



**UNIVERSITAT
JAUME·I**

**TREBALL FINAL DE GRAU EN MESTRE/A
D'EDUCACIÓ INFANTIL**

**APRENENT A SER MÉS FELIÇ
L'ENREGISTRAMENT AUDIOVISUAL COM
A FERRAMENTA PER A MILLORAR LA
INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL**

Alumna: Maria Conesa Milián

Tutora de TFG: Ester Ventura Chalmeta

Àrea de Coneixement: Didàctica de l'Expressió Plàstica

Curs acadèmic: 2019-2020

AGRAÏMENTS:

Aquest TFG ha sigut tutoritzat per Ester Ventura Chalmeta, pel que en primer lloc, m'agradaria agrair-li a ella l'esforç i dedicació que ha invertit a ajudar-me a pesar de la seua recent maternitat i de la complicada situació de confinament.

També vull expressar el meu agraïment a Estela Luri i a Loli Ferrer, ja que han sigut les meues supervidores durant les pràctiques de tercer i quart curs del grau. D'elles he après que és possible tractar els continguts pertinents al nivell educatiu sense deixar de banda el treball de valors i de la intel·ligència emocional.

Finalment i per descomptat, gràcies a la meua família. A Andreu, el meu germà, per la paciència inesgotable que té amb mi. Al meu pare, per haver-me acostat des de petita al món de la intel·ligència emocional i ajudar-me a créixer en aquesta disciplina i moltes altres més. I a la meua mare, per haver-me contagiats la seua passió per l'educació i per ser per a mi un model a seguir, tant en l'àmbit personal com en el professional. Gràcies als tres per motivar-me cada dia i animar-me a seguir endavant en els moments de frustració i debilitat. I com no, agrair als meus iaios i "abuelos" per l'estima i confiança que han tingut sempre en mi.

ÍNDEX

1. RESUM	2
2. INTRODUCCIÓ	3
3. FONAMENTACIÓ TEÒRICA	4
3.1. IMPORTÀNCIA DE TREBALLAR LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL DES D'EDUCACIÓ INFANTIL	4
3.2. LA RESOLUCIÓ DE CONFLICTES	5
3.2.1. ENREGISTRAMENT DE SITUACIONS PER AL POSTERIOR ANÀLISI.....	6
3.2.2. L'ASSEMBLEA POSTPATI PER A TREBALLAR LA RESOLUCIÓ DE CONFLICTES.	7
4. PROPOSTA METODOLÒGICA	8
4.1. DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA METODOLÒGICA	8
4.1.1. OBJECTIU PRINCIPAL I OBJECTIUS ESPECÍFICS.....	9
4.1.2. CONTINGUTS A TREBALLAR.....	9
4.2. AVANTATGES I DESAVANTATGES DE DUR A TERME LA METODOLOGIA PROPOSADA	10
4.3. ALUMNAT AL QUAL ES DIRIGEIX LA METODOLOGIA PROPOSADA	11
4.4. PROPOSTA D'ACTIVITATS	11
4.4.1. RELAXACIÓ.....	12
4.4.2. ASSEMBLEA POSTPATI	14
4.4.3. ANÀLISIS DEL VÍDEO DEL DIA ANTERIOR	16
5. CONCLUSIONS	17
6. REFERÈNCIES	19

1. RESUM

En aquest treball es presenta una proposta metodològica amb la qual es pretén millorar el nivell d'intel·ligència emocional de l'alumnat, a la vegada que es treballa la resolució pacífica dels conflictes que ocorren diàriament a l'hora del pati. Així, després d'haver fet una investigació acurada sobre l'entrenament de la intel·ligència emocional, se suggereixen tres activitats dissenyades per a ser aplicades al darrer curs d'Educació Infantil. La primera d'elles està enfocada a relaxar l'alumnat abans de treballar la resolució dels conflictes. La segona consisteix a realitzar una assemblea mitjançant la qual, es pretén que els xiquets i xiquetes solucionen, amb la major autonomia possible, les diferents problemàtiques ocasionades durant el pati. A més, es proposa enregistrar aquesta activitat per a l'endemà analitzar entre tots algun fragment del vídeo. D'aquesta manera s'espera que les gravacions actuen com un mirall, i així l'alumnat pugui observar-se i corregir aquelles conductes de les quals no se sent orgullós. Per tant, es considera interessant l'aplicació d'aquesta metodologia, perquè desenvolupant la seua capacitat per a resoldre conflictes i el seu nivell d'intel·ligència emocional de manera conjunta, possiblement s'aconseguirà una millor convivència entre els companys, i conseqüentment un major grau de felicitat.

PARAULES CLAU: Educació Infantil, intel·ligència emocional, resolució de conflictes, assemblea postpati, perspectiva temporal.

2. INTRODUCCIÓ

Des que era petita he escoltat freqüentment converses entre els meus pares sobre la importància d'entrenar la intel·ligència emocional. Això es deu al fet que per motius laborals, el meu pare ha hagut d'assistir a diversos cursos de formació sobre aquest tema, i després a casa compartia amb la meua mare allò que havia après. Cal remarcar que ella és mestra i per això les converses solien derivar a l'aplicació d'aquest entrenament des de l'escola, i tot seguit es comentava la necessitat que té el professorat de formació en aquest àmbit.

D'aquesta manera, des que vaig decidir que em volia dedicar al món de l'educació, he estat considerant la importància de formar-me per a complementar l'ensenyament que s'ofereix a les escoles, amb l'entrenament de la intel·ligència emocional. Així, quan vaig haver d'escollir un tema a tractar en aquest treball, no vaig dubtar a contemplar aquest pensament que tenia al cap des de feia anys.

