

Diari d'aprenentatge

Equips per la Convivència

Educació Primària



Nom:
Curs i classe:
Centre educatiu

**#aqui
prou
bullying**



Generalitat de Catalunya
**Departament
d'Educació**

Material desenvolupat en el marc del programa:



Autoria: Salut i Educació Emocional S.L. i Servei d'Escola i Famílies de la Direcció General d'Atenció a la Família i Comunitat Educativa

Elaboració: Direcció General d'Atenció a la Família i Comunitat Educativa

Edició: Gabinet Tècnic

Disseny i maquetació: EADOP

1a edició: setembre 2023



Aquest document està publicat amb una llicència Creative Commons Reconeixement-NoComercial-Sense ObraDerivada 4.0. No es permet l'ús comercial de l'obra original ni la generació d'obres derivades. La llicència completa es pot consultar a <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ca>

Et donem la benvinguda a aquest diari d'aprenentatge!
Aquí hi trobaràs els resums de cada sessió, a més d'un espai de preguntes on podràs reflexionar sobre allò que vas aprenent.
Un cop acabis la formació, torna a aquest diari tants cops com necessitis!

Índex

Sessió 1	
Conceptes bàsics i creences	5
Sessió 2	
Valors per a la convivència positiva.....	7
Sessió 3	
Vocabulari essencial	9
Sessió 4	
El paper dels Equips per la Convivència.....	11
Sessió 5	
Responsabilitat en el benestar.....	13
Sessió 6	
Nivells d'alerta.....	15
Sessió 7	
Recursos d'observació.....	17
Sessió 8	
Full de registre.....	19
Sessió 9	
Pla d'acció.....	21

Objectius de la sessió

- ✓ Donar la benvinguda al curs i al programa dels Equips X la Convivència.
- ✓ Repassar el que vas aprendre als mòduls de sensibilització.
- ✓ Revisar quines són les teves creences i emocions sobre l'assetjament i el ciberassetjament.

Estructura de la sessió

- ✓ **Part 1:** Benvinguda i inici de l'experiència formativa.
- ✓ **Part 2:** Coneixements previs, d'on partim?
- ✓ **Part 3:** Creences i emocions sobre l'assetjament.
- ✓ **Part 4:** Comprensió dels rols a través de la música.

Conceptes clau

Utilitza un llenguatge impecable

AGRESSOR/A

No ets agressor/a.

Estàs en rol d'agressor/a.

Pots deixar aquest rol.

VÍCTIMA

No ets víctima.

T'han posat en rol de víctima.

Pots tenir un altre rol.

ESPECTADOR/A

Estàs en rol d'espectador/a o de respectador/a?

Implica't amb respecte!



Què és un rol?

És com estar fent el paper d'un personatge concret. Mirar el rol de cadascú ajuda a entendre que la persona és molt més que aquest personatge i molt més que allò que fa. És important no confondre la persona amb el seu rol en una situació concreta!

FORA ETIQUETES!

Part 1: Benvinguda i inici de l'experiència formativa

✓ Què t'agradaria aprendre?

Part 2: Coneixements previs, d'on partim?

✓ Quines coses ja sabies prèviament sobre els Equips X la Convivència?

Part 3: Creences i emocions sobre l'assetjament

✓ Com t'has sentit? Què has après?

Part 4: Comprensió dels rols a través de la música

✓ Com t'has sentit? Què has après?

Autoavaluació:

No ho he entès,
necessito més
temps!



Em queden alguns
dubtes!



He entès el que hem
treballat!



Ho he entès i he
fet aportacions
interessants!

Objectius de la sessió

- ✓ Identificar quins són els valors sentits més importants per a tu.
- ✓ Reflexionar sobre quins valors sumen al benestar i a la convivència.

Estructura de la sessió

- ✓ 1a part: Mercat de valors.
- ✓ 2a part: Valors en comú.

Conceptes clau

Els teus valors: pilars del benestar



A què li dones valor? Què és important per a tu?

Els valors representen allò a què li dones importància (família, amigats, comunitat, solidaritat, èxit...). Tingues en compte els teus valors a l'hora de prendre decisions i de respondre a diferents situacions per viure amb més benestar!

1a part: Mercat de valors

✓ Com t'has sentit? Què has après?

2a part: Valors en comú

✓ Com t'has sentit? Què has après?

Autoavaluació:



No ho he entès,
necessito més
temps!



Em queden alguns
dubtes!



He entès el que hem
treballat!



Ho he entès i he
fet aportacions
interessants!

Objectius de la sessió

- ✓ Practicar vocabulari relacionat amb la convivència.
- ✓ Oferir un recurs per treballar en família.

Estructura de la sessió

- ✓ 1a part: Passaparaula a classe.
- ✓ 2a part: Paraules per la convivència.
- ✓ 3a part: Passaparaula a casa.

Conceptes clau

Convivre és saber com viure



VIURE EN GRUP AMB MALESTAR

No comprendre les diferències.

Tensió i reaccions emocionals.

Rebuig, exclusió.

Actituds de superioritat o inferioritat.

[...]

