ANYS

Es veu clarament com tots dos saben reconèixer aquestes 3 emocions, ja que saben expressar-les a través d'un dibuix sense cap problema. Una observació interessant que vaig trobar, va ser que quan dibuixaven cadascuna, posaven les cares que volien dibuixar, és a dir, quan dibuixaven l'alegria estaven contents i quan ho feien amb la tristesa es posaven tristos.

La tercera activitat consisteix a relacionar el dibuix amb la resposta correcta. Hi surten 4 dibuixos diferents amb dues opcions cadascun per així escollir l’opció correcta per a cada dibuix. Els resultats han sigut aquests:



Figura 9: Exercici emocions

NEN 5 ANYS



Figura 10: Exercici emocions

NENA 5 ANYS

Tots dos nens han sabut relacionar correctament tots els dibuixos. Això mostra que no tenen cap inconvenient a l’hora de saber identificar una emoció amb el seu nom corresponent.

A la quarta activitat, els nens han de relacionar la cara de l’emoció amb un sinònim, és a dir, hi ha una imatge amb el nom de l’emoció corresponent, hi han de relacionar-les amb un sinònim d’aquest nom. Les respostes han sigut:



Figura 11: Exercici emocions

NEN 5 ANYS

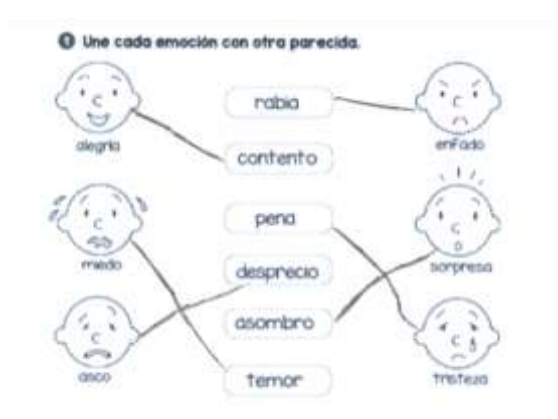


Figura 12: Exercici emocions

NENA 5 ANYS

Com es pot veure, els dos nens han sabut relacionar les emocions amb el seu sinònim corresponent sense cap problema. Aquesta última activitat, mostra que aquests dos nens saben reconèixer perfectament que són les emocions per saber-les desenvolupar al seu dia a dia.

2. Dau emocional (Creació Annexos 5)

Una altra activitat per saber si els nens reconèixer les emocions és jugar al dau emocional. Aquesta activitat ha set creada per mi, i consisteix a fer un dau de 6 cares diferents on hi ha dibuixades les 6 emocions primàries. Un cop fet aquest dau de paper amb les 6 cares dibuixades ja podem començar a jugar.

Primerament, vaig realitzar aquest joc amb la nena per veure si funcionava, o no servia per acabar de concretar si reconeixen perfectament les emocions. Avanç de tot, li vaig explicar en què consistia aquest lloc per poder portar-lo a la pràctica, i seguidament va començar a jugar. Jo anava llençant el dau i ella cada cop que sortia la cara d'una emoció sabia identificar-la sense problema.

A continuació trobem imatges de les 6 cares del dau:



Figura 13. Emoció alegria

ALEGRIA



Figura 14. Emoció tristesa

TRISTESA



Figura 15. Emoció sorpresa

SORPRESA



Figura 16: Emoció ira

IRA



Figura 17. Emoció fàstic

FÀSTIC



Figura 18. Emoció por

POR

3. Expressions emocionals (plantilla Annexos 6)

Per demostrar si els nens han desenvolupat de manera correcta les 6 emocions durant aquesta etapa, he dut a terme aquesta activitat, la qual consisteix a dibuixar tot el que transmet l'emoció, és a dir, el nen ha de ser capaç de dibuixar el que li provoqui les 6 emocions. Per tant, així, jo podré avaluar tots els dibuixos que han fet i observaré la seva reacció, de manera que si els nens no dibuixen és perquè no tenen resposta a elles, és a dir, no les interpreten.

Per realitzar l'activitat, vaig demanar ajuda a aquests dos nens perquè fessin 6 dibuixos diferents per veure les seves reaccions les 6 emocions diferents. Només havien de dibuixar el que ells volguessin relacionat amb l'emoció que deia al requadre. Aquests van ser els seus resultats:

- Alegria



Foto 19. Alegria

NEN

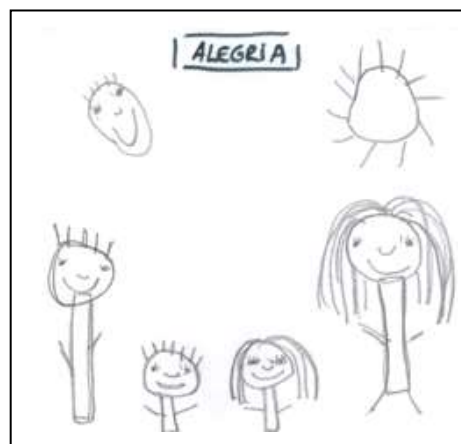


Foto 20. Alegria

NENA

Com es pot observar als dos dibuixos realitzats pels nens, respecte a l'emoció de l'alegria, el nen ha dibuixat el que li transmet felicitat. En aquest cas, apareix ell jugant amb les seves veïnes i els seus gossos, és a dir, jugar és un punt clau que li transmet molta felicitat i fa que aquesta emoció la desenvolupi sense cap mena d'inconvenient. Respecte al dibuix de la nena, podem dir que el que més li transmet felicitat és jugar amb els seus cosins i estar amb la seva família. Com podem veure a la imatge, s'ha dibuixat a ella mateixa amb els seus dos cosins petits i els seus pares, ja que això li provoca aquesta emoció. Com hem vist, tots dos nens reaccionen a aquesta emoció perfectament. Per aquest motiu, podem dir que l'alegria, si es desenvolupa durant l'etapa infantil.

- Tristesa



Figura 21. Tristesa

NEN



Figura 22. Tristesa

NENA

Com indiquen els dibuixos, aquests dos nens sí que saben reaccionar a aquesta emoció. A la primera fotografia, trobem la imatge del nen, on ens ha dibuixat quan ell desenvolupa aquest tipus d'emoció. A la imatge podem veure a dos nens, un d'ells plorant. Ha volgut representar quan el seu millor amic no juga amb ell, ja que això el posa trist. A la segona fotografia veiem el dibuix de la nena, la qual ens ha volgut representar a ella mateixa plorant perquè la seva mare s'ha enfadat. Això ens mostra que tots dos nens saben desenvolupar aquesta emoció sense haver-la estudiat prèviament, és a dir, és innata, perquè hi ha sabut reaccionar de manera correcta als estímuls.

- Por

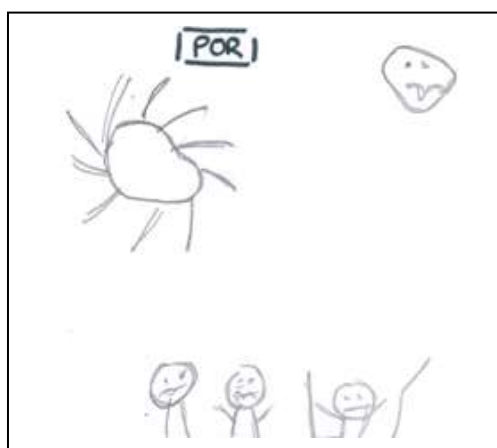


Figura 23. Por

NEN

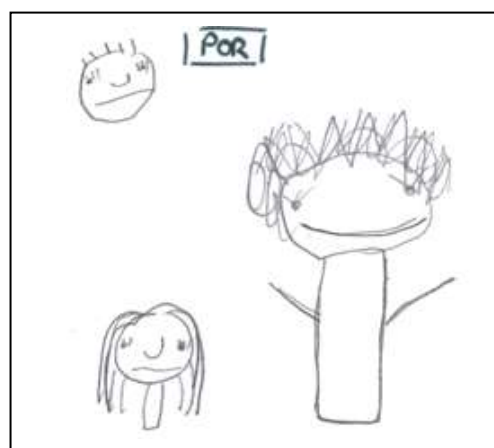


Figura 24. Por

NENA

Aquests dos dibuixos ens indiquen que els nens sí que desenvolupen la por a l'etapa infantil, ja que han dibuixat el que els hi produeix por. A la primera imatge, el nen ens ha dibuixat a ell mateix amb por que li diguin a la seva professora que s'ha portat malament a casa. En canvi, el segon dibuix, el de la nena, ens mostra com hi ha dibuixada ella mateixa amb por d'un pallasso, ja que no li agraden. Per tant, podem afirmar que aquesta emoció, la por si es desenvolupa amb aquesta edat.

- Ira



Figura 25. Ira

NEN

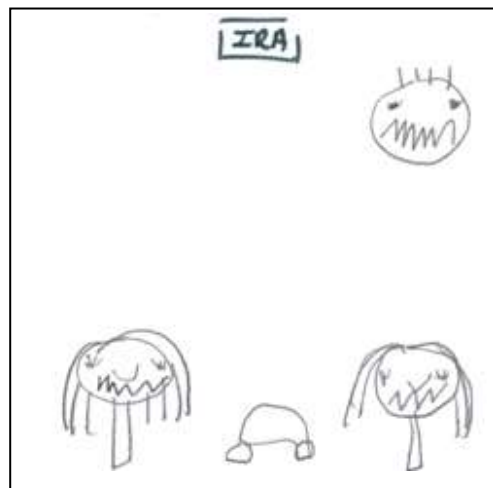


Figura 26. Ira

NENA

Com podem observar en aquests dos dibuixos següents respecte a l'emoció de la ira, podem deduir que tots dos nens saben d'aquesta emoció, ja que han dibuixat el que els hi provoca fúria. A la primera imatge, trobem el dibuix del nen, el qual ens ha dibuixat a ell mateix amb la seva mare representant el moment de quan la mare li castiga i ell s'enfada. En canvi, al dibuix de la nena, trobem el dibuix d'ella enfada perquè la seva amiga li ha trencat la seva joguina.

D'aquesta manera, podem dir que la ira si és una emoció innata que es desenvolupa durant l'etapa infantil, ja que els nens saben explicar perfectament les reaccions d'aquesta emoció.

- Fàstic



Figura 27. Fàstic

NEN

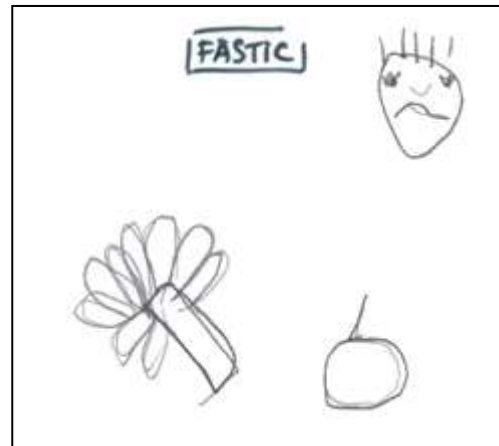


Figura 28. Fàstic

NENA

A aquests dos dibuixos realitzats pels dos nens, representen l'emoció del fàstic. Tots dos han sabut dibuixar les coses que més li provoquen fàstic. A la primera imatge, trobem que el nen ha dibuixat a un nen amb sang, ja que s'ha fet mal al pati. Això és el que li provoca sentir fàstic a ell i per aquest motiu ho ha dibuixat. Com a segona imatge, trobem el dibuix que ha expressat la nena, la qual ha dibuixat un bròquil i un all, ja que són dues coses que li provoquen sentir aquesta emoció. Tots dos nens han dibuixat el que sentien, per tant, el desenvolupament d'aquesta emoció si que succeeix durant aquesta etapa.

