



UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI
Facultat de Ciències
de l'Educació i Psicologia

TREBALL DE FI DE GRAU

L'ESPAI DE LA CALMA COM A RECURS DINS LES
AULES D'EDUCACIÓ INFANTIL

Ester Fuentes Armengol

Dirigit per la Dra. Ruth Arís

Grau d'Educació Infantil

Curs 2025/2026

Facultat de Ciències de l'Educació i Psicologia

Universitat Rovira i Virgili

Divendres, 29 de maig de 2026

“A la meva tutora, per haver-me acompanyat amb paciència i dedicació, ajudant-me a trobar la llum quan jo només hi veia foscor, fins a aconseguir-ho.

Als centres educatius i mestres participants en la investigació, per la seva generositat i, molt especialment, als infants que han format part d'aquest camí, per estimar-los tant i per haver-me fet estimar encara més aquesta professió.

A la meva família, per ser el meu suport incondicional en cada moment difícil d'aquest camí.

A la meva parella, per la paciència infinita i per recordar-me sempre que era capaç d'arribar fins aquí.

A les meves amigues, per escoltar-me, acompanyar-me i fer-me somriure quan més ho necessitava.

Gràcies, de tot cor.”

“De què serveix omplir el cap de coneixements, si el cor continua buit?” - José María Toro

RESUM

Aquest Treball de Fi de Grau analitza la implementació del racó de la calma com a recurs pedagògic per a la regulació emocional a l'etapa d'Educació Infantil. La investigació parteix de tres experiències en centres educatius amb graus d'implementació molt diferents: un centre amb el racó consolidat des de fa anys, un centre on es va crear i implementar per primera vegada durant el Pràcticum II, i un centre en el seu primer any d'introducció. A través d'una metodologia mixta que combina l'observació directa a les aules i una enquesta adreçada a 53 mestres d'Educació Infantil de les comarques de Tarragona, les Terres de l'Ebre i el Penedès, es conclou que el racó de la calma és un recurs eficaç per afavorir l'autoregulació emocional dels infants, millorar el clima de l'aula i contribuir al seu desenvolupament integral, sempre que s'implementi amb intencionalitat pedagògica, continuïtat i acompanyament docent. Els resultats evidencien que la mera existència física de l'espai no garanteix la comprensió de la seva funció per part dels infants, i que la formació específica en educació emocional continua essent una mancança estructural entre el professorat d'aquesta etapa educativa.

Paraules clau: racó de la calma, educació emocional, regulació emocional, educació infantil, competències emocionals.

RESUMEN

Este Trabajo de Fin de Grado analiza la implementación del rincón de la calma como recurso pedagógico para la regulación emocional en la etapa de Educación Infantil. La investigación parte de tres experiencias en centros educativos con distintos grados de implementación: un centro con el rincón consolidado desde hace años, un centro donde se creó e implementó por primera vez durante el Prácticum II, y un centro en su primer año de introducción. A través de una metodología mixta que combina la observación directa en las aulas y una encuesta dirigida a 53 maestras de Educación Infantil de las comarcas de Tarragona, las Terres de l'Ebre y el Penedès, se concluye que el rincón de la calma es un recurso eficaz para favorecer la autorregulación emocional de los niños y niñas, mejorar el clima del aula y contribuir a su desarrollo integral, siempre que se implemente con intencionalidad pedagógica, continuidad y acompañamiento docente. Los resultados evidencian que la mera existencia física del espacio no garantiza la comprensión de su función por parte del alumnado, y que la formación específica en educación emocional continúa siendo una carencia estructural entre el profesorado de esta etapa educativa.

Palabras clave: rincón de la calma, educación emocional, regulación emocional, educación infantil, competencias emocionales.

ABSTRACT

This Final Degree Project analyses the implementation of the calm corner as a pedagogical resource for emotional regulation in Early Childhood Education. The research draws on three experiences in educational settings with very different degrees of implementation: a school where the calm corner has been long established, a school where it was designed and introduced for the first time during the second teaching placement, and a school in its first year of use. Using a mixed methodology that combines direct classroom observation with a survey completed by 53 Early Childhood Education teachers from the regions of Tarragona, Terres de l'Ebre and Penedès, the study concludes that the calm corner is an effective resource for promoting children's emotional self-regulation, improving classroom climate and supporting their holistic development, provided it is implemented with pedagogical intentionality, consistency and sustained teacher guidance. The results show that the physical existence of the space alone does not ensure children understand its purpose, and that specific training in emotional education remains a structural gap among teachers at this educational stage.

Keywords: calm corner, emotional education, emotional regulation, early childhood education, emotional competencies.

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ I JUSTIFICACIÓ	7
2. MARC TEÒRIC	9
2.1. Concepte d'emoció	9
2.1.1. Tipus d'emocions	9
2.1.2. Autors que parlen del concepte d'emoció	11
2.2. Educació emocional	13
2.3. Emocions a educació infantil	13
2.3.1. Evolució	14
2.3.2. Marc normatiu de les emocions a l'Educació Infantil	16
2.3.3. Regulació emocional	17
2.3.3.1. La regulació emocional a educació infantil	18
2.3.4. Recursos per treballar l'educació emocional a educació infantil	19
2.3.4.1. El racó de la calma	20
3. MARC METODOLÒGIC	21
3.1. Punt de partida	21
3.2. Objectius d'investigació	23
3.3. Disseny	23
3.3.1. Temporalització	23
3.3.2. Metodologia	24
3.3.3. Mostra i població	25
3.3.3.1. Observació directa a les aules	28
3.3.3.2. Enquesta als docents	28
3.3.4. Instruments de recollida de dades	29
3.3.4.1. L'observació directa	29
3.3.4.2. L'enquesta	30
3.4. Anàlisi i interpretació dels resultats	30
3.4.1. Enquesta	30

3.4.2. Observació directa	42
3.4.2.1. Centre 1	43
3.4.2.2. Centre 3	46
4. CONCLUSIONS	47
5. LÍNIES DE FUTUR	50
6. REFERÈNCIES	53
7. ANNEXOS	56
7.1. Annex 1: Espais de la calma	56
7.1.1. Centre 1	56
7.1.2. Centre 2	56
7.1.3. Centre 3	56
7.2. Annex 2: Taula d'observació	57
7.2.1. Centre 1	57
7.2.2. Centre 3	62
7.3. Annex 3: Enquesta	63
7.3.1. Respostes obertes	67
7.4. Annex 4: Situació d'aprenentatge del Pràcticum II	72
7.5. Annex 5: Àmbit territorial de la distribució de l'enquesta	99

1. INTRODUCCIÓ I JUSTIFICACIÓ

Durant la meva primera estada de pràctiques del tercer curs va sorgir en mi la necessitat d'aprofundir en l'educació emocional a l'etapa d'educació infantil. El centre on em trobava situava el benestar físic i emocional dels infants al centre del seu projecte educatiu, un enfocament que impregnava l'ambient de l'escola i que es feia visible en la relació entre docents, infants i famílies. Va ser en aquest context que vaig conèixer el racó de la calma, un espai a l'aula pensat per ajudar els infants a recuperar la serenitat i afrontar situacions personals o petits conflictes que poden sorgir en el dia a dia, siguin ocasionats dins o fora del centre educatiu¹.

En canvi, durant les pràctiques de quart curs vaig observar una realitat diferent: l'absència d'aquests recursos destinats a l'educació emocional, així com una menor capacitat dels infants per identificar i gestionar allò que sentien. Aquesta experiència va reforçar la meva voluntat de dissenyar una proposta que apropés el treball emocional als nens i nenes. Per a això, vaig escollir el conte *El Monstre de Colors* com a punt de partida, ja que ofereix un llenguatge senzill i visual per introduir les emocions bàsiques i facilitar-ne la comprensió. L'objectiu principal d'aquest treball és contribuir al desenvolupament emocional dels infants i afavorir un clima d'aula que promogui la calma, la convivència i el respecte mutu.

A més d'aquests dos centres, aquest curs he tingut l'oportunitat de tornar a l'escola de la meva infantesa, on per primera vegada han incorporat l'espai de la calma com a recurs dins de l'aula². Aquest fet m'ha permès conèixer una tercera manera d'entendre i aplicar el treball emocional, i m'ha donat l'oportunitat d'observar com infants i mestres s'hi apropen, quins usos en fan i quina consciència emocional hi manifesta la comunitat educativa.

La convivència d'aquestes tres experiències -dos centres educatius de pràctiques i un centre significatiu en el meu propi recorregut escolar- proporciona un marc ric i divers per comparar la implementació del racó de la calma i el nivell de coneixement emocional dels infants. Aquest contrast de realitats és el que m'ha impulsat a orientar el meu Treball de Fi de Grau cap a aquesta temàtica.

¹ Vegeu annex 1.

² Vegeu annex 1.

Com a producte final, es planteja la creació d'un racó de la calma dins l'aula: un espai acollidor, segur i accessible, que permet als infants autoregular-se quan ho necessiten. Cal destacar, que aquest espai ha estat dissenyat conjuntament amb els infants, que han participat activament en la tria dels materials i objectes que volien incorporar-hi com a l'hora de crear-lo a la classe. Aquesta activitat formava part de la situació d'aprenentatge³ desenvolupada durant les pràctiques, i afavoreix que els infants se sentin implicats, escoltats i participants en la construcció d'un espai que ocuparan i utilitzaran de forma habitual. Això no només potencia la seva autonomia, sinó que també reforça el sentit de pertinença i els ajuda a comprendre la funció i el valor d'aquest racó dins l'aula. A més, es considera un recurs especialment útil per atendre infants amb NESE, ja que ofereix un entorn estructurat que contribueix a gestionar emocions amb més seguretat i calma. Aquest racó també es concep com un espai de mediació, on es puguin resoldre petits conflictes entre iguals⁴.

Aquesta proposta parteix de la idea que l'educació emocional és un element clau en el desenvolupament integral de l'infant i que la seva presència a l'aula repercuteix positivament en la convivència i el benestar del grup. Treballar les emocions de manera quotidiana permet que els infants comprenguin millor allò que senten, desenvolupin habilitats d'autoregulació i estableixin relacions més positives amb els altres.

En definitiva, aquest treball busca reflexionar sobre la rellevància de l'educació emocional a infantil i oferir una proposta concreta i aplicable al dia a dia, amb la intenció de promoure una educació més conscient, respectuosa i centrada en les necessitats dels infants.

³ Vegeu annex 4.

⁴ Vegeu annex 1.

2. MARC TEÒRIC

2.1. Concepte d'emoció

El concepte d'emoció ha estat àmpliament estudiat des de diferents perspectives de la psicologia i les ciències de l'educació. Segons Bisquerra (2000), l'emoció és un *estat complex de l'organisme caracteritzat per una excitació o pertorbació que predisposa a una resposta organitzada*, amb una funció clarament adaptativa davant les demandes de l'entorn. Aquest autor destaca que les emocions integren components fisiològics, cognitius i conductuals, i que influeixen directament en la presa de decisions i en el comportament.

Des d'una perspectiva cognitiva, Lazarus (1998) defineix el terme emoció com el resultat d'un procés d'avaluació cognitiva mitjançant el qual la persona interpreta si una situació és rellevant per al seu benestar. Així, l'emoció no depèn únicament de l'estímul, sinó del significat que l'individu li atribueix.

En la mateixa línia integradora, Damasio (1994) assenyala que les emocions tenen una base biològica, però estan estretament vinculades als processos mentals i a la consciència. Segons aquest autor, les emocions són essencials per al funcionament racional, ja que orienten el pensament i la conducta cap a la supervivència i l'adaptació.

Finalment, Goleman (1996) posa la importància en la dimensió social i educativa de les emocions, destacant que aquestes influeixen en les relacions interpersonals i en l'aprenentatge, i subratlla la importància de l'educació emocional des de les primeres etapes de la vida.

Així mateix, l'emoció es pot entendre com una resposta afectiva complexa, amb components fisiològics, cognitius i conductuals, que permet a la persona interpretar la realitat, adaptar-se a l'entorn i regular la seva conducta.

2.1.1. Tipus d'emocions

Diversos autors han investigat la manera de classificar les emocions, entre ells Richard Lazarus, Robert Plutchik i Lloyd TenHouten. Segons Lazarus (1991) (extret de l'article de Bisquerra (2009)), les emocions es poden diferenciar entre:

1. **Positives:** S'experimenten davant de moments que són valorats com un progrés cap als objectius personals. Són el resultat d'una avaluació favorable respecte a l'assoliment d'objectius, com ara l'alegria, l'orgull, l'afecte, l'amor, la felicitat i l'alleujament.
2. **Negatives:** S'experimenten davant d'esdeveniments que són valorats com una amenaça, una pèrdua o dificultats que poden sorgir a la vida quotidiana. Són el resultat d'una avaluació desfavorable respecte als mateixos objectius. Inclouen la por, la tristesa, la ira, l'ansietat, la culpa, la vergonya, l'enveja, la gelosia o el fàstic, d'entre altres.
3. **Ambigües:** Aquestes poden ser tant positives com negatives segons les circumstàncies. On trobem la sorpresa, que per exemple pot ser positiva o negativa, l'esperança, la compassió o les emocions estètiques.

L'autor destaca que és rellevant tenir present que el fet que una emoció sigui negativa no significa que sigui dolenta, sinó que s'ha de controlar el comportament que pot generar.

D'altra banda, Plutchik (1958) i TenHouten (2007) (extret de l'article de Bisquerra (2009)) proposen una classificació diferent de l'anterior:

1. **Emocions primàries:** Aquestes emocions, també conegudes com a bàsiques, apareixen de manera immediata davant d'un estímul i faciliten l'adaptació de la persona a l'entorn. Es caracteritzen per ser universals i per presentar una expressió facial pròpia i una resposta conductual característica davant determinades situacions. Segons les aportacions de Plutchik (1958) i posteriorment per TenHouten (2007), existeixen vuit emocions primàries organitzades en parelles oposades: alegria i tristesa, ira i por, acceptació i aversió, i anticipació i sorpresa.
2. **Emocions secundàries:** A partir de les emocions primàries sorgeixen aquestes, també anomenades complexes o derivades. Aquestes es formen a partir de la combinació de dues o més emocions primàries. No presenten una expressió facial tan definida ni una resposta d'acció única, ja que sovint depenen del context i de la interpretació que fa

cada persona de la situació. Alguns exemples d'aquest tipus d'emocions són l'orgull, la vergonya, la decepció o l'optimisme, d'entre altres.

2.1.2. Autors que parlen del concepte d'emoció

Les emocions han estat objecte d'estudi al llarg de la història per múltiples disciplines, com la psicologia, la biologia i la pedagogia. Diferents autors han intentat comprendre què són les emocions, quina funció tenen i com es poden classificar, aportant teories complementàries que van des d'una perspectiva evolutiva fins a enfocaments centrats en la cognició i en les habilitats socials.

En aquest apartat, es presenten aportacions i contribucions de diversos investigadors en l'àmbit de les emocions. D'aquesta manera, es permet entendre com cada autor aborda les emocions des d'un punt de vista pràctic i teòric.

1. **Charles Darwin:** va ser un dels primers a proposar que les emocions tenen un origen evolutiu. Va estudiar com les emocions s'expressen de manera similar en humans i animals i com aquestes expressions tenen una funció adaptativa (per exemple, mostrar por per evitar perills). La seva obra, *La expresión de las emociones en el hombre y los animales* (1872), estableix una base per entendre les emocions com comportaments evolutius i universals.
2. **Daniel Goleman:** va popularitzar el concepte d'intel·ligència emocional arreu del món i el va presentar com una habilitat clau per a l'èxit personal i professional. La seva obra, *Inteligència Emocional* (1995), difon que la capacitat per comprendre i gestionar les emocions és igual d'important que el coeficient intel·lectual tradicional.
3. **Begoña Ibarrola:** és experta en educació emocional i neuroeducació, i defensa que les emocions són fonamentals per a l'aprenentatge i el desenvolupament personal. En la seva obra *Educación emocional y neuroeducación: Bases para la práctica educativa* (2013), considera que totes les emocions tenen funció i sentit, i que el repte no és reprimir-les sinó aprendre a reconèixer-les i gestionar-les de manera sana. També destaca la importància d'incloure l'educació emocional en el currículum

escolar per desenvolupar autoconeixement, regulació emocional, empatia i habilitats social, contribuint així el benestar i la convivència.

4. **Paul Ekman:** és conegut per les seves recerques transculturals sobre expressions facials d'emocions i va demostrar que algunes emocions tenen expressions facials universals en diferents cultures. Aquest article, *Universales y diferencias culturales en las expresiones faciales de la emoción (1972)*, avala l'existència d'emocions bàsiques universals amb base biològica.
5. **Richard S. Lazarus:** va ser un psicòleg especialitzat en estrès, emocions i processos cognitius. És considerat un dels principals autors en la teoria cognitiva de l'emoció, centrant-se en com els processos de valoració determinen la nostra resposta emocional davant els esdeveniments de la vida. Una obra clau de l'autor a destacar és *Pasión y razón: La comprensión de nuestras emociones (1998)*.
6. **Rafael Bisquerra:** és un psicòleg i pedagog reconegut per la seva feina en educació emocional i competències emocionals. La seva aportació principal és haver desenvolupat un marc teòric sòlid que connecta les emocions amb l'aprenentatge, el desenvolupament personal i la convivència social. La seva perspectiva combina elements de la psicologia, pedagogia i psicopedagogia, amb un enfocament pràctic aplicable en l'educació formal i no formal.
En l'article *Educación emocional*, Bisquerra defineix l'educació emocional com una resposta educativa a necessitats que no s'aborden en l'àmbit acadèmic tradicional, com ara l'estrès, l'ansietat o l'agressivitat. Defensa que l'educació emocional ha de preparar les persones per afrontar les exigències de la vida amb més recursos i habilitats emocionals.
7. **Vladimir J. Wukmir:** planteja que les emocions són respostes immediates de l'organisme davant situacions favorables o desfavorables, que informen de la probabilitat de supervivència d'un estímul o esdeveniment. Quan una situació es percep com favorable, l'emoció serà positiva, i quan no, serà negativa. Un article a destacar de l'autor és *Emoción y sufrimiento (1967)*.