Per tant, el primer que vaig fer va ser llegir a Goleman (1995), ja que sabia que era un referent imprescindible a llegir tractant-se d'aquesta matèria, i a més tenia un llibre d'ell a casa. Aleshores vaig trobar les següents paraules que em van semblar decisives per a iniciar el meu treball:

Al igual que ocurre con la lectura o con las matemáticas, por ejemplo, la vida emocional constituye un ámbito -que incluye un determinado conjunto de habilidades- que puede dominarse con mayor o menor pericia. Y el grado de dominio que alcance una persona sobre estas habilidades resulta decisivo para determinar el motivo por el cual ciertos individuos prosperan en la vida mientras que otros, con un nivel intelectual similar, acaban en un callejón sin salida. (p.64)

És per això que vaig voler orientar el meu TFG a aportar una metodologia innovadora amb la qual poder ajudar l'alumnat a dominar aquestes capacitats, i així contribuir a la seua prosperitat en la vida.

3. FONAMENTACIÓ TEÒRICA

3.1. IMPORTÀNCIA DE TREBALLAR LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL DES D'EDUCACIÓ INFANTIL

El deure de tot mestre és que l'alumnat assolisca correctament els conceptes que pertanyen al seu nivell educatiu, però un docent compromés s'esforçarà també per contribuir a la formació integral de l'alumnat, perquè aquest aconseguisca triomfar i ser feliç. Per tant, si es considera que "Una excel·lent intel·ligència racional, no preduï tan bons resultats en la vida adulta, com una excepcional intel·ligència emocional" (García-Lago, 2008, p.129), un bon mestre també haurà d'educar l'alumnat en aquesta darrera.

En primer lloc, al parlar d'intel·ligència emocional, cal fer referència a Daniel Goleman (1995), ja que fou l'autor del best-seller que popularitzà aquest concepte. Partint de les seues teories, la intel·ligència emocional s'entén com al conjunt d'habilitats que tenen les persones de reconèixer els seus propis sentiments i els de la resta. Per tant, gràcies a aquestes capacitats poden regular els seus estats d'ànim, controlar els seus impulsos emocionals, comprendre els sentiments dels seus iguals i amb tot açò, gestionar les seues relacions personals.

Com digué Aristòtil (en Goleman, 1995, p. 9) "Qualsevol pot enfadar-se, això és quelcom molt senzill. Però enfadar-se amb la persona adequada, en el grau exacte, en el moment oportú, amb el propòsit just i de la manera correcta, no resulta, sens dubte, tan senzill". Però tot i això, les persones poden entrenar-se per a ser capaces de gestionar aquest tipus de situacions. De fet, darrere de cada impuls s'amaga un sentiment que busca expressar-se. Així, cal treballar les 5 aptituds bàsiques que planteja Goleman (1995) i que divideix en dues categories.

En primer lloc, parla de la motivació, l'autoregulació i l'autoconeixement, és a dir, aquelles relacionades amb el món interior de cada persona. I d'altra banda, agrupa l'empatia i les habilitats socials com a aquelles destinades a millorar les relacions amb altres persones.

Per tant, aquesta tasca d'entrenament aporta als individus avantatges intrapersonals, però també interpersonal (Guichot-Reina i Torre Sierra, 2018). Per això, hauria d'iniciar-se des de ben petits, ja que des del moment del naixement els infants s'exposen a gran varietat d'estímuls, els quals ocasionen en ells diferents emocions que han de saber reconèixer, diferenciar i gestionar. A més, les persones som éssers socials i per tant, des que arribem al món estem envoltades d'altres individus amb els quals haurem d'aprendre a conviure, fet que implica també, aprendre a gestionar les nostres relacions socials.

Per aquest motiu, des de les aules d'Educació Infantil s'hauria de prioritzar el desenvolupament de l'alumnat en l'àmbit de la intel·ligència emocional. De fet, els infants que cursen aquesta etapa educativa no solen tenir una personalitat creada, es presenten plens d'energia emocional i amb falta de recursos comunicatius per a expressar les diferents sensacions que van experimentant. Així, des de l'escola se'ls hauria de brindar l'oportunitat d'aprendre distints tipus de llenguatge per a expressar-se tenint en compte el llenguatge verbal, però també treballant el no verbal com poden ser el llenguatge corporal, el musical i el plàstic (Cruz, 2014).

3.2. LA RESOLUCIÓ DE CONFLICTES

Rarament existeix una aula d'Educació Infantil en la qual no esdevinguen conflictes cada dia. Això es deu al fet que l'alumnat d'aquest nivell encara no ha desenvolupat per complet les seues capacitats d'identificació i gestió de les emocions (Marqués, 2019). Per tant, es pot pensar que existeix un vincle que uneix la resolució de conflictes amb l'educació emocional (Guichot-Reina i Torre Sierra, 2019). Així, es podria dur a terme l'educació emocional per mitjà de la resolució pacífica dels conflictes que van sorgint durant la jornada escolar. D'aquesta manera, aconseguint que el mateix alumnat siga el protagonista de l'activitat, es podria oferir un aprenentatge vivencial.

Pel que fa a la resolució de conflictes, alguns autors proposen tècniques les quals podrien fusionar-se per aconseguir uns resultats òptims.

En primer lloc, per a resoldre exitosament un conflicte és molt important que els implicats estiguen relaxats, ja que els pot ajudar a dominar les seues emocions (Ribes, Bisquerra, Agulló, Filella i Soldevilla, 2005). Aquest efecte es pot aconseguir fent d'exercicis de respiració, treballant el llenguatge interior i relaxant-se al racó de la calma (Marqués, 2019).

Un altre aspecte que té en compte Ruiz (2006) és el domini de l'assertivitat que permet a l'individu acceptar-se tal com és, gestionar els seus sentiments i els de la resta. Així, si s'aconsegueix que els implicats en el conflicte sàpiguen fer front a la situació de manera assertiva, s'aconseguirà també una comunicació més clara i fluida i per tant, una relació més positiva que ajudarà en la resolució d'aquest.

