

## Barcelona promou l'educació emocional a les escoles amb el programa 1,2,3, emoció! per a infants de 3, 4 i 5 anys

- *56 escoles ja han implementat el programa d'educació emocional 1,2,3 emoció! i hi participen 3200 infants.*
- *Els infants que van fer el programa durant l'avaluació d'efectivitat van augmentar el doble les seves competències emocionals que els que no el van fer. A més, els resultats també mostren que és una bona eina per l'abordatge de les desigualtats en salut, ja que és efectiu tant en nenes com en nens, així com en infants de diferent nivell socioeconòmic.*
- *En el procés de creació i disseny van participar mestres d'educació infantil, i altres persones expertes en ensenyament, salut, avaluació de programes i perspectiva de gènere, multiculturalitat, diversitat funcional i prevenció de l'abús infantil.*

L'Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB) ha posat en marxa a les escoles de la ciutat un programa d'educació emocional dirigit a infants de P3, P4 i P5. El programa 1,2,3, emoció! planteja activitats a l'aula, a l'entorn escolar fora de l'aula i en el marc de les famílies per treballar, al llarg del curs, el desenvolupament de les habilitats emocionals al voltant de temes com l'autoestima, la justícia i l'assetjament, o la pèrdua i la mort, entre d'altres. Els equips docents que l'implementen realitzen una formació en línia impartida per l'ASPB on es treballen coneixements bàsics d'educació emocional i especialment les pròpies competències emocionals. Els resultats de l'avaluació que ha dut terme l'ASPB mostren que l'1,2,3, emoció! millora notablement les competències emocionals tant d'infants com de mestres. Des del punt de vista qualitatiu la intervenció ha estat també valorada molt positivament. Ja s'ha posat en marxa a 56 escoles on hi participen 3.200 infants, i està a disposició dels centres públics, concertats i privats amb 2n cicle d'infantil de la ciutat que el vulguin implementar.

El programa 1,2,3, emoció! té com a objectiu general la promoció de la salut i la prevenció de conductes de risc mitjançant el desenvolupament de les competències emocionals. És una adaptació del programa SEAL (*Social and Emotional Aspects of Learning*) del Departament d'Educació del Regne Unit. L'ASPB va fer una recerca dels programes europeus i americans amb evidència científica publicada i el va seleccionar a partir de criteris de qualitat, avaluació, impacte en salut i adaptabilitat a nous contextos. L'adaptació s'ha dissenyat en el marc d'un procés participatiu en què han col·laborat mestres d'educació infantil, per adaptar el programa a la realitat del dia a les aules, i persones expertes en els àmbits de salut, ensenyament i avaluació. També es va demanar assessorament a entitats expertes en perspectiva de gènere, multiculturalitat, diversitat funcional i prevenció d'abús infantil, que van revisar els continguts, els materials, i les activitats del programa. Així mateix, van elaborar recomanacions i van aportar recursos per assegurar la inclusió de les diferents perspectives.

L'1,2,3, emoció! s'estructura en 6 unitats (Pertinença, Autoestima, Amistat, Reptes, Justícia i assetjament, i Canvis, pèrdua i mort) a partir de les quals es treballa el desenvolupament de les competències emocionals mitjançant jocs i activitats curtes. La majoria es realitzen a l'aula, però també hi ha d'altres per fer a l'entorn escolar fora de l'aula i en l'àmbit familiar. A cada unitat es proposen diferents activitats perquè l'equip docent pugui escollir aquelles que millor s'adaptin a les necessitats del seu grup/classe. En total, el programa planteja, per a cada curs escolar, 48 activitats a l'aula, 12 a l'entorn escolar, i 6 per fer en les famílies.

Les activitats que es plantegen estan dirigides a incrementar la consciència emocional individual i col·lectiva dels infants, millorar la capacitat de reconèixer, gestionar i regular les emocions, així com de millorar l'autoestima i consciència de grup, auto motivar-se, fer front als canvis, resoldre problemes i conflictes, generar experiències positives i gaudir-ne conscientment. Amb les activitats dirigides a les famílies també es vol sensibilitzar sobre la importància de l'educació emocional a casa i contribuir a millorar les habilitats emocionals en l'àmbit familiar.

### L'1,2,3, emoció! millora les competències emocionals d'infants i mestres

El curs escolar 2017-18 es va posar en marxa el programa d'educació emocional 1,2,3, emoció! en fase pilot a 11 escoles públiques i concertades de diferents districtes de la ciutat i es va fer una avaluació de la formació, de les activitats del programa i dels instruments d'avaluació que s'utilitzarien posteriorment en l'avaluació de la seva efectivitat.