- Sorpresa

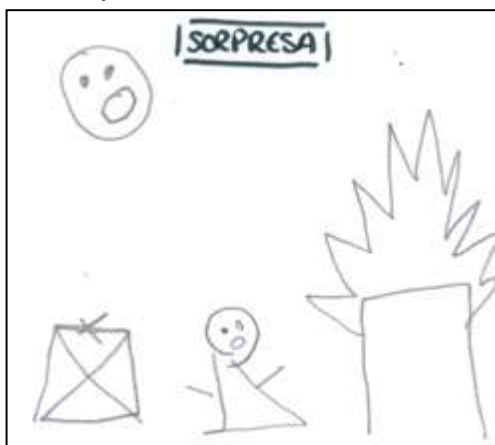


Figura 29. Sorpresa

NEN



Figura 30. Sorpresa

NENA

A aquests 2 últims dibuixos, trobem les reaccions als estímuls dels nens quan estan experimentant l'emoció de la sorpresa. A les imatges es pot veure el que més els fa sentir aquest estímul. En aquest cas, tant la reacció del nen, com la de la nena, han coincidit, ja que tots dos s'han dibuixat així mateixos amb un arbre de nadal al seu costat i obrint un regal dels reis mags. A tots dos, obrir un regal els hi provoca una reacció de sorpresa, ja que no saben que serà.

Per acabar, podem dir que aquesta emoció, també és innata però s'arriba a desenvolupar durant aquests anys, ja que els nens diàriament experimenten reaccions que els hi provoca sentir sorpresa.

CONCLUSIONS FINALS

Al començament d'aquest treball, em vaig proposar uns objectius que avui dia puc afirmar que els he aconseguit complir, ja que això m'ha ajudat al fet que tot el treball pugues dur-se a terme sense cap inconvenient.

La primera part que vaig realitzar per arribar a una conclusió per poder afirmar o rebutjar la meva hipòtesi, va ser tot el marc teòric d'aquest treball, el qual m'ha proporcionat molta informació sobre que són les emocions, tots els tipus que podem trobar amb les seves funcions, i la definició d'intel·ligència i educació emocional.

Tota aquesta informació m'ha ajudat per arribar a la conclusió de què les 6 emocions primàries són innates, és a dir, tots els éssers humans naixem amb aquestes emocions per poder desenvolupar-les més endavant. A més a més, m'he informat sobre qui va ser Daniel Goleman i altres autors que van col·laborar en aspectes relacionats amb la intel·ligència emocional, la ciència per entendre les nostres emocions i les de la resta.

A part d'aquesta teòrica, per acabar d'afirmar la meva hipòtesi, vaig decidir dur a terme unes enquestes a diferents persones per veure la seva opinió respecte a diferents punts destacables del meu treball, com que és l'educació, que entenen amb intel·ligència emocional, com pensen que les emocions influeixen a la nostra vida o fins i tot quines creuen que són les 6 emocions primàries. En total vaig obtenir 143 respostes, les quals en van ajudar per arribar a la conclusió de què la gran part de la gent sap que són les emocions però no saben que són reaccions innates del nostre organisme.

Com a segona prova de la part pràctica per la comprovació de la hipòtesi, vaig decidir fer 3 activitats diferents per veure si aquestes 6 emocions innates estudiades es desenvolupaven durant l'etapa infantil, és a dir, entre les edats de 3-5 anys, o es feia més endavant. La practica, va ser realitzada a dos nens de 5 anys, els quals gràcies a ells he pogut arribar a una conclusió final que afirma la meva hipòtesi inicial.

La meva hipòtesi, la qual és saber si les 6 emocions primàries es desenvolupen a l'etapa infantil o no, es confirma, ja que després d'haver estat investigant i buscant informació sobre tots els aspectes relacionats amb les emocions i la intel·ligència emocional puc dir que aquestes emocions primàries, alegria, tristesa, por, ira, fàstic i sorpresa, són innates per a tothom, ja que un cop naixem no les adquirim, sinó que al llarg de la nostra vida, a base d'experiències viscudes al nostre dia a dia, les anem desenvolupant de manera que quan arribes a l'etapa infantil ja tens uns coneixements bàsics de quines són aquestes emocions i per a què serveixen. Tots els nens d'aquestes edats, saben reconèixer i identificar aquestes 6 emocions, ja que han anat creixent tenint estímuls relacionades amb aquestes.

Per acabar de comprovar si la meva hipòtesi és certa o no, he hagut de crear unes activitats pels nens per veure si realment es comprovava que sabien identificar les emocions, o només eren pensaments propis. Efectivament, els nens saben reconèixer aquestes emocions primàries, i a més a més, saben desenvolupar-les sense cap problema, ja que gràcies als dibuixos realitzats he arribat a la conclusió de què quan a un nen li preguntes alguna cosa relacionada amb aquestes, et sap respondre perfectament, ja que les ha sentit o experimentat alguna vegada.

Per tots aquests motius, diem que les emocions primàries, les innates sí que s'arriben a desenvolupar durant l'etapa infantil de la nostra vida.

Per finalitzar de cara al futur, m'agradaria saber si obtenim totes les emocions primàries, les innates, de cop o obtenim primer alguna, ja que cada persona té experiències diferents. ***Per aquest motiu, em pregunto: quina és l'emoció innata que obtenim primer?***

VALORACIÓ CRÍTICA

Tot i que sé que aquest treball queda una mica lluny d'un treball científic, estic plenament orgullosa de tota la informació que he aconseguit recopilar i del treball que he desenvolupat de forma rigorosa i el més constant possible. Totes les dades del treball han estat estretes de diferents fonts, tants llibres, com pàgines webs o inclús pel·lícules i documentals i això m'ha suposat haver de llegir, buscar i relacionar tots els conceptes necessaris per poder entendre'ls i poder explicar-los amb les meves paraules. Estic segura que li he dedicat molt de temps a aquesta investigació i per això, penso que ha valgut la pena fer-ho. El que més m'ha agradat realitzar d'aquest projecte ha sigut investigar i saber quines emocions tenim i com és la nostra intel·ligència emocional, ja que no és un tema que es parla dia a dia entre la societat. Cada vegada que llegia alguna cosa sobre el tema m'entrava molta més curiositat per saber coses noves.

Potser, penso que caldria millorar algun apartat en concret o potser hauria d'haver treballat de forma diferent algun aspecte o la part pràctica, però personalment trobo que les decisions que he anat prenent al llarg del treball m'han ajudat per aconseguir unes bones conclusions.

Realitzar aquest projecte m'ha obert els ulls i m'ha fet veure la importància del temps al batxillerat, per aquest motiu, si hem donessin l'oportunitat de tronar a començar aquest treball ho faria sense dubte, ja que m'organitzaria millor.

Finalment he de dir que trobo necessari fer aquest treball durant aquesta etapa, ja que és una manera indirecta per preparar-nos pel que ens espera posteriorment en sortir l' institut. És un tipus de treball que no es troba en altres cursos anteriors i t'ajuda a madurar i ser responsable i constant amb tota la teva feina personal.

BIBLIOGRAFIA

LLIBRES

- Daniel Goleman (1995) *Intel·ligència emocional* Estats Units:Kairos
- Daniel Goleman (2006) *Intel·ligència social* Estats Units:Kairos
- Howard Gardner (1993) *Intel·ligències múltiples* Pennsilvanià: Pairo

PEL·LÍCULES

- Adam Davis, 2018 (minisèrie). *Pequeñas grandes mentes*. Espanya. Netflix.
- Pete Docter, 2015 (pel·lícula). *Del Revés*. Espanya. Pixar Animation Studios.

PÀGINES WEB

- Alejandro Rodríguez (2019) *La mente es maravillosa*. Recuperat 22 setembre 2019, des de <https://lamenteesmaravillosa.com/la-inteligencia-emocional-segun-salovey-y-mayer/>
- Ana Roa (2016) *Gestionando hijos*. Recuperat 28 juny 2019, des de <https://gestionandohijos.com/el-mundo-emocional-en-la-etapa-infantil/>
- Anònim (2008) *Definición de educación*. Recuperat 19 juny 2019, des de <https://definicion.de/educacion/>
- Anònim (2011) *Rafael Bisquerra*. Recuperat 22 setembre 2019, des de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer.html>
- Anònim (2012) *Habilidad emocional*. Recuperat 20 setembre 2019, des de <https://habilidademocional.com/2012/04/05/automotivacion-una-habilidad-muy-potente/>
- Anònim (2013) *Psicología y mente*. Recuperat 28 juny 2019, des de <https://psicologiaymente.com/inteligencia/inteligencia-emocional>

- Anònim (2017). *Rafael Bisquerra*. Recuperat 19 juny 2019, des de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/educacion-emocional.html>
- Anònim (2018) *Miniland educational*. Recuperat 19 juny 2019, des de <https://spain.minilandeducational.com/school/importancia-educacion-emocional-infantil-aulas>
- Anònim (2019) *Concepto de educación*. Recuperat 19 juny 2019, des de <https://concepto.de/educacion-4/>
- Anònim (2019) *En equilibrio mental*. Recuperat 1 maig 2019, des de <https://enequilibrimental.net/que-son-las-emociones/>
- Anònim (2019) *Wikipedia*. Recuperat 20 setembre 2019, des de https://es.wikipedia.org/wiki/Charles_Darwin
- Anònim (2019) *Wikipedia*. Recuperat 7 agost 2019, des de https://es.wikipedia.org/wiki/Daniel_Goleman
- Anònim (2019) *Wikipedia*. Recuperat 7 agost 2019, des de https://es.wikipedia.org/wiki/Howard_Gardner
- Ares González (2011) *Alaya* Recuperat 22 setembre 2019, des de <http://www.alaya.es/2011/12/19/inteligencias-multiples/>
- Azucena (2014) *Sepimex*. Recuperat 4 maig 2019, des de <https://sepimex.wordpress.com/2014/12/10/que-funcion-tienen-las-emociones/>
- Educación emocional (2016) Recuperat 19 juny 2019, des de <https://educacion-emocional.es/la-educacion-emocional/>

