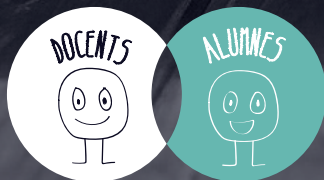


Metodologia
demostrada
científicament
amb 42 anys
d'experiència.

Educant Emocions

::: programes

d'educació emocional a l'aula





**L'equip,
el millor
que tenim!!!**

SOM REFERENTS
EN EDUCACIÓ
EMOCIONAL
APLICADA,
AMB 42 ANYS
D'EXPERIÈNCIA

Qui som?



LA GRANJA, ABILITY TRAINING CENTER

Experts en l'entrenament d'habilitats per a la vida des de la vivència i el joc.

HAN CONFIAT EN AQUESTS 42 ANYS D'EXPERIÈNCIA:

884.000 alumnes

76.000 docents

620 empreses i fundacions

EL MÈTODE LA GRANJA® RIGOR CIENTÍFIC EN TOT EL QUE FEM

Tècnicament un accelerador de competències emocionals amb resultats que demostren científicament la millora de les 5 competències emocionals. Estudi realitzat pel GROP de la Universitat de Barcelona.

SOM PALANCA DE CANVI



*Finestra de Johari. Adaptació:
Martin M. Broadwell - Noel Burch

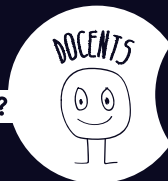


L'què oferim?

PROGRAMES DE TRANSFORMACIÓ EMOCIONAL I BENESTAR PER A:

L'eficàcia de la nostra metodologia rau en el fet que intervenim a l'arrel del comportament i de l'actitud de les persones: L'EMOCIÓ

QUINS SÓN ELS BENEFICIS?



- ♥ Millora la **presa de decisions** en situacions de pressió i complexitat educativa.
- ♥ Millora del **treball en equip i la comunicació** amb alumnat, famílies i equips docents.
- ♥ **Augment de la resiliència** professional davant l'estrès i el canvi constant.
- ♥ **Lideratge pedagògic i relacional** més eficaç, basat en la confiança i la coherència.
- ♥ Factor **preventiu i protector** de la salut emocional i mental del professorat.
- ♥ Major **adaptabilitat i flexibilitat** davant nous reptes educatius.
- ♥ Major capacitat d'**inspirar i motivar**, generant climes d'aula més segurs i positius.



QUINS SÓN ELS BENEFICIS?

- ♥ **Afrontar** de manera eficaç les **demandes i els reptes de la vida** quotidiana amb respostes adaptatives.
- ♥ **Regular** les pròpies emocions, **gestionar** conflictes i **prendre** decisions més ajustades.
- ♥ Desenvolupar resiliència, autocontrol i capacitat de **regulació davant l'estrès i l'adversitat**.
- ♥ Actuar com a **factor de protecció** de la salut emocional i mental de l'alumnat i del professorat.
- ♥ **Reduir** conductes de risc i **prevenir** situacions de malestar emocional sostingut afavorint aules més segures.
- ♥ Millorar les relacions positives entre iguals i amb els docents, **afavorint la convivència i el respecte**.
- ♥ **Augmentar la participació i el sentit de pertinença** al centre educatiu.

Segons la Unesco, l'OMS i Unicef



L programa

ALUMNES

CICLE INFANTIL

Alfabetització
Emocional
NIVELL 1



Gestió de
la Por



Gestió de
la Ira

A l'etapa infantil posem els fonaments del món emocional. Alfabetització emocional, reconèixer les emocions bàsiques com la por i la ira, i iniciem els primers processos de regulació a través del joc i el moviment.