Durant el curs 2018-19 s'hi van sumar 37 escoles i es va començar l'avaluació de l'efectivitat. D'aquestes escoles, 19 centres van ser assignats al grup intervenció i 18 al grup control. Les escoles del grup intervenció van implementar el programa mentre que els centres del grup control no ho van fer fins al curs següent. Totes les mestres tant del grup intervenció com control van respondre els diferents instruments d'avaluació del programa, per poder així estimar l'efecte del programa en els diferents ítems avaluats. En finalitzar el curs, els infants d'ambdós grups havien millorat el seu nivell de competències emocionals. Ara bé, **els infants del grup intervenció van augmentar les seves competències emocionals el doble respecte els de les escoles que no el van aplicar.**

Així doncs, els resultats de l'avaluació de l'efectivitat mostren que 1,2,3, emoció! augmenta el nivell de competències emocionals de l'alumnat que realitza el programa al llarg d'un curs escolar, i **és efectiu tant en nenes com en nens, així com en infants de barris amb diferent nivell socioeconòmic i independentment de la titularitat del centre on es fa.** Aquests resultats, per tant, posen de manifest que el programa és també una bona eina per l'abordatge de les desigualtats socials en salut.

L'avaluació qualitativa del programa que es va fer a través de grups de discussió en què van participar mestres de les escoles que van aplicar el programa corrobora també aquests resultats. En general la satisfacció va ser molt elevada i es va posar de manifest l'impacte positiu en docents, infants i famílies. Les mestres van referir comentaris valoratius com:

- *Qualsevol moment és bo per treballar les emocions, però el programa t'ajuda a posar-les a l'ordre del dia.*
- *Els pares i les mares ens deien que parlar de certs temes els costava perquè mai se n'havia parlat a casa. En canvi, el nen o la nena ara els ho diu tal qual i els hi sorprèn.*
- *Jo no he tingut la sensació que alguns nens i nenes es beneficiessin més del programa que d'altres, crec que tots s'hi sentien part.*
- *Hi ha una consciència emocional que abans no hi era, saben posar paraules a les emocions.*

Pel que fa a la implementació de les activitats d'aula i família s'han aplicat a les aules de manera molt satisfactòria. Prop del 90% de les mestres ha dut a terme totes les activitats d'aula recomanades, el 60% va fer la meitat o més de les activitats de família al llarg del curs, i 10 escoles van realitzar les activitats d'entorn escolar al seu centre.

D'altra banda, l'avaluació de la formació en línia oferta per l'ASPB mostra que les mestres que la van realitzar han augmentat també el seu nivell de competències emocionals en finalitzar el curs. Per avaluar-la es va utilitzar l'instrument d'avaluació validat *Profile of emotional Competences* (PEC). Abans de realitzar la formació, aproximadament el 44% de les mestres que havia contestat el PEC va obtenir un nivell de competències emocionals alt, després de la formació, en canvi, el va obtenir el 70%. Igualment, els resultats del qüestionari de satisfacció també mostren un grau de satisfacció molt elevat. Prop del 90% consideren que la formació afavoreix el creixement emocional, el 88% de les mestres pensa que és útil per desenvolupament professional i gairebé el 90% el recomanaria a una companya o company. Pel que fa a la valoració qualitativa, les mestres també van mostrar-se molt satisfetes amb la formació:

- *Crec que és tot un encert remoure les emocions del docent per a poder aplicar les dinàmiques a l'aula, perquè primer s'ha de connectar amb el que s'està sentint si s'espera que els alumnes ho facin. M'ha agradat molt poder reflexionar sobre mi i el que vull i sento.*
- *Gràcies per convidar-nos a participar en aquest programa. Hauria de ser d'obligatorietat per a tot el claustre. És una formació que ens serveix tant a nivell personal com a nivell professional.*
- *Aquest curs ha estat l'inici d'una aventura amb els/les meus/meves alumnes, però també en la meua vida personal. Fer-nos conscients de la importància de les nostres paraules, gestos, actes.*
- *Estic molt satisfeta d'haver realitzat aquest curs i el recomanaria a tothom que estigués interessant en fer un treball personal d'introspecció i autoconeixença i, especialment, a totes aquelles persones que tenen la sort de poder treballar amb infants*

Barcelona, 14 d'abril de 2021

Vídeo 1,2,3, emoció! al canal YouTube de l'Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB)

### **En el següent enllaç podeu descarregar imatges del programa:**

Material audiovisual premsa 1,2,3, emoció!