8. **Magda B. Arnold:** és coneguda per la seva teoria de l'avaluació, que defensa que les emocions són activades per processos cognitius d'avaluació del significat d'un estímul. És una base important de les teories cognitives de l'emoció.
9. **Franciso Palmero y José Miguel Mestre:** al llibre *Motivación y emoción (2010)*, s'aborden diversos models d'emoció i processos emocionals des de la psicologia general.
10. **Ignacio Morgado:** és autor de diverses obres de divulgació sobre emocions i intel·ligència social, com *Emociones e inteligencia social: una alianza entre los sentimientos y la razón (2007)*, que explora com els sentiments i la raó interactuen en l'experiència emocional humana.

2.2. Educació emocional

L'educació emocional segons diversos autors, és una eina fonamental pels infants, i més concretament pel seu desenvolupament integral en l'àmbit educatiu.

Com va dir Bisquerra (2000), és un procés educatiu, continu i permanent, que té com a objectiu desenvolupar competències emocionals, com ara la consciència emocional, regulació, autonomia emocional, competència social i habilitats per a la vida i el benestar, amb la finalitat de potenciar el desenvolupament integral de la persona i afavorir el benestar personal i social.

2.3. Emocions a educació infantil

Les emocions són respostes afectives naturals que experimentem davant estímuls interns o externs, i en l'etapa d'Educació Infantil (0-6 anys) són fonamentals per al desenvolupament integral dels infants, ja que aquesta etapa és crítica per formar la base emocional i social, i per desenvolupar les cinc competències emocionals bàsiques: consciència, regulació emocional, autonomia, competències socials i habilitats per a la vida (Bisquerra, 2003).

En infantil, els nens aprenen a identificar emocions bàsiques, com ara l'alegria, la tristesa, la ira o la por; a través del cos, expressions facials i interaccions. L'educació emocional ajuda a regular-les, fomentant l'autonomia, l'empatia i la resolució de conflictes, cosa que prevé problemes futurs com l'agressivitat o l'ansietat. Segons Bisquerra (2000), es tracta d'un procés continu que inicia des de la primera infància per desenvolupar competències com consciència emocional i habilitats socials.

Les estratègies que es practiquen són la identificació d'emocions, a partir de miralls, cares, emoticones o jocs; a partir d'expressió verbal, amb rutines on es parli de sentiments respectant que això pugui generar; els jocs i activitats, com ara contes, respiracions o jocs de rols per practicar empatia i autoregulació; o el modelatge adult, on els adults o en el nostre cas, els educadors o mestres modelen comportaments saludables (Bisquerra, 2003).

2.3.1. Evolució

El desenvolupament emocional dels infants és un procés continu de transformació al llarg del creixement. En aquest apartat s'aborda l'etapa compresa entre els 0 i els 6 anys. Pel que fa al primer any de vida, Ibarrola (2014) destaca els aspectes següents, recollits a la taula 1:

EDAT	CARACTERÍSTIQUES
0-3 mesos	- Mostren un to emocional segons els estímuls amb el que interactua. - Reaccions exagerades: plors o somriures que en un inici són descàrregues emocionals i que després passen a ser elements de comunicació.
4-5 mesos	- Apareix la ràbia i el disgust. - Responen a les cares d'alegria, tristesa i enuig, i arriben a imitar-les.
6-7 mesos	- Reaccionen al desconegut amb tensió i por. - Reté a la memòria objectes i persones, i mostra alegria davant de cares conegudes i por davant les desconegudes.
8-10 mesos	- Apareix la por i l'ansietat davant de la separació temporal de l'adult amb el qual té un vincle afectiu. - Tenen sentit de la broma. - Quan són reconeguts com a interlocutors és bàsic pel seu procés constitutiu com a persona. - A partir dels 9 mesos: - Expressen amb facilitat l'alegria, el disgust i la ràbia. - S'adonen de si les persones estan contentes o enfadades amb ell o ella.
1 any	- Capta la informació que li ofereix l'adult. - Davant d'un objecte que cridi la seva atenció mirarà a l'adult per orientar-se. - Les expressions emocionals d'un adult regulen la conducta del nadó. - Juguen més quan les cares dels cuidadors expressen alegria, en canvi, quan s'expressa tristesa no busquen joc i aparten la mirada. - El nadó expressarà les seves necessitats a través de gestos, actituds i contactes visuals, donant-se així un intercanvi afectiu amb la resta.

Taula 1. Evolució de les emocions dels 0 als 12 mesos.

A continuació, es presenta la taula 2, corresponent al període comprès entre els 12 i els 24 mesos. En aquesta etapa, tal com assenyala Ibarrola (2014), es destaquen els aspectes següents del desenvolupament emocional dels infants:

EDAT	CARACTERÍSTIQUES
13 a 18 mesos	- Mostra afecte: fa petons i abraçades. - Als 15 mesos: - Apareix la gelosia, el narcisisme, l'ansietat, la confiança en ell mateix, l'orgull i la frustració. - S'ha de dedicar a temps al contacte físic per atendre les necessitats emocionals de l'infant, amb abraçades, carícies o petons.
19 a 24 mesos	- Comença el desig d'independència i autonomia, i a partir d'aquí el conflicte i la frustració. - Etapa on l'egocentrisme és fort. Les coses han de ser per "ja". - Passa a ser menys afectuós, no sempre vol mostres d'afecte. - És més aventurer. - És conscient de les seves coses i marca i explora els límits. - S'aguditza l'ansietat per la separació. - La seva ràbia li produeix por. - Les rebequeries provenen de la confusió interior del nen. - Dir "no" passa a ser més habitual i la seva paraula preferida.

Taula 2. Evolució de les emocions dels 12 als 24 mesos.

Tot seguit, s'introdueix la taula 3, que fa referència al tram d'edat dels 2 i els 3 anys. En aquest període, segons Ibarrola (2014), es posen de manifest els principals trets del desenvolupament emocional dels infants:

EDAT	CARACTERÍSTIQUES
2 a 3 anys	- La frustració la mostren amb cops, tot i que no hi hagi intenció de fer mal. - Poden predir les reaccions de la resta, ja que tenen més imaginació. - S'ha de transmetre empatia amb els seus sentiments i així ensenyar a controlar les seves emocions i a posar-li nom. - Apareix l'enveja. - Apareix el joc simbòlic, i amb ell l'agressivitat o la tensió. - Les regles són externes a la seva consciència. - Tenen la necessitat d'exhibir-se davant dels adults. - Augmenten les pors. - Comencen a aprendre a ocultar els seus sentiments en diferents circumstàncies, però de forma semiautomàtica.

Taula 3. Evolució de les emocions dels 24 als 36 mesos.

Seguidament, a la taula 4 es recullen, de manera sistematitzada, les principals característiques del desenvolupament emocional en infants d'entre 3 i 6 anys. En aquest sentit, d'acord amb Departament de Drets Socials i Inclusió, (s.d.), s'hi identifiquen els trets més rellevants que defineixen aquesta etapa evolutiva.

EDAT	CARACTERÍSTIQUES
3 - 6 anys	- Desenvolupen i consoliden mecanismes interns que els ajuden a regular les seves emocions. - Són més capaços de controlar certes conductes, respectar normes socials i mostrar els seus sentiments amb més precisió i varietat. - El llenguatge té un paper clau, ja que els permet expressar com se senten i orientar el seu propi comportament. - Als 5 o 6 anys: - Molts nens i nenes ja poden identificar què provoca determinades emocions, preveure com reaccionaran i utilitzar estratègies que han après, sobretot quan han comptat amb l'acompanyament d'adults sensibles i coherents.

Taula 4. Evolució de les emocions dels 3 als 6 anys.

2.3.2. Marc normatiu de les emocions a l'Educació Infantil

A continuació, es farà una aproximació al currículum vigent d'educació infantil a Catalunya, concretament al Decret 21/2023, de 7 de febrer, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació infantil, amb l'objectiu d'analitzar quina és la perspectiva que aquest document normatiu adopta en relació amb el desenvolupament emocional dels infants. Aquest decret estableix el marc curricular actual de l'etapa d'educació infantil i defineix els principis, objectius i orientacions pedagògiques que han de seguir la pràctica educativa als centres (Departament d'Educació, 2023).

L'educació emocional ha esdevingut un eix central del currículum català d'Educació Infantil, que unifica l'etapa de 0 a 6 anys i prioritza el benestar emocional com a eix transversal. Concep l'etapa com una etapa educativa amb identitat pròpia, orientada a afavorir el desenvolupament global dels infants en totes les seves dimensions: cognitiva, motriu, social i també, afectiva i emocional. Així també, posa l'infant al centre del procés educatiu i promou una educació basada en l'experiència, el joc, la relació amb els altres i la participació activa en situacions d'aprenentatge significatives (Departament d'Educació, 2023).

Des d'aquesta perspectiva, el decret destaca la importància de crear entorns educatius segurs, acollidors i emocionalment positius, on els infants se sentin escoltats, valorats i respectats. L'objectiu és que puguin desenvolupar progressivament la seva autonomia, construir una imatge positiva d'ells mateixos i establir relacions de convivència basades en el respecte i la cooperació. En aquest marc, el desenvolupament afectiu i emocional es considera un element essencial del procés educatiu, ja que influeix directament en el benestar

dels infants i en la seva capacitat per aprendre i relacionar-se amb els altres (Departament d'Educació, 2023).

A partir de l'anàlisi d'aquest decret, es pot observar que les emocions no es tracten com un contingut aïllat, sinó que formen part transversal del conjunt de l'experiència educativa. El currículum promou que els infants aprenguin a identificar i expressar les seves emocions, a comprendre les dels altres i a desenvolupar habilitats de convivència i regulació emocional. D'aquesta manera, l'educació emocional esdevé una part fonamental del desenvolupament integral de l'infant dins l'aula d'educació infantil (Departament d'Educació, 2023).

Per tant, revisar el Decret 21/2023 permet comprendre com el sistema educatiu actual integra l'educació emocional dins del currículum i quines orientacions ofereix als docents per treballar-la en el dia a dia de l'aula. Aquesta anàlisi resulta especialment rellevant en el context d'aquest treball, ja que permet situar la proposta educativa que es presentarà posteriorment dins del marc curricular vigent.

2.3.3. Regulació emocional

La regulació emocional és un procés fonamental en el desenvolupament i manteniment del benestar psicològic, ja que implica la capacitat d'identificar i expressar les pròpies emocions de manera adaptativa (Gross, 2020). Segons aquest autor, les estratègies de regulació emocional poden actuar en diferents moments del procés emocional, com abans que l'emoció es generi o després que ja s'ha manifestat, contribuint així a un ajust emocional més efectiu.

A més, la regulació emocional no només afecta el benestar individual, sinó que també té un impacte directe en les relacions interpersonals, l'aprenentatge i la salut mental. (Vargas i Muñoz-Martínez, 2013). Diversos estudis han mostrat que una regulació emocional adequada està associada amb una menor incidència de trastorns afectius i amb una capacitat més elevada de resiliència davant l'estrès (Thompson, 2008).

En el context educatiu i del desenvolupament infantil, comprendre com els infants aprenen a gestionar les seves emocions és clau per fomentar entorns que promoguin

l'autoregulació i les habilitats socioemocionals, aspectes essencials per al seu desenvolupament integral i la prevenció de dificultats emocionals futures (Cabello, Fernández-Berrocal i Gross, 2013).

2.3.3.1. La regulació emocional a educació infantil

La regulació emocional és una habilitat clau en el desenvolupament dels infants, ja que els permet reconèixer, comprendre i gestionar les seves emocions de manera adaptativa, afavorint així el seu benestar emocional i les seves interaccions socials (Gross, 2020). En edats primerenques, la capacitat d'autoregular-se influeix directament en l'aprenentatge, la resolució de conflictes i la construcció de relacions positives amb companys i adults (Thompson, 2008).

Els infants utilitzen diverses estratègies de regulació emocional, que poden ser internes, com la reavaluació cognitiva, o externes, com buscar suport en adults o companys (Gross, 2020). Comprendre i fomentar aquestes estratègies des de l'educació infantil és fonamental per crear entorns escolars segurs i afectivament saludables, on els infants puguin expressar i gestionar les seves emocions sense por.

A més, integrar la regulació emocional en la pràctica educativa contribueix a desenvolupar habilitats socioemocionals que serviran de base per a la resiliència i la salut mental futura, així com per al desenvolupament d'una autoestima positiva i de competències socials eficaçes (Vargas i Muñoz-Martínez, 2013).

Un recurs molt efectiu per facilitar aquesta autoregulació és el racó de la calma: un espai dins l'aula especialment dissenyat perquè els infants puguin aturar-se, respirar, reflexionar i gestionar les seves emocions de manera segura i autònoma. Aquest espai no només ofereix un refugi emocional, sinó que també serveix com a eina educativa per ensenyar estratègies de regulació emocional, com la respiració profunda, la identificació d'emocions i l'ús de materials sensorials o visuals que promouen la calma.

2.3.4. Recursos per treballar l'educació emocional a educació infantil

L'educació emocional a l'etapa d'educació infantil és fonamental per afavorir el desenvolupament integral dels infants, ja que les emocions influeixen directament en l'aprenentatge, les relacions social i el benestar personal (Bisquerra, 2009). Per aquest motiu, els professionals de l'educació han de disposar de recursos diversos que permetin treballar les emocions de manera vivencial i adaptada a l'edat dels alumnes.

Entre els recursos més utilitzats es troben els contes, com ara *El Monstre de Colors* d'Anna Llenas, ideal per identificar, expressar les emocions a través dels personatges i situacions concretes (Bisquerra, 2009). També són útils materials visuals com targetes o murals d'emocions, que permeten als infants reconèixer expressions facials, situacions i sentiments propis i dels altres (Ibarrola, 2013).

A més, les activitats teatrals i de dramatització ofereixen l'oportunitat de viure i expressar emocions en contextos simulats, fomentant així l'empatia i la consciència emocional (Ibarrola, 2013). Els racons d'experimentació sensorial, on els nens poden explorar textures, colors, música o olors, constitueixen un altre recurs eficaç, ja que ajuden a relacionar experiències físiques amb emocions i sensacions.

També, la música i el moviment són eines clau per treballar l'educació emocional, perquè permeten que els infants expressin sentiments com l'alegria, la calma o la sorpresa de manera corporal i espontània (Bisquerra, 2009).

En aquest context, el racó de la calma es presenta com el focus principal d'aquest treball. Es tracta d'un espai dissenyat perquè els infants puguin aturar-se, reflexionar i gestionar les seves emocions de manera autònoma o amb acompanyament del docent, recuperant la calma abans de continuar amb les activitats. Aquest racó combina elements com coixins, materials sensorials, imatges o llibres d'emocions, que faciliten la identificació, expressió i regulació dels sentiments. L'ús del racó de la calma no només promou habilitats d'autoconeixement, autoregulació i empatia, sinó que també crea un entorn emocionalment segur i favorable per al desenvolupament integral dels infants, constituint així l'eix central de la intervenció educativa proposada en aquest treball (Ibarrola, 2013; Bisquerra, 2009).

2.3.4.1. El racó de la calma

El racó de la calma és un espai dins de l'aula, dissenyat com a eina pedagògica per fomentar l'autoregulació emocional dels infants quan experimenten emocions intenses com ara la ràbia, la frustració o la tristesa. Cal destacar, que és important no transmetre la idea que és un racó de càstig, sinó un lloc segur i voluntari on els infants aprenen a identificar, validar i gestionar els seus sentiments abans de tornar al grup.

Rafael Bisquerra (2003), referent en educació emocional, defensa espais com aquest dins les seves cinc competències emocionals, especialment la regulació emocional, que implica controlar les respostes emocionals desadaptatives.

En aquests racons s'hi poden trobar materials sensorials, com ara coixins, ampolles sensorials, imatges, o elements naturals com ara plantes, així com propostes orientades a la regulació emocional, com diferents tècniques de respiració. Com podem veure a les imatges 1 i 2, cada racó, es configura amb materials diversos, adaptats tant a les necessitats específiques dels infants com a les possibilitats reals d'obtenció de recursos del centre.



Imatge 1. Creació del racó de la calma. Font extreta d'un blog de l'Escola Can Cantó (2018).



Imatge 2. El racó de la calma. Font extreta del perfil de @fades_i_follets a Instagram (2025).

3. MARC METODOLÒGIC

3.1. Punt de partida

Durant el grau en Educació Infantil he tingut l'oportunitat de dur a terme dos períodes de pràctiques en centres educatius amb característiques molt diferenciades, fet que ha permès observar i analitzar diverses realitats pedagògiques i organitzatives.

El primer període es va desenvolupar en una escola pública, petita, d'una sola línia i envoltada de natura. Vaig formar part de l'aula de l'Ametller, una aula internivell amb infants d'entre tres i sis anys. Aquest context em va permetre observar de manera propera la dinàmica d'una aula amb grups reduïts i com la proximitat i el contacte amb l'entorn natural poden influir en les activitats i en l'aprenentatge dels infants. En aquest centre, el racó de la calma ja estava consolidat⁵, ja que feia diversos cursos que es treballava aquest espai, fet que evidenciava una integració natural dins de la dinàmica de l'aula i una bona resposta per part dels infants.

El segon període de pràctiques va tenir lloc en un centre concertat de dimensió més elevada, amb tres línies per curs i situat dins la capital de la comarca, envoltat d'un entorn urbà. Aquest context va oferir l'oportunitat de conèixer la gestió i organització d'una aula en un centre de més capacitat, així com les estratègies pedagògiques necessàries per atendre un grup més ampli i divers. En aquest cas, el centre no havia treballat prèviament un espai com el racó de la calma. Per aquest motiu, vaig dissenyar i implementar una situació

⁵ Vegeu annex 1.

d'aprenentatge basada en el conte *El Monstre de Colors*⁶, amb l'objectiu de treballar el reconeixement i la gestió de les emocions a través d'activitats vivencials i centrades en l'experiència de cada infant. Com a tancament de la situació d'aprenentatge, vaig presentar la proposta de crear un racó de la calma, en el qual els infants van poder participar activament en l'elecció del material que volien incorporar en l'espai. Un cop aconseguits, vam muntar el racó conjuntament, afavorint així el sentit de pertinença i implicació⁷.

La combinació d'aquestes dues experiències ha permès establir una comparació entre contextos educatius i ha facilitat la reflexió sobre les diferents metodologies i estratègies d'atenció a la diversitat, la gestió de grup i la intervenció educativa segons les característiques dels infants i del centre.