Quan les emocions s'acompanyen des del primer moment, el centre guanya en calma i prevenció: **es redueixen les rebequeries intenses, els conflictes recurrents i les conductes desbordades.**



L programa



CICLE INICIAL

Alfabetització
Emocional
NIVELL 2



Confiança



Treball
en equip

Alfabetització
Emocional
NIVELL 3



Autonomia



Valentia

Les emocions comencen a tenir impacte en la relació amb els altres i en la confiança pròpia. Ajudem els infants a consolidar l'alfabetització emocional, reforçar la confiança, l'autonomia i el treball en equip. És una etapa clau per començar a construir valentia emocional: **atrevir-se a provar, equivocar-se, demanar ajuda i confiar en un mateix i en el grup.** El centre guanya en clima d'aula: es redueixen els conflictes repetitius, augmenta la capacitat de diàleg i s'afavoreix una convivència més respectuosa i cooperativa.

L programa



CICLE MITJÀ

Alfabetització
Emocional
NIVELL 4



Empatia



Cohesió

Alfabetització
Emocional
NIVELL 5



Els Talents
del grup



Autoconcepte

Els infants ja tenen més consciència d'ells mateixos i del seu entorn social. Els programes d'aquest cicle aprofundeixen en l'empatia, la cohesió de grup i el descobriment dels propis talents, elements fonamentals per construir un autoconcepte saludable. Treballem perquè aprenguin a mirar-se amb respecte, a entendre els altres i a sentir-se part activa d'un grup. El centre guanya en autonomia i responsabilitat: els alumnes resolen millor els **conflictes**, milloren l'**autoestima** i disminueixen les conductes impulsives dins i fora de l'aula.

L programa



CICLE SUPERIOR

Alfabetització Emocional
(Univers d'Emocions)
ALEGRIA



Autoestima



**Límits
Saber dir NO**

Alfabetització Emocional
(Univers d'Emocions)
COMPROMÍS



Pensament crític



**Desconectar
per connectar**

Etapa clau de creixement personal i social, les emocions es tornen més intenses i les relacions més complexes. L'educació emocional ajuda els infants a entendre què els passa, a posar límits sans i a desenvolupar una mirada més crítica i conscient. Treballarem l'autoestima, el compromís, el pensament crític i la connexió amb els altres, oferint eines per afrontar els canvis propis d'aquesta etapa amb més seguretat, responsabilitat i benestar. El centre guanya en prevenció: es redueixen els conflictes, millora la **cohesió del grup** i els alumnes arriben a l'ESO amb més **recursos** personals i emocionals.

L programa

ALUMNES

ESO, BATXILLERAT I CICLES FORMATIUS

Habilitats Socials i Empatia:



Habilitats Personals i Autoestima:



En aquesta etapa l'educació esdevé clau per acompanyar moments de canvi, pressió acadèmica, construcció de la identitat i presa de decisions. A través d'una metodologia vivencial i participativa, **l'alumnat connecta l'experiència amb la reflexió, integra llenguatge emocional i desenvolupa eines pràctiques per aplicar tant dins com fora de l'aula.** Quan les emocions s'acompanyen en aquesta etapa, el centre guanya en maduresa emocional i qualitat relacional: millora el clima de convivència, es redueixen conflictes cronificats i s'afavoreix una major **responsabilitat i autonomia** personal de l'alumnat.

L programa

ALUMNES

ESO, BATXILLERAT I CICLES FORMATIUS

Habilitats Personals i Autonomia:

Alfabetització Emocional
(Univers d'Emocions)
AUTONOMIA



Gestió de la queixa



Lideratge

Habilitats Personals i Propòsit:

Alfabetització Emocional
(Univers d'Emocions)
PROPÒSIT



**Auto-coneixement
Valors**



Resiliència



metodologia



LA INTERVENCIÓ INCLOU UNA SÈRIE DE PROCESSOS
QUE GARANTEIXEN L'ALINEACIÓ AMB EL CENTRE EDUCATIU

Quan l'Educació Emocional es treballa tot el curs, deixa de ser formació i es converteix en CULTURA DE CENTRE

ENTREVISTA PRÈVIA

Comprensió de necessitats i selecció d'objectius per grup + Fil conductor

FORMACIÓ INICIAL ALS DOCENTS (1 h)

TALLER 1:

Entrenament d'Habilitats per la Vida (1'5 h)

DINÀMIQUES

Seguiment per fer a l'aula i a casa (amb la família)

+ INFORME

TALLER 2:

Entrenament d'Habilitats per la Vida (1'5 h)

DINÀMIQUES

Seguiment per fer a l'aula i a casa (amb la família)

+ INFORME

TALLER 3:

Entrenament d'Habilitats per la Vida (1'5 h)

DINÀMIQUES

Seguiment per fer a l'aula i a casa (amb la família)

+ INFORME

INFORME FINAL

Formació tancament pel professorat i pla de seguiment (1'5 h)

TENS DUBTES?