D'altra banda, Ribes et al. (2005) fan referència a la mediació i assenyalen que els infants solen recórrer als adults, com els pares o els mestres, per tal de solucionar els conflictes. Però com indica Marqués (2019) seria convenient que l'alumnat aprenguera a regular les seues emocions i a gestionar els conflictes amb ajuda dels iguals. És a dir, l'adult hauria d'afavorir la seua autonomia, limitant-se a acompanyar-los en el procés per tal de proporcionar-los alguns patrons de conducta i de comunicació adequats.

Altrament, Ribes et al. (2005) proposen la "reestructuració pedagògica" que consisteix a modificar la visió subjectiva que tenen els implicats sobre la situació, per tal de fer-los contemplar-la des d'una perspectiva més objectiva i favorable. Així, la repetició de frases positives, la lectura de comptes o la interpretació amb un guinyol d'una història on ocorre un conflicte, podrien ser exercicis de reestructuració pedagògica. A més, de la mateixa manera Ruiz (2006) proposa ajudar als implicats a veure la situació amb perspectiva i per tant, a empatitzar amb els companys.

Però en moltes ocasions les persones no tenen la capacitat de posar-se en el lloc dels altres durant una discussió, ja que les idees irracionals del moment les dominen. És per això pel que Ruiz (2006) defén la utilitat de l'auto-enregistrament de pensament com a una manera de detectar aquests pensaments irracionals i també, com a una oportunitat de canviar-los per tal de solucionar el conflicte de manera exitosa.

3.2.1. ENREGISTRAMENT DE SITUACIONS PER AL POSTERIOR ANÀLISI

Fou als anys trenta quan Werner Wolff va dur a terme una de les primeres investigacions sobre l'auto-confrontació amb els mitjans audiovisuals. En concret va estudiar les reaccions que tenien les persones en observar-se i escoltar-se per mitjà de gravacions sonores i fotografies en moviment. Així, els resultats que extragué mostraren que en aquestes situacions els individus estudiats experimentaven una confrontació entre els seus ideals i la realitat (Rueda, 2014). Però hui en dia comptem amb més recursos com és el vídeo, per tant aquest mètode s'empra en diversos àmbits amb la finalitat de poder autoavaluar-se i progressar.

Així, Ruiz (2009) fa referència al vídeo com a ferramenta de suport en l'aprenentatge del teatre. És a dir, proposa l'enregistrament del transcurs d'una obra de teatre infantil o d'alguna activitat d'expressió corporal, amb la finalitat d'analitzar les gravacions posteriorment. D'aquesta manera, entén el vídeo com a un mig pedagògic que permet que l'alumnat s'observe a si mateix per a prendre consciència dels seus punts forts i dèbils, i així corregir els seus defectes i faltes i celebrar els seus triomfs.

D'altra banda, Aspiazu Garreta (2019) comenta les diferents funcions del vídeo didàctic en l'àmbit de la dansa fent una proposta semblant a la de Ruiz. Així, exposa que el vídeo permet als ballarins veure's des d'una perspectiva diferent és a dir, com els veuen els companys i el públic. Per tant, afavoreix la correcció de tics, moviments o expressions facials, considerant tant els aspectes positius com els negatius.

Altrament, també s'empra el vídeo per a millorar la competència en la comunicació oral. De fet, Castellano i Caraballo (2011) proposen l'ús del vídeo per aprofundir en l'avaluació. En primer

lloc, fan referència a l'autoavaluació per part de l'alumnat, i d'altra banda exposen la coavaluació entre els companys. Així, les gravacions serveixen per a l'autocrítica i també per a aprendre a formular i rebre crítiques constructives per part dels iguals.

Totes aquestes propostes tenen en comú l'ús del vídeo per a poder auto-observar-se i progressar, tècnica a la qual es refereix Ferrés (1994) en emprar el terme de "vídeo-espejo", ja que les gravacions tenen una funció semblant a la que tenen els miralls en la nostra vida quotidiana. És a dir, en les gravacions com en el mirall, les persones es veuen reflectides i així poden prendre consciència d'elles mateixes i veure's com les veuen la resta de persones. D'aquesta manera, poden endreçar-se i ajustar-se als seus propis ideals.

Una vegada vist el funcionament d'aquesta tècnica per al progrés en diferents àrees, es pot pensar que emprar el "vídeo-espejo" per a millorar la resolució de conflictes i la intel·ligència emocional amb alumnat de cinc anys, podria resultar un èxit.

A més amb l'enregistrament de resolucions de conflictes i la seua posterior anàlisi, es podria proporcionar a l'alumnat no tan sols una visió objectiva de les seues conductes, sinó també una perspectiva temporal, que potser els ajudaria a afrontar la situació amb més claredat. És a dir, sense deixar-se portar pels sentiments negatius que les persones experimenten davant d'un conflicte.

3.2.2. L'ASSEMBLEA POSTPATI PER A TREBALLAR LA RESOLUCIÓ DE CONFLICTES.

L'assemblea de l'aula, segons Pérez (2001) és una activitat on l'alumnat, guiat pel docent, tracta d'analitzar diferents qüestions referents a les tasques a realitzar i la convivència escolar.

Per tant, Salguero (2011) proposa aquesta activitat metodològica com a via per a treballar la intel·ligència emocional i justifica la seua utilitat explicant que durant aquesta activitat es fomenten valors com el respecte, l'empatia i la tolerància. A més, també es promou l'intercanvi d'experiències, fet que comporta l'expressió d'emocions, sensacions i estats d'ànim. De fet, Pérez (2001) exposa la necessitat que té l'alumnat de comptar amb un espai on poder exterioritzar i debatre sobre les seues preocupacions i els problemes als quals s'enfronta. Per contra, creu que si no es tracten aquests conflictes poden enquistar-se i agreujar-se, fins al punt de dificultar la convivència diària a l'escola.