A més, he volgut observar una altra realitat en el centre on vaig cursar la meua etapa de primària, amb l'objectiu d'ampliar la meua perspectiva sobre les pràctiques pedagògiques i enriquir la meua formació. En aquest tercer centre, el racó de la calma⁸ és una proposta recent, ja que es troba en el seu primer o segon any d'implementació. Això m'ha permès observar com s'està introduint progressivament aquest espai i com encara es troba en procés de consolidació dins la pràctica educativa del centre.

La següent imatge recull de manera sintètica la situació dels tres centres educatius en relació amb el racó de la calma:



Imatge 3. Situació del racó de la calma als tres centres d'observació. Elaboració pròpia.

⁶ Vegeu annex 4.

⁷ Vegeu annex 1.

⁸ Vegeu annex 1.

3.2. Objectius d'investigació

L'objectiu general d'aquest treball és analitzar la implementació del racó de la calma com a recurs per a la regulació emocional en l'etapa d'educació infantil, a partir de l'observació en tres centres educatius amb diferents graus de consolidació d'aquest espai.

Per tal d'assolir aquest objectiu general, es plantegen els objectius específics següents:

1. Explorar el marc teòric de l'educació emocional i la regulació emocional en l'etapa d'educació infantil, identificant els fonaments pedagògics que sustenten l'ús del racó de la calma.
2. Dissenyar i implementar una situació d'aprenentatge basada en el conte El Monstre de Colors com a punt de partida per a la creació participativa d'un racó de la calma en un centre on aquest espai no existia prèviament.
3. Observar i analitzar l'ús que fan els infants del racó de la calma en contextos amb diferent grau d'implementació, identificant les estratègies de regulació emocional que hi posen en joc.
4. Conèixer la percepció dels docents sobre el racó de la calma com a recurs educatiu, a partir d'una enquesta adreçada als mestres d'educació infantil de la província de Tarragona.
5. Comparar els tres contextos educatius analitzats per extreure conclusions sobre els factors que afavoreixen o dificulten la consolidació del racó de la calma dins la dinàmica de l'aula.

3.3. Disseny

3.3.1. Temporalització

Com podem veure a la taula 5, la temporalització d'aquest Treball de Fi de Grau s'ha estructurat en diverses fases clau amb l'objectiu de garantir una organització coherent, realista i ajustada als temps disponibles. Aquesta planificació ha permès distribuir el procés d'elaboració del treball de manera progressiva, assegurant tant la qualitat de la recerca com la implementació i les observacions a les diferents aules.

FASES CLAU	TEMPORALITZACIÓ
Elecció del tema i plantejament inicial	Octubre, novembre i desembre de 2025
Implementació a l'aula	Desembre de 2025
Recerca i marc teòric	Gener, febrer i març de 2026
Disseny de la investigació	Març de 2026
Recollida de dades	Abril de 2026
Organització i anàlisi de la informació obtinguda	Abril i maig de 2026
Conclusions i reflexió final	Maig del 2026

Taula 5. Cronograma de l'organització del meu treball.

3.3.2. Metodologia

A partir de l'experiència viscuda durant el període de pràcticum, en què es va dissenyar i implementar un racó de la calma a un centre educatiu que no coneixien el seu funcionament⁹, s'ha iniciat un procés d'aprofundiment teòric i pràctic sobre aquesta proposta educativa.

En primer lloc, s'ha dut a terme una recerca bibliogràfica amb l'objectiu de fonamentar pedagògicament aquesta eina i conèixer-ne els beneficis en el desenvolupament emocional dels infants. Posteriorment, s'ha ampliat la mirada mitjançant l'observació de la seva aplicació en diferents centres educatius, amb la finalitat d'analitzar diverses maneres d'organitzar-lo i utilitzar-lo, tenint en compte el coneixement que tenen d'ell els alumnes. Aquest procés ha permès enriquir la proposta inicial i obtenir una visió més àmplia i contrastada sobre el valor del racó de la calma dins l'educació infantil.

La metodologia usada per investigar aquest treball consisteix en una combinació d'eines per avaluar, per tant, s'ha emprat una metodologia mixta, ja que s'han combinat estratègies qualitatives i quantitatives, amb l'objectiu d'analitzar l'impacte del racó de la calma en la regulació emocional dels infants d'educació infantil.

⁹ Vegeu annex 1.

D'una banda, s'ha utilitzat una metodologia qualitativa basada en l'observació directa¹⁰, que ha permès analitzar en profunditat les conductes dels infants, l'ús del racó de la calma i els processos de regulació emocional dins del context de l'aula. Les taules 6 i 7 són les eines utilitzades per recollir dades de les observacions.

Pel que fa a les enquestes¹¹, aquestes constitueixen un instrument propi de la metodologia quantitativa que permet recollir dades mesurables d'un nombre ampli de participants. En aquest estudi, l'enquesta ha estat dissenyada de manera pròpia en coherència amb els objectius de la investigació. A més, per tal de garantir-ne la qualitat, ha estat revisada i validada per un o diversos doctors de l'àmbit universitari, assegurant així la seva adequació, claredat i pertinència.

Finalment, la combinació d'aquests instruments respon a una estratègia de recollida de dades, que permet contrastar la informació obtinguda a través de diferents fonts o metodologies. Tal com defensa Norman K. Denzin (1978), aquesta estratègia reforça la credibilitat i la consistència dels resultats.

3.3.3. Mostra i població

La present investigació combina dos instruments de recollida de dades dirigits per participants diferenciats, fet que implica definir la població i la mostra de manera específica per a cadascun.

¹⁰ Vegeu annex 2.

¹¹ Vegeu annex 3.

TAULA D'OBSERVACIÓ

DATA	INFANT	COM ARRIBA AL RACÓ?	ACCIÓ INICIAL	ESTRATÈGIA QUE UTILITZA	CONDUCTA OBSERVADA	TEMPS	COM SURT?	OBSERVACIONS
		1- Plorant 2- Enfadat 3- Nervios/activat 4- Tranquil, però necessitat pròpia	1- S'asseu sol 2- Necessita acompanyament 3- Rebutja l'espai	1- Respiracions 2- Coixí 3- Conte 4- Ampolla sensorial 5 - Descansa 6- Altres (digues quina)	1- Es calma 2- Es manté inquiet 3- Verbalitza l'emoció 4- Demana ajuda	1- -2 minuts 2- 2-5 minuts 3- +5 minuts	1- Calmat 2- Parcial 3- No calmat	

CENTRE EDUCATIU								
DATA	INFANT	COM ARRIBA AL RACÓ?	ACCIÓ INICIAL	ESTRATEGIA QUE UTILITZA	CONDUCTA OBSERVADA	TEMPS	COM SURT?	OBSERVACIONS

Taula 6. Taula de recollida d'observacions. Elaboració pròpia.

TAULA D'OBSERVACIÓ EMOCIONAL (PER INFANT)

INFANT:

NIVELL:

CENTRE:

CONDUCTES EMOCIONALS	SÍ	NO	AMB AJUDA	OBSERVACIONS
Identifica i expressa les seves emocions verbalment				
Identifica la seva emoció abans d'alterar-se				
Reconeix quan necessita un espai per calmar-se				
Utilitza estratègies per calmar-se				
Resol petits conflictes sense perdre el control emocional				
Diferència entre emocions (alegria, por, tristesa, ràbia...)				
Recorre a estratègies apreses per gestionar emocions negatives				
Triga molt de temps a calmar-se després d'un episodi intens				

Taula 7. Taula de recollida d'observació. Elaboració pròpia

3.3.3.1. Observació directa a les aules

La població d'aquesta part de l'estudi està formada per infants d'educació infantil dels tres centre educatius on s'ha dut a terme l'observació. En dos d'aquests centres els infants pertanyien al grup d'I5, mentre que en el tercer es tractava d'una aula internivell amb infants d'entre tres i sis anys, amb aproximadament vint infants per aula.

Tot i això, cal precisar que l'observació no s'ha centrat en la totalitat dels infants de cada aula, sinó específicament en aquells que han fet ús del racó de la calma durant el període d'observació. En aquest sentit, la mostra efectiva és de cinc infants, distribuïts entre dos dels tres centres.

Cal destacar que en el tercer centre, corresponent al context en què es va crear i implementar el racó de la calma durant el Pràcticum II, els infants sí que van fer ús de l'espai, però amb una finalitat lúdica i no reguladora. Aquest fet és una dada significativa en si mateix, ja que evidencia que la mera existència del racó no garanteix una comprensió de la seva funció per part dels infants. La consolidació d'aquest espai com a recurs de regulació emocional requereix un treball previ i continuat d'acompanyament, familiarització i significació per part dels docents.

3.3.3.2. Enquesta als docents

La població d'aquesta part de l'estudi està formada per mestres d'educació infantil de centres educatius de les comarques del Camp de Tarragona, les Terres de l'Ebre i el Penedès, àrees que corresponen als Serveis Territorials d'Educació de Tarragona i Terres de l'Ebre¹².

L'enquesta s'ha difós a través dels canals de comunicació dels centres educatius de les comarques esmentades, amb l'objectiu de tenir una mostra àmplia que permetés recollir informació sobre la realitat docent d'aquestes zones en relació amb l'ús del racó de la calma. En el moment de tancament de la recollida de dades, s'han obtingut 56 respostes vàlides.

Cal assenyalar que es tracta d'una mostra no probabilística per conveniència, ja que la participació és voluntària i depèn de la disponibilitat i l'interès dels docents. Tot i això, la

¹² Vegeu annex 5.

diversitat de centres participants, quant a titularitat, mida i context geogràfic; permet obtenir una visió plural i variada sobre el coneixement i l'ús del racó de la calma a les aules d'educació infantil de la zona.

3.3.4. Instruments de recollida de dades

Per tal de donar resposta als objectius d'aquesta investigació, s'han utilitzat dos instruments de recollida de dades complementaris: l'observació directa a les aules i una enquesta adreçada a docents d'educació infantil. La combinació d'ambdós instruments respon a una estratègia metodològica mixta, que permet contrastar informació obtinguda a través de fonts i enfocaments diferenciats, reforçant així la credibilitat i la consistència dels resultats (Denzin, 1978).

3.3.4.1. L'observació directa

L'observació directa constitueix un dels instruments principals d'aquesta investigació. Es considera una eina fonamental en contextos educatius, ja que permet analitzar els comportaments dels infants en el seu entorn natural i obtenir una comprensió profunda de les dinàmiques que s'hi produeixen (Becker, 1978). En aquest estudi, l'observació s'ha centrat específicament en l'ús que fan els infants del racó de la calma i en els processos de regulació emocional que s'hi desenvolupen.

Durant el procés d'investigació s'ha optat per un registre sistemàtic mitjançant taules d'observació d'elaboració pròpia, amb categories definides que han permès recollir dades de manera estructurada i comparable, com es pot veure a les taules 6 i 7. Segons Yin (2011), la sistematització de l'observació contribueix a augmentar la validesa i la fiabilitat de la investigació. Les categories recollides a les taules inclouen aspectes com la manera en què l'infant arriba al racó, l'acció inicial que duu a terme, les estratègies de regulació que utilitza, la conducta observada durant la seva estada, el temps que hi roman i com surt.

Aquestes taules s'han complementat amb registres oberts, també de creació pròpia, en què s'han anotat aquells aspectes rellevants, situacions espontànies o comportaments significatius que no estaven previstos inicialment, però que han resultat d'interès per a la investigació. Tal com assenyalen Miles i Huberman (1994), combinar registres estructurats amb notes qualitatives permet captar millor la complexitat de contextos educatius.

3.3.4.2. L'enquesta

L'enquesta constitueix el segon instrument de recollida de dades d'aquesta investigació i s'emmarca dins la metodologia quantitativa, ja que permet recollir dades mesurables d'un nombre ampli de participants (Babbie, 2010). En aquest estudi, l'enquesta ha estat dissenyada de manera pròpia en coherència amb els objectius de la investigació i ha estat revisada i validada per doctors de l'àmbit universitari, assegurant així la seva adequació, claredat i pertinència.

L'enquesta està formada per un total de vint-i-tres qüestions, que combinen preguntes tancades i preguntes obertes. Les preguntes tancades permeten obtenir dades concretes i quantificables sobre aspectes com la freqüència d'ús del racó de la calma, la tipologia de centre o els anys d'experiència docent. Les preguntes obertes, en canvi, ofereixen als participants la possibilitat d'expressar la seva opinió, experiència o valoració de manera lliure, aportant matisos qualitatius que enriqueixen i complementen les dades qualitatives obtingudes (Fowler, 2014).

3.4. Anàlisi i interpretació dels resultats

3.4.1. Enquesta

Aquest instrument de recerca s'ha creat en línia mitjançant l'eina de creació de formularis de Google, és a dir, Google Forms. L'enquesta creada consta de 23 preguntes que es poden desglossar en quatre grups¹³:

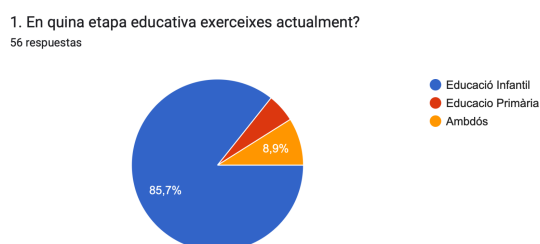
1. Des de la pregunta 1 fins a la pregunta 4, es troba el primer grup. Es tracta de conèixer el perfil de la persona enquestada: l'etapa educativa on exerceix, el nivell o edats dels infants de l'aula, els anys d'experiència docent i el tipus de centre on treballa. A partir d'aquest grup, ja només es recullen les respostes de mestres d'Educació Infantil; per tant, si en el bloc anterior han indicat que exerceixen a Primària, els blocs següents ja no cal que els contestin, atès que la investigació se centra en aquesta etapa.
2. De la pregunta 5 a la pregunta 7, es troba el segon grup, dedicat a l'educació emocional a l'aula de manera general: el grau d'importància li atorguen les mestres, si la treballen habitualment i quins recursos fan servir per fer-ho.

¹³ Vegeu annex 3.

3. De la pregunta 8 a la pregunta 20, es troba el tercer grup. Aquestes preguntes estan adreçades específicament a les mestres que disposen d'un racó de la calma a l'aula, i tracten sobre la seva implementació, funcionament i valoració.
4. Les preguntes 21, 22 i 23, en canvi, són de caràcter general i les responen totes les mestres d'Educació Infantil, independentment de si tenen o no el racó de la calma, ja que fan referència a la formació en educació emocional.

S'han enquestat un total de 56 docents, i els resultats obtinguts són els següents:

Com podem veure al gràfic 1, quant a la pregunta 1, sobre l'etapa educativa on exerceix el docent enquestat, la majoria de les respostes es troben a Educació Infantil (85,7%, 48 persones). Seguit de 3 docents d'Educació Primària (5,4%). Finalment, ens trobem amb 5 mestres que exerceixen a les dues etapes, tan Infantil com Primària (8,9%).

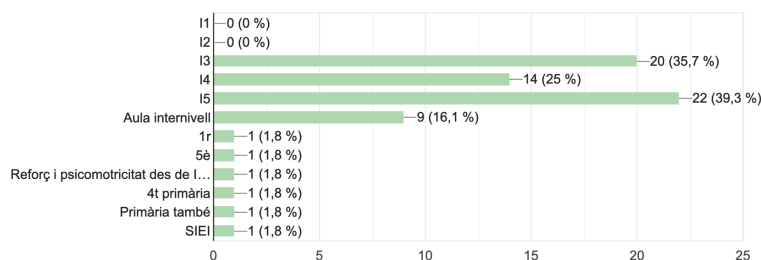


Gràfic 1. Etapa educativa que exerceixen els participants. Elaboració amb Google Forms.

Tal com reflecteix el gràfic 2, a la pregunta 2, pregunto sobre el nivell o edat dels infants que tenen a l'aula, i ens trobem amb 56 respostes on 20 d'aquestes es troben a I3 (35,7%), 14 respostes exerceixen a I4 (25%), 22 dels enquestats són a I5 (39,3%). També ens trobem amb 9 docents que estan a aules internivell (16,1%), 3 mestres d'Educació Primària que es troben a 1r, 4t i 5è, sent un 1,8% cadascuna, un altre docent menciona ser de reforç i psicomotricitat (1,8%), una altra que especifica que també va a Primària (1,8%), i finalment, tenim una altra resposta d'una mestra que exerceix a la SIEI (1,8%).

2. Quin nivell o edat dels infants tens a l'aula?

56 respuestas

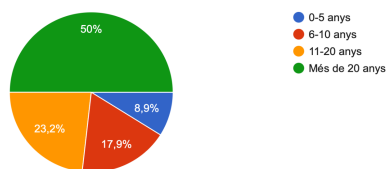


Gràfic 2. Nivell del grup d'infants que tenen a l'aula els participants. Elaboració amb Google Forms.

Com es veu al gràfic 3, la pregunta 3 està referida als anys d'experiència docent, es troba que la majoria de les persones enquestades fa més de 20 anys que treballen en l'àmbit de l'Educació Infantil (47,9%, 23 persones). Li segueixen 11 persones que tenen entre 11 i 20 anys d'experiència (22,9%) i 9 persones que en tenen entre 6 i 10 anys (18,8%). Finalment, tan sols 5 persones han treballat durant 0 i 5 anys (10,4%). Es tracta, per tant, d'una mostra amb una experiència docent àmplia i consolidada, la qual cosa atorga un valor afegit a les valoracions recollides.

3. Quants anys d'experiència tens com a docent?

56 respuestas

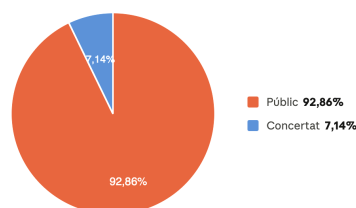


Gràfic 3. Anys d'experiència dels participants. Elaboració amb Google Forms.

Quant a la pregunta 4, on es pregunta pel nom de l'escola, i per tant la seva tipologia, ens trobem amb 4 centres concertats (7,14%) i 52 centres públics (92,86%).

