

# Educació Emocional

Escola Vedruna Tona

Inici del projecte: Curs 15-16



## **Projecte:** **Educació Emocional**

### **Les emocions són el motor de la persona.**

Quan els alumnes estan bloquejats o superats emocionalment, també poden estar superats en l'aprenentatge.

L'educació emocional afecta el desenvolupament dels alumnes, ja que incentiva la seva **motivació**, predisposa a **actituds més positives**, millora les seves **relacions** i obté millors **resultats acadèmics**.

Durant el curs 2015-2016 tot el personal de l'escola: mestres, professors i personal d'administració i serveis, varem rebre una formació sobre aquest tema i durant el curs 16-17 vàrem incloure activitats per treballar les emocions en les programacions.

A l'escola propiciem un clima emocional positiu des del Pla d'Acció Tutorial.

És un dels objectius del nostre Pla Estratègic 2014-2020

## *Intel·ligència emocional a l'aula*

...

### **Beneficis:**

- Disminuir l'ansietat.
- Control de l'estres.
- Gestió dels conflictes.
- Millora l'autoestima.
- Més èxit acadèmic.
- Augmenta la tolerància a la frustració.
- Equilibri emocional.
- Menys conflictivitat.
- Millora les habilitats socials.
- Més salut mental.
- Millorar l'empatia.
- Millor comportaments prosocial.