Així, per a evitar la situació en qüestió seria interessant comptar amb un temps de reflexió just en tornar a l'aula després del pati, per a poder resoldre els conflictes ocasionats durant el descans (Àvila, 2008). De fet, es podria considerar que aquest és el moment més oportú per a extreure un aprenentatge emocional i social, ja que com exposen Pino i Giménez (2015) és durant el pati quan

més conflictes solen ocórrer a causa de la interacció constant entre l'alumnat. D'aquesta manera, l'assemblea postpati funcionaria com a recurs metodològic mitjançant el qual els xiquets i xiquetes podrien compartir amb la resta de companys i amb la mestra, els conflictes que han presenciat durant el descans per tal de tractar de resoldre'ls.

4. PROPOSTA METODOLÒGICA

4.1. DESCRIPCIÓ DE LA PROPOSTA METODOLÒGICA

Aquesta proposta metodològica pretén treballar la intel·ligència emocional per mitjà de la resolució pacífica de conflictes. Consisteix a incloure dins la rutina escolar una assemblea postpati, durant la qual es done l'oportunitat a l'alumnat de compartir amb la mestra i la resta de companys, els conflictes que ha experimentat durant el descans. Així els implicats podran buscar la millor solució per a resoldre'ls.

Cal tenir en compte que cada dia, un alumne serà l'encarregat de documentar la sessió via vídeo. És a dir, la sessió serà enregistrada amb qualsevol dispositiu electrònic que possibilita la gravació del transcurs de l'assemblea. D'aquesta manera, posteriorment la mestra s'encarregarà de buscar moments concrets de la gravació en què els implicats mostren una conducta susceptible de ser alabada o criticada de manera constructiva.

Així l'endemà, durant l'assemblea del matí es buscarà un temps per analitzar els minuts que la mestra haja seleccionat. Per tant, amb aquesta activitat es pretén que l'alumnat pugui contemplar la situació des d'una perspectiva temporal, sense deixar-se portar pels sentiments negatius que el conflicte havia generat en ell. D'aquesta manera podrà empatitzar millor amb la resta de companys implicats. A més aquesta dinàmica afavoreix l'auto-observació per part dels infants, la reflexió sobre aquelles conductes de les quals no se senten orgullosos, i la presa de consciència per a no tornar a reproduir-les en un futur.

Finalment, cal aclarir que es tindrà en compte en tot moment, la llei de protecció de les persones físiques pel que fa al tractament i circulació de dades personals, que s'estableix a l'article 13 del reglament (UE) 2016/679.

En la reunió informativa per a pares i mares que se celebra habitualment a l'inici de curs, s'explicarà la metodologia que es vol dur a terme i se'ls entregarà una circular, en la que hauran de donar el seu consentiment perquè el docent pugui gravar els seus fills i filles. També es remarcarà que les imatges dels infants seran únicament emprades amb fins educatius i no seran difoses per cap xarxa social.

De fet, una vegada s'hagen usat els vídeos per a reflexionar durant l'assemblea del matí, aquests arxius seran esborrats de tots els dispositius (càmera i ordinador).

En cas de no haver aconseguit el consentiment per part d'alguna família per a gravar al seu fill o filla, s'intentarà col·locar-lo en les assemblees d'alguna manera estratègica perquè pugui participar de l'assemblea però sense aparèixer en els vídeos.

4.1.1. OBJECTIU PRINCIPAL I OBJECTIUS ESPECÍFICS

En primer lloc, cal destacar que l'objectiu principal d'aquesta metodologia és millorar el nivell d'intel·ligència emocional entre l'alumnat. Aleshores, partint d'aquest s'extreuen els següents:

- Fomentar la resolució pacífica de conflictes.
- Ensenyar a l'alumnat tècniques per a la relaxació.
- Aconseguir que l'alumnat guanyi autonomia a l'hora de resoldre conflictes.
- Ajudar a l'alumnat a analitzar les situacions de manera objectiva.
- Aconseguir que l'alumnat reconegui i diferencii les següents emocions: alegria, tristesa, ira i indiferència.
- Ajudar a l'alumnat a identificar les emocions que sent ell mateix i la resta.
- Aconseguir que l'alumnat expressi les seues emocions.
- Ensenyar a l'alumnat tècniques per a la gestió d'emocions.
- Despertar en l'alumnat una conducta empàtica.
- Ensenyar a l'alumnat a expressar-se de manera assertiva i respectuosa.
- Donar pautes a l'alumnat per a formular i rebre crítiques constructives i respectuoses.

4.1.2. CONTINGUTS A TREBALLAR

Els continguts que es pretenen treballar mitjançant l'aplicació de la metodologia són els següents:

- La resolució pacífica de conflictes.
- Tècniques per a la relaxació.
- L'autonomia a l'hora de resoldre conflictes.
- Anàlisi de situacions de manera objectiva.
- Les emocions: alegria, tristesa, ira i indiferència.
- Identificació de les emocions que sent ell mateix i la resta.
- Expressió d'emocions.
- Tècniques per a la gestió d'emocions.

- L'empatia.
- L'assertivitat.

4.2. AVANTATGES I DESAVANTATGES DE DUR A TERME LA METODOLOGIA PROPOSADA

En primer lloc, cal destacar que el recurs material primordial per a dur a terme la metodologia proposada és la càmera o qualsevol dispositiu electrònic que possibilita la gravació de l'assemblea postpati. Per tant, hui en dia un avantatge podria ser l'accessibilitat que tenen les escoles per a l'accés d'aquesta ferramenta.

Altrament, el fet d'enregistrar com l'alumnat resol els seus conflictes fa possible l'estudi al detall de les diferents conductes que mostra en aquestes situacions. D'aquesta manera, es podran analitzar aspectes que en directe podrien passar desapercibuts, com per exemple les expressions no verbals.