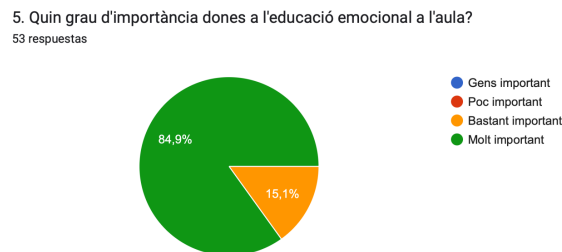
4. Tipologia del centre escolar

56 respostes



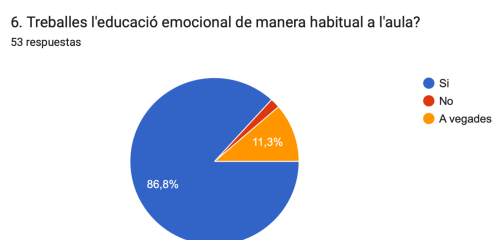
Gràfic 4. Tipologia de centre on treballen els participants. Elaboració pròpia.

Com es pot veure al gràfic 5, aquesta pregunta qüestiona sobre el grau d'importància que els mestres atribueixen a l'educació emocional a l'aula, els resultats mostren un consens pràcticament unànime entre les 53 mestres d'Educació Infantil: 45 participants (84,9%) consideren que és molt important mentre que les 8 restants (15,1%) la valoren com a bastant important. Cap participant ha manifestat que li atorgui poca o gens d'importància, la qual cosa indica que la totalitat de les docents reconeix l'educació emocional com un element fonamental de la pràctica pedagògica a l'etapa.



Gràfic 5. Grau d'importància que donen els participants en l'educació emocional. Elaboració amb Google Forms.

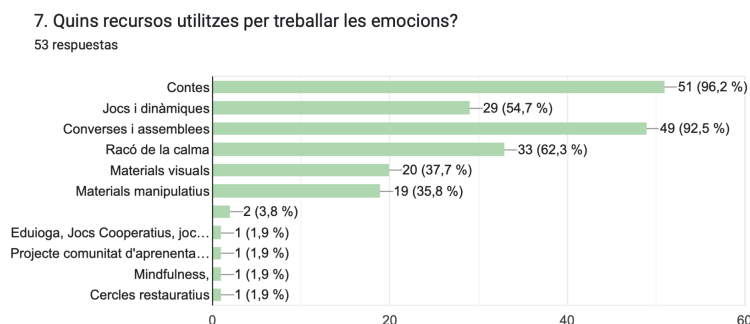
Les dades del gràfic 6 mostren les respostes a la pregunta 6, sobre si les mestres treballen l'educació emocional de manera habitual a l'aula, 46 de les 53 participants (86,8%) responen afirmativament, mentre que 6 (11,3%) afirmen fer-ho tan sols a vegades. Per concloure, només s'ha rebut una resposta negativa (1,9%). Aquestes dades corroboren que l'educació emocional no es percep com una activitat puntual, sinó com una dimensió integrada en la quotidianitat escolar per a la gran majoria de mestres d'Educació Infantil.



Gràfic 6. L'educació emocional a les aules dels participants. Elaboració amb Google Forms.

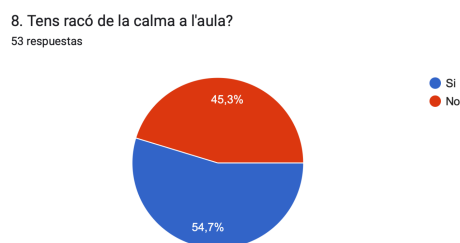
Sobre la següent pregunta o com podem veure al gràfic 7, referit als recursos que les 53 mestres d'Educació Infantil utilitzen per treballar les emocions, cal destacar que els contes constitueixen el recurs més estès, emprat per 51 mestres (96,2%). Les converses i assemblees apareixen en segon lloc, amb 49 mencions (92,5%). Tot seguit, es troba el racó de la calma amb 33 mencions (62,3%), i seguidament, els jocs i les dinàmiques amb 29 mestres que ho

utilitzen (54,7%). Els materials visuals i els materials manipulatius s'utilitzen amb una freqüència moderada, amb 20 (37,7%) i 19 (35,8%) mencions respectivament. Puntual és l'ús de metodologies com mindfulness, cercles restauratius, projectes o l'eduïoga, esmentades de manera individual per algunes participants. Aquesta varietat de recursos posa de manifest que les docents combinen estratègies diverses per abordar el treball emocional a l'aula, i que el racó de la calma ja és present com a recurs habitual en més de la meitat d'elles.



Gràfic 7. Recursos per treballar l'educació emocional a l'aula. Elaboració amb Google Forms.

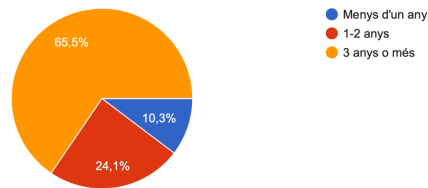
D'acord amb el gràfic 8, relacionat amb la pregunta 8, sobre si les mestres disposen d'un racó de la calma a l'aula, 29 de les 53 participants (54,7%) afirmen que sí que en tenen, mentre que 24 (45,3%) indiquen que no. Les preguntes 9 a 20 estan adreçades exclusivament a les 29 mestres que responst afirmativament.



Gràfic 8. Racó de la calma a l'aula. Elaboració amb Google Forms.

El gràfic 9 recull les respostes de la pregunta 9, relativa al mateix temps que porta implementat el racó de la calma, la majoria de les 29 mestres -19 persones (65,5%) - l'han tingut a l'aula durant 3 anys o més. 7 participants (24,1%) l'han implementat fa entre 1 i 2 anys, i tan sols 3 (10,3%) el tenen des de fa menys d'un any. Aquests resultats indiquen que el racó de la calma és, en la majoria dels casos, un recurs consolidat i no una incorporació recent.

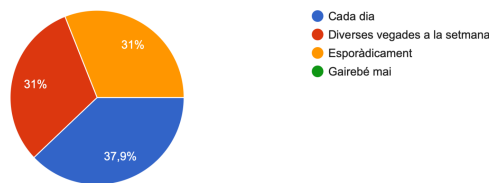
9. Des de quan està implementat?
29 respuestas



Gràfic 9. Temps d'implementació del racó de la calma. Elaboració amb Google Forms.

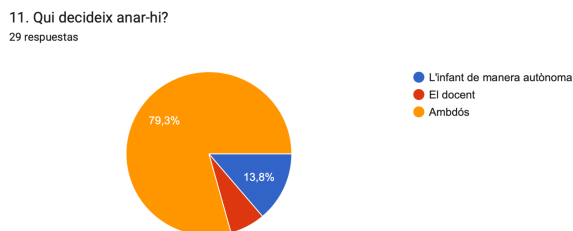
Com s'observa al gràfic 10 i en relació amb la pregunta 10, sobre la freqüència amb què s'utilitza el racó de la calma, 11 de les 29 mestres (37,9%) afirmen que s'usa cada dia. 9 participants (31%) indiquen que el fan servir diverses vegades a la setmana, i les 9 restant (31%) es fa servir de manera esporàdica. Agrupant les dues primeres opcions, s'observa que el 69% de les mestres en fan un ús regular i freqüent, la qual cosa confirma que, un cop implementat, el recurs s'integra activament en la dinàmica diària de l'aula.

10. Amb quina freqüència s'utilitza?
29 respuestas



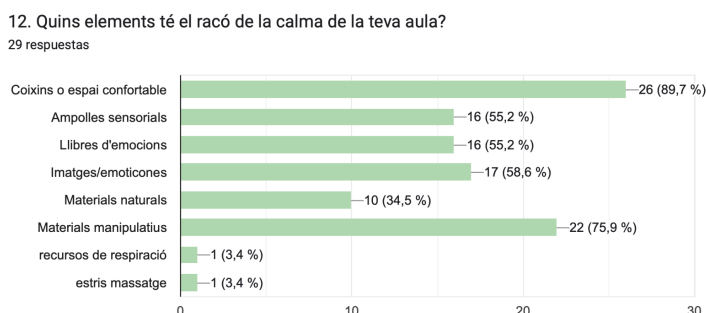
Gràfic 10. Freqüència d'utilització de l'espai. Elaboració amb Google Forms.

Tal com recull el gràfic 11 sobre la pregunta 11, referida a qui decideix que un infant vagi al racó de la calma, la resposta predominant és la decisió compartida entre la mestra i l'infant, escollida per 23 de les 29 mestres (79,3%). En 4 casos (13,8%), és l'infant qui decideix anant-hi de manera autònoma, i en 2 casos (6,9%), és exclusivament la mestra qui ho indica. Aquests resultats reflecteixen un enfocament pedagògic en el qual es fomenta progressivament l'autonomia de l'infant en la gestió de les seves necessitats emocionals, tot mantenint el rol orientador de la docent.



Gràfic 11. Decisió en anar-hi a l'espai. Elaboració amb Google Forms.

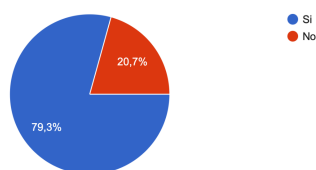
El gràfic 12 representa les respostes a la pregunta 12 sobre els elements presents al racó de la calma, els coixins o l'espai confortable és el material més freqüent, present en 26 dels 29 racons (89,7%). Els materials manipulatius apareixen en segon lloc (75,9%, a 22 aules), seguits per les imatges o emoticones amb 17 mencions (58,6%). Li segueixen les ampolles sensorials i els llibres d'emocions, ambdues presents en 16 aules (55,2%). Els materials naturals es troben en 10 racons (34,5%). De forma puntual, algunes mestres inclouen estris de massatge o recursos de respiració. La predominança de l'espai confortable posa de manifest que el racó es concep, en primer terme, com un entorn físicament i emocionalment segur on l'infant pot retirar-se i reconnectar amb ell mateix.



Gràfic 12. Elements del racó de la calma. Elaboració amb Google Forms.

Les dades del gràfic 12 mostra les respostes respecte a la pregunta 13, referida a si hi ha normes d'ús establertes al racó de la calma, 23 de les 29 mestres (79,3%) afirmen que sí que n'hi ha, mentre que les 6 restants (20,7%) indiquen que no.

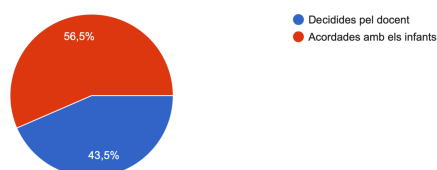
13. Hi ha normes d'ús establertes?
29 respuestas



Gràfic 13. Existència de normes d'ús. Elaboració amb Google Forms.

Pel que fa al gràfic 14, de la pregunta 14, sobre el tipus de normes establertes, de les 23 mestres que afirmen tenir-ne, 13 d'aquestes (56,5%) les han acordat conjuntament amb els infants, mentre que 10 docents (43,5%) afirmen que les ha decidit unilateralment com a docent. Aquesta distribució equitativa reflecteix la diversitat dels models pedagògics presents a les aules: des d'enfocaments participatius que impliquen els infants en la construcció de les normes, fins a models on és la mestra qui en determina el marc d'ús.

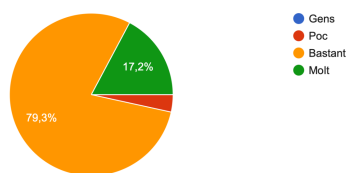
14. En cas de que la resposta anterior sigui afirmativa, les normes són:
23 respuestas



Gràfic 14. Creació de normes. Elaboració amb Google Forms.

En el gràfic 15, podem veure els resultats de la pregunta 15, sobre si les mestres creuen que el racó de la calma ajuda a regular les emocions dels infants, els resultats són generalment positius: 23 de les 29 mestres (79,3%) consideren que ajuden bastant, i 5 (17,2%) que ajuda molt. Tan sols 1 participant (3,4%) considera que ajuda poc, i cap no ha respost que no ajudi gens. En conjunt, el 96,5% de les mestres valora positivament l'eficàcia del recurs per a la regulació emocional dels infants.

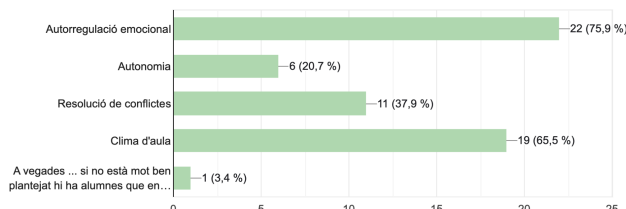
15. Creus que el racó de la calma ajuda a regular les emocions dels infants?
29 respuestas



Gràfic 15. El racó de la calma com a recurs per a la regulació emocional. Elaboració amb Google Forms.

Com es pot observar al gràfic 16, en relació amb la pregunta 16, sobre les àrees de millora observades gràcies al racó de la calma, l'autoregulació emocional és la dimensió més esmentada, amb 22 respostes (75,9%). La millora del clima de l'aula apareix en segon lloc, referida per 19 mestres (65,5%). La resolució de conflictes es menciona en 11 casos (37,9%) i el foment de l'autoestima en 6 (20,7%). Aquests resultats posen de manifest que l'impacte del racó de la calma transcendeix l'infant que el fa servir en un moment concret, i contribueix a millorar la convivència i el benestar emocional de tot el grup classe.

16. Has observat millores en:
29 respuestas



Gràfic 16. Beneficis amb el racó de la calma. Elaboració amb Google Forms.

Quant a la pregunta 17, relacionada amb els beneficis que es destaquen del racó de la calma, les respostes coincideixen de manera molt clara al voltant de l'autoregulació emocional com a benefici principal. La gran majoria destaca que el racó permet als infants passar d'un estat de desajust emocional a un de calma amb més facilitat, identificar i expressar les seves emocions (ràbia, tristesa, frustració) i actuar amb més consciència, evitant respostes impulsives.

Un segon bloc de beneficis fa referència al foment de l'autonomia: les mestres valoren que els infants aprenguin a gestionar les seves necessitats emocionals sense dependre sempre de l'adult, desenvolupant progressivament l'autocontrol i la pròpia regulació.

També s'esmenta la millora del clima de l'aula i de la dinàmica de grup, així com la creació d'un espai segur i confortable on l'infant pot reconnectar amb ell mateix. Algunes mestres destaquen especialment la seva utilitat amb infants amb TEA o amb grans dificultats de frustració, per als quals el racó representa un refugi estable i previsible.

En conjunt, les docents conceben el racó de la calma com un recurs integral: no només regula l'emoció del moment, sinó que contribueix al desenvolupament de la competència emocional a llarg termini.

Referent a la pregunta 18, sobre les dificultats que es troben, les respostes més esmentades es poden agrupar en diverses categories:

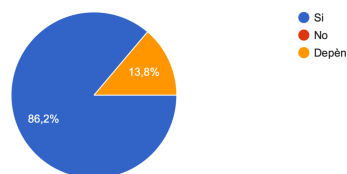
La gestió de l'ús inadequat és la dificultat més recurrent. Moltes mestres assenyalen que alguns infants volen anar al racó per jugar o per imitació quan hi va un company, desvirilitzant la seva funció emocional. També s'esmenta el mal ús dels materials manipulatius, que alguns infants trenquen o no cuiden.

L'espai físic representa una altra limitació freqüent: diverses mestres indiquen que compten amb poc a espai a l'aula, cosa que condiciona la implementació i el manteniment del racó.

La gestió emocional en moments de crisi intensa és una tercera dificultat: quan un infant es troba en un estat de molta agitació o ràbia, costa que accepti anar-hi o que el recurs tingui efecte immediat.

Altres dificultats esmentades de manera puntual inclouen la difusió i manteniment de les normes d'ús, la dedicació del temps individualitzat en aules amb ràtios elevades, les diferències maduratives entre infants, i el fet que altres nens se sentin distorsionats quan un company utilitza l'espai.

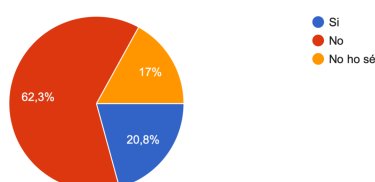
Com podem veure al gràfic 17 quant a la pregunta 19, sobre si les mestres recomanarien implementar el racó de la calma, 25 de les 29 participants (86,2%) responen afirmativament. Les 4 restants (13,8%) opten per la resposta "depèn", al·ludint a la necessitat d'adaptar-lo al context i a l'edat específica dels infants. Cap mestra ha respost negativament, la qual cosa evidencia un alt grau de satisfacció amb el recurs i la seva eficàcia percebuda en la pràctica docent.

19. Recomanaries la seva implementació?
 29 respuestas


Gràfic 17. Recomanació de la implementació del racó de la calma. Elaboració amb Google Forms.

A la pregunta 20, es demana una explicació d'una situació en què el racó de la calma hagi ajudat a un infant, i les situacions descrites per les mestres il·lustren de manera molt concreta i diversa l'eficàcia del recurs¹⁴.

Pel que fa al gràfic 18 sobre la pregunta 21, adreçada a la totalitat de les 53 mestres d'Educació Infantil, sobre si creuen que la formació emocional rebuda és suficient, els resultats mostren una percepció clarament deficitària: 33 participants (62,3%) afirmen que no és suficient. 9 mestres (17%) manifesten no saber-ho, i tan sols 11 (20,8%) consideren que la formació rebuda és adequada. Aquesta dada apunta a una mancança formativa estructural en el camp de l'educació emocional, que afecta tant les mestres que han implementat el racó de la calma com les que no.

 21. Creus que la formació emocional és suficient?
 53 respuestas


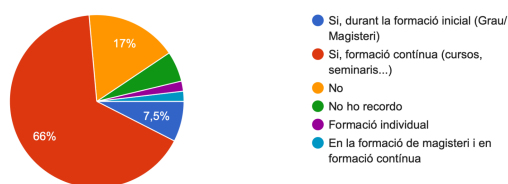
Gràfic 18. Formació en educació emocional. Elaboració amb Google Forms.

