

MEMÒRIA FINAL PRÀCTICUM II



“PROGRAMA D’EDUCACIÓ EMOCIONAL CENTRAT EN EL CONTROL DE LA IRA PER A JOVES AMB SÍNDROME DE DOWN I D’ALTRES DISCAPACITATS INTEL·LECTUALS”



Sara Collados Gonzalez
Memòria final Pràcticum II
Juny 2015
Aula 2
Tutora: Eva Betbesé Mullet
Consultora: Gemma Binefa Rodriguez

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ	4
2. CONTEXT DE LA INTERVENCIÓ: DESCRIPCIÓ I ANÀLISI	6
2.1. Missió, Visió i Valors	6
2.2. Destinataris del servei.....	7
2.3. Equip de treball	8
2.4. Serveis departamentals	8
2.5. Estructura organitzativa (organigrama):.....	10
2.7. Instal·lacions i recursos materials.....	11
3. DESCRIPCIÓ DEL PROJECTE DE PRÀCTIQUES.....	12
4. FONAMENTACIÓ TEÒRICA I LEGAL	19
4.1. Les emocions	19
4.2. Antecedents teòrics i conceptuals	19
4.3. L'Educació Emocional.....	20
4.4. La ira	21
4.5. Legislació	22
4.6. Referents teòrics	24
4.7. Documents referents a la institució i subjectes.....	25
5. METES I OBJECTIUS PREVISTOS	25
6. MODIFICACIONS DEL PLA DE TREBALL PREVIST.....	27
7. EXPOSICIÓ, ANÀLISI I DISSECCIÓ DELS RESULTATS.....	30
7.1. Com va evolucionar en el temps la pròpia “idea general” que teníeu abans de començar les pràctiques del treball d'un psicopedagog@ en aquest àmbit.....	32
7.2. Com la comprensió de la situació inicial de la vostra intervenció va evolucionar a través del temps.	34
7.3. Quines mesures es van prendre a la llum de l'evolució	35
7.4. En quina mesura es van engegar les accions proposades. Com es plantava cara als problemes del pla de treball previst inicialment.....	35
7.5. Els problemes que es trobareu utilitzant determinades tècniques d'intervenció i com es van resoldre.....	36
7.6. Qualsevol problema ètic que es va plantejar al negociar l'accés i adquisició de la informació i com es va intentar resoldre'l.....	37
7.7. Qualsevol problema que es va plantejar al negociar amb la resta de membres del centre.....	37
8. CONCLUSIONS I PROPOSTES	38
9. BIBLIOGRAFIA I WEBGRAFIA.....	42
10. ANNEXOS DOCUMENTALS	44

Agraïments

En primer lloc, voldria aprofitar per agrair sincerament la col·laboració d'algunes persones, sense l'ajut de les quals, no hagués estat possible l'elaboració d'aquesta memòria.

En segon lloc, agrair a Down Lleida i a tots els seus membres (professionals, nens/es i joves, famílies...) per acollir-me tan bé i fer-me sentir tant agust durant aquest període de pràctiques.

En tercer lloc, donar les gràcies a la meva tutora de pràctiques Eva Betbesé, per la seva ajuda i recolzament incondicional, que m'ha orientat en molts moments al llarg d'aquestes pràctiques i de la qual he après tantes coses.

En quart lloc, donar les gràcies a la meva tutora i consultora de la UOC Gemma Binefa així com a l'anterior tutor Rafel Andreu que ens han orientat, han resolt els dubtes que han anat sorgint i ens han encoratjat a seguir endavant amb la nostra feina al llarg del pràcticum.

En definitiva, gràcies pel vostre ajut, gràcies per acceptar-me tal com sóc, gràcies per acollir-me tan bé, gràcies per fer-me adonar dels meus errors i així poder-los solucionar, gràcies per donar-me el millor que teniu...Sempre us portaré en els meus pensaments.

GRÀCIES!!!