A més, com és l'alumnat qui s'encarrega de gravar, el mestre també apareix als vídeos, fet que pot afavorir una rica autoavaluació per part del docent i un consegüent progrés de la seua pràctica com a mestre o mestra.

D'altra banda, cal considerar la possibilitat que l'alumnat no estigui familiaritzat amb les activitats davant de la càmera. Aleshores, és molt probable que aquest recurs material actue com a element inhibitor, o pel contrari, els infants podrien adoptar conductes inhabituals en ells per tal de cridar l'atenció (Ruiz, 2009). Però aquest desavantatge podria evitar-se introduint la càmera en alguna activitat escolar els dies previs a l'inici d'aquesta proposta metodològica.

Finalment, tenint en compte els nombrosos conflictes que esdevenen habitualment al pati d'Educació Infantil, existeix la possibilitat que per falta de temps no es puguin tractar tots els conflictes seguint la metodologia proposada. Tot i això, cal remarcar que amb aquesta tècnica no tan sols es pretén el progrés dels implicats, sinó que s'espera que la resta d'alumnes que estan presents en les assemblees també milloren la seua intel·ligència emocional. Per tant, una vegada aquest mètode estiga establert com a rutina i els xiquets i xiquetes ja coneguen el seu funcionament, potser siguin més independents a l'hora de resoldre conflictes per ells mateixos.

D'aquesta manera, el problema amb el factor temps passaria a ser un aspecte positiu, ja que el fet de no poder tractar en l'assemblea postpati cada conflicte deixaria certa llibertat en l'alumnat per a posar en pràctica allò que ha après durant les diferents sessions.

4.3. ALUMNAT AL QUAL ES DIRIGEIX LA METODOLOGIA PROPOSADA

La proposta en qüestió va destinada a l'alumnat de l'últim curs del segon cicle d'Educació Infantil i cursos posteriors. En canvi, es considera inconvenient l'aplicació d'aquesta metodologia en cursos anteriors, ja que el fet d'analitzar les gravacions al dia següent pot generar confusió en l'alumnat. Això es deu al fet que els conceptes temporals d'*ahir*, *avui* i *demà* són continguts a tractar en el darrer curs del cicle, i per la dificultat que presenten a l'hora de distingir-los, gran part de l'alumnat sol passar a primària sense haver-los assimilats per complet (Pérez, Alcalde i Lorenzo, 2016).

Cal remarcar que seria interessant seguir aplicant aquesta tècnica al llarg dels diferents cursos de primària per tal d'aconseguir un major progrés en l'àmbit de la intel·ligència emocional. A més, el fet de participar rutinàriament en aquest tipus de dinàmiques, facilitarà la pèrdua de la por a parlar en públic i expressar emocions en veu alta, aspecte que possiblement els siga molt útil en un futur.

Tot i això, les activitats i recursos que es presenten a continuació van exclusivament destinats a l'alumnat de l'últim curs d'Educació Infantil.

4.4. PROPOSTA D'ACTIVITATS

Com s'ha explicat, l'objectiu principal de la metodologia és treballar la intel·ligència emocional per mitjà de la resolució pacífica de conflictes. Per tant, es proposa fer una assemblea després del descans, ja que l'hora del pati és quan ocorren els conflictes amb més freqüència segons Pino i Giménez (2015). Així, com sostén Salguero (2011) es treballarà l'expressió d'emocions i sensacions, a més de valors com el respecte i l'empatia. Per tant, es treballarà intel·ligència emocional i d'acord amb Pérez Pérez (2001) s'oferirà als menuts l'espai que necessiten per a exterioritzar les seues preocupacions.

Però considerant les opinions de Ribes et al (2005) i Ruiz (2006) sobre la importància de la relaxació per aconseguir una resolució de conflictes més exitosa, se suggereix dur a terme alguna dinàmica de relaxació just abans d'iniciar l'assemblea postpati és a dir, només tornar del descans.

Finalment, tenint en compte el triomf aconseguit amb les pràctiques de Ruiz (2009) i Aspiazu Garreta (2019) sobre l'enregistrament de situacions per a la posterior anàlisi, es proposa gravar dites assemblees. D'aquesta manera, després podrem treballar la capacitat l'autocrítica i la coavaluació respectuosa entre iguals, que ajudarà l'alumnat a corregir aquelles conductes de les quals no se sent orgullós, millorant així les seues habilitats emocionals.

Aquest procés d'anàlisi es realitzaria durant l'assemblea del matí següent, per tal de proporcionar a l'alumnat una perspectiva temporal que els ajudarà a reflexionar-hi d'una manera més objectiva. A més, és important que es dugui a terme a primera hora del matí, ja que és el moment del dia en el qual ocorren menys conflictes i per tant, possiblement estaran més predisposats per a treballar.

4.4.1. RELAXACIÓ

Aquesta activitat tindria una duració d'uns 10 minuts i mitjançant la seua aplicació es pretén preparar l'alumnat per a l'assemblea postpati. És a dir, es tracta de proporcionar-los un moment de descans físic i mental per a relaxar-se, desconnectar i així poder després analitzar i resoldre els conflictes d'una manera més objectiva.

Per aconseguir els objectius d'aquesta activitat, es poden dur a terme diverses dinàmiques que podran ser aplicades de forma individual (per a un sol alumne) o grupal (amb tota la classe). D'aquesta manera depenent de les circumstàncies i del dia, el docent podrà triar quina de les següents propostes li interessa més aplicar.

En primer lloc, per a realitzar les propostes grupals se suggereix que l'alumnat es tombe a la catifa, distribuint-se de manera que no pugui molestar a la resta. Així es poden posar en pràctica aquestes activitats:

- Escoltem la música

Partint de la proposta de Ribes et al. (2005) de treballar la relaxació a través de la música, aquesta activitat simplement consisteix a escoltar la música instrumental que trie la mestra, intentant relaxar-se amb els ulls tancats i descansar.