COMVIURE EN GRUP AMB BENESTAR

Relacions amables basades en la cura.

Respostes emocionals.

Escolta, inclusió i respecte.

Un bon clima al grup.

[...]



Sabies que els éssers humans necessitem viure en contacte amb altres persones i formar part d'un o diversos grups per tal de tenir salut?

Aquesta convivència es dona en llocs com la família, l'escola o el treball.

La convivència no sempre resulta fàcil, però, quan ho és, ens aporta molt de benestar.

I tu, com vols viure?

1a part: Passaparaula a classe

✓ Com t'has sentit? Què has après?

2a part: Paraules per la convivència

✓ Com t'has sentit? Què has après?

3a part: Passaparaula a casa

✓ Com t'has sentit? Què has après?

Autoavaluació:



No ho he entès,
necessito més
temps!



Em queden alguns
dubtes!



He entès el que hem
treballat!



Ho he entès i he
fet aportacions
interessants!

Sessió
4

EL PAPER DELS EQUIPS PER LA CONVIVÈNCIA

Objectius de la sessió

- ✓ Reflexionar sobre com us relacioneu com a grup.
- ✓ Comprendre com et sents i com fas sentir a la resta de persones.
- ✓ Conèixer les funcions dels Equips per la Convivència.

Estructura de la sessió

- ✓ 1a part: Ens relacionem en moviment.
- ✓ 2a part: L'impacte de les relacions.
- ✓ 3a part: Mapa de funcions dels Equips per la Convivència.

Conceptes clau

Què pots fer com a part dels ExC?

		PREVENCIÓ		DETECCIÓ		INTERVENCIÓ
Estratègia en el marc del projecte de convivència: Prevenció i detecció		Recursos proventius	Recursos de sensibilització	Recursos de detecció preventiva continuada	Recursos de detecció per a la solució	Recursos per a la resposta
	Educació Primària	...	EQUIPS PER LA CONVIVÈNCIA	

En sensibilització:

- Dissenyar, crear i cuidar els espais que ocuparan al centre.
 - ✓ Espais no formals: patis, passadissos, sala...
 - ✓ Bústia anònima o confidencial.
 - ✓ Espais virtuals
- Dissenyar i implementar activitats sensibilitzadores (campanyes, jocs, debats, celebració de dies internacionals, etc.) per a altres grups del centre, famílies, a les xarxes, etc.

En detecció preventiva continuada:

- Analitzar els espais del centre per determinar el clima emocional i de conflicte i les necessitats.
- Utilitzar una llibreta de registre d'observacions (*off-line* o *on-line*).
- Tenir una presència activa i oferir espais d'escolta als companys i companyes.

1a part: Ens relacionem en moviment

✓ Com t'has sentit? Què has après?

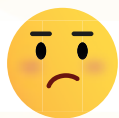
2a part: L'impacte de les relacions

✓ Com t'has sentit? Què has après?

3a part: Mapa de funcions dels Equips per la Convivència

✓ Com t'has sentit? Què has après?

Autoavaluació:



No ho he entès,
necessito més
temps!



Em queden alguns
dubtes!



He entès el que hem
treballat!



Ho he entès i he
fet aportacions
interessants!

Objectius de la sessió

- ✓ Treballar la consciència del malestar i el benestar en el teu dia a dia.
- ✓ Activar les habilitats i qualitats que t'ajuden a mostrar la teva millor versió.
- ✓ Tenir recursos per posar en pràctica amb la resta de l'alumnat.

Estructura de la sessió

- ✓ 1a part: Consciència del benestar (dinàmica dels Quatre Quadrats).
- ✓ 2a part: Aplicació pràctica del recurs dels Quatre Quadrats.

Conceptes clau

Saps quina és la teva millor versió?



Mira les teves habilitats



Mira quines vols potenciar



Mira com pots regalar-te benestar a tu i als altres posant-les en pràctica!

Què són les habilitats?

Una habilitat és la capacitat o una qualitat que ens permet treure les nostres fortaleses per relacionar-nos amb el món. Alguns exemples d'habilitats són: atenció, bondat, creativitat, sentit de l'humor, empatia, honestedat, responsabilitat...

1a part: Consciència del benestar (dinàmica dels Quatre Quadrats)

✓ Com t'has sentit? Què has après?

2a part: Aplicació pràctica del recurs dels Quatre Quadrats

✓ Com t'has sentit? Què has après?

Autoavaluació:



No ho he entès,
necessito més
temps!



Em queden alguns
dubtes!



He entès el que hem
treballat!



Ho he entès i he
fet aportacions
interessants!

Objectius de la sessió:

- ✓ Aprendre a observar les relacions.
- ✓ Reconèixer quan hi ha malestar.

Estructura de la sessió:

- ✓ 1a part: Observació del benestar.
- ✓ 2a part: Detecció d'indicadors.

Conceptes clau:

Reconeix el benestar o malestar de les diferents situacions per decidir si...



CAL ATURAR-HO!

No podem deixar-ho passar.



COMPTE, TOCA REDUIR!

Cal anar amb compte.



AVANT!