Estern a una trucada o un email de tu!!!



Lformació



TALLERS : PER UN CURS AMB EINES PEL BENESTAR

Cohesió i Treball en equip



Jornada de 4 h a La Granja per **començar o acabar el curs d'una manera diferent**: un matí exclusiu per al claustre, en contacte amb la natura i amb cavalls, orientat a reforçar els vincles, la confiança i el sentiment de pertinença, millorant la cohesió i la comunicació de l'equip, i reduint malentesos, tensions i desgast relacional.

Alfabetització emocional



Formació vivencial de 1'5 h a l'escola sobre **l'Univers de les Emocions** (R. Bisquerra) per comprendre la gravitació emocional, la regulació i l'autonomia emocional, aportant un llenguatge comú i eines pràctiques que el professorat pot transferir directament a l'aula, i que ajuden a prevenir conflictes, sobrecàrrega emocional i situacions d'estrès innecessàries.

El mur dels valors i els forats negres



Dinàmica participativa de 1'5 h a l'escola per comprendre i gestionar el conflicte i els climes tòxics, que permet identificar patrons, alinear valors i definir un pla d'acció compartit evitant dinàmiques nocives, bloquejos i conflictes cronificats dins l'equip.

L'formació



PROGRAMA DE BENESTAR : NIVELLS 1, 2, 3, 4 i 5

OBJECTIUS:

- ♥ Convertir els docents en Educadors/es Emocionals.
- ♥ Desenvolupar la consciència i la regulació emocional, l'autonomia, les competències socials i les competències per a la vida i benestar.
- ♥ Tenir recursos per potenciar un clima positiu a l'aula, la cohesió del claustre i relacions saludables amb les famílies.
- ♥ Afavorir el benestar propi amb recursos per a la gestió de l'ansietat, l'estrès i l'autonomia emocional.



Lformació



PROGRAMA DE BENESTAR : NIVELLS 1, 2, 3, 4 i 5

**HORES
FORMATIVES:**

16 h Subvencionat per FUNDAE
(escoles privades i concertades).

NIVELLS:

**DISTRIBUCIÓ
FORMACIÓ:**

Jornada inicial de 4 h +
una jornada mensual d'1,5 h.

OPCIONAL:

Fer la jornada inicial de 4 h a La Granja
amb cavalls de doma natural i
dinàmiques a la natura
(amb dinar o sense).

Cada curs es puja de nivell
per convertir els docents en
Educadors/es Emocionals.



els resultats

ALUMNES



♥ "És normal que hi hagi conflictes, però si els sabem resoldre ens faran més forts".

Arnau, 17 anys

♥ "M'he adonat que no he de tenir por de parlar, que puc mostrar-me com soc realment i no la meva armadura, perquè des de la meva armadura no em sento bé".

Leyre, 13 anys

♥ "Jo m'enduc esperança. I la necessitava!".

Elsa, 14 anys

♥ "El "jo puc" em dona ànims i m'ajuda a ser valenta".

Lucia, 6 anys

DOCENTS



♥ "Benestar emocional = millor aprenentatge. Hem rigut, hem reflexionat i hem après a cuidar-nos més com a equip".

Núria

♥ "Un dels millors cursos que he fet. Espai de trobada, reflexió i coneixement entre companys. En Pep ha sabut portar les sessions amb empatia i saber fer".

Anna R.

♥ "Ens ha servit per posar en comú els nostres pensaments i conèixer millor els companys. La feina sovint eclipsa la persona, i aquest programa ens ha tornat a apropar".

Cristina



40
years

:: programes

♥ d'educació emocional
a l'aula



www.lagranjatc.com

   @lagranjaescola

// +34 938 481 125 // andreu@lagranjatc.com