Tal com reflecteix el gràfic 19 en relació amb la pregunta 22, sobre si les 53 mestres han rebut formació específica en educació emocional, 35 participants (66%) afirmen haver-ne rebut a través de la formació contínua -cursos, seminaris i altres activitats de formació permanent-. Tan sols 4 mestres (7,5%) indiquen haver rebut aquesta formació durant els

¹⁴ Vegeu annex 3.

estudis inicials de grau, i 1 persona (1,9%) l'ha rebut de manera combinada en la formació inicial i la contínua. 9 mestres (17%) afirmen no haver rebut cap formació específica en la matèria, i 3 (5,7%) declaren no recordar-ho. A més, 1 mestre (1,9%) menciona que ha rebut formació individual. Aquests resultats suggereixen que la formació inicial universitària no ha incorporat de manera significativa l'educació emocional en els plans d'estudis, i que les docents han hagut de complementar la seva formació principalment a través de formació contínua.

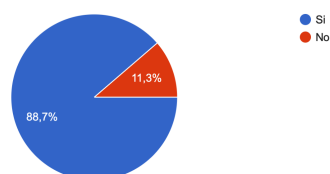
22. Has rebut formació específica en educació emocional?
53 respuestas



Gràfic 19. Formació específica en educació emocional. Elaboració amb Google Forms.

Com es recull al gràfic 20 quant a la pregunta 23, sobre si les mestres voldrien rebre més formació sobre educació emocional, la resposta és aclaparadorament positiva: 47 de les 53 mestres (88,7%) expressen el desig d'ampliar la seva formació en aquest àmbit. Tan sols 6 participants (11,3%) responen negativament. Aquesta dada, posada en relació amb la percepció de formació insuficient detectada en la pregunta 21, posa de manifest que les docents d'EI -tant les que disposen de racó de la calma com les que no- reconeixen la importància de l'educació emocional i reclamen una oferta formativa més robusta per part de les institucions educatives i universitàries.

23. T'agradaria rebre més formació sobre aquest tema?
53 respuestas



Gràfic 20. Formació específica en educació emocional. Elaboració amb Google Forms.

3.4.2. Observació directa

Les taules d'observació han estat un dels instruments de recollida de dades previstos per a aquest estudi. En el disseny original de la investigació, la intenció era que emplenés les taules durant els períodes d'observació directa a les escoles participants, observant en primera persona els episodis d'ús del racó de la calma per part dels infants. No obstant això, el desenvolupament real de les visites van diferir significativament del que s'havia previst, i la recollida de dades observacionals va haver d'adaptar-se de manera diferent en cadascun dels tres centres participants.

Al centre 1, es va donar la situació més propera al plantejament inicial: he pogut observar directament algun episodi d'ús del racó de la calma durant l'estada. Per tal d'ampliar la mostra i obtenir una informació més completa i representativa, la tutora ha complementat les dades empenant els registres a partir de la seva observació diària a l'aula. Les dades d'aquest centre resulten, per tant, d'una combinació entre la meua observació i les observacions de la tutora, i constitueixen la font observacional més completa de l'estudi, incloent-hi tant la taula general com les taules individuals per infant.

Al centre 2, la situació va ser diferent. Durant el període d'observació, el racó de la calma no va ser utilitzat amb la seva funció pedagògica pròpia, és a dir, com a espai de regulació emocional, sinó que els infants l'empraven com un espai de joc lliure. Aquesta circumstància va impossibilitar qualsevol observació rellevant per als objectius d'aquest estudi. A més, tot i que es va sol·licitar expressament a la tutora que emplenés les taules a partir de les seves pròpies observacions quotidianes, no es va rebre cap dada, per motius aliens a la recerca no es van poder recollir les dades. Per tant, el centre 2 no ha pogut aportar informació observacional a aquesta investigació, fet que es recull com una de les limitacions de l'estudi.

Al centre 3, tampoc vaig poder observar directament cap episodi d'ús del racó de la calma durant la seva estada, tot i que sí que va poder recollir informació general sobre el funcionament del centre i el context de l'aula. En aquest cas, va ser la mestra qui va emplenar íntegrament la taula general d'observació a partir dels episodis registrats en el marc de la seva activitat docent quotidiana. Les taules d'observació emocional individual no van ser emplenades en aquest centre.

3.4.2.1. Centre 1

El centre 1 és el que ha aportat una major riquesa de dades observacionals, tant pel que fa als episodis registrats a la taula general com per la informació individual recollida a les taules per infant. En total, s'han registrat quatre episodis d'ús del racó de la calma i s'han emplenat quatre taules d'observació emocional individual¹⁵.

- Taula general d'observació del racó de la calma:

El primer episodi correspon a un infant que arriba al racó en un estat de ràbia i que va ell sol al racó. L'estratègia emprada és el descans dins l'espai, i durant l'estada l'infant verbalitza l'emoció. El temps d'estada se situa entre dos i cinc minuts, i l'infant en surt calmat. L'observació recull que la mestra intervé activament per ajudar a resoldre el conflicte conjuntament amb l'altre infant implicat, la qual cosa indica que el racó no actua únicament com a espai de desactivació emocional individual, sinó també com a punt de partida per a la resolució de conflictes interpersonals.

El segon episodi presenta un infant que arriba nerviós i activat, però que, en aquest cas, és capaç d'asseure's sol sense necessitar acompanyament adult. L'estratègia emprada és el conte, i durant l'estada l'infant es calma i verbalitza l'emoció. Tot i això, en sortir ho fa de manera parcial, és a dir, sense haver assolit un estat de calma plena. L'observació assenyala que l'infant estava neguitós perquè no volia fer l'activitat proposada a l'aula, la qual cosa suggereix que la causa de l'activació emocional tenia un component de resistència a la tasca que el racó no ha pogut resoldre completament.

El tercer episodi té com a protagonista un infant que també arriba en un estat de nerviosisme i activació, però que en aquest cas sí que necessita acompanyament per accedir a l'espai. Les estratègies combinades són el conte i el descans, tot i que durant l'estada l'infant es manté inquiet. Malgrat això, en sortir ho fa en estat de calma, la qual cosa indica que l'efecte regulador del racó s'ha produït de manera gradual. L'observació recull que la mestra li demana explícitament que es calmi, la qual cosa posa de manifest el paper actiu de la docent en el procés de regulació.

¹⁵ Vegeu annex 2.

El quart episodi és el que presenta un perfil emocional menys intens: l'infant arriba al racó en un estat de tranquil·litat, però amb una necessitat emocional pròpia. S'asseu sola de manera autònoma i descansa a l'espai, sense necessitar cap intervenció adulta. La conducta observada és la calma progressiva, i el temps d'estada és el més llarg de tots els episodis registrats -superior a cinc minuts-, probablement perquè l'infant necessita un temps de contenció emocional tranquil. En sortir ho fa completament calmada. L'observació recull que l'infant ha verbalitzat que estava trista perquè enyorava la mare, un estat emocional de naturalesa afectiva que el racó ha pogut acompanyar amb eficàcia.

De l'anàlisi conjunta dels quatre episodis, s'extreuen diverses tendències rellevants. En primer lloc, l'estratègia del descans i el conte són les més emprades, tant de manera individual com combinada, la qual cosa confirma que els recursos de caràcter més passiu i narratiu predominen sobre els materials de tipus sensorial en aquest centre. En segon lloc, tres dels quatre infants surten del racó en un estat de calma plena, i un ho fa de manera parcial, la qual cosa suposa una taxa d'eficàcia elevada. En tercer lloc, s'observa que el grau d'autonomia d'accés al racó és variable: dos infants s'hi assenten sols i dos necessiten acompanyament, la qual cosa reflecteix diferències individuals en el nivell de maduresa emocional i en la interiorització del recurs.

- Taules d'observació emocional individual:

Les quatre taules d'observació emocional individual permeten analitzar el grau de desenvolupament de les competències emocionals de cada infant de manera detallada. A continuació s'analitzen els resultats per conductes, identificant els patrons comuns i les diferències individuals.

Quant a la identificació i expressió verbal de les emocions, tres dels quatre infants ho fan amb ajuda de l'adult, i únicament un infant ho fa de manera autònoma. Aquesta dada és coherent amb les característiques evolutives de l'etapa d'Educació Infantil, en què la verbalització de les emocions és una competència en construcció que requereix, en la majoria dels casos, el suport de la mestra.

Pel que fa a la identificació de l'emoció abans d'alterar-se, cap dels quatre és capaç de fer-ho de manera autònoma ni amb ajuda. Tots quatre obtenen la resposta no. Aquest resultat posa de manifest que la capacitat d'anticipació emocional, és a dir, reconèixer el mateix estat

emocional abans que l'activació es desencadeni, és encara una habilitat molt incipient en infants d'aquesta edat i representa un dels reptes més complexos del treball de regulació emocional en l'etapa d'Educació Infantil.

En relació amb el reconeixement de la necessitat d'un espai per calmar-se, tres infants ho fan amb ajuda i un ho fa de manera autònoma. Tot i que la majoria necessita orientació adulta per identificar quan necessita retirar-se al racó, el fet que un infant, ja hagi interioritzat aquest mecanisme de manera autònoma és un indicador positiu de progrés en l'autoregulació.

Respecte a l'ús d'estratègies per calmar-se, dos infants les utilitzen amb ajuda i dos ho fan de manera autònoma. És la conducta on s'observa una distribució més equilibrada, la qual cosa suggereix que, un cop l'infant es troba dins el racó de la calma, la utilització de les estratègies disponibles és relativament accessible per a la majoria, independentment del nivell d'autonomia en l'accés.

Quant a la resolució de petits conflictes sense perdre el control emocional, tres dels quatre infants no ho aconsegueixen, i un ho fa amb ajuda. Cap infant ho fa de manera completament autònoma. Les observacions recollides apunten que la dificultat principal no rau en la gestió de l'emoció pròpia, sinó en la capacitat d'aproximar-se directament a l'altre infant implicat en el conflicte: és la mestra qui reconduïx en la resolució interpersonal.

Pel que fa a la diferenciació entre emocions bàsiques -alegria, por, tristesa o ràbia, d'entre altres-, els quatre infants obtenen un sí. Es tracta de la competència emocional més consolidada de la mostra, la qual cosa indica que el treball d'identificació i nomenament de les emocions bàsiques ha estat treballat de manera sistemàtica a l'aula i ha donat resultats sòlids en tots els infants observats.

En relació amb el recurs a estratègies apreses per gestionar emocions negatives, dos infants ho fan amb ajuda, un ho fa de manera autònoma i un no ho fa. Aquest resultat mostra que entre els infants, i que encara requereix, en la majoria dels casos, la presència i el suport de la mestra per activar-se.

Finalment, quant al temps necessari per calmar-se després d'un episodi intens, cap dels quatre infants triga molt de temps per regular-se. Aquest resultat és especialment positiu

i coherent amb la taxa d'eficàcia elevada observada a la taula general, i suggereix que el racó de la calma és un recurs que facilita la desactivació emocional de manera àgil i efectiva en els infants d'aquest centre.

En conjunt, les dades del centre 1 mostren un perfil d'infants que es troben en un moment de construcció activa de les seves competències emocionals: amb fortaleeses clares en la diferenciació d'emocions i en l'ús d'estratègies dins el racó, però amb necessitat de suport adult en aspectes com l'anticipació emocional, la resolució autònoma de conflictes i la transparència de les estratègies apreses a contextos reals.

3.4.2.2. Centre 3

La taula d'observació del racó de la calma del centre 3, emplenada íntegrament per la tutora a partir de la seva observació diària, recull dos episodis d'ús, cadascun protagonitzat per un infant diferent i amb unes característiques i dinàmiques clarament diferenciades entre si.

El primer episodi correspon a un infant que arriba al racó de la calma en un estat de ràbia intens, arran d'un conflicte concret: se li ha retirat una joguina que havia portat de casa sense permís. En aquest cas, l'infant necessita acompanyament de l'adult per accedir a l'espai, la qual cosa indica que, en moments d'alta activació emocional, la capacitat d'autoregulació autònoma és encara limitada i requereix la mediació de la mestra. L'estratègia utilitzada és la combinació de coixins i ampolles sensorials, i elements de la natura que afavoreixen la desactivació fisiològica de l'emoció. Durant l'estada al racó es treballa la verbalització de l'acció: l'infant és acompanyat a posar paraules al que ha passat i ha de comprendre que ha comès un error. El temps emprat és superior a cinc minuts, la qual cosa és coherent amb la intensitat inicial de l'episodi. En sortir, l'infant ho fa de manera parcialment calmada; tot i que s'ha reduït l'activació emocional, no s'ha assolit un estat de calma plena. Significativament, l'observació final recull que l'infant ha estat capaç d'entendre que la seva acció havia estat incorrecta, la qual cosa evidencia un procés incipient de reflexió moral i de regulació emocional acompanyada.

El segon episodi presenta un perfil ben diferent. En aquest cas, l'infant arriba al racó de la calma en un estat de tranquil·litat, però amb una necessitat emocional pròpia: se li ha cridat l'atenció per no voler acabar una proposta iniciada a l'aula. A diferència del primer

cas, l'infant s'asseu sol de manera autònoma, sense necessitar acompanyament de l'adult, la qual cosa reflecteix un grau d'autonomia emocional més elevat i una major interiorització de la funció del racó. L'estratègia emprada és el conte, un recurs de caràcter més cognitiu i narratiu que permet a l'infant distanciar-se del conflicte i reconnectar amb la calma de manera gradual. La conducta observada és la calma progressiva, i el temps d'estada se situa entre dos i cinc minuts. En sortir, l'infant ho fa en un estat de calma plena, al qual cosa indica que el recurs ha resultat plenament eficaç en aquest context.

La comparació dels dos episodis permet extreure algunes reflexions rellevants. En primer lloc, s'observa que el racó de la calma s'utilitza tant davant de situacions de gran intensitat emocional com davant de necessitat emocionals més lleus, la qual cosa confirma la seva versatilitat com a recurs. En segon lloc, queda palès que el grau d'autonomia de l'infant en l'ús de l'espai varia considerablement en funció del nivell d'activació emocional: quan l'emoció és molt intensa, l'acompanyament adult resulta imprescindible, mentre que en estats menys alterats l'infant pot gestionar l'accés i l'estada de manera autònoma. En tercer lloc, s'evidencia que l'elecció de l'estratègia s'adapta a les necessitats de cada moment: els materials sensorials i físics resulten més adequats per a estats d'alta activació, mentre que els contes o recursos narratius funcionen millor quan l'infant ja es troba en un estat de baixa intensitat emocional. Finalment, cal destacar que els temps d'estada registrats, superior a cinc minuts en el cas més intens i d'entre dos i cinc minuts en el cas més lleu, s'ajusten als intervals habituals descrits en la literatura sobre la regulació emocional en l'etapa d'Educació Infantil.

4. CONCLUSIONS

Aquest Treball de Fi de Grau ha permès aprofundir en la importància de l'educació emocional a l'etapa d'Educació Infantil i, concretament, en el valor pedagògic del racó de la calma com a recurs per a la regulació emocional. La investigació, de caràcter mixt, ha combinat l'observació directa en tres centres educatius amb una enquesta adreçada a 56 mestres d'Educació Infantil de les comarques de Tarragona, les Terres de l'Ebre i el Penedès. La convergència d'ambdós instruments ha ofert una visió plural i contrastada sobre la realitat del racó de la calma a les aules catalanes.

L'educació emocional no és un àmbit perifèric de l'educació, sinó un eix vertebrador del desenvolupament integral dels infants. Com assenyala Bisquerra (2003), les competències emocionals -consciència, regulació, autonomia, competències socials i habilitats per a la vida- constitueixen la basa sobre la qual s'edifica el benestar personal i social al llarg de tota la vida. En aquest sentit, el racó de la calma es presenta com una eina pedagògica amb potencial transformador, sempre que sigui implementada amb intencionalitat i continuïtat.

Els resultats de l'observació mostren que el grau de consolidació del racó de la calma és un factor determinant en la seva eficàcia. Al centre 1, escola pública i petita amb racó consolidat des de fa cursos, es van registrar quatre episodis d'ús amb una taxa d'eficàcia del 100% en termes de millora emocional observable: tres infants van sortir en calma plena i un de manera parcial. Les estratègies més emprades van ser el descans i el conte, i la diferenciació entre emocions bàsiques va resultar ser la competència més consolidada entre tots els infants observats. En canvi, cap dels quatre infants era capaç d'anticipar la seva emoció abans que l'activació es desencadenés, la qual cosa confirma que l'anticipació emocional és una de les habilitats més complexes d'aquesta etapa evolutiva.

Al centre 2, escola concertada i urbana on el racó va ser creat durant el Pràcticum II, els infants l'empraven exclusivament com a espai de joc, sense comprendre'n la funció reguladora. Aquest resultat és, en si mateix, molt significatiu: la mera existència física del racó no garanteix la comprensió de la seva funció. La consolidació d'aquest espai requereix un treball previ, sostingut i intencionat per part del docent, que va molt més enllà de la creació material de l'espai.

Al centre 3, escola pública en el seu primer any d'implementació, els dos episodis registrats per la tutora evidencien que el racó ja comença a funcionar com a recurs regulador, tot i estar en procés de consolidació. Els resultats mostren que, quan la intensitat emocional és elevada, l'acompanyament adult resulta imprescindible, mentre que en estats menys alterats l'infant pot gestionar-ne l'accés i l'estada de manera autònoma. La comparació dels tres contextos confirma que el temps d'implementació i la coherència pedagògica són factors clau per l'eficàcia del recurs.

L'enquesta ha obtingut 53 respostes vàlides de mestres d'Educació Infantil, amb un perfil majoritàriament experimentat, ja que gairebé la meitat dels participants acumula més de

vint anys d'experiència docent. Aquesta característica atorga un valor afegit a les valoracions recollides, atès que es tracta de professionals que han pogut observar l'evolució de les pràctiques emocionals a l'aula al llarg del temps. Els resultats mostren que la pràctica totalitat de les mestres reconeix l'educació emocional com un element fonamental de la seva tasca docent i la treballa de manera habitual, combinant recursos diversos com els contes, les converses i assemblees, els jocs i el racó de la calma.

Pel que fa específicament al racó de la calma, les dades de l'enquesta confirmen que és un recurs present en més de la meitat de les aules, majoritàriament consolidat en el temps i amb una freqüència d'ús elevada. Les mestres que en disposen en valoren molt positivament l'eficàcia, destacant especialment la millora d'autoregulació emocional dels infants i la seva contribució positiva al clima de l'aula. Els beneficis observats no es limiten a l'infant que fa ús del racó en un moment determinat, sinó que s'estén al grup-classe en conjunt, afavorint la convivència i el benestar col·lectiu. En aquest sentit, el racó de la calma s'erigeix no tan sols en un recurs individual de gestió emocional, sinó com un element de cultura emocional compartida dins l'aula.

