

Tallers a Primària · curs 2023-24

Tallers **Empàtik**

Programa d'educació socioemocional, enfocat en el desenvolupament de l'empatia a partir de cinc passos que s'adapta a la maduresa, necessitats, i característiques de cada grup i cada infant.

“La Berta i les ulleres de visió empàtica” + introducció al Programa Empàtik: la narració del conte ens permet entendre el concepte d'empatia i la seva funció per tal d'introduir el programa d'entrenament Empàtik per reforçar-la. **CI · CM**

La pila de l'emodiversitat: una activitat per desenvolupar i ampliar la capacitat d'anomenar i experimentar un ventall divers d'emocions, validant tant les que ens aporten benestar, o positives, com les que ens en resten, negatives. Totes elles necessàries i presents en el nostre dia a dia, i que cal aprendre a regular. **CI · CM · CS**

Les Cartes d'entrenament: jocs i dinàmiques amb les cartes d'entrenament del Programa combinant l'expressió corporal, l'oral i l'artística per treballar fins a 45 emocions, de sis famílies emocionals diferents. **CI · CM · CS**

La Girafa i el Xacal: descobrirem dues maneres diferents de comunicar-nos: de forma empàtica i respectuosa (girafa) o invasiva i agressiva (xacal), un recurs que ens ofereix la Comunicació No Violenta (de Marshall Rosenberg). Les coneixerem totes dues i explorarem quines emocions ens fan sentir per tal d'identificar-les en el dia a dia i escollir la més idònia per relacionar-nos. **CI · CM · CS**

Visió empàtika: les ulleres de visió empàtica seran el punt de partida per descobrir diferents aspectes de l'empatia: com funciona, el seu paper en la convivència, l'amistat, el respecte... i per fer una introducció del Programa Empàtik, per entrenar-la. **CM · CS**

Altres tallers i acompanyament:

EI CERCLE del benestar · Pràctiques Restauratives: taller en cercle sobre benestar, amb dinàmiques que permetran identificar les emocions i les necessitats que hi estan vinculades i arribar a acords en forma de compromís, per afavorir la convivència i el benestar del grup classe **CI · CM · CS**

Triangle del foc, aturem el Bullying: taller de sensibilització a partir de la metàfora del Triangle del Foc que ens ajuda a identificar els rols que intervenen en l'assetjament escolar i ens convida a parlar sobre la violència i a descobrir com funciona, posicionant el grup i dotant-lo de recursos i estratègies per tal de PREVENIR, DETECTAR i ACTUAR enfront del Bullying i la violència. **CS**

UBUNTU, acompanyament d'indagació apreciativa: per fomentar la cohesió del grup i la convivència: procés d'acompanyament d'un grup classe en l'assoliment d'un objectiu col·lectiu a través de la metodologia “Indagació Apreciativa”. Acompanyament inspirat en la filosofia de vida africana Ubuntu, que fomenta la conducta pro social i la cooperació. **CM · CS**

Objectius dels tallers:

- **Reforçar i ampliar el vocabulari** emocional de l'alumnat i introduir o reforçar el concepte d'empatia, vinculant-la amb el respecte i la cura de l'altre.
- Explorar les emocions a través del joc i el diàleg per facilitar-ne la **consciència, la regulació i l'autonomia emocionals**.
- **Sensibilitzar** l'alumnat sobre l'empatia (què és i com funciona) i la necessitat de desenvolupar-la per millorar la convivència i el benestar.
- Aportar **recursos** pràctics que permetin a l'alumnat desenvolupar de forma individual i col·lectiva, de forma guiada o autònoma, les diferents competències socioemocionals que fan possible l'empatia i milloren la convivència. I també a l'equip docent, per seguir treballant a l'aula.
- Promoure la **conducta prosocial i cooperativa** i aportar recursos per reforçar la cohesió de grup en l'assoliment d'objectius compartits.
- **Sensibilitzar** l'alumnat en front de la violència i de l'assetjament escolar, aportant-los recursos per prevenir-lo.

Durada dels tallers i sessions d'acompanyament: 60 minuts.

Preu del taller: 120 € + desplaçament, si es contracta un sol taller.

100 €/taller + desplaçament, si se'n són 2 o més.

Per més informació o contractació: juliaprunes@gmail.com · 665631051