“Un psicopedagog és un aventurer. Algú que, amb la motxilla plena de valors i de compromís, pretén llançar-se a la selva i al dolor de la societat injusta, i comparteix el contingut de la seva bossa amb altres que troba en el camí”

(Miquel Àngel Essomba)

Programa d'Educació Emocional centrat en el control de la ira per a joves amb Síndrome de Down i d'altres discapacitats intel·lectuals

Paraules clau: educació emocional, ira, Síndrome de Down, discapacitats, programa, intervenció

1. INTRODUCCIÓ

El món emocional de les persones amb Síndrome de Down no ha tingut molta atenció fins fa uns anys, fonamentalment perquè el diagnòstic s'ha centrat en d'altres aspectes, més cognitius i racionals i la intervenció ha obviat tot el relacionat amb les emocions. No obstant això, les habilitats emocionals són bàsiques per al desenvolupament d'altres habilitats com les socials i per a l'establiment de relacions interpersonals correctes i adequades.

Seguint en la mateixa línia, l'activitat formativa global dirigida cap al col·lectiu de joves amb discapacitat intel·lectual ha d'incloure continguts més amplis que els acadèmics, que es dirigeixin a aquells aspectes que a les escoles normalment no s'aborden, si es pretén proporcionar una educació integral, integrada, i integradora. Aquests són: habilitats socials, habilitats d'autonomia personal, entrenament per al control de la conducta, habilitats d'ordre soci-afectiu-sexual i educació emocional.

S'ha de tenir en compte que determinats aspectes fonamentals per a l'adaptació personal i social són ensenyats de forma natural en l'entorn familiar i els fills sense discapacitat els adquireixen habitualment de forma espontània, sense adonar-se. Tanmateix, els nens amb síndrome de Down no ho faran o ho faran de forma inadequada si no s'utilitzen amb ells programes adaptats a les seves peculiaritats.

La riquesa de la vida emocional de les persones amb síndrome de Down queda reflectida en l'enorme varietat de personalitats i temperaments que apareixen entre elles i en "l'antena emocional" que posseeixen per captar "l'ambient afectiu" que es respira., hi ha uns clars punts febles en l'àmbit dels sentiments que fan imprescindible l'aplicació de programes d'educació emocional.

La dificultat per a la comunicació lingüística, les complicacions per regular i inhibir les conductes, els bloquejos, la baixa autoestima, els soliloquis o la percepció de la seva pròpia discapacitat, requereixen d'una intervenció expressa. En tot cas, la capacitat de simular emocions és menor que en persones sense discapacitat, per la qual cosa solen mostrar-se més espontànies en la manifestació dels seus estats d'ànim.

Si les emocions són estats del subjecte, les persones amb síndrome de Down tenen una vida emocional tan rica com les altres, ja que els sentiments ens envaeixen, es fan amos de nosaltres; i elles viuen aquests afectes amb igual o major intensitat que les persones que no tenen síndrome de Down.

De tota manera, sense una intervenció sistemàtica, el seu nivell d'interacció social espontània és baix, per la qual cosa l'adquisició de les habilitats i l'autocontrol precis per actuar adequadament en tot tipus de situacions requereix d'un entrenament en la formació en el coneixement i el domini de les emocions, a fi d'ajudar-los a millorar en aquest terreny. Una major autosatisfacció personal, una ampliació de les seves interaccions socials o un més alt grau d'autocontrol, són alguns dels aspectes en què les seves vides es poden veure beneficiades.

La consciència d'un mateix és el primer pas per al control de les pròpies emocions. Probablement tinguem escàs control sobre el moment en què ens arrossegà una emoció, però sí es troba en la nostra mà el temps que romandrà amb nosaltres. Especialment, les emocions que porten a conductes inadequades com la ira, és convenient saber manejar-les.

La memòria que teniu davant recull el pla d'intervenció que he portat a terme a l'associació de Síndrome de Down de Lleida durant el Pràcticum II.

Es tracta d'un Programa d'Educació Emocional centrat en el control de la ira per a joves amb Síndrome de Down i d'altres discapacitats intel·lectuals, el propòsit del qual és que aquest grup de joves conegui i entengui de manera satisfactòria aquesta emoció i aprengui a com fer front i tractar-la quan aparegui, a través d'activitats en les que es treballen tant de forma teòrica com pràctica, diferents continguts sobre la ira.

A continuació, es descriu i s'analitza el context de la intervenció, es descriu el projecte, es realitza una fonamentació teòrica i legal, es defineixen les metes i els objectius, s'exposen les modificacions del pla de treball previst, s'expliciten les conclusions, les propostes i les referències bibliogràfiques. Per últim, s'adjunten annexos documentals.