Per tal de buscar les cançons la docent pot fer servir l'aplicació de YouTube, on podrà trobar una gran varietat de recursos. Per exemple, qualsevol cançó instrumental de Disney podria ser interessant, ja que aquest tipus de música sol ser agradable per als menuts. A més, se suggereix que siguin cançons instrumentals per a evitar que l'alumnat reconega la lletra i es dedique a cantar, aconseguint així l'efecte contrari al que es persegueix mitjançant aquesta activitat, que és la relaxació.

Una altra bona elecció seria reproduir algun enregistrament de sons de la natura, com per exemple el soroll de l'aigua corrent pel riu o el cant dels ocells, ja que aquests sons resulten estimulats per a les persones i potser conviden l'alumnat a desconnectar i imaginar-se que està a

l'aire lliure.

- La granota

La mestra posarà un vídeo de YouTube anomenat *Eline Snel - #1 Tranquilos y atentos como una rana*, en el qual apareix una granota que va donant instruccions a l'alumnat per a treballar la introspecció i la respiració. Per tant l'alumnat haurà de seguir les pautes que va marcant la granota.

D'altra banda, les dinàmiques individuals es poden dur a terme mentre la resta d'alumnat està realitzant alguna de les propostes grupals. Així, les opcions que se suggereixen per a oferir una relaxació més personalitzada són les següents:

- La tècnica de la tortuga

Es tracta d'una tècnica de psicologia infantil formulada per Schneider i Robin. Es sol emprar per a treballar l'autoregulació emocional i per a disminuir la intensitat de les emocions que sent l'alumne o l'alumna davant d'una situació que li resulta desagradable.

En primer lloc, per a dur-la a terme es contarà un conte en el qual el personatge principal serà una tortuga que ha viscut una situació similar a la de l'alumne en concret. Així, es pretén que aquest se senta identificat amb la protagonista.

Durant la història, la tortuga després d'haver viscut una situació molesta, decideix posar en pràctica el que li han ensenyat a l'escola. Així que s'amaga dintre de la closca, compta fins a deu i respira profundament per tal de relaxar-se. Tot seguit, pensa en com se sent i tracta de buscar la causa per a després poder pensar una solució que la faça sentir millor. Finalment surt de la closca i realitza l'acció que ha decidit.

Per tant, una vegada finalitzat el conte es demanarà a l'alumne que intente reproduir els passos que ha anat seguint la protagonista i en cas necessari, el docent anirà recordant-li'ls un a un.

- El racó de la calma

En cas que algun xiquet o xiqueta necessite una relaxació més personalitzada, anirà al racó de la calma mentre els seus companys realitzen la dinàmica de relaxació grupal. Aquest racó estarà dotat d'elements que habitualment ajuden l'alumnat a tranquil·litzar-se. Per tant, a l'inici del curs se'ls preguntarà quins són els objectes que els fan sentir tranquils, per tal incloure'ls. Així, es pot personalitzar el màxim possible aquest racó. D'aquesta manera, un racó de la calma pot tenir per exemple: un coixí suau, una manta, un rellotge d'arena i una pilota desestressant.

Aleshores, el que es pretén amb aquesta proposta és que l'alumne o alumna en concret se distraiga amb algun dels elements del racó, i així deixi de banda aquells pensaments que no el deixen tranquil·litzar-se com la resta de companys.

4.4.2. ASSEMBLEA POSTPATI

Per a realitzar aquesta dinàmica, l'alumnat pot estar o assegut a les seues cadires o assegut a la catifa formant un rogle. El que realment importa de la distribució espacial, és que tothom pugui veure a la resta de companys.

En primer lloc, s'explicarà el funcionament del rol del càmera i del moderador. És a dir, es comentarà que cada dia un d'ells serà el moderador i un altre, l'encarregat de gravar allò que ocorre durant l'assemblea. També es remarcarà la importància d'enfocar a aquelles persones que participen de manera activa en l'activitat.

Tot seguit, es nomenarà a l'encarregat d'enregistrar la sessió d'aquest dia en concret i se li entregarà la càmera perquè pugui començar la seua tasca. De la mateixa manera, s'entregarà el micròfon de parlar al moderador, qui iniciarà l'assemblea demanant voluntaris per a explicar les seues experiències viscudes al pati (tant positives com negatives).

Cal remarcar que la majoria de conflictes ja hauran sigut resolts durant el descans per ells mateixos, en col·laboració d'algun company o amb ajuda de la mestra. Tot i això, potser apareguen nous conflictes dels quals el docent no ha tingut constància. Per tant, aquests seran els que es tractaran en l'assemblea i si la mestra ho creu necessari, també es comentaran altres situacions.

Així, es destinaran uns minuts per a resoldre cada conflicte, durant els quals s'espera que siguin els mateixos implicats els que el resolguen sense ajuda de la mestra. En cas de no poder, la resta

de companys podran participar del debat donant les seues opinions i punts de vista. Finalment tan sols si és estrictament necessari, intervindrà la mestra per oferir un enfocament més racional.

A més a l'inici de la sessió la mestra pot actuar com a model, explicant com s'ha sentit durant el pati a conseqüència de les conductes positives i negatives observades en l'alumnat. Per exemple, pot alabar alguna acció remarcant que s'ha sentit bé en observar que un alumne ha ajudat a un altre que ho necessitava. D'aquesta manera, es pretén reforçar els actes positius i a la vegada a l'expressar com se sent, també s'intenta propiciar que els infants s'animen a compartir els seus sentiments i emocions amb la resta.

5.4.2.1. RECURSOS MATERIALS

Cap pensar que qualsevol dispositiu electrònic que possibilita l'enregistrament de la sessió és un material òbviament necessari per a dur a terme aquesta dinàmica. Tot i això també es poden usar els següents recursos per tal de facilitar i dinamitzar la sessió.