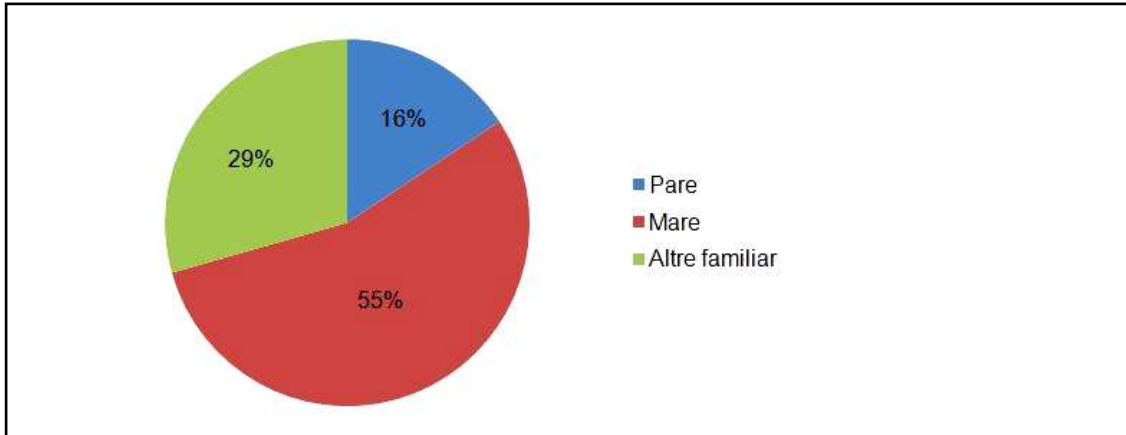
- Flor Giner (2012) *Cedin*. Recuperat 20 setembre 2019, des de <http://www.cedin.com/recursos/blog/inteligencia-emocional-1-autoconciencia-emocional.aspx>
- Gobierno de España (2010) *Ministerio de Sanidad y Bienestar*. Recuperat 1 maig 2019, des de <http://www.bemocion.mscbs.gob.es/emocionEstres/emociones/aspectosEmocionales/queSon/home.htm>
- Javier Iriondo (2017) *¿Què és la intel·ligència emocional?* Recuperat 28 juny 2019, des de <https://javieririondo.es/2017/06/04/que-es-la-inteligencia-emocional/>
- Jonathan Garcia (2016) *Psicología y mente*. Recuperat 7 agost 2019, des de <https://psicologiaymente.com/biografias/daniel-goleman>
- Juan Armando (2016) *Psicología y mente*. Recuperat 4 maig 2019, des de <https://psicologiaymente.com/psicologia/tipos-de-emociones>
- M.gonzález Sanz (2017) *La guía femenina*. Recuperat 4 maig 2019, des de <https://laguiafemenina.com/psicologia/tipos-emociones>
- Marián Cedeño (2018) *Cinco noticias* Recuperat 4 maig 2019, des de <https://www.cinconoticias.com/emociones-clasificacion-y-descripcion-de-emociones-humanas-listado/>
- Raquel Aldana (2017) *La mente es maravillosa*. Recuperat 1 maig 2019, des de <https://lamenteesmaravillosa.com/15-frases-que-nos-ayudaran-ser-emocionalmente-inteligentes/>
- Sara Clemente (2018) *La mente es maravillosa*. Recuperat 4 maig 2019, des de <https://lamenteesmaravillosa.com/conoces-las-principales-funciones-de-las-emociones/>

- Triana Sant Font (2018) *Lua Psicologia*. Recuperat 1 maig 2019, des de <https://luapsicologia.com/que-son-las-emociones/>
- Valeria Sabater (2017) *La mente es maravillosa*, Recuperat 7 agost 2019, des de <https://lamenteesmaravillosa.com/daniel-goleman-teoria-la-inteligencia-emocional/>
- Valeria Sabater (2019) *La mente es maravillosa*. Recuperat 1 maig 2019, des de <https://lamenteesmaravillosa.com/que-son-las-emociones/>

ANNEXOS

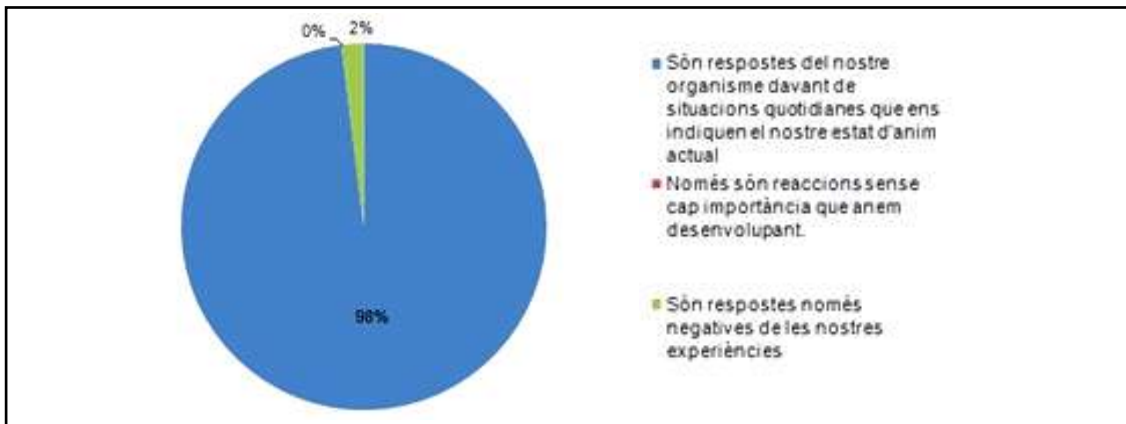
Annex 1. Enquestes familiars

- **Qui sóc?**



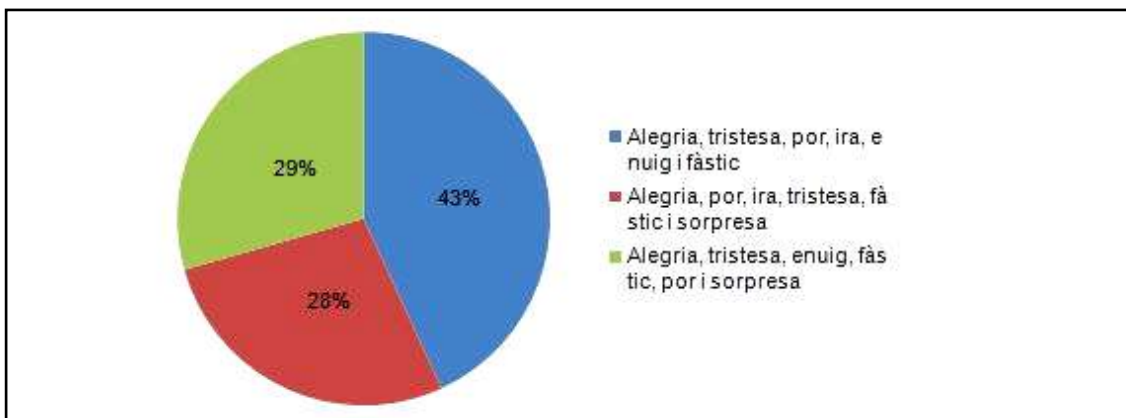
Gràfic 14. Qui sóc?

- **Com definiries el concepte "d'emocions"?**



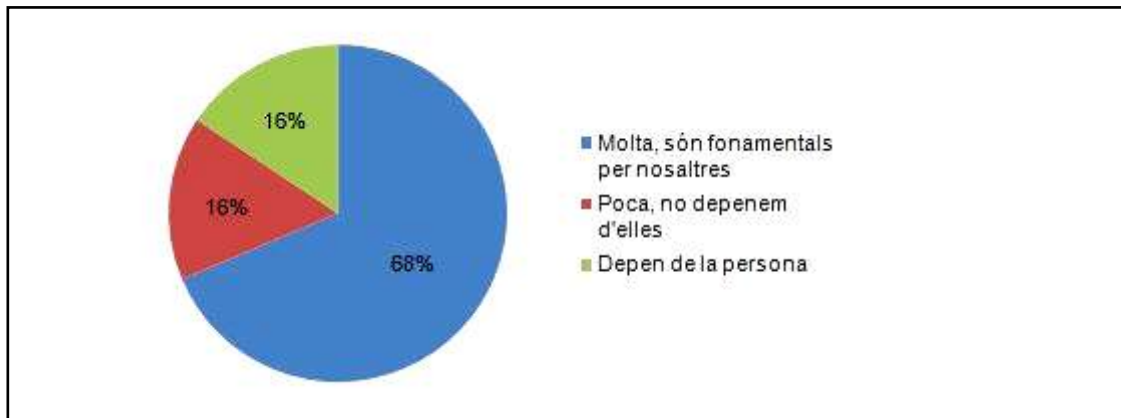
Gràfic 15. Com definiries el concepte "d'emocions"?

- **Quines diries que són les 6 emocions primàries?**



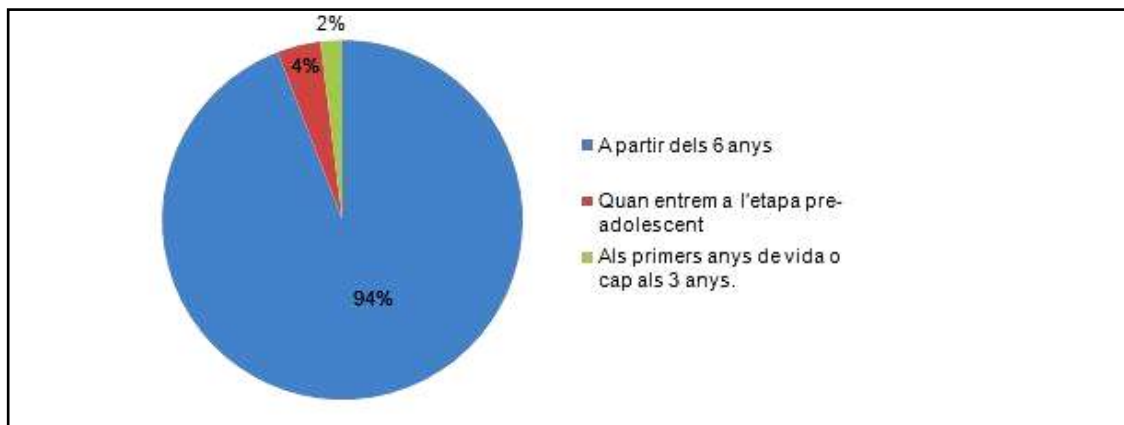
Gràfic 16. Quines diries que són les 6 emocions primàries?

• **Quina importància penses que tenen les emocions a la nostra vida?**



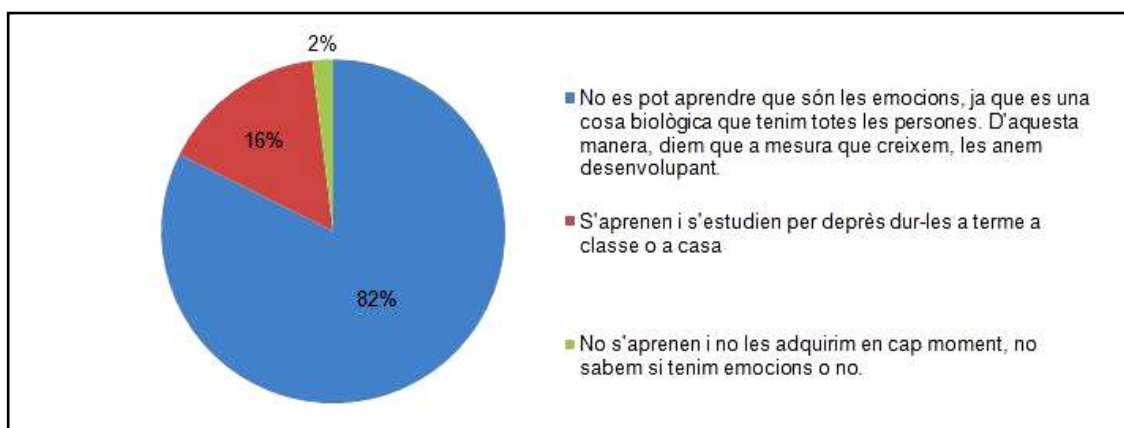
Gràfic 17. Quina importància penses que tenen les emocions a la nostra vida?

• **Personalment, a quina edat creus que s'han de començar a treballar?**



Gràfic 18. Personalment, a quina edat creus que s'han de començar a treballar?

• **Penses que les hem d'aprendre o les adquirim al llarg de la nostra vida?**



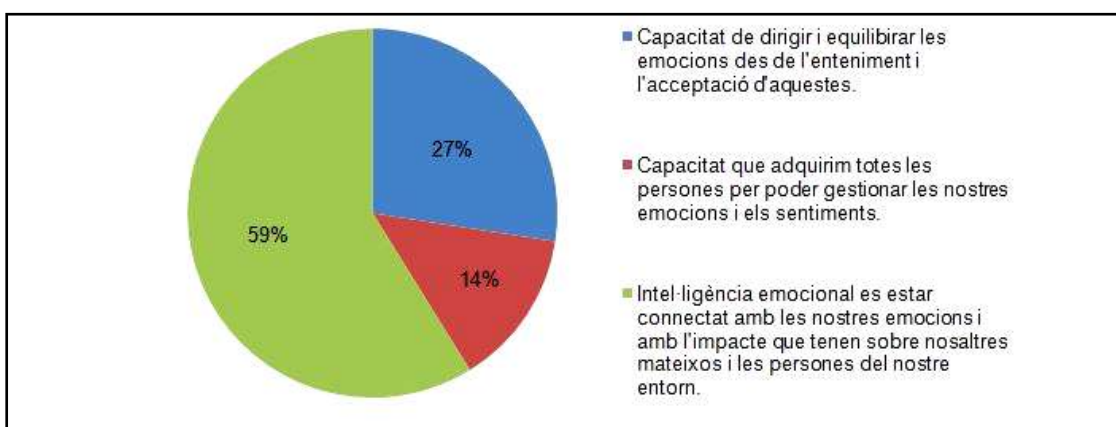
Gràfic 19. Penses que les hem d'aprendre o les adquirim al llarg de la nostra vida?