Les dificultats més esmentades per les mestres -l'ús inadequat per part d'alguns infants, les limitacions d'espai físic i la gestió de moments de crisi intensa- no qüestionen l'eficàcia del recurs, sinó que assenyalen aspectes que requereixen una planificació acurada i un acompanyament continuat. La presència de normes d'ús, acordades conjuntament amb els infants o establertes per la mestra, i la familiarització progressiva amb l'espai i els materials, apareixen com a factors protectors que afavoreixen un ús adequat i significatiu del racó.

Un aspecte que mereix una atenció especial és la mancança formativa que les mestres perceben en l'àmbit de l'educació emocional. La majoria considera que la formació rebuda, tant inicial com contínua, és insuficient per abordar amb la profunditat necessària el treball emocional a l'aula. Aquesta percepció és especialment rellevant si es té en compte que la formació contínua és la via principal a través de la qual les mestres han hagut de construir les seves competències emocionals. Davant d'aquesta realitat, la demanda gairebé unànime de més formació especialitzada hauria de constituir un senyal d'alerta per a les institucions universitàries i per a les administracions educatives, que han d'assumir la seva responsabilitat en la formació d'un professorat emocionalment competent.

Des d'una perspectiva personal, aquest treball ha representat un recorregut formatiu i reflexiu de gran profunditat. L'oportunitat de viure tres realitats educatives molt diverses -un centre amb el racó consolidat, un centre on s'ha implementat per primera vegada i un centre en procés d'introducció- ha permès comprendre que el racó de la calma no és un objecte, sinó una proposta pedagògica viva que pren sentit en la mesura que és habitada per a infants i mestres que la fan seva. Observar com un infant troba en aquest espai un lloc per aturar-se, respirar i reconnectar amb ell mateix ha reforçat la convicció que l'educació emocional és una de les dimensions més humanitzadores de la tasca docent.

En definitiva, aquest treball permet concloure que el racó de la calma és un recurs pedagògic eficaç i amb un impacte positiu documentat en el desenvolupament emocional dels infants d'Educació Infantil, sempre que s'implementi de manera intencionada progressiva i infants dia a dia i concebre'l com una part viva de la cultura emocional de l'aula. Quan aquest compromís existeix, el racó de la calma esdevé molt més que un racó: es converteix en un espai de creixement emocional on els infants aprenen, a poc a poc, a viure les seves emocions sense que les desborden.

Finalment, cal reconèixer les limitacions d'aquest estudi. La impossibilitat d'observar directament episodis d'ús del racó en dos dels tres centres, la manca de resposta observacional d'un d'ells i el fet que les taules individuals d'observació emocional únicament es van poder emplenar al centre 1 han condicionat la profunditat de l'anàlisi observacional. Malgrat aquestes limitacions, les dades obtingudes han permès construir una visió fonamentada i rica en la realitat del racó de la calma a les aules d'Educació Infantil, i obren les línies de recerca futures que podrien aprofundir en aspectes com l'impacte a llarg termini del recurs en el desenvolupament emocional, la influència de la formació docent específica en la qualitat de la seva implementació, o el paper de les famílies en la consolidació de les estratègies de regulació emocional apreses a l'escola.

5. LÍNIES DE FUTUR

Com en tot treball de recerca, l'estudi s'ha vist condicionat per una sèrie de limitacions que cal assenyalar amb la finalitat de contextualitzar adequadament els resultats obtinguts i oferir-ne una lectura crítica i honesta.

La principal limitació identificada ha estat la restricció temporal derivada de la necessitat de compatibilitzar l'elaboració del Treball de Fi de Grau amb altres responsabilitats acadèmiques i laborals pròpies de l'etapa final de la formació universitària. La simultaneïtat d'assignatures, períodes d'exàmens i altres obligacions acadèmiques va reduir significativament el temps disponible per dedicar a aquesta investigació, la qual cosa va condicionar inevitablement tant la profunditat de l'anàlisi com la planificació i el desenvolupament del treball de camp.

Estretament relacionat amb l'anterior, cal esmentar que la gestió temporal del projecte no va ser del tot òptima durant les fases inicials. La tendència a ajornar determinades tasques va provocar que, en moments avançats del procés, la càrrega de treball es concentrés de manera excessiva, dificultant la dedicació desitjable a cadascun dels apartats. Aquesta circumstància, tot i que freqüent en treballs d'aquesta naturalesa, va influir en el ritme i la profunditat amb què es van poder abordar algunes parts de l'estudi.

Pel que fa a la recollida de dades, els períodes d'observació directa als centres educatius es van veure notablement reduïts com a conseqüència de les limitacions temporals descrites. Això va impedir dur a terme un procés d'observació continuat i sistemàtic, havent de realitzar-se en moments puntuals i de curta durada. Aquesta circumstància va limitar la possibilitat d'obtenir una visió completa i prolongada del funcionament dels espais de benestar, com l'espai de la calma, en el dia a dia de l'aula.

Així mateix, la participació dels centres educatius implicats en l'estudi va resultar desigual, la qual cosa va constituir una altra limitació rellevant. Mentre que un dels centres va oferir una col·laboració plena, responent a la totalitat dels instruments facilitats, un altre únicament va completar parcialment els materials sol·licitats. Al tercer centre participant, la docent responsable no va poder contribuir amb les dades requerides a causa de circumstàncies personals alienes a la seva voluntat, de manera que les úniques dades disponibles procedents, d'aquell context van ser les obtingudes durant les sessions d'observació directa realitzades per mi. Aquesta disparitat en la participació va limitar la possibilitat de dur a terme una anàlisi comparativa completa entre els tres contextos i va restar riquesa al conjunt de les dades analitzades.

Malgrat les limitacions esmentades, aquesta investigació obre interessants línies de treball que podrien ser desenvolupades en estudis posteriors. En primer lloc, seria rellevant ampliar la mostra a un nombre més gran de centres educatius de diferents comunitats autònomes, incloent-hi tant contextos urbans com rurals, amb la finalitat d'obtenir una visió més representativa de l'estat actual de la implementació d'estratègies de benestar emocional a les aules d'Educació Infantil.

En segon lloc, resultaria de gran valor realitzar estudis longitudinals que permetin avaluar l'impacte d'aquestes pràctiques en indicadors concrets del desenvolupament infantil: regulació emocional, nivell d'estrès, clima de l'aula i benestar general de l'alumnat. Per a això, seria recomanable complementar els instruments qualitatius amb eines d'avaluació estandarditzades i validades científicament.

Així mateix, futures investigacions podrien explorar la percepció de les famílies sobre la incorporació d'aquests espais als centres educatius, ja que la seva implicació i comprensió de l'enfocament resulten fonamentals per garantir la coherència entre casa i l'escola. De la mateixa manera, seria interessant analitzar el paper de la formació inicial i contínua del professorat en l'adquisició de competències per al disseny i la implementació d'aquests entorns de benestar.

Finalment, es considera oportú desenvolupar programes d'intervenció més sistematitzats que integrin l'espai de la calma com a eina habitual dins el currículum d'Educació Infantil, avaluant-ne l'efectivitat a través de dissenys quasiexperimentals que permetin establir relacions causals entre la seva aplicació i la millora del benestar emocional en les primeres etapes educatives.

6. REFERÈNCIES

- Antuña Camblor, C., Cano-Vindel, A., Carballo, M. E., Juarros-Basterretxea, J., & Rodríguez-Díaz, F. J. (2023). Inteligencia emocional y regulación emocional: factores transdiagnósticos claves en problemas emocionales. *Escritos de Psicología*, 16(1), 44–52. <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v16i1.14771>
- Babbie, E. (2010). *Fundamentos de la investigación social*. Cengage Learning.
- Becker, H. S. (1978). *Sociological work: Method and substance*. Transaction Books.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7–43.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Síntesis. <https://sonria.com/wp-content/uploads/2020/03/Psicopedagogia-emociones-Bisquerra.pdf>
- Bisquerra, R. (2012). Educación emocional. *Padres y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, 337, 5–8.
- Cabello, R., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., & Gross, J. J. (2013). A Spanish adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 29(4), 234–240. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/A000150>
- Damásio, A. (1994). *El error de Descartes*. Crítica.
- Darwin, C. (2009). *La expresión de las emociones en el hombre y los animales* (X. Vallés, trad.). Laetoli. (Obra original publicada en 1872)
- Departament de Drets Socials i Inclusió. (s.d.). *Infants de 3 a 6 anys*. Generalitat de Catalunya. https://dretssocials.gencat.cat/ca/ambits_tematicos/families/crianca/infants-3-6-anys/
- Departament d'Educació. (2023). *Decret 21/2023, de 7 de febrer, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació infantil*. Generalitat de Catalunya. <https://portaljuridic.gencat.cat/ca/document-del-pjur/?documentId=951431>

Denzin, N. K. (1978). *The research act: A theoretical introduction to sociological methods*. McGraw-Hill.

Ekman, P. (1972). Universals and cultural differences in facial expressions of emotion. En J. Cole (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 207–283). University of Nebraska Press.

Ekman, P. (1978). *Facial action coding system*. Consulting Psychologists Press.

Ekman, P. (2012). *El rostro de las emociones* (J. J. Serra, trad.). RBA Libros. (Obra original publicada en 1978)

Fowler, F. J. (2014). *Survey research methods* (5.^a ed.). SAGE Publications.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional* (D. González & F. Mora, trads.). Kairós.

Ibarrola, B. (2013). *Aprendizaje emocionante: Neurociencia para el aula*. SM.

Ibarrola, B. (2014). *La educación emocional en la etapa de 0-3*. Fundació El Maresme (CDIAP del Maresme).
<https://www.fundacionmaresme.cat/wp-content/uploads/2014/07/21a-PON%C3%88NCIA-2.pdf>

Lazarus, R. S. (1998). *Pasión y razón: La comprensión de nuestras emociones*. Paidós.

McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1–9.
<https://doi.org/10.1037/emo0000703>

Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook* (2.^a ed.). SAGE Publications.

Morgado, I. (2007). *Emociones e inteligencia social: Las claves para una alianza entre los sentimientos y la razón*. Ariel.

Palmero, F., & Martínez Sánchez, F. (Eds.). (2008). *Motivación y emoción*. McGraw-Hill.

Thompson, R. A., Lewis, M., & Calkins, S. D. (2008). Reassessing emotion regulation. *Child Development Perspectives*, 2(3), 124–131. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2008.00054.x>

Vargas Gutiérrez, R. M., & Muñoz-Martínez, A. M. (2013). La regulación emocional: precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual. *Psicologia USP*, 24(2), 225–240. <https://doi.org/10.1590/S0103-65642013000200003>

Wukmir, V. J. (1967). *Emoción y sufrimiento*. Labor.

Yin, R. K. (2011). *Qualitative research from start to finish*. Guilford Press.

7. ANNEXOS

7.1. Annex 1: Espais de la calma

7.1.1. Centre 1



7.1.2. Centre 2



7.1.3. Centre 3



7.2. Annex 2: Taula d'observació

7.2.1. Centre 1

TAULA D'OBSERVACIÓ

DATA	INFANT	COM ARRIBA AL RACÓ?	ACCIÓ INICIAL	ESTRATEGIA QUE UTILITZA	CONDUCTA OBSERVADA	TEMPS	COM SURT?	OBSERVACIONS
		1- Plorant 2- Enfadat 3- Nervios/activat 4- Tranquil, però necessitat pròpia	1- S'asseu sol 2- Necessita acompanyament 3- Rebutja l'espai	1- Respiracions 2- Coixí 3- Conte 4- Ampolla sensorial 5 - Descansa 6- Altres (digues quina)	1- Es calma 2- Es manté inquiet 3- Verbalitza l'emoció 4- Demana ajuda	1- -2 minuts 2- 2-5 minuts 3- +5 minuts	1- Calmat 2- Parcial 3- No calmat	

CENTRE 1								
DATA	INFANT	COM ARRIBA AL RACÓ?	ACCIÓ INICIAL	ESTRATÈGIA QUE UTILITZA	CONDUCTA OBSERVADA	TEMPS	COM SURT?	OBSERVACIONS
-	-	2 - enfadat	2 - necessita acompanyament	5- descansa	3- verbalitza l'emoció	2 - 2-5 minuts	1- calmat	la mestra ajuda i solucionen el conflicte amb l'altre infant implicat
-	-	3 - nervios/Activat	1 - s'asseu sol	3 - conte	1 - es calma 3 - verbalitza l'emoció	2 - 2-5 minuts	2 - parcial	està neguitosa i no vol fer l'activitat
-	-	3 - nervios/Activat	2 - necessita acompanyament	3 - conte 5 - descansa	2 - es mante inquiet	2 - 2-5 minuts	1- calmat	està neguitós i li demanem que es calmi
-	-	4 - tranquil, pero necessitat pròpia	1 - s'asseu sol	5 - descansa	1 - es calma	3 - +5 minuts	1- calmat	indica que està trista per que vol la mama

TAULA D'OBSERVACIÓ EMOCIONAL (PER INFANT)

INFANT:

NIVELL: internivell

CENTRE: 1

CONDUCTES EMOCIONALS	SÍ	NO	AMB AJUDA	OBSERVACIONS
Identifica i expressa les seves emocions verbalment	X			
Identifica la seva emoció abans d'alterar-se			X	
Reconeix quan necessita un espai per calmar-se	X			
Utilitza estratègies per calmar-se	X			
Resol petits conflictes sense perdre el control emocional			x	no li surt anar a parlar directament amb l'altre infant, sinó que la mestra els recondueix
Diferència entre emocions (alegria, por, tristesa, ràbia...)	X			
Recorre a estratègies apreses per gestionar emocions negatives			X	no li surt anar a parlar directament amb l'altre infant, sinó que la mestra els recondueix
Triga molt de temps a calmar-se després d'un episodi intens		X		

TAULA D'OBSERVACIÓ EMOCIONAL (PER INFANT)

INFANT:

NIVELL: internivell

CENTRE: 1

CONDUCTES EMOCIONALS	SÍ	NO	AMB AJUDA	OBSERVACIONS
Identifica i expressa les seves emocions verbalment	X			
Identifica la seva emoció abans d'alterar-se	X			
Reconeix quan necessita un espai per calmar-se	X			
Utilitza estratègies per calmar-se	X			
Resol petits conflictes sense perdre el control emocional		X		
Diferència entre emocions (alegria, por, tristesa, ràbia...)	X			
Recorre a estratègies apreses per gestionar emocions negatives	X			
Triga molt de temps a calmar-se després d'un episodi intens	X			

TAULA D'OBSERVACIÓ EMOCIONAL (PER INFANT)

INFANT:

NIVELL: internivell

CENTRE: 1

CONDUCTES EMOCIONALS	SÍ	NO	AMB AJUDA	OBSERVACIONS
Identifica i expressa les seves emocions verbalment		X		
Identifica la seva emoció abans d'alterar-se		X		
Reconeix quan necessita un espai per calmar-se	X			
Utilitza estratègies per calmar-se	X			
Resol petits conflictes sense perdre el control emocional		X		
Diferència entre emocions (alegria, por, tristesa, ràbia...)		X		
Recorre a estratègies apreses per gestionar emocions negatives	X			
Triga molt de temps a calmar-se després d'un episodi intens	X			

TAULA D'OBSERVACIÓ EMOCIONAL (PER INFANT)

INFANT:

NIVELL: internivell

CENTRE: 1

CONDUCTES EMOCIONALS	SÍ	NO	AMB AJUDA	OBSERVACIONS
Identifica i expressa les seves emocions verbalment	X			
Identifica la seva emoció abans d'alterar-se	X			
Reconeix quan necessita un espai per calmar-se	X			
Utilitza estratègies per calmar-se	X			
Resol petits conflictes sense perdre el control emocional	X			
Diferència entre emocions (alegria, por, tristesa, ràbia...)	X			
Recorre a estratègies apreses per gestionar emocions negatives	X			
Triga molt de temps a calmar-se després d'un episodi intens		X		

7.2.2. Centre 3

TAULA D'OBSERVACIÓ

DATA	INFANT	COM ARRIBA AL RACÓ?	ACCIÓ INICIAL	ESTRATÈGIA QUE UTILITZA	CONDUCTA OBSERVADA	TEMPS	COM SURT?	OBSERVACIONS
		1- Plorant 2- Enfadat 3- Nerviós/activat 4- Tranquil, però necessitat pròpia	1- S'asseu sol 2- Necessita acompanyament 3- Rebutja l'espai	1- Respiracions 2- Coixí 3- Conte 4- Ampolla sensorial 5 - Descansa 6- Altres (digues quina)	1- Es calma 2- Es manté inquiet 3- Verbalitza l'emoció 4- Demana ajuda	1- -2 minuts 2- 2-5 minuts 3- +5 minuts	1- Calmat 2- Parcial 3- No calmat	

CENTRE 1								
DATA	INFANT	COM ARRIBA AL RACÓ?	ACCIÓ INICIAL	ESTRATEGIA QUE UTILITZA	CONDUCTA OBSERVADA	TEMPS	COM SURT?	OBSERVACIONS
-	-	2 - enfadat	2 - necessita acompanyament	2 - coixins 4 - ampolles sensorials	3- verbalitza l'emoció	3 - +5 minuts	2- parcial	estava enfadat perquè li prenem una joguina que ha portat de casa. sap que no pot portar joguines de casa sense permís i està enfadat perquè li ha sortit malament. entén que ha fet una acció malament.
-	-	4- tranquil·la	1 - s'asseu sol	3 - conte	1 - es calma	2 - 2-5 minuts	1 - calmat	va perquè se li crida l'atenció vers no voler acabar la proposta començada a l'aula.