- Tauló dels encarregats

Per a organitzar l'alumnat i les tasques a realitzar s'utilitzarà el "tauló dels encarregats". Es tracta d'un llistat de grans dimensions amb el nom de tots els xiquets i xiquetes, que es col·locarà en algun lloc visible de l'aula. Al costat de cada nom hi hauran dues caselles (la primera destinada al rol del càmera i la segona per al moderador). Per tant, es farà ús d'icones visuals d'una càmera o d'un micròfon, que es col·locaran en la casella corresponent al costat del nom de la persona encarregada. Així es pretén clarificar el torn dels encarregats de cada dia.

S'aconsella seguir un ordre per a no excloure cap alumne de participar. Per exemple, el dibuix de la càmera pot anar recorrent les caselles de dalt a baix i el micròfon, en sentit contrari. És a dir, el primer dia el càmera serà el primer de la llista i al dia següent, serà el segon. Mentre que el moderador del primer dia serà l'últim de la llista i l'endemà, serà el torn del penúltim. A més, en cas de coincidir els dos rols en el mateix alumne es farà el canvi adient per tal d'ajustar els torns.

Per tant, el que es pretén amb aquest recurs és aclarir de manera visual els torns dels encarregats per evitar confusions.

- Micròfon de parlar

El micròfon de parlar té una funció simbòlica, per tant abans d'instaurar la metodologia proposada es farà el micròfon com a creació artística emprant materials reciclats. La idea és que tot

l'alumnat treballa en l'elaboració del micròfon per tal de fer-lo participar des del començament. A més, el fet d'haver-lo dissenyat i decorat ells mateixos farà d'aquest element, un factor motivador per a participar en l'assemblea postpati.

El que es pretén en emprar aquest recurs és que l'alumnat respecte els torns de paraula i alce el braç quan estiga interessat a participar. Per tant, el moderador o moderadora s'encarregarà de donar el torn de paraula, realitzant l'acte simbòlic de passar el micròfon al company o companya que vulga parlar.

Per últim cal remarcar, que en cas de no haver aconseguit el consentiment per part d'alguna família per a gravar al seu fill o filla, quan aquest haja de moderar l'assemblea no s'enregistrerà la sessió.

- Cançó

La cançó *Emoticantos: Despacio me Tranquilizo* és un recurs al qual es pot accedir per mitjà de l'aplicació YouTube i que serveix per a ajudar a l'alumnat a tranquil·litzar-se comptants fins a 10, abans d'intentar resoldre un conflicte. Per tant, pot resultar útil si algun dels implicats està nerviós a pesar de les dinàmiques de relaxació que s'hauran realitzat prèviament.

- Graella "Pensa en veu alta"

Es tracta d'un recurs enfocat a treballar l'autoregulació mitjançant la dinàmica "Pensa en veu alta" formulada per Camp i Bash. Aquesta consisteix a pensar les possibles solucions davant d'un problema i analitzar-les posteriorment, per tal de trobar la més adequada.

Per tant, es necessita una graella, pictogrames amb les possibles solucions i dibuixos fets pels xiquets i xiquetes de cares contentes i tristes. Així, l'alumnat triarà els pictogrames que representen les solucions que vol tenir en consideració per a col·locar-les a la graella, dintre de les caselles de la primera columna. Tot seguit, les analitzarà una per una per tal de buscar la més segura, justa i efectiva. D'aquesta manera, anirà col·locant una cara trista al costat de les opcions que vaja descartant i posarà una cara contenta al costat de l'opció que decidisca dur a terme.

4.4.3. ANÀLISIS DEL VÍDEO DEL DIA ANTERIOR

Com s'ha explicat anteriorment, durant l'assemblea del matí es destinaran uns minuts a analitzar el fragment de gravació que la mestra haja seleccionat per a treballar. Així, l'alumnat s'asseurà a la

catifa de manera que tothom pugua veure perfectament la pantalla del projector. Aleshores, la mestra farà una petita introducció explicant que a continuació visualitzaran una part del vídeo de l'assemblea postpati del dia anterior. També els demanarà que prestin atenció i pensen un aspecte a felicitar i un aspecte a millorar en la conducta dels companys que apareixen al vídeo.

Després de veure la gravació el docent preguntarà als implicats per a realitzar així un exercici d'autocrítica. Acte seguit, es reflexionarà respecte a les respostes i es demanarà l'opinió d'algun company extern al conflicte.

Cal remarcar que el docent ha de tindre cura i ajudar als companys a expressar les crítiques de manera constructiva i educada. A més, felicitarà els implicats una vegada hagen reconegut algun comportament a rectificar. És a dir, es restarà importància a les mateixes conductes negatives i en canvi, es donarà més protagonisme als aspectes positius, i al fet que l'alumnat reconega i siga conscient dels seus errors.

5. CONCLUSIONS

La proposta metodològica presentada es considera interessant perquè complementa la formació escolar incloent-hi l'entrenament en la identificació i gestió d'emocions, per tal d'aconseguir que l'alumnat tinga unes relacions intra i interpersonals més satisfactòries. Amb aquestes es pretén facilitar la convivència i per tant, millorar diferents aspectes de la vida en societat.

Com s'ha explicat, aplicant aquesta metodologia es treballarà l'empatia, que ens ajudarà a aconseguir una millor justícia social. Si les persones són empàtiques, entendran que totes tenen els mateixos drets i que per tant, mereixen ser tractades totes per igual.

D'altra banda, s'aconseguirà una societat més eficaç i productiva, ja que quan les persones se senten bé amb elles mateixes i amb la resta, tendeixen a treballar més a gust i amb més motivació i per tant, possiblement obtinguen millors resultats. A més, adoptant una conducta assertiva i empàtica serà més fàcil arribar a acords i d'aquesta manera avançar en la seua tasca.