Això mola, podem passar!



I què passa quan és groc o vermell?

Identificar aquestes situacions és una de les teves tasques més importants com a part dels Equips per la Convivència.



Apunta-ho al registre i parla amb un adult referent.



Atura la violència i parla immediatament amb un adult referent!

1a part: Observació del benestar

✓ Com t'has sentit? Què has après?

2a part: Detecció d'indicadors

✓ Com t'has sentit? Què has après?

Autoavaluació:



No ho he entès,
necessito més
temps!



Em queden alguns
dubtes!



He entès el que hem
treballat!



Ho he entès i he
fet aportacions
interessants!

Objectius de la sessió:

- ✓ Treballar propostes per observar el benestar al teu centre educatiu.
- ✓ Tenir recursos per posar en pràctica amb la resta de l'alumnat.

Estructura de la sessió:

- ✓ 1a part: Pensem els recursos d'observació i detecció.
- ✓ 2a part: Presentem els recursos d'observació i detecció.

Conceptes clau:

Recorda els recursos que pots compartir:



SEMÀFOR DE LA CONVIVÈNCIA

Per tenir una visió general de la convivència.

- ✓ Mural a diferents espais.
- ✓ Tres codis de color grans.
- ✓ L'alumnat contribueix de manera individual o hi va en grup amb el tutor/a.



LA BÚSTIA DE CLASSE

Per resoldre els conflictes que hi ha al grup i celebrar els moments de benestar.

- ✓ Bústia en una classe o un altre espai.
- ✓ L'alumnat contribueix lliurement.
- ✓ Els tutors o tutores s'encarreguen de recollir, llegir i donar resposta.



LES CANTONADES DELS EQUIPS PER LA CONVIVÈNCIA

Perquè tothom conegui els Equips per la Convivència i pugui trobar suport.

- ✓ Espai al pati o als corredors.
- ✓ En temps d'esbarjo.
- ✓ L'alumnat s'hi pot acostar lliurement.

1a part: Pensem els recursos d'observació i detecció

✓ Com t'has sentit? Què has après?

2a part: Presentem els recursos d'observació i detecció

✓ Com t'has sentit? Què has après?

Autoavaluació:



No ho he entès,
necessito més
temps!



Em queden alguns
dubtes!



He entès el que hem
treballat!



Ho he entès i he
fet aportacions
interessants!

Objectius de la sessió:

- ✓ Practicar la resposta a casos concrets.
- ✓ Entrenar les habilitats d'observació.
- ✓ Aprendre a fer ús del full de registre.

Estructura de la sessió:

- ✓ 1a part: L'anàlisi de casos.
- ✓ 2a part: El full de registre.

Conceptes clau:

Algunes preguntes que pots fer a les persones implicades quan emplenes el registre:

Què ha passat? Què has fet?



Què has pensat? Quina ha estat la teva actitud?



Com t'has sentit? Hi ha alguna emoció que et costi més?



Com se sent l'altre/a?



Com et vols sentir? Què vols? Què necessites?



Saps que l'ordre d'aquestes preguntes és important?

Si te n'adones, primer preguntes pels fets, després pels pensaments i, en tercer lloc, per les emocions. Un cop la persona ha expressat aquestes coses, és més fàcil que pugui entendre i expressar què necessita.

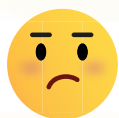
1a part: L'anàlisi de casos

✓ Com t'has sentit? Què has après?

2a part: El full de registre

✓ Com t'has sentit? Què has après?

Autoavaluació:



No ho he entès,
necessito més
temps!



Em queden alguns
dubtes!



He entès el que hem
treballat!



Ho he entès i he
fet aportacions
interessants!

Objectius de la sessió:

- ✓ Fer un pla de difusió.
- ✓ Donar a conèixer els Equips per la Convivència al teu centre.
- ✓ Tancar la formació.

Estructura de la sessió:

- ✓ 1a part: Hola! Som els Equips per la Convivència.
- ✓ 2a part: Propostes de sensibilització.
- ✓ 3a part: Tancament de la formació.

Conceptes clau:

Contribuir al benestar i a la convivència implica parlar alt i clar:



Donar a conèixer el que feu els Equips per la Convivència!



Fer visible aquest programa per tots els mitjans possibles motiva a implicar-se en la convivència i ajuda a qui està sentint malestar.



Formar part dels Equips per la Convivència és contribuir a una escola on hi ha pau i relacions saludables i a un món sense violència.

Gràcies per la teva tasca!

1a part: Hola! Som els Equips per la Convivència

✓ Com t'has sentit? Què has après?

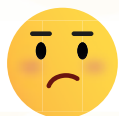
2a part: Propostes de sensibilització

✓ Com t'has sentit? Què has après?

3a part: Tancament de la formació

✓ Com t'has sentit? Què has après?

Autoavaluació:



No ho he entès,
necessito més
temps!



Em queden alguns
dubtes!



He entès el que hem
treballat!



Ho he entès i he
fet aportacions
interessants!

#aqui
prou
bullying



Generalitat de Catalunya
**Departament
d'Educació**