7.3. Annex 3: Enquesta

Secció 1:

1. En quina etapa educativa exerceixes actualment?
 - a) Educació Infantil
 - b) Educació Primària
 - c) Ambdós

2. Quin nivell o edat dels infants tens a l'aula? (Selecció múltiple)
 - a) I1
 - b) I2
 - c) I3
 - d) I4
 - e) I5
 - f) Aula internivell
 - g) Altres:

3. Quants anys d'experiència tens com a docent?
 - a) 0-5 anys
 - b) 6-10 anys
 - c) 11-20 anys
 - d) Més de 20 anys

4. En quin centre educatiu treballes actualment?

Secció 2:

5. Quin grau d'importància dones a l'educació emocional a l'aula?
 - a) Gens important
 - b) Poc important
 - c) Bastant important
 - d) Molt important

6. Treballes l'educació emocional de manera habitual a l'aula?

- a) Si
- b) No
- c) A vegades

7. Quins recursos utilitzes per treballar les emocions? (Selecció múltiple)

- a) Contes
- b) Jocs i dinàmiques
- c) Converses i assemblees
- d) Racó de la calma
- e) Materials visuals
- f) Materials manipulatius
- g) Altres:

Secció 3:

8. Tens racó de la calma a l'aula?

- a) Si
- b) No

Secció 4:

9. Des de quan està implementat?

- a) Menys d'un any
- b) 1-2 anys
- c) 3 anys o més

10. Amb quina freqüència s'utilitza?

- a) Cada dia
- b) Diverses vegades a la setmana
- c) Esporàdicament
- d) Gairebé mai

11. Qui decideix anar-hi?

- a) L'infant de manera autònoma
- b) El docent
- c) Ambdós

12. Quins elements té el racó de la calma de la teva aula? (Selecció múltiple)

- a) Coixins o espai confortable
- b) Ampolles sensorials
- c) Llibres d'emocions
- d) Imatges/emoticones
- e) Materials naturals
- f) Materials manipulatius
- g) Altres:

13. Hi ha normes d'ús establertes?

- a) Si
- b) No

14. En cas que la resposta anterior sigui afirmativa, les normes són:

- a) Decidides pel docent
- b) Acordades amb els infants

Secció 5:

15. Creus que el racó de la calma ajuda a regular les emocions dels infants?

- a) Gens
- b) Poc
- c) Bastant
- d) Molt

16. Has observat millores en: (Selecció múltiple)

- a) Autoregulació emocional
- b) Autonomia
- c) Resolució de conflictes

- d) Clima de l'aula
- e) Altres:

17. Quins beneficis destacaries del racó de la calma?

18. Quines dificultats has trobat?

19. Recomanaries la seva implementació?

- a) Sí
- b) No
- c) Depèn

20. Explica una situació en què el racó de la calma hagi ajudat a un infant:

Secció 6:

21. Creus que la formació emocional és suficient?

- a) Sí
- b) No
- c) No ho sé

22. Ha rebut formació específica en educació emocional?

- a) Sí, formació durant la formació inicial (Grau/magisteri)
- b) Sí, formació contínua (cursos, seminaris...)
- c) No
- d) No ho recordo

23. T'agradaria rebre més formació sobre aquest tema?

- a) Sí
- b) No

7.3.1. Respostes obertes

Pregunta 17. Quins beneficis destacaries del racó de la calma?

Les respostes de les mestres participants es recullen a continuació de manera literal:

- *"Ajuda a aturar situacions de malestar."*
- *"Regulació emocional; els infants poden passar d'un gran desajust emocional a un estat de tranquil·litat amb més facilitat."*
- *"Afavoreix l'autoregulació i promou l'autonomia."*
- *"Regulació emocional."*
- *"Ajuda els infants a identificar, expressar i gestionar les seves emocions (ràbia, tristesa, frustració...). És un pas essencial per desenvolupar la competència emocional."*
- *"Desenvolupament de l'autocontrol."*
- *"Afavoreix que els alumnes aprenguin a aturar-se, respirar i actuar amb més consciència, evitant respostes impulsives."*
- *"Autoregulació emocional."*
- *"Autogestió d'emocions."*
- *"Necessiten un moment de relax i ells mateixos s'autoregulen."*
- *"Quan els infants es senten neguitosos per alguna cosa que els ha passat, aquest racó —on també tenim les fotos de la família— els fa sentir més còmodes i segurs en aquell moment. Serveix molt per tranquil·litzar-se i regular-se."*
- *"Ajuda a que el nen expressi les seves emocions."*
- *"Ajuda a calmar-se i pensar en el que es fa."*
- *"Autoregulació, calma, assossega, treball de la interioritat."*
- *"Autorregulació emocional, fomenta l'autonomia i millora de la concentració."*
- *"Permet una estona fora del grup per reconnectar."*
- *"Autonomia per anar-hi i fàcil ús; pròpia regulació de l'infant que ho necessita o està en plena crisi; possibilitat d'estar-hi per necessitat, en lloc de distorsionar o pegar als companys/es i mestra."*
- *"Els infants amb TEA o grans frustracions troben el seu lloc i aprenen a regular-se en el racó."*
- *"Ajuda en l'autonomia de les emocions i, alhora, en la millora autònoma en la resolució de conflictes."*

- *"Ajuda al reconeixement de les pròpies emocions i a l'autoregulació."*
- *"A l'aula teníem problemes en gestió d'emocions i ha millorat."*
- *"Que millora en alguns moments la dinàmica de l'aula."*
- *"És un refugi pensat per cuidar, escoltar i acompanyar. Un lloc on les persones poden reconnectar amb elles mateixes, respirar i sentir-se segures."*
- *"Autoregulació."*
- *"Espai tranquil i segur per als infants."*
- *"Espai de conversa."*
- *"Espai segur per als infants."*
- *"El nen no necessita de l'adult per calmar-se."*
- *"Espai per gestionar les emocions i autoregular-se."*
- *"És un espai per a ells i elles on sentir-se millor amb un mateix i amb els altres."*
- *"L'autoregulació emocional. Espai de connexió amb un mateix."*
- *"Tornar a l'estat de calma necessari."*

Pregunta 18. Quines dificultats has trobat?

Les respostes de les mestres participants es recullen a continuació de manera literal:

- *"A vegades costa convèncer els infants de fer-ho servir."*
- *"De vegades volen utilitzar alguns materials que no estan permesos en aquell moment."*
- *"Difusió de les normes."*
- *"En aules amb molta càrrega o ràtios elevades, costa trobar el temps per fer un seguiment individualitzat dels infants que hi acudeixen."*
- *"No tots els infants tenen el mateix nivell d'autoregulació; alguns poden necessitar més suport adult del que el sistema pot oferir."*
- *"Poc espai."*
- *"El material que hi ha al principi me'l trobava en un altre racó."*
- *"El soroll dins l'aula dels altres companys."*
- *"A vegades quan veuen que nens van, altres també ho volen quan en aquell moment no ho necessiten. Llavors l'infant afectat en aquell moment, encara s'enfada més."*
- *"Alguns nens veuen el material manipulatiu com una joguina."*

- *"Arribar a un consens."*
- *"Cap."*
- *"Si el nen està molt neguitós o enrabiat és complicat calmar-lo."*
- *"Són petits i per a ells moltes vegades és sols un espai de descans o on han d'anar quan no es porten bé. Ho anem reconduint."*
- *"Mal ús; que d'altres se n'aprofitin i imitin conductes negatives."*
- *"Dedicació del docent, fins que hi poden anar de manera autònoma."*
- *"De vegades volen anar massa infants només per jugar."*
- *"No poder posar més material manipulatiu ja que no tenen cura i el trenquen."*
- *"Que en moments que hi va alguna infant, els altres també hi volen anar per imitació."*
- *"Les interferències amb altres espais de l'aula."*
- *"Poc espai."*
- *"Espai limitat a l'aula per tot el que es vol fer."*
- *"Moltes vegades van per desconnectar del conflicte però no queda resolt."*
- *"Gestió emocional."*
- *"Haviem posat molts materials i els infants estaven sobreestimulats."*
- *"De moment, cap. Només que manca temps per preparar nou material."*
- *"Sovint tinc alumnes amb diversitat funcional que els costa molt autoregular-se i gestionar l'espera, la frustració, i el clima de l'aula sol ser tens en moments de crisi."*
- *"Mantenir la cura de l'espai."*
- *"El mal ús."*

Pregunta 20. Explica una situació en què el racó de la calma hagi ajudat a un infant:

Les respostes de les mestres participants es recullen a continuació de manera literal:

- *"Estava molt neguitós perquè volia seure a un lloc que no li pertocava. Només va necessitar 5 minuts i l'espai li va permetre disposar d'aquest temps de calma."*
- *"Un infant amb TEA sempre necessita estar al racó de la calma a l'hora del pati; estar fora li genera molta angoixa, aquí se sent segur i tranquil."*
- *"Infant amb hiperactivitat: quan es fica nerviós pel soroll de l'aula sap que pot sortir al racó i utilitzar el material."*

- *"Les que hem comentat abans i sobretot per intentar poder resoldre conflictes des d'una mirada restaurativa i amb escolta empàtica."*
- *"En diverses ocasions."*
- *"Després d'un conflicte l'infant hi va."*
- *"Quan arriben a la tarda després de quedar-se al menjador necessiten un moment de relax abans d'iniciar activitat."*
- *"Una alumna s'enfada molt quan no és la primera en fer alguna cosa. Ara està més controlat, però al principi quan no ho entenia, li anava molt bé tumbar-se allí, respirar, relaxar-se i mirar les imatges de la família o un conte."*
- *"Un nen està molt nerviós, interromp a la rotllana tota l'estona i no deixa tenir un clima de tranquil·litat. Com a mestra li deixo que agafi un material de la caixa de la calma, prèvies instruccions establertes (rentar-se les mans i no fer servir com una joguina)."*
- *"Sobretot amb nens amb necessitats especials funciona bé."*
- *"Davant una crisi de conducta."*
- *"Quan els nens/es tenen baixa tolerància a la frustració."*
- *"Infants que en moments de tensió emocional no es poden contenir i criden o s'agredeixen a ells o a altres."*
- *"En els moments de crisi d'un infant amb autisme, enlloc d'explotar, autolesionar-se i colpejar la resta d'infants, quan ja comença a sentir la frustració hi va (o l'acompanyem) per tal que es relaxi."*
- *"Més que una situació, els pictogrames o el conte del monstre de colors els ajuda molt. Coixins, material manipulatiu, etc."*
- *"Diàriament ens expliquen, si els ha passat quelcom emocionalment rellevant per a ells i elles, i ho relacionen amb les imatges del racó."*
- *"Hi ha un infant a la classe amb TDAH i amb conductes agressives i disruptives que fa ús del racó de la calma quan li costa controlar-se."*
- *"En moltes situacions de rebequeries."*
- *"Amb un infant hiperactiu, el fet de poder separar-se del gran grup i acompanyat d'una mestra de suport ha permès que el seu grau d'angoixa disminuís i aconseguir que pogués tornar al gran grup."*
- *"Davant de brots d'algun infant."*
- *"Tristesa, ràbia..."*

- *"Infant nerviós perquè necessita moviment a l'aula i les estones de treball se li fan llargues."*
- *"Quan parlen entre companys/es sí ajuda."*
- *"Infant nerviós o que està saturat de la proposta d'aula, entra en un clima reconfortant i de calma per continuar amb la tasca deixada de banda."*
- *"Quan ha hagut un conflicte per una joguina, el racó de la calma ha ajudat a relaxar-se i tranquil·litzar-se."*
- *"En cas de diagnòstic de TEA, s'amaga i s'estira al terra (a la cabana) ja que hem detectat que és la seva zona de confort."*
- *"Ensenyant a respirar vam aconseguir que un alumne demanés lliurement d'anar al racó cada vegada que notava que es desregulava i podia entrar en pànic o crisi. S'ho notava i ens demanava anar al racó una estona fins que es calmava i era capaç de tornar a l'activitat amb la resta de companys i companyes."*
- *"Ajuda molt en moments on l'infant es sent amb ràbia i frustració; anar a l'espai calma l'emoció."*
- *"Després d'una discussió."*

7.4. Annex 4: Situació d'aprenentatge del Pràcticum II

TÍTOL: El Monstre de Colors			CURS/NIVELL: I5		
ÀREA/MATÈRIA: Educació emocional		ODS Vinculat a la Situació d'Aprenentatge: 		MESTRES IMPLICATS: Ester Fuentes Armengol i Immaculada Cañelles Riambau	
DURADA: 7 sessions		TRIMESTRE/PERÍODE/TEMPORITZACIÓ: Primer trimestre			
GRUP - CLASSE					
Ens trobem en un grup d'I5 amb 24 infants, amb 13 nenes i 11 nens. Dins del grup hi ha dos infants amb necessitats educatives especials, una nena amb la síndrome de Down i un nen amb TEA. A més, tenim diferents nacionalitats, hi ha quatre alumnes marroquins.					
JUSTIFICACIÓ DE LA UNITAT DE PROGRAMACIÓ					
La situació d'aprenentatge es basa en el conte <i>El Monstre de Colors</i> i el treball de les emocions. La proposta sorgeix a partir de la necessitat personal de desenvolupar el Treball de Fi de Grau com de les demandes observades al grup d'infants. La majoria d'infants no coneixien el conte i, al llarg de les setmanes, s'han detectat dificultats a l'hora de verbalitzar emocions i de gestionar situacions de conflicte entre iguals. Per aquest motiu, vaig considerar que					

treball aquest conte poder ser una oportunitat enriquidora pel grup. A partir d'aquesta experiència, va néixer també la idea de centrar el meu Treball de Fi de Grau en l'educació emocional i la rellevància del racó de la calma dins l'aula.

DESCRIPCIÓ DEL CONTEXT, PRODUCTE FINAL, REPTE O TASCA QUE ES PROPOSA ALS ALUMNES

Ens trobem en una escola concertada amb tres línies de classe per nivell. Aquesta està ubicada al municipi del Vendrell. Així mateix, ens trobem en una aula de vint-i-quatre infants. Dins del grup hi ha dos infants amb necessitats educatives especials, una nena amb la síndrome de Down i un nen amb TEA.

COMPETÈNCIES CLAU

- Competència en comunicació lingüística.
- Competència personal, social i d'aprendre a aprendre.
- Competència ciutadana.

CONCRECIÓ CURRICULAR

EIXOS DE DESENVOLUPAMENT I APRENENTATGE	CAPACITATS DE L'ETAPA	SABERS BÀSICS/ CONTINGUTS

EIX 1. Un infant que creix amb autonomia i confiança.	X	Competència específica 2, 3 i 4. Competència específica 1 i 2.	Cos, moviment i autonomia: - Respecte pel propi cos i pels cossos dels altres. - Construcció progressiva d'una autoimatge positiva i una imatge positiva dels altres. - Adaptació del propi moviment en relació amb els altres, amb els objectes i amb les situacions espaciotemporals. - Iniciativa i esforç per trobar solucions a diferents situacions. - Adaptació de forma autònoma a l'entorn relacionant-se amb els altres. - Implicació progressiva en la cura d'un mateix i dels altres. Desenvolupament de l'afectivitat: - Vivència i expressió de les pròpies emocions, sentiments, necessitats, preferències i interessos. - Col·laboració i ajuda mútua en diferents contextos i moments de la vida quotidiana. - Sentiment de pertinença al grup en projectes compartits. - Desenvolupament d'estratègies de seguretat afectiva i emocional.
EIX 2: Un infant que es comunica amb diferents llenguatges.	X	Competència específica 3. Competència específica 1.	
EIX 3: Un infant que descobreix l'entorn	X		

amb curiositat.			- Expressió i desenvolupament de relacions afectives i comunicatives, sabent demanar i acceptar ajuda quan es necessiti.
EIX 4: Un infant que forma part de la diversitat del món.	X		Hàbits de vida saludable per l'autocura i la cura de l'entorn: - Identificació, manifestació i regulació de les pròpies necessitats fisiològiques. - Incorporació progressiva d'hàbits i actituds de superació, perseverança, atenció i iniciativa. - Incorporació progressiva d'hàbits sostenibles i ecosocialment responsables relacionats amb la salut, el benestar personal i l'entorn en què habiten. Intenció i elements de la interacció comunicativa: - Manifestació d'empatia i assertivitat en moments de relació i comunicació amb la resta d'infants i amb les persones adultes de referència. - Utilització de normes socials d'intercanvi lingüístic en situacions comunicatives que potenciïn el respecte i la igualtat: atenció, escolta activa, torns de diàleg i alternança. Comunicació oral - Expressió, comprensió, diàleg: - Ús progressiu de la llengua oral en situacions quotidianes per evocar i relatar fets, per expressar i comunicar idees, dissenys i sentiments, com a forma d'estructurar el propi pensament. - Ús progressiu de la llengua oral en situacions quotidianes per regular la pròpia acció. - Participació en converses per compartir descobertes, hipòtesis, desitjos, sentiments i emocions.

		- Ús de la llengua oral per mostrar acords i desacords i resoldre conflictes. La vida amb els altres: - Incorporació d'habilitats socials i pautes bàsiques de convivència. - Comunicació de necessitats, sentiments i emocions. - Sensibilitat i percepció de les necessitats i els desitjos dels altres amb una progressiva actitud d'ajuda i de col·laboració. - Desenvolupament d'actituds d'empatia respecte als altres i envers la diversitat. - Iniciació a la comprensió i la valoració de la diferència i la diversitat per a l'enriquiment col·lectiu i del grup.	
COMPETÈNCIES CLAU	OBJECTIUS D'APRENTATGE	CRITERIS D'AVUACIÓ	INDICADORS D'AVUACIÓ
Competència en comunicació lingüística	Utilitzar el llenguatge per expressar com se sent.	Expressa verbalment emocions pròpies amb vocabulari adequat.	Utilitza paraules com “estic trist”, “estic content”, “estic enfadat”... per descriure el que sent, i no només “estic bé” o “estic malament”.

	Ampliar el vocabulari a través del conte i les converses.	Reconeix i utilitza noves paraules relacionades amb les emocions.	Utilitza paraules del conte (confós, tranquil, nerviós...) en les seves pròpies produccions orals.
Competència personal, social i d'aprendre a aprendre.	Reconèixer i identificar emocions bàsiques	Identifica, relaciona i anomena emocions bàsiques.	Expressa l'emoció o gestualment o verbalment.
	Expressar emocions a través del cos, el gest o la paraula	Comunica el que sent a partir de diferents recursos.	Mostra el que sent a partir del dibuix i verbalment.
Competència ciutadana.	Respectar les emocions bàsiques pròpies i d'altres.	Escolta i empatitza amb els companys. S'autoregula.	Reacciona amb respecte davant les emocions expressades pels altres.
METODOLOGIA DE LA SITUACIÓ D'APRENENTATGE			

Aquesta es fonamenta en el conte del Monstre de Colors com a fil conductor per al treball de les emocions bàsiques. La metodologia emprada s'adequa a la línia pedagògica general del centre, basada en l'ús del paper com a suport principal, però incorporant una mirada centrada en l'infant, les seves vivències, emocions i experiències personals.