Per últim si es considera que les persones ens sentim millor quan tenim relacions socials satisfactòries, quan aconseguim l'èxit en realitzar cada activitat i quan se'ns tracta com mereixem, es pot pensar que aplicar aquesta metodologia és una manera d'oferir a l'alumnat les capacitats que els acostaran a la felicitat.

Tot i això, s'ha de tenir en compte que aquesta proposta no s'ha pogut dur a terme pel que seria convenient aplicar-la per tal de comprovar la seua efectivitat. També així es podrien detectar els

punts dèbils de la proposta i corregir-los per acostar-se més a l'excel·lència.

Altrament, cal remarcar que seria interessant aplicar aquesta tècnica no sols al darrer curs d'Educació Infantil, sinó també al llarg dels diferents cursos de primària per tal d'aconseguir un major progrés.

D'altra banda, es pot suposar que quan l'alumnat aplega a certs cursos de primària ja sap autoregular-se i per tant, la quantitat de conflictes durant el pati disminueix en gran manera. Així als darrers cursos de primària es podria suprimir l'assemblea postpati com a rutina, per a realitzar-la tan sols en cas necessari. Per tant, les gravacions podrien ser analitzades a l'hora setmanal de tutoria.

Finalment, també cal tenir en compte el fet que aquesta metodologia implica gravar l'alumnat, per tant considerant la Llei de protecció de dades del menor, s'ha de demanar l'autorització a les famílies. Així el fet d'haver d'organitzar-se per no gravar l'alumnat que no està autoritzat, podria actuar com a limitació a l'hora de dur a terme la metodologia.

6. REFERÈNCIES

Aspiazu Garreta, A. M. (2019). El uso del video didáctico en la enseñanza de la danza. (Trabajo de investigación). Escuela Nacional Superior de Folklore "José María Arguedas", Lima. Recuperado de: <http://repositorio.escuelafolklore.edu.pe/handle/ensfjma/91>

Castellano, I. C., i Caraballo, N. M. (2011). La grabación en vídeo en el aula como herramienta de mejora de la competencia de comunicación oral. *Educatio siglo XXI*, 29(2), 255-282. Recuperado de: <https://revistas.um.es/educatio/article/view/133061>

César, G. [César García-Rincón de Castro]. (2013, diciembre 27). Emoticanos: Despacio me Tranquilizo [Arxiu de vídeo]. Recuperat de <https://www.youtube.com/watch?v=ZalrQFAT5W0>

Cruz, P. C. (2014). Creatividad e Inteligencia Emocional. (Cómo desarrollar la competencia emocional, en Educación Infantil, a través de la expresión lingüística y corporal). *Historia y comunicación social*, 19, 107-118. doi: https://doi.org/10.5209/rev_HICS.2014.v19.44944

Cuesta, A. B. Á. LA ASAMBLEA: MOMENTO QUE COMPRENDE LOS TRES AMBITOS DE EXPERIENCIA EN EDUCACIÓN INFANTIL. *Revista digital Innovación y experiencias educativas*, (13).

Eline, S. [Canal La Ranita]. (2016, noviembre 8). Eline Snel - #1 Tranquilos y atentos como una rana [Arxiu de vídeo]. Recuperat de <https://www.youtube.com/watch?v=p-UMZmA80ME&t=405s>

Ferrés, J. (1994). Vídeo y educación. Barcelona, España: Paidós Ibérica, S.A.

García-Lago, V. (2008). La inteligencia emocional en la educación infantil. *Educación y futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3233946>

Goleman, D. (1995). Inteligencia emocional. Barcelona, España: Kairós, S.A.

Marqués Pérez, R. (2019). La regulación emocional y su interferencia en la resolución pacífica de conflictos en Educación Infantil (TFG). Universitat Jaume I, Castellón, España.

Pérez, I; Alcalde, M; i Lorenzo, Gil (2017): *La construcción del pensamiento matemático en educación infantil*, Publicacions de la Universitat Jaume I., Castellón de la Plana.

Pérez, C. P. (2001). Estrategias para la solución de conflictos en el aula. *Revista española de pedagogía*, (218), 143-156. Recuperado de <https://www.jstor.org/stable/23765854>

Pino, P. G., i Giménez, J. P. (2015, septiembre). El recreo ¿Sólo para jugar?. *Revista Digital de Educación Física*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5391808>

REGLAMENTO (UE) 2016/679 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO. Boletín Oficial del Estado, 27 de abril de 2016, núm. 119.

Reina, V. G., i De la Torre Sierra, A. M. (2018). Emociones y creatividad: una propuesta educativa para trabajar la resolución de conflictos en educación infantil. *Cuestiones Pedagógicas*, 27(1), 39-52. doi: <http://dx.doi.org/10.12795/CP.2018.i27.03>

Ribes,R., Bisquerra, R. Agulló, M. Filella, G. i Soldevilla,A. (2005). Una propuesta de currículum emocional en educación infantil (3 a 6 años). *Cultura y educación*,17(1) 1- 17. Recuperado de: <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Una-propuesta-de-curr%C3%ADculum-emocional-en-educaci%C3%B3n-infantil-3-6-a%C3%B1os.pdf>

Rueda Cuenca, O. (2014). El taller de Videoterapia Experimental y las Nuevas Metodologías Audiovisuales. *Revista de Comunicación y Salud*, Vol. 4, pp. 99-107. doi: <http://doi.org/10.35669/revistadecomunicacionysalud.2014.4.99-107>

Ruiz, C. R. (2009, febrero). El teatro infantil. *Revista digital Innovación y experiencias educativas*, (15), 1-13.

Ruiz, Y. (2006). Análisis y resolución de conflictos desde una dimensión psicosocial. *Fòrum de Recerca*, (12), 14.

Salguero, M. J. C. (2011, 1 de febrero). Importancia de la inteligencia emocional como contribución al desarrollo integral de los niños/as de educación infantil. *Pedagogía magna*, (11), 178-188. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3629180>