• **Quines persones podrien ser les més adients per ajudar a adquirir-les?**



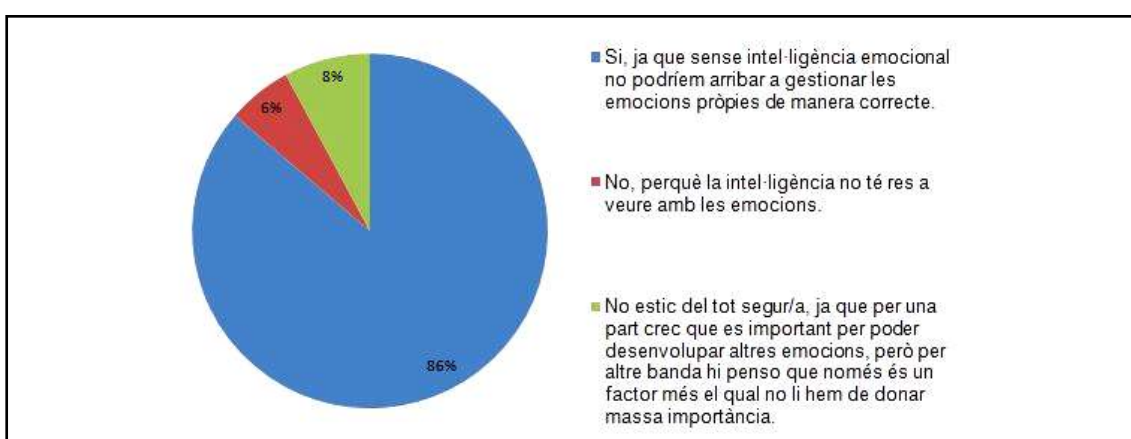
Gràfic 20. Quines persones podrien ser les més adients per ajudar a adquirir-les?

• **Que entens per intel·ligència emocional?**



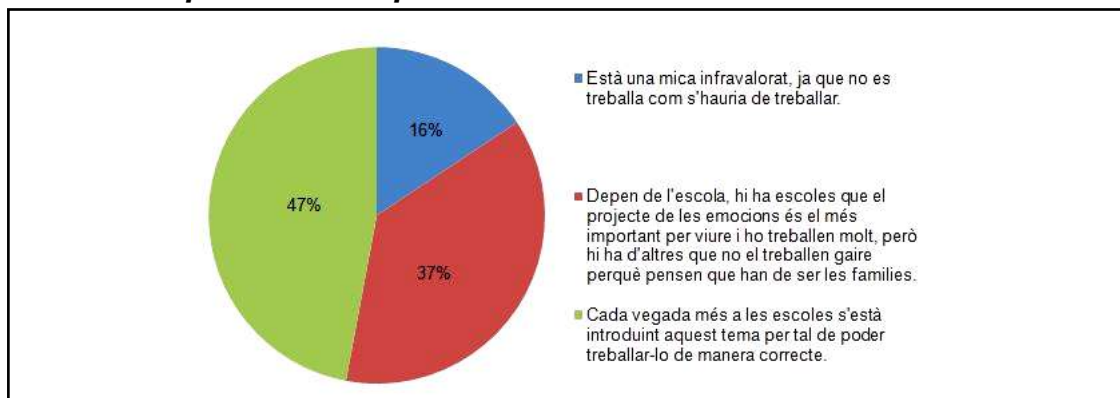
Gràfic 21. Que entens per intel·ligència emocional?

• **Consideres que es un factor clau per l'aprenentatge de les emocions en els infants?**



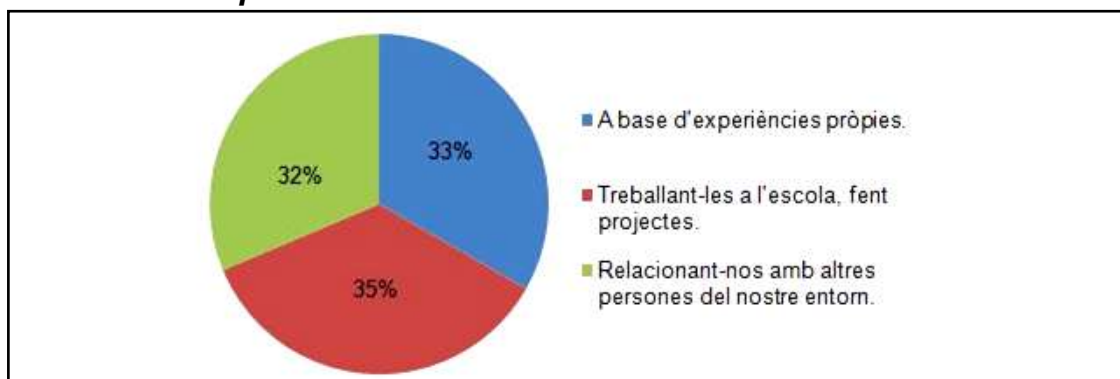
Gràfic 22. Consideres que es un factor clau per l'aprenentatge de les emocions en els infants?

- **Parlant d'educació, creus que actualment a les escoles se'ls s'hi dona molta importància a aquest tema o està infravalorat?**



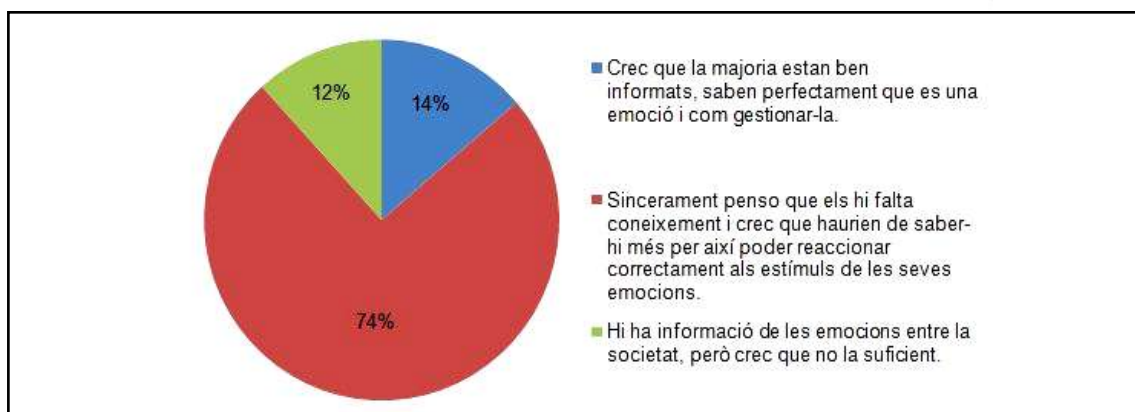
Gràfic 23. Parant d'educació, creus que actualment a les escoles se'ls s'hi dona molta importància a aquest tema o està infravalorat?

- **Com creus que hauríem de treballar les emocions?**



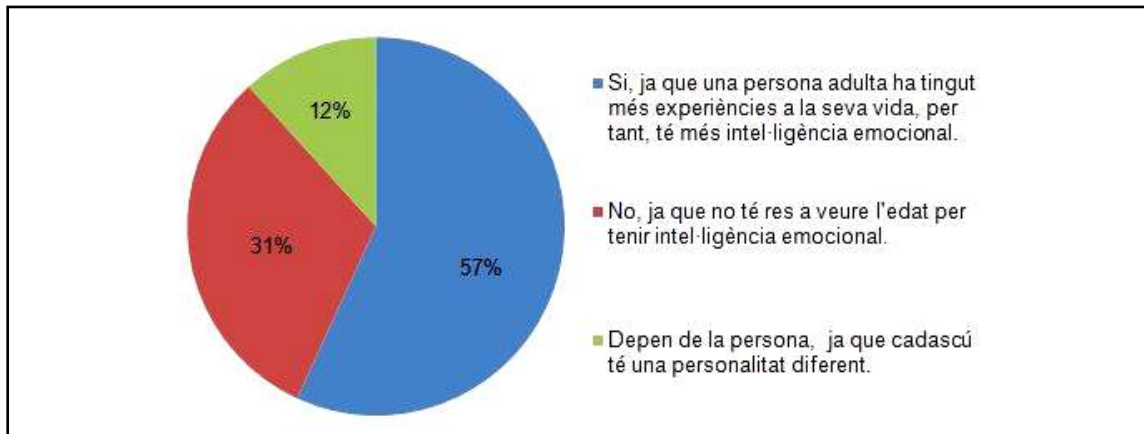
Gràfic 24. Com creus que hauríem de treballar les emocions?

- **Personalment, hi penses que a la societat en general (inclosos familiars i professors) els hi falta coneixement d'aquest tema o estan ben informats?**



Gràfic 25. Personalment, hi penses que a la societat en general (inclosos familiars i professors) els hi falta coneixement d'aquest tema o estan ben informats?

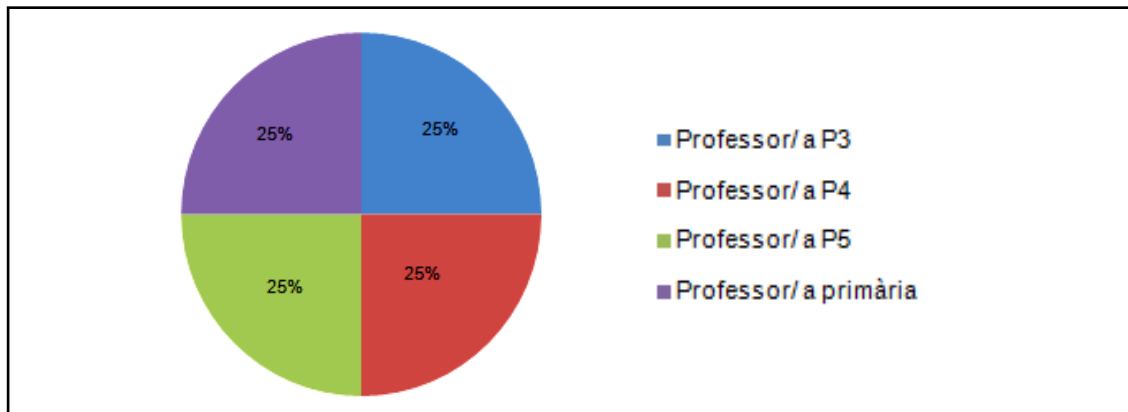
- **Per finalitzar, creus que una persona adulta es molt més emocionalment intel·ligent que un nen?**



Gràfic 26. Per finalitzar, creus que una persona adulta es molt més emocionalment intel·ligent que un nen?