Les activitats es plantegen de manera progressiva, combinant moments individuals i col·lectius, amb espais de diàleg, expressió artística, corporal i emocional. Es promou la verbalització dels sentiments, el respecte pels ritmes individuals i la participació activa de l'alumnat, afavorint un clima de confiança i seguretat emocional. Així mateix, es fomenta el sentiment de pertinença mitjançant la implicació directa dels infants en la creació del racó de la calma.

EINES D'OBSERVACIÓ DEL PROGRÉS DELS ALUMNES

- Observació: durant les activitats o els moments lliures, d'assemblea o de joc.
- Recollida de produccions com ara dibuixos o imatges dels resultats de les activitats.
- Fitxes.
- Converses individuals o en grup.

ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

MESURES I SUPORTS ADDICIONALS O INTENSIVS

Al meu grup de pràctiques, I5C, hi ha dos alumnes amb necessitats específiques de suport educatiu (NESE): un infant diagnosticat amb trastorn de l'espectre autista (TEA) i una nena amb síndrome de Down.

En el cas de la nena, a causa d'una intervenció quirúrgica, no podrà assistir a totes les sessions previstes. Tot i això, es preveu que retorni i, per tant, pugui fer: la ira, la por, l'associació entre colors i emocions, i l'ús i creació del racó de la calma.

Per treballar la ira, s'utilitzaran pictogrames com a suport visual per a facilitar la comprensió de l'emoció i la situació plantejada. D'aquesta manera penso que pot realitzar l'activitat com la resta de companys i companyes. En les activitats manipulatives, com ara estripar i arrugar el paper, es preveu oferir una explicació guiada amb suport visual i modelatge per part de l'adult, amb la finalitat de facilitar la comprensió de la tasca i afavorir l'expressió emocionals.

Pel que fa al treball de la por, es preveu l'ús d'imatges d'animals, éssers o situacions que puguin generar aquesta emoció. A partir d'aquest suport visual i els pictogrames, se li proposarà identificar quins elements li provoquen por i representar-los gràficament.

En l'activitat de relacionar entre colors i emocions, es realitzarà una adaptació, concretament, en lloc de pintar les taques blanques dels colors de les emocions bàsiques, s'utilitzaran gomets perquè l'infant es pugui centrar exclusivament en la relació color-emoció, afavorint així l'assoliment de l'objectiu principal de l'activitat.

Pel que fa a l'infant amb TEA, la seva recent incorporació al centre implica que la seva rutina a l'aula no està plenament consolidada, tot i que progressivament es va aproximant a la dinàmica general del grup. Tenint en compte aquesta realitat, s'elabora un dossier específic amb activitats adaptades, seguint el treball que realitza amb les mestres de la SIEI, però mantenint la mateixa temàtica que la resta del grup. Aquest dossier està vinculat al conte El monstre de colors i al treball de les emocions, amb l'objectiu d'afavorir la participació de l'alumne en la situació d'aprenentatge.

ESCENARIS I PROPOSTES DE SITUACIONS D'APRENENTATGE (SEQÜENCIACIÓ D'ACTIVITATS)

DESCRIPCIÓ DE LES ACTIVITATS		SES SIÓ	MATERIALS I RECURSOS	OR G. GR UP	TEMPS	INSTRUMENTS D'AVALUACIÓ	MESURES I SUPORTS ADDITIONALS O INTENSIVS
I N I C I A L S	Com estic?: Aquesta primera activitat ens servirà d'avaluació inicial del coneixement que tenen sobre les emocions. Aquesta primera activitat tracta de dibuixar com estem amb l'ajut d'un petit mirall que tenen enganxat en el mateix full. Una vegada han acabat, les mestres escrivim el que els infants verbalitzin, per exemple: estic bé. D'aquesta forma, podem veure quines emocions surten abans d'iniciar el projecte.	1	- Paper - Mirall - Material per dibuixar: llapis i retoladors.	Gran grup	20 minuts	Observació directa. Produccions gràfiques.	I: Proporcionar múltiples maneres de representació <i>Pauta 3:</i> <i>Proporcionar opcions per a la comprensió</i> - Proporcionar exemples per entendre millor la funció de l'activitat tenint a

							l'adult com a referent.
I N I C I A L S	Lectura del conte <i>El Monstre de Colors</i>: Es farà la lectura del conte a la rotllana. Es tracta d'explicar el conte de manera oberta a qüestions i inquietuds que sorgeixin als infants. A partir d'aquí, es fa una identificació de les emocions que surten a la història.	1	- Conte del Monstre de Colors	Gran grup	15 minuts	Observació directa. Assemblees i converses.	I: Proporcionar múltiples maneres de representació: <i>Pauta 3:</i> <i>Proporcionar opcions per a la comprensió</i> - Fragmentar la lectura en parts més curtes i fer pauses per comentar. - Fer preguntes obertes però guiades: “Que us fa

							estar així?”, “A tu t’ha passat?”
D E S E N V O L U P A M E N T	Alegria: La primera emoció que treballem és l’alegria, i aquesta es treballarà durant la segona sessió. Amb música alegre de fons, deixarem que els infants interpretin el que senten o a quin moment els transporta escoltar aquesta música, i l’han de dibuixar al paper, tot en color groc. Amb l’alegria fem també l’emoció de l’amor, i aprofitem el moment de tenir papers a la taula per dibuixar a la persona que més estimem. Una vegada acabem, fem una mica de posada en comú de com ens hem sentit, si ens ha agradat o no, i	2	- Altaveu. - Materials per pintar de color groc: ceres toves, retoladors, gomets i ceres dures (Plastidecors)	Gran grup	15 minuts	Observació directa. Assemblees i converses. Produccions gràfiques	I: Proporcionar múltiples maneres de representació <i>Pauta 3: Proporcionar opcions per a la comprensió</i> - Proporcionar exemples per entendre millor la funció de l’activitat tenint a l’adult com a referent.

	seguidament donem per finalitzada la sessió.						<i>II: Proporcionar múltiples maneres per a l'acció i l'expressió</i> <i>Pauta 4: Proporcionar diverses opcions per a la interacció física</i> - Respectar el no voler participar activament. <i>Pauta 5: Oferir diverses opcions per a l'expressió i la comunicació</i> - Preguntes concretes i
--	--	--	--	--	--	--	--

							senzilles durant la posada en comú: “T’ha agradat l’activitat?”, “A qui has dibuixat?”
	Amor: En aquesta sessió pensem i dibuixem a les persones que més estimem en el món dins d’un cor. Una vegada tenen el dibuix fet, el repassen amb retolador negre i comparteixen amb les mestres el que han dibuixat.	2		Gran grup	15 minuts	Observació directa. Assemblees i converses. Produccions gràfiques.	I: Proporcionar múltiples maneres de representació <i>Pauta 3:</i> <i>Proporcionar opcions per a la comprensió</i> - Proporcionar exemples per entendre

							millor la funció de l'activitat tenint a l'adult com a referent. <i>II: Proporcionar múltiples maneres per a l'acció i l'expressió</i> <i>Pauta 5: Oferir diverses opcions per a l'expressió i la comunicació</i> - Preguntes concretes i senzilles durant la posada en comú: "T'ha
--	--	--	--	--	--	--	--

							agradat l'activitat?", “A qui has dibuixat?”
Tristesa/Calma: En aquesta sessió, els hi presento la fitxa de la tristesa, on es troben amb un núvol, gotes de pluja i un sol. Aquest dibuix simbolitza a les gotes el que ens fa estar tristos i al sol el que ens calma. Una vegada acaben, pinten el dibuix i amb cotó fluix decoren el núvol. Com hem introduït una mica de la calma, la següent emoció que treballem és aquesta. Els explico que és un racó de la calma i els demano ajuda per crear un. Necessito que em diguin que posarien ells i elles al racó de la	3	- Paper - Retoladors	Raco ns/ Gran grup	30 minuts	Observació directa. Assamblees i converses. Produccions gràfiques.	I: <i>Proporcionar múltiples maneres de representació</i> <i>Pauta 3:</i> <i>Proporcionar opcions per a la comprensió</i> - Proporcionar exemples per entendre millor la funció de l'activitat tenint a	

	calma que hi haurà a la seva aula. En una fitxa dibuixen el material desitjat per fer l'espai i escriu totes les propostes a la pissarra, i en conjunt i a mà alçada, escollim quins materials volem tenir al nostre espai.						l'adult com a referent. II: Proporcionar múltiples maneres per a l'acció i l'expressió <i>Pauta 5: Oferir diverses opcions per a l'expressió i la comunicació</i> - Fer ús de preguntes concretes i senzilles: “Que et fa sentir tristes?” - Oferir diverses
--	--	--	--	--	--	--	---

						opcions d'expressió. - Validar totes les formes d'expressar l'emoció, fins i tot si només vol observar.
Ira: En aquesta sessió treballem la ira. Els hi presento dos murals en blanc i diferents materials per pintar de color vermell: ceres toves, <i>plastidecors</i> , retoladors, pintura i gomets. Explico que el que farem serà pensar una situació que ens enfadi i haurem de desofegar-nos davant del paper.	4	- Paper kraft (mural) - Retoladors vermells. - Pintura vermella. - Gomets vermells.	Primera part: gran grup. Segona part: indiv	45 minuts	Observació directa. Assemblees i converses. Produccions gràfiques.	II: <i>Proporcionar múltiples maneres per a l'acció i l'expressió</i> <i>Pauta 4: Proporcionar diverses opcions per a la interacció física</i>

	Quan ho tenim enllestit i assecat, retallo un tros del mural per cadascú, i de forma individual, els demano que m'expliquin una situació que els enfada i han de descarregar amb el tros de paper, arrugant, estripant o retallant el quadrat. Després, ho enganxem en una fitxa, que estarà al dossier, junt amb el que m'han verbalitzat però escrit.		- Ceres toves i dures vermelles.	individualment.			- Respectar si no volen participar o només volen observar. <i>Pauta 5: Oferir diverses opcions per a l'expressió i la comunicació</i> - Fer ús de preguntes concretes i senzilles: "Què et fa sentir ràbia?" - Oferir diverses opcions d'expressió.
--	--	--	--	------------------------	--	--	---

							- Validar totes les formes d'expressar l'emoció, fins i tot si només vol observar. - Oferir referents visuals (pictogrames) <i>Pauta 6:</i> <i>Proporcionar diverses opcions per a les funcions executives</i> - Possibilitat d'acabar abans si es nota
--	--	--	--	--	--	--	--

							incomoditat emocional o física.
Por: La sessió que treballem la por, s'inicia amb una posada en comú de què ens fa sentir por i com podem afrontar-la. Explico que necessito un dibuix de què els espanta o una situació que els faci patir por, i que aquest dibuix el dobleguin molt petit i ho guardin per la següent proposta. Una vegada tots han acabat, seiem en rotllana i parlem de com estem, i seguidament els hi presento un fantasma de cartó que els protegirà de les seves pors. El que han de fer, deixant el seu temps, és ficar el dibuix doblegat dins de la capsa en	5	- Capsa de cartó en forma de fantasma. - Paper. - Retoladors per dibuixar.	Gran grup	60 minuts	Observació directa. Assemblees i converses. Produccions gràfiques.	II: Proporcionar múltiples maneres per a l'acció i l'expressió <i>Pauta 4: Proporcionar diverses opcions per a la interacció física</i> - Respectar si no volen participar o només volen observar. <i>Pauta 5: Oferir diverses opcions per</i>	

	forma de fantasma, i d'aquesta manera el fantasma es menja la seva por i els protegeix d'aquesta. En acabar parlem de què ens ha semblat i fem fotografies amb el fantasma.						<i>a l'expressió i la comunicació</i> - Fer ús de preguntes concretes i senzilles: “Què et fa sentir por?” - Oferir diverses opcions d'expressió. - Validar totes les formes d'expressar l'emoció, fins i tot si només vol observar.
--	---	--	--	--	--	--	---

							- Oferir referents visuals (pictogrames) . <i>Pauta 6:</i> <i>Proporcionar diverses opcions per a les funcions executives</i> - Possibilitat d'acabar abans si es nota incomoditat emocional o física.
--	--	--	--	--	--	--	---

	Relacionar emoció amb color: Per fer un recordatori de les emocions treballades i el color que s'indica al conte, fem una fitxa on hem de relacionar una taca de pintura amb l'emoticona de l'emoció correcta. Les taques són blanques i els infants han de pintar-la i seguidament, relacionar.	6	- Colors - Llapis - Gometes - Fitxa	Gran grup	20 minuts	Observació directa. Produccions gràfiques.	I: Proporcionar múltiples maneres de representació <i>Pauta 3:</i> <i>Proporcionar opcions per a la comprensió</i> - Proporcionar exemples per entendre millor la funció de l'activitat tenint a l'adult com a referent. II: Proporcionar múltiples maneres
--	--	---	--	-----------	-----------	--	---

							<i>per a l'acció i l'expressió</i> <i>Pauta 5: Oferir diverses opcions per a l'expressió i la comunicació</i> - Oferir referents visuals (pictogrames)
	Creació del nostre racó de la calma: A la darrera sessió de la situació d'aprenentatge es demana la col·laboració als infants per construir el racó de la calma. Es realitza un breu recordatori sobre la funció i l'ús d'aquest espai i es presenta el material disponible, així com les	7	- Ampolles sensorials - Gandula - Coixins - Capses - Fotografies familiars - Cors	Gran grup / Petit grup	60 minuts	Observació directa. Assemblees i converses.	II: Proporcionar múltiples maneres per a l'acció i l'expressió <i>Pauta 4: Proporcionar</i>

possibles accions que s'hi poden dur a terme. Tot seguit, amb l'objectiu de fer els infants participants del procés i afavorir el sentiment de pertinença, es va cridant a nens i nenes perquè col·loquin el material dins l'espai, de manera que tots i totes contribueixen a la seva creació. Un cop finalitzada l'organització de l'espai, i en grups de tres infants, es deixa uns minuts perquè puguin accedir al racó, interactuar amb el material i familiaritzar-se amb l'espai, afavorint que se sentin còmodes i segurs.		- Pilotes antiestrès				<i>diverses opcions per a la interacció física</i> - Respectar si no volen participar o només volen observar. <i>Pauta 5: Oferir diverses opcions per a l'expressió i la comunicació</i> - Fer ús de preguntes concretes i senzilles: "Com estàs?" - Oferir diverses
---	--	--	--	--	--	---

							opcions d'expressió. III: Proporcionar múltiples maneres de comprometre's <i>Pauta 9: Donar opcions d'autoregulació</i> - Accés lliure a l'espai de la calma.
REFLEXIÓ DE LA PRÀCTICA EDUCATIVA (AUTOAVALUACIÓ)							
El treball de les emocions a través del conte El Monstre de Colors ha resultat una eina adequada per apropar l'educació emocional als infants, afavorint la seva participació i implicació, adaptant les propostes a les característiques i necessitats del grup d'I5C. La metodologia emprada, basada en l'ús de fitxes d'acord amb la línia pedagògica de centre, s'ha enriquit amb activitats vivencials que han tingut en compte les experiències, anècdotes i necessitats emocionals dels infants. Aquesta combinació ha facilitat la identificació, expressió i verbalització de les emocions,							

així com la creació d'un clima de confiança i seguretat dins l'aula. La resposta de l'alumnat ha estat positiva, mostrant interès, motivació i una participació activa en les diferents propostes.

Pel que va a l'infant amb TEA, la seva incorporació recent ha suposat un repte afegit, especialment pel que fa a la consolidació de rutines i la participació en la dinàmica de l'aula. Davant d'aquesta situació, l'elaboració d'un dossier específic amb la mateixa temàtica del grup, ha permès garantir la coherència de la proposta educativa i facilitar la seva participació progressiva en la situació d'aprenentatge. Un aspecte a millorar que em van comentar les mestres de la SIEI, és que a l'hora d'introduir pictogrames a la fitxa s'ha de fer de manera que el text estigui per sobre del dibuix, i jo el vaig fer a la inversa. Fent-ho d'aquesta manera, si l'alumne assenyala el dibuix, no taparia la paraula, però en el meu cas, en estar sota sí.

En el cas de la nena amb síndrome de Down, s'ha treballat de diferent manera que amb el nen anterior. S'han treballat les emocions al mateix ritme que la resta de la classe, però amb suport visual, materials manipulatius i consignes clares, a més d'un adult al costat en tot moment. L'ús de pictogrames, imatges i adaptacions materials, com ara la utilització de gomets en lloc de colors, ha afavorit la comprensió de les tasques i l'assoliment dels objectius proposats, tot respectant els seus ritmes d'aprenentatge. Tot això, va sorgir el dubte de fer un dossier adaptat com en l'anterior cas, però la tutora va comentar que podria seguir el mateix que la resta però amb ajuda i suport.

Des d'un punt de vista metodològic, considero que un dels punts forts de la meva intervenció ha estat la capacitat d'adaptar les activitats sense perdre l'essència de la proposta comuna, promovent una educació inclusiva i respectuosa amb la diversitat. Tot i seguir la línia pedagògica de centre, he procurat per crear unes activitats més actives i vivencials per generar un impacte més gran en l'alumnat. L'observació constant de l'alumnat i l'escolta activa han estat clau per ajustar les propostes en funció de les respostes emocionals i conductuals dels infants.

Tanmateix, com a autoavaluació, reconec la necessitat de continuar millorant en la planificació del temps, ja que el desenvolupament de la situació d'aprenentatge ha hagut de ser força ràpida a causa d'una manca de previsió. Així mateix, considero que hauria estat necessari disposar de més temps

personal per a la creació i elaboració de materials, fet que, possiblement, hauria permès millorar alguns aspectes de les activitats. Tot i això, valoro positivament els resultats obtinguts i el procés dut a terme.

7.5. Annex 5: Àmbit territorial de la distribució de l'enquesta