2. CONTEXT DE LA INTERVENCIÓ: DESCRIPCIÓ I ANÀLISI

Per a poder entendre millor el pla d'intervenció és important poder descriure el context d'intervenció del centre de pràctiques per tal d'observar quins són els elements més rellevants d'aquest context d'intervenció que emmarquen el treball de la psicopedagoga en el centre de pràctiques.

A continuació, es descriuen els elements/dimensions més rellevants d'aquest context d'intervenció:

2.1. Missió, Visió i Valors

L'Associació lleidatana de Síndrome de Down (Down Lleida) va ser constituïda el 22 d'abril de 1995, com entitat sense ànim de lucre, fruit de la iniciativa d'un grup de



famílies amb l'objectiu de millorar la qualitat de vida de les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals, per tal de garantir la igualtat d'oportunitats i ajudar-les a incorporar-se de manera activa dins la societat partint de les capacitats de les persones per aconseguir la plena INCLUSIÓ.

A més, promouen la IGUALTAT D'OPORTUNITATS entre les persones amb o sense discapacitat, una equiparació real des de la solidaritat i el respecte en el si d'una societat tolerant i plural, l'objectiu de la qual és la inclusió de les persones amb síndrome de Down en els diferents àmbits socials.

Tal com queda regulat als estatuts, els fins de l'associació són:

- Facilitar serveis de recolzament, orientació i informació a les famílies de persones amb síndrome de Down a favor de la plena integració familiar, social i escolar de les persones amb síndrome de Down.
- Promoure l'atenció a persones amb discapacitat a través de projectes d'integració social, laboral, escolar, d'oci i de lleure, programes de salut i de vida independent.
- Promoure projectes de formació i inserció laboral, sempre que sigui possible, en empreses ordinàries i amb la modalitat de treball amb suport.
- Facilitar l'accés al mercat de treball de persones amb discapacitat intel·lectual, especialment aquelles amb la síndrome de Down, oferint el suport necessari per a cada cas.
- Fomentar polítiques de discriminació positiva que promoguin la inclusió social en tots els àmbits de les dones i homes amb discapacitat intel·lectual, especialment aquells amb síndrome de Down.

- Promoure i fomentar la implicació i participació del voluntariat en els fins de l'Associació.
- Constituir-se com a interlocutor amb l'Administració Pública, representant els seus membres en qüestions d'interès general o a petició dels mateixos. Gestionar subvencions davant els organismes competents de caràcter autonòmic, estatal o supranacional (públics o privats) per a obtenir els recursos necessaris pel seu funcionament.
- Establir i mantenir relacions de col·laboració amb d'altres entitats que tinguin objectius similars, trobades i intercanvis de professionals de diferents entitats de Síndrome de Down facilitant el coneixement de les diferents experiències que es duen a terme.

-Visió: Treballa per afavorir un canvi de mentalitat en la societat actual, en la manera de veure i considerar les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals. I també, busca assegurar l'excel·lència en l'atenció a les persones amb síndrome de Down proporcionant els recursos i suports necessaris.

-Valors:

- PROTAGONISME de les persones amb síndrome de Down.
- COMPROMÍS amb les persones amb síndrome de Down i les seves famílies.
- MILLORA CONTINUADA dels programes.
- EFICÀCIA mitjançant el treball en xarxa que asseguri un aprenentatge conjunt i un enriquiment mutu als professionals.
- TRANSPARÈNCIA informar a la societat sobre el destí final i els resultats de la inversió als diferents Programes.

2.2. Destinataris del servei

Persones amb síndrome de Down i d'altres discapacitats intel·lectuals i les seves famílies de la ciutat de Lleida i comarques i la franja d'Aragó. L'associació atén a tota la família des del diagnòstic prenatal i naixement de l'infant fins l'edat adulta.

En aquests moments, s'estan preparant per tractar també l'etapa d'envelliment d'aquestes persones.

2.3. Equip de treball

En l'associació intervenen un total de 14 professionals que treballen de forma transversal ja que implementen els seus projectes en les diferents etapes vitals dels usuaris de l'entitat.

- Psicopedagoga
- Dues psicòlogues
- Dues treballadores socials
- Tres integradors socials
- Educadora social
- Tècnica en relacions laborals
- Administrativa

A més, també intervenen d'altres professionals externs:

- Logopeda
- Musicoterapeuta
- Mestre d'Educació Infantil i Primària i psicopedagoga