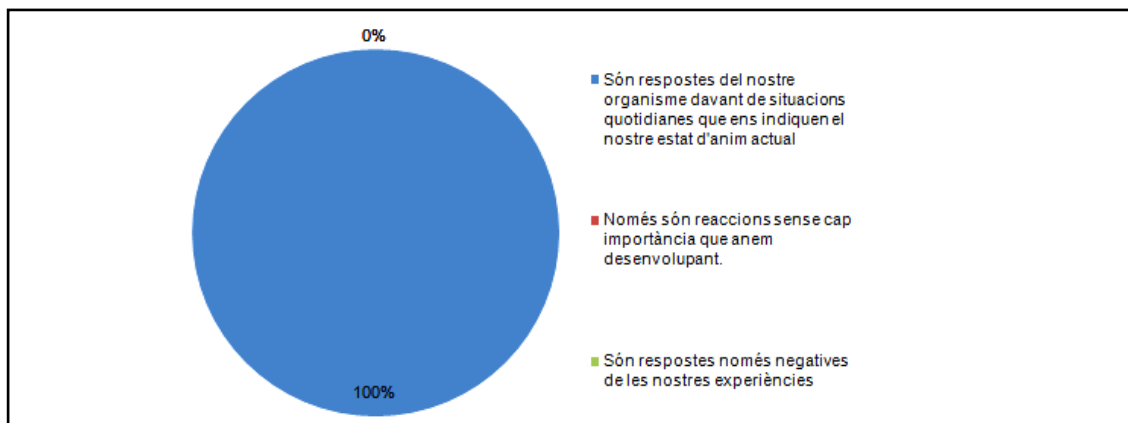
Annex 2. Enquestes professors

- **Qui sóc?**



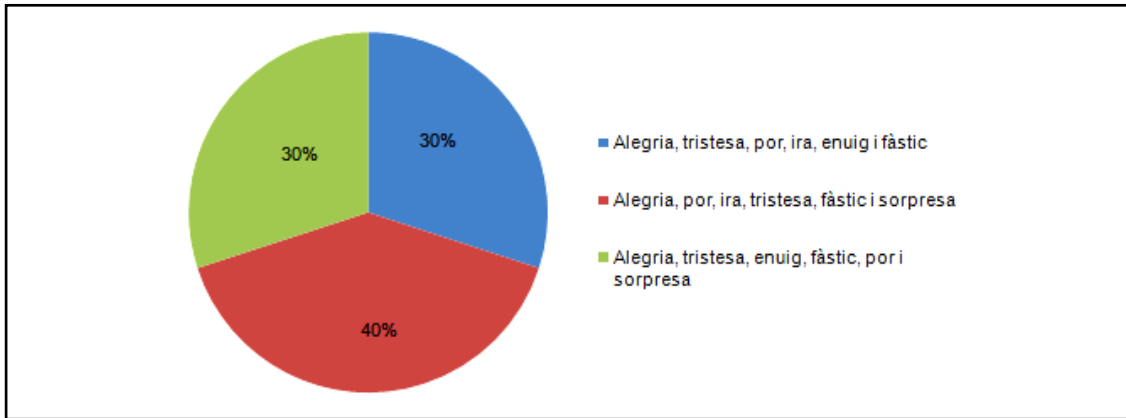
Gràfic 27. Qui sóc?

- **Com definiries el concepte "d'emocions"?**



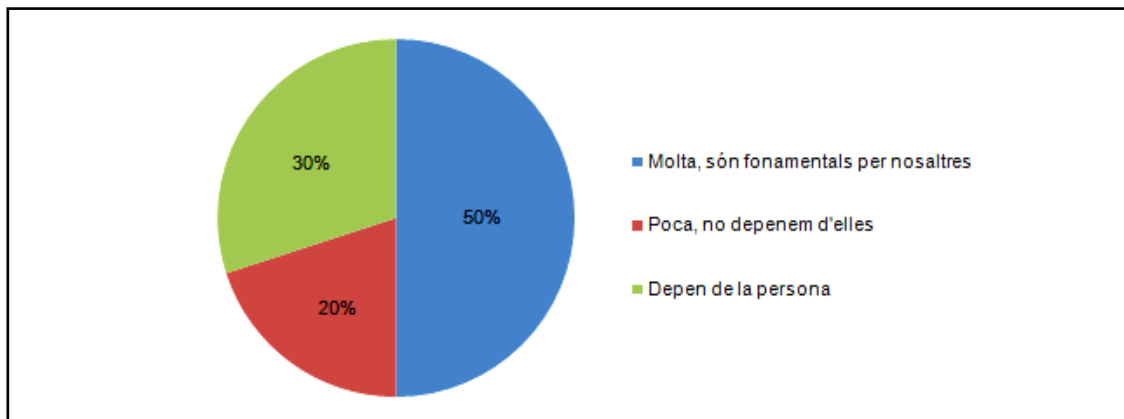
Gràfic 28. Com definiries el concepte "d'emocions"?

• **Quines diries que són les 6 emocions primàries?**



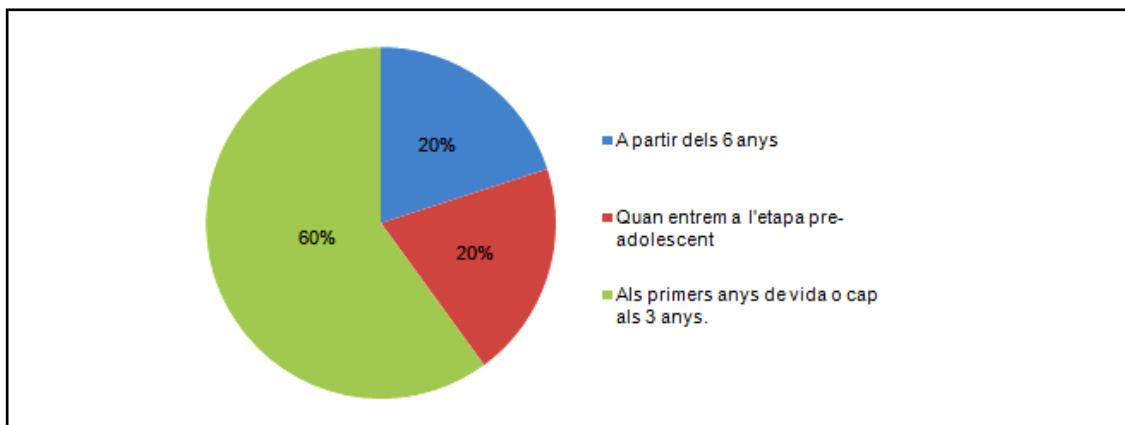
Gràfic 29. Quines diries que són les 6 emocions primàries?

• **Quina importància penses que tenen les emocions a la nostra vida?**



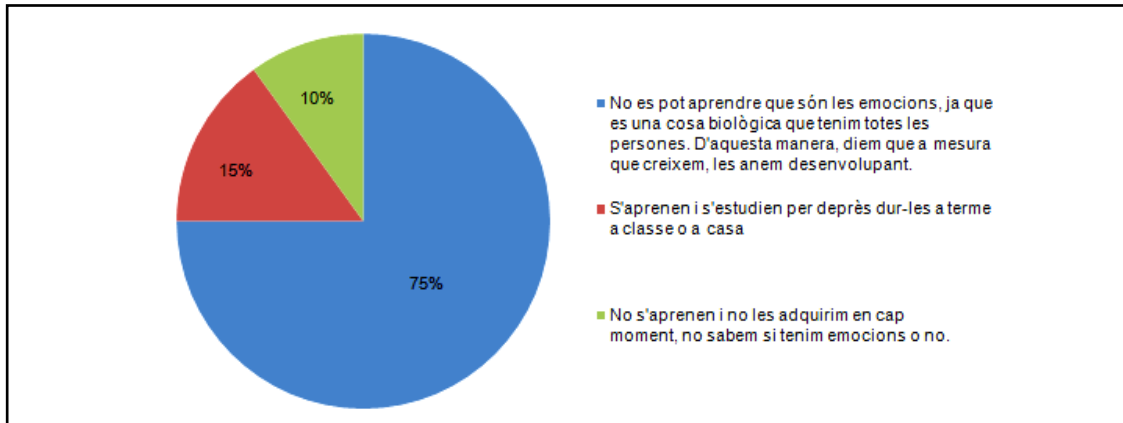
Gràfic 30. Quina importància penses que tenen les emocions a la nostra vida?

• **Personalment, a quina edat creus que s'han de començar a treballar?**



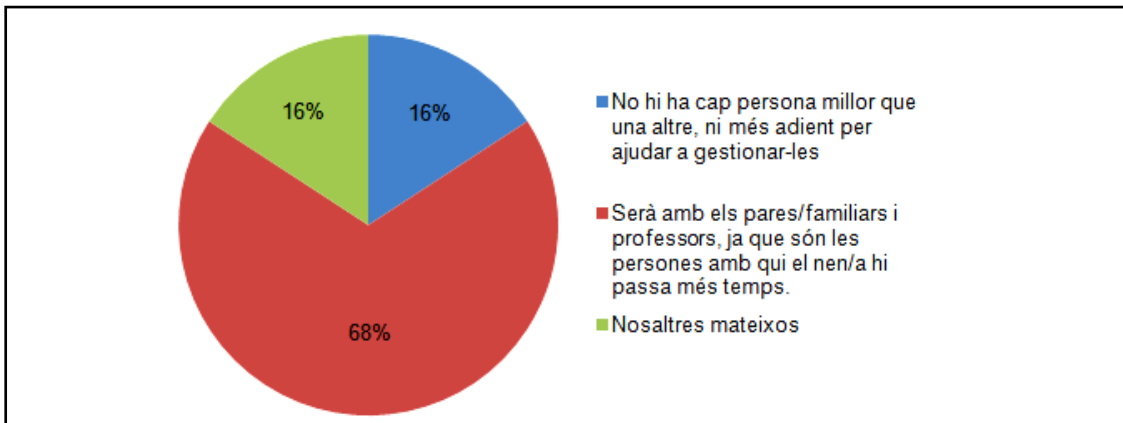
Gràfic 31. Personalment, a quina edat creus que s'han de començar a treballar?

• **Penses que les hem d'aprendre o les adquirim al llarg de la nostra vida?**



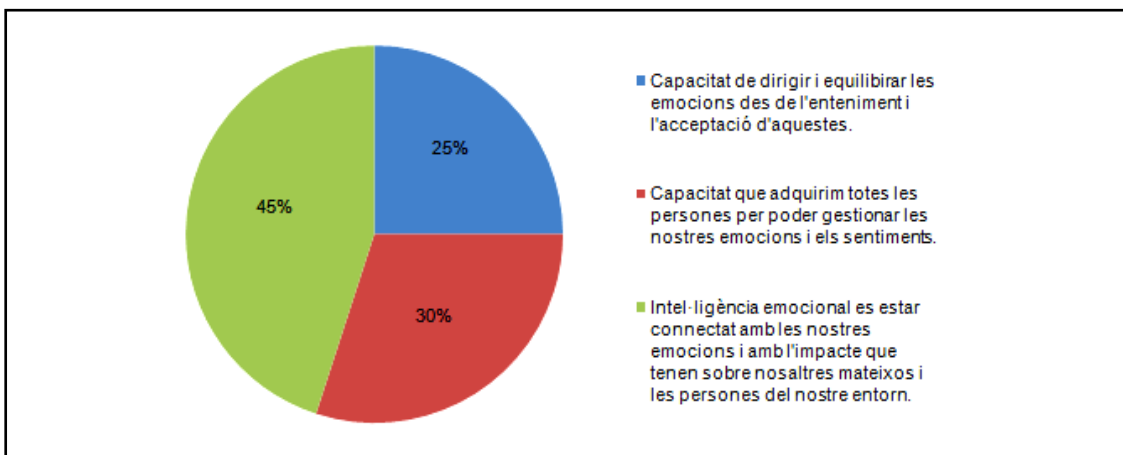
Gràfic 32. Penses que les hem d'aprendre o les adquirim al llarg de la nostra vida?

• **Quines persones podrien ser les més adients per ajudar a adquirir-les?**



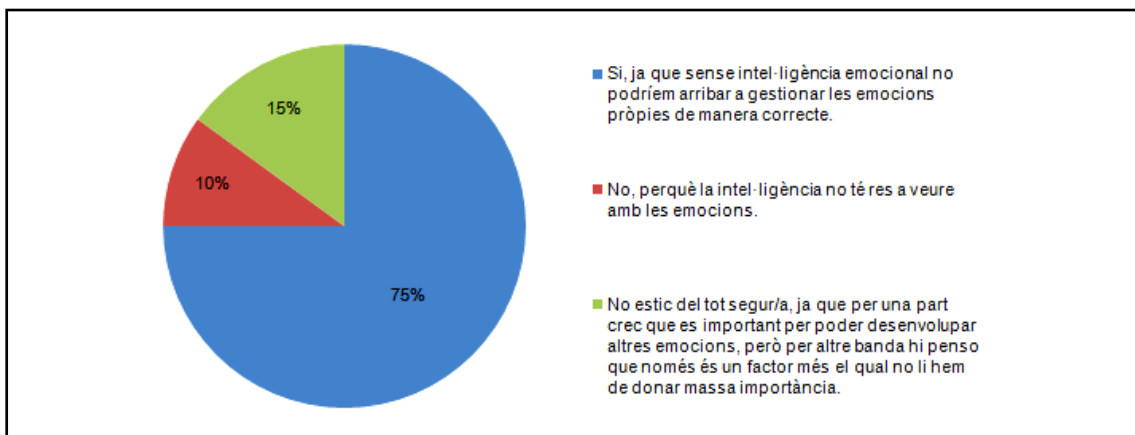
Gràfic 33. Quines persones podrien ser les més adients per ajudar a adquirir-les?

• **Que entens per intel·ligència emocional?**



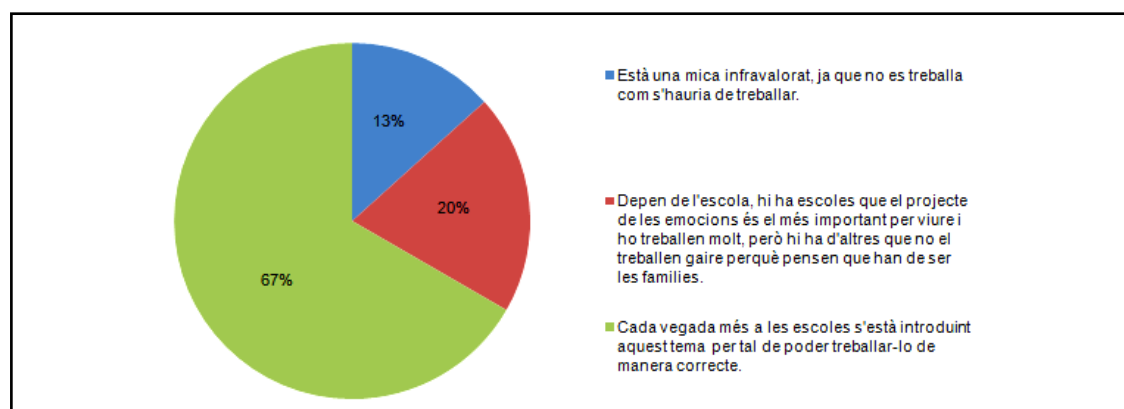
Gràfic 34. Que entens per intel·ligència emocional?

- **Consideres que es un factor clau per l'aprenentatge de les emocions en els infants?**



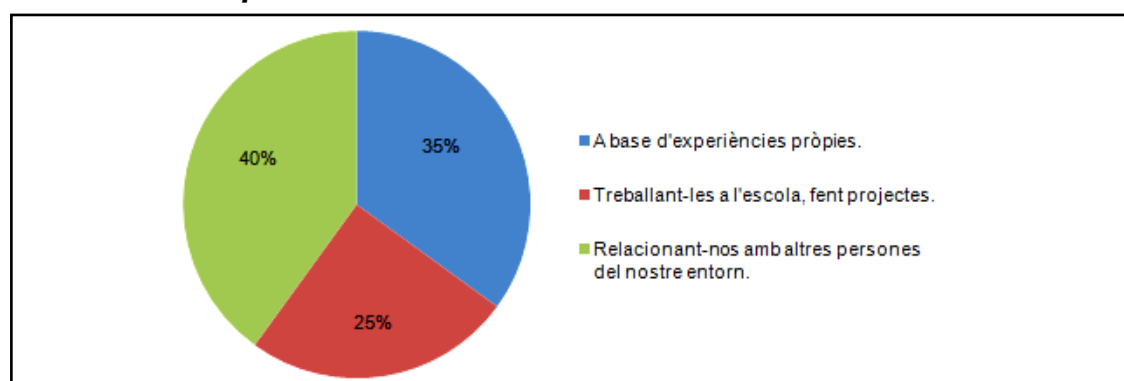
Gràfic 35. Consideres que es un factor clau per l'aprenentatge de les emocions en els infants?

- **Parlant d'educació, creus que actualment a les escoles se'ls s'hi dona molta importància a aquest tema o està infravalorat?**



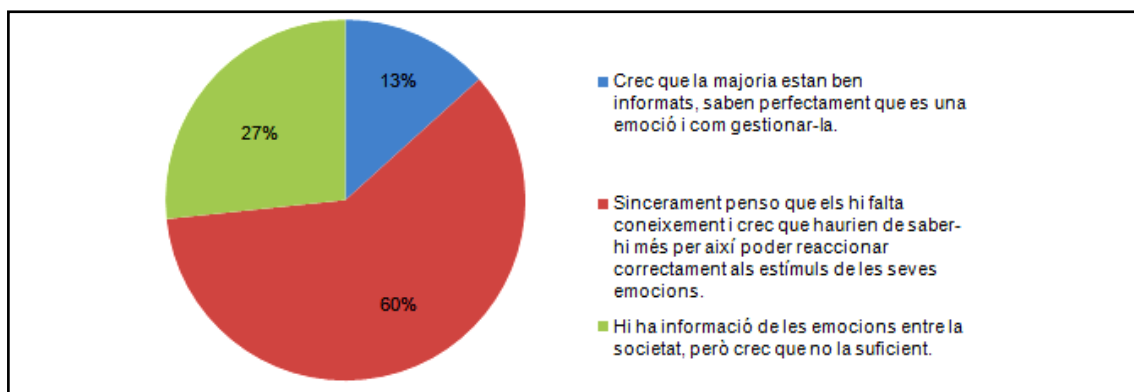
Gràfic 36. Parlant d'educació, creus que actualment a les escoles se'ls s'hi dona molta importància a aquest tema o esta infravalorat?

- **Com creus que hauríem de treballar les emocions?**



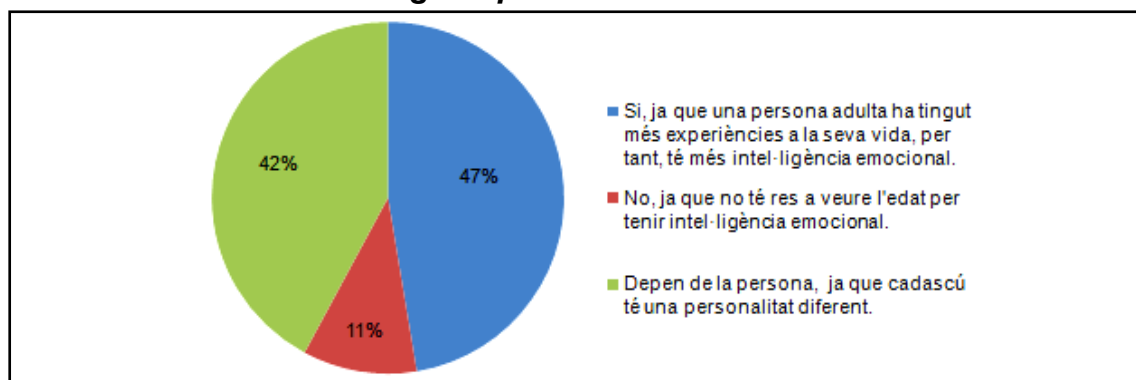
Gràfic 37. Com creus que hauríem de treballar les emocions?

- **Personalment, hi penses que a la societat en general (inclosos familiars i professors) els hi falta coneixement d'aquest tema o estan ben informats?**



Gràfic 38. Personalment, hi penses que a la societat en general (inclosos familiars i professors) els hi falta coneixement d'aquest tema o estan ben informats.

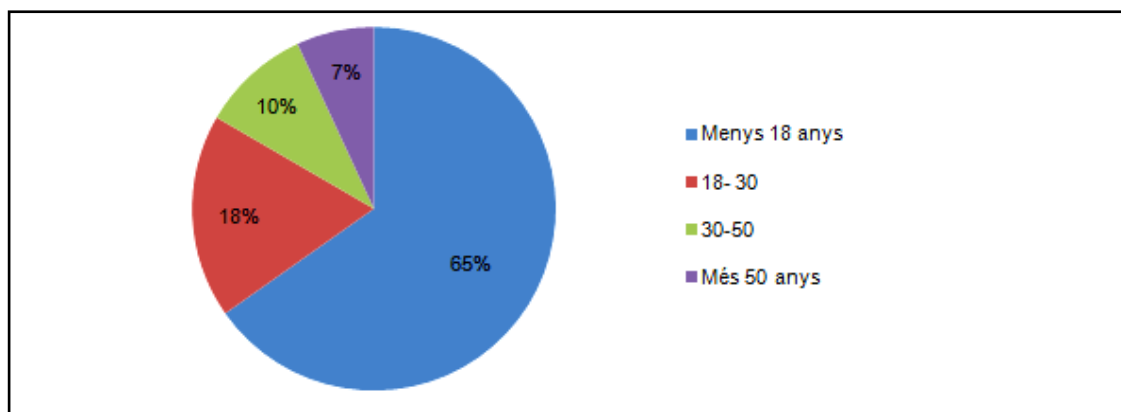
- **Per finalitzar, creus que una persona adulta es molt més emocionalment intel·ligent que un nen?**



Gràfic 39. Per finalitzar, creus que una persona adulta es molt més emocionalment intel·ligent que un nen?

Annex 3. Enquestes societat

- **Qui sóc?**



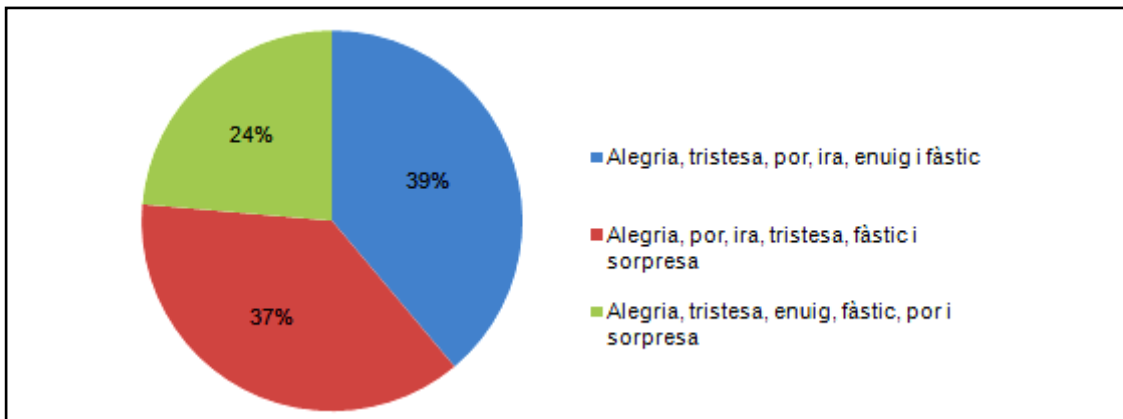
Gràfic 40. Qui sóc?

• **Com definiries el concepte "d'emocions"?**



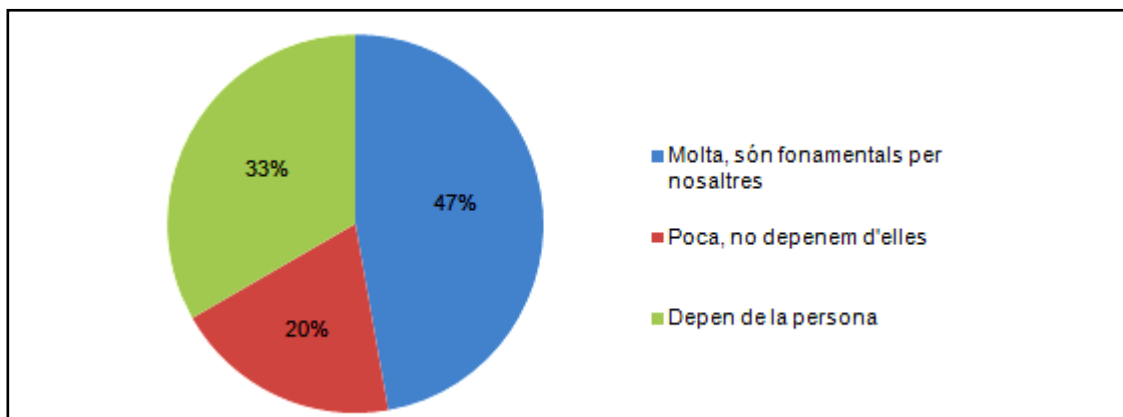
Gràfic 41. Com definiries el concepte "d'emocions"?

• **Quines diries que són les 6 emocions primàries?**



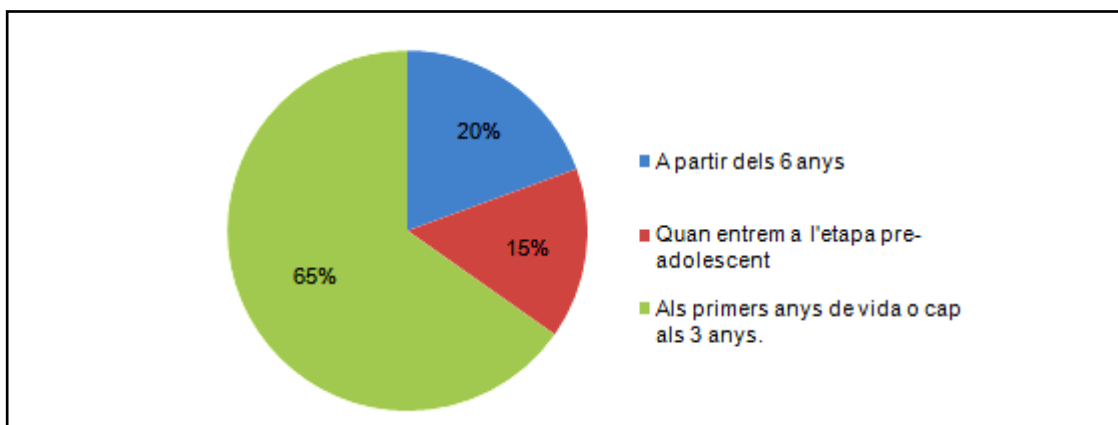
Gràfic 42. Quines diries que són les 6 emocions primàries?

• **Quina importància penses que tenen les emocions a la nostra vida?**



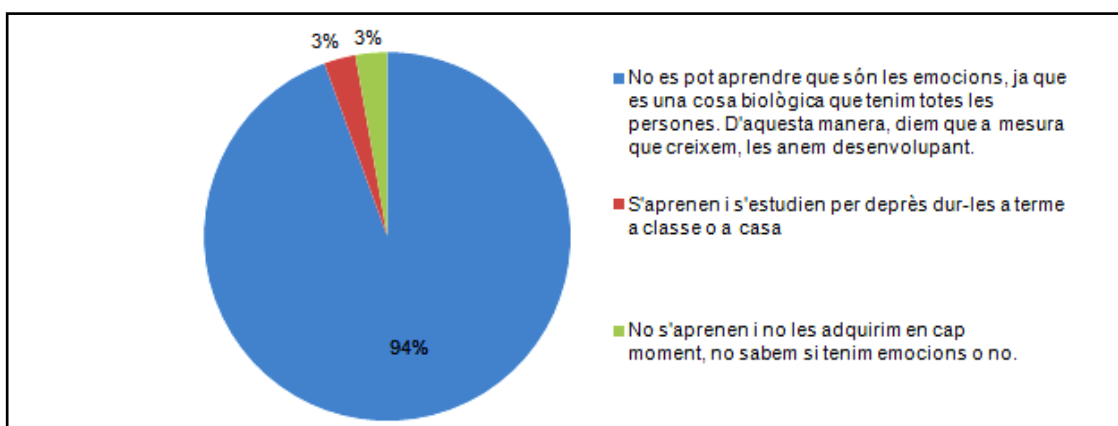
Gràfic 43. Quina importància penses que tenen les emocions a la nostra vida?

• **Personalment, a quina edat creus que s'han de començar a treballar?**



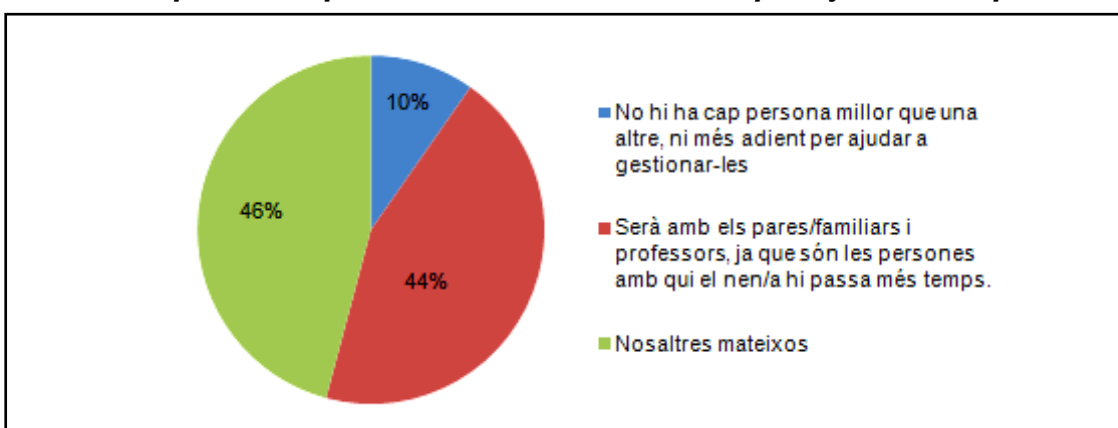
Gràfic 44. Personalment, a quina edat creus que s'han de començar a treballar?

• **Penses que les hem d'aprendre o les adquirim al llarg de la nostra vida?**



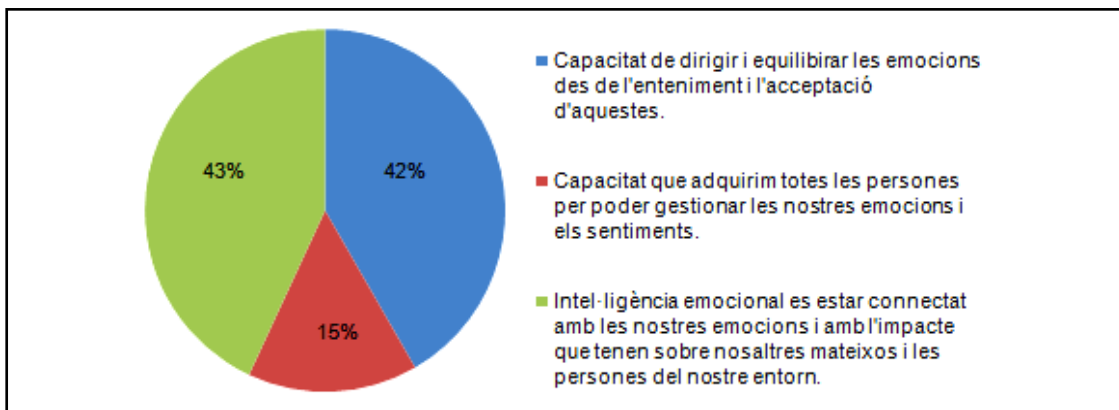
Gràfic 45. Penses que les hem d'aprendre o les adquirim al llarg de la nostra vida?

• **Quines persones podrien ser les més adients per ajudar a adquirir-les?**



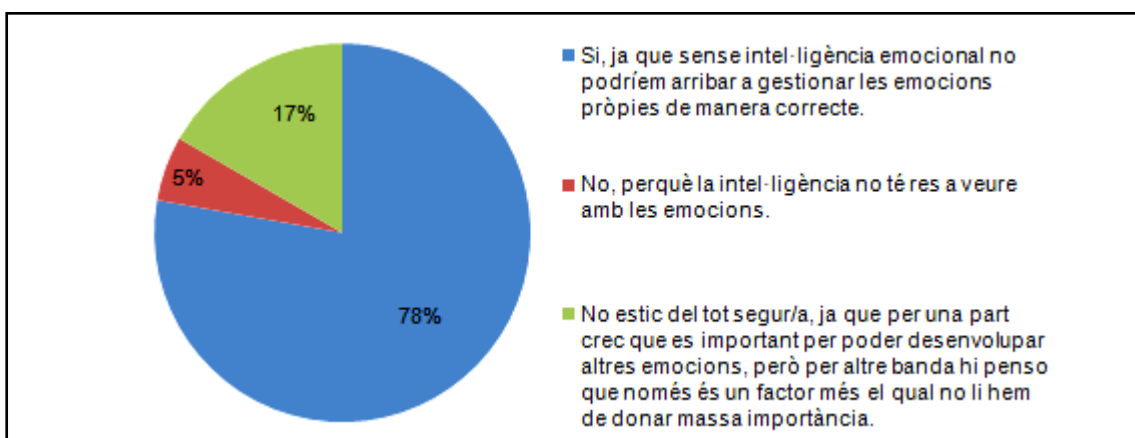
Gràfic 46. Quines persones podrien ser les més adients per ajudar a adquirir-les?

• **Que entens per intel·ligència emocional?**



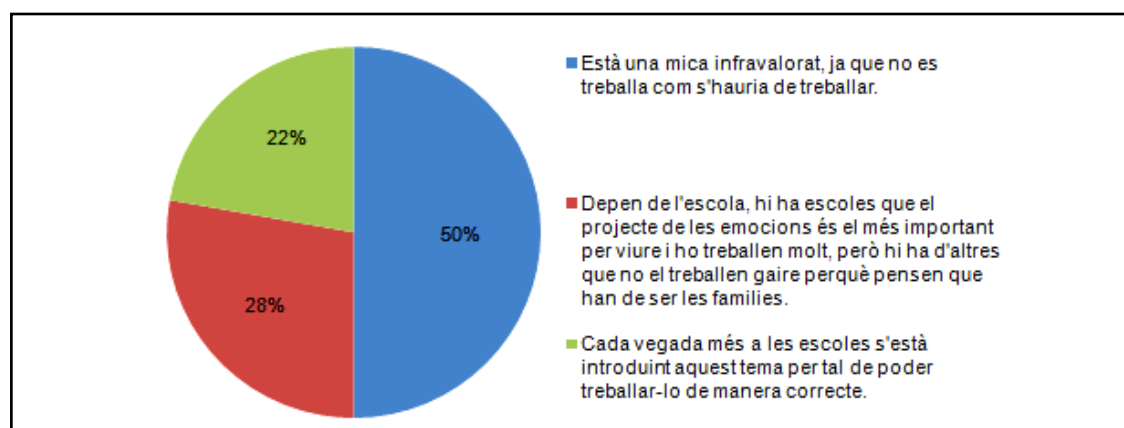
Gràfic 47. Que entens per intel·ligència emocional?

• **Consideres que es un factor clau per l'aprenentatge de les emocions en els infants?**



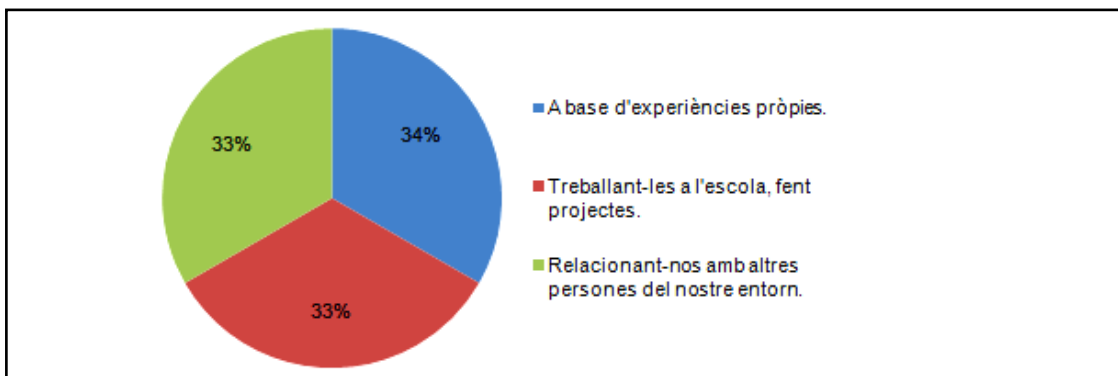
Gràfic 48. Consideres que es un factor clau per l'aprenentatge de les emocions en els infants?

• **Parlant d'educació, creus que actualment a les escoles se'ls s'hi dona molta importància a aquest tema o està infravalorat?**



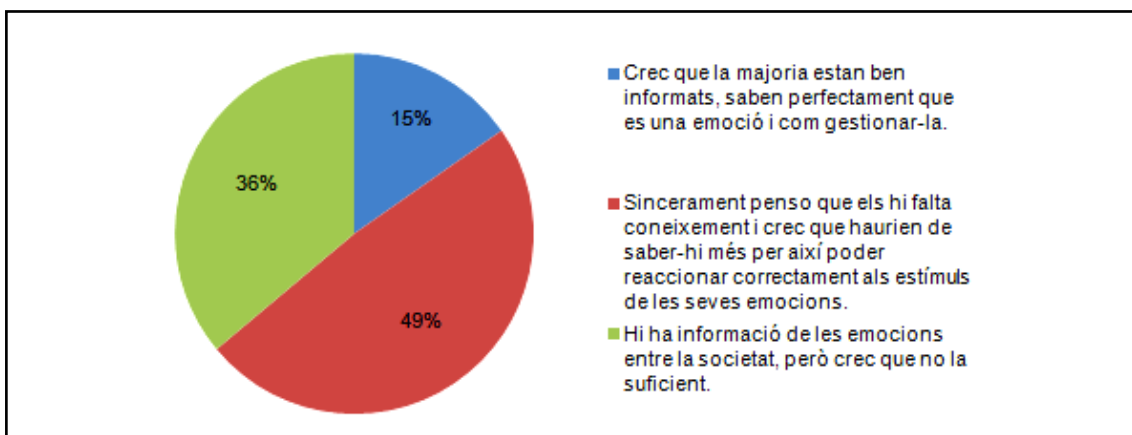
Gràfic 49. Parlant d'educació, creus que actualment a les escoles se'ls s'hi dona molta importància a aquest tema o està infravalorat?

• **Com creus que hauríem de treballar les emocions?**



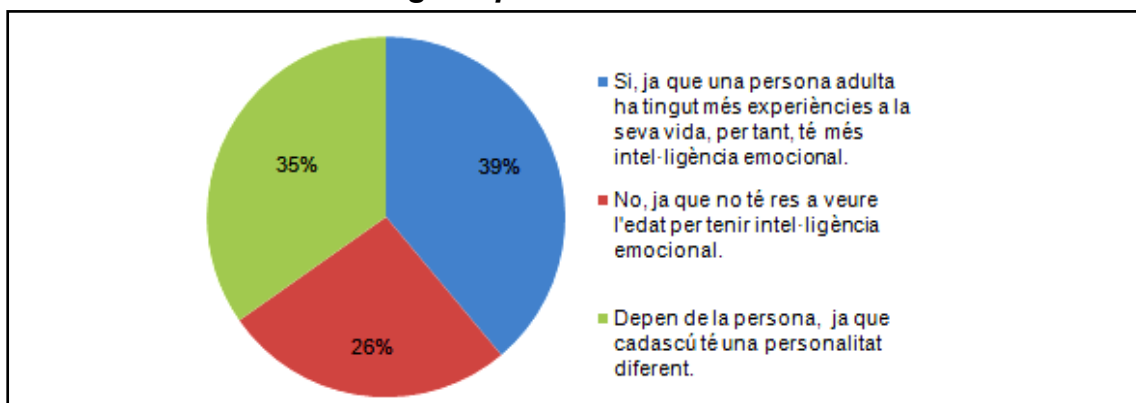
Gràfic 50. Com creus que hauríem de treballar les emocions?

• **Personalment, hi penses que a la societat en general (inclosos familiars i professors) els hi falta coneixement d'aquest tema o estan ben informats?**



Gràfic 51. Personalment, hi penses que a la societat en general (inclosos familiars i professors) els hi falta coneixement d'aquest tema o estan ben informats?

• **Per finalitzar, creus que una persona adulta es molt més emocionalment intel·ligent que un nen?**



Gràfic 52. Per finalitzar, creus que una persona adulta es molt més emocionalment intel·ligent que un nen?

Annex 4. Fitxa d'emocions

Aquí, trobem la fitxa sense respostes que han hagut de fer els dos nens.

PÀGINA 1

FICHA 1
1 Reconozco las emociones

Nombre _____ Fecha _____

1 Relaciona cada dibujo con la emoción que expresa.

	<input type="text" value="miedo"/>	
	<input type="text" value="alegria"/>	
	<input type="text" value="enfado"/>	
	<input type="text" value="tristeza"/>	
	<input type="text" value="sorpresa"/>	

2 Dibuja tu cara en cada caso.

sientes alegría	sientes tristeza	sientes miedo
▼	▼	▼
		

Figura 31. Pàgina 1 fitxa emocions

PÀGINA 2

FICHA 5 **Aprendo a expresar lo que siento**

Nombre _____ Fecha _____

1 ¿Que expresa cada emoción? Marca.

 alegría

Estoy muy contenta.

Estoy muy aburrida.

¡Qué rabia!

Me alegro mucho.

 enfado

¡Qué penal!

Me he divertido mucho.

 tristeza

Estoy cansado.

Estoy asustado.

 miedo

Figura 32. Pàgina 2 fitxa emocions

PÀGINA 3



Palabras que expresan emociones

Nombre _____ Fecha _____

① Une cada emoción con otra parecida.



alegría

rabia



enfado

contento



miedo

pena



sorpresa

desprecio



asco

asombro



tristeza

temor

Figura 33. Pàgina 3 fitxa emocions

Annex 5. Creació dau emocional.

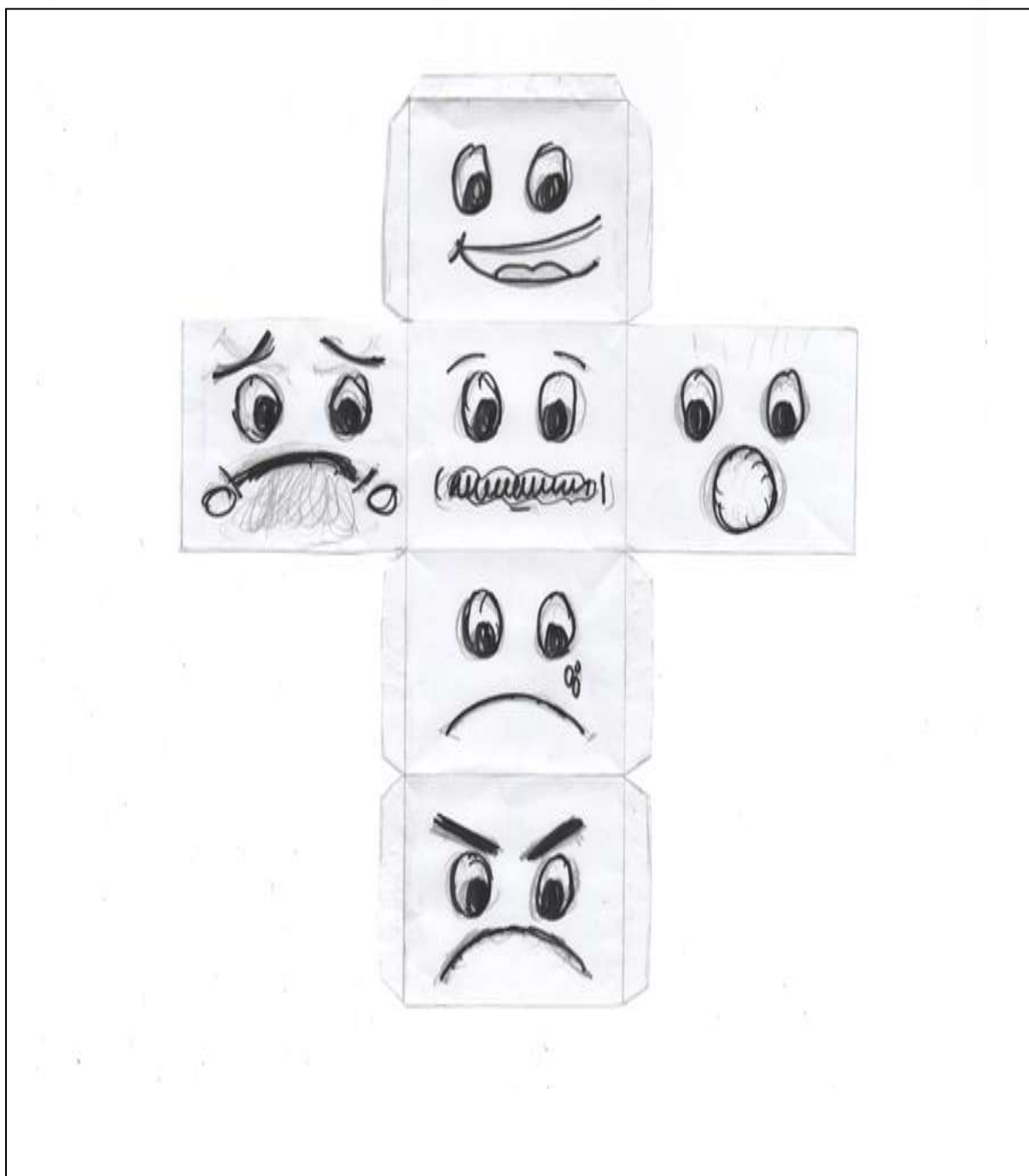


Figura 34. Creació dau emocional

Annex 6. Plantilla dibuixos emocions.

<u>ALEGRIA</u>	<u>TRISTESA</u>
<u>POR</u>	<u>IRA</u>
<u>FASTIC</u>	<u>SORPRESA</u>

Figura 35. Plantilla dibuixos emocions.