

## Cicle Inicial · curs 2024-25

Empàtik és un programa d'educació socioemocional centrat en el desenvolupament de l'empatia partir de l'entrenament de cinc passos molt senzills: observar, escoltar, pensar, sentir i actuar, a través dels contes, la música i el joc.

Segons si us voleu iniciar en el programa i continuar de forma independent o si us interessa un entrenament a mida, teniu diferents opcions que inclouen formació i material didàctic:

**“La Berta i les ulleres de visió empàtica”, taller d'iniciació:** aprendrem, a través del conte, què és l'empatia i com ens ajuda a tenir cura del benestar de les altres persones. Descobrirem el programa Empàtik i començarem a entrenar els cinc passos que ens proposa.

**Inclou:** - Accés a vídeo formatiu del programa Empàtik, per a l'equip docent.  
- Kit d'entrenament.

**Pla d'entrenament personalitzat:** dissenya un programa d'entrenament a mida segons les necessitats i els interessos del teu grup. Escull dues o més activitats del llistat i continueu entrenant.

**Inclou:** - Taller d'iniciació “La Berta i les ulleres de visió empàtica”.  
- 2 sessions d'entrenament a escollir, o 3, si heu fet el taller d'iniciació anteriorment.  
- Vídeo formatiu del programa Empàtik per a l'equip docent.  
- Kit d'entrenament.

**Sessions d'entrenament soltes:** Només si s'ha fet el taller d'iniciació anteriorment, a escollir segons les necessitats i els interessos del grup, del següent llistat.

**“Posa't al meu lloc”, connectem amb les necessitats de l'altre:** a partir d'un conte i els seus personatges, posarem atenció a les necessitats de les altres persones i també a les pròpies. Entrenant els diferents passos del programa Empàtik.

**“Un cor de papallones”, connectem amb les emocions:** una papallona ens ajudarà a descobrir que tenim el cor ple d'emocions. A través d'un conte i les cartes d'entrenament, connectarem amb totes elles, per gaudir-les i compartir-les plegats.

**“Puff, el drac màgic”, coneixem i acompanyem la tristesa:** a partir d'aquest conte-cançó i el seu personatge, treballarem la tristesa i com acompanyar-la amb l'ajuda dels diferents passos del programa Empàtik.

**“Paraules que cuiden”, comunicació empàtica:** la protagonista d'un conte ens descobrirà el poder d'algunes paraules per fer-nos sentir bé i també de fer-nos sentir malament, i aprendrem a utilitzar-les amb responsabilitat i empatia.

## Objectius dels tallers:

- **Reforçar i ampliar el vocabulari** emocional de l'alumnat i introduir o reforçar el concepte d'empatia, vinculat al 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 i la necessitat de desenvolupar-la per millorar la convivència i el benestar.
- Aportar **recursos** pràctics que els permetin 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 continuar treballant-ho a l'aula seguint el programa.
- Promoure la **conducta prosocial i cooperativa** i aportar recursos per reforçar la cohesió de grup en l'assoliment d'objectius compartits.

**Durada de les sessions:** 60 minuts.

**Preus:** Taller d'iniciació: 160 €/grup + desplaçaments

**Pack bàsic d'entrenament:** 350 €/grup + desplaçaments

**Sessions soltes:** 110 €/grup.

Descompte del 10% a partir de tres grups.

**Més informació o contractació a:** [juliaprunes@gmail.com](mailto:juliaprunes@gmail.com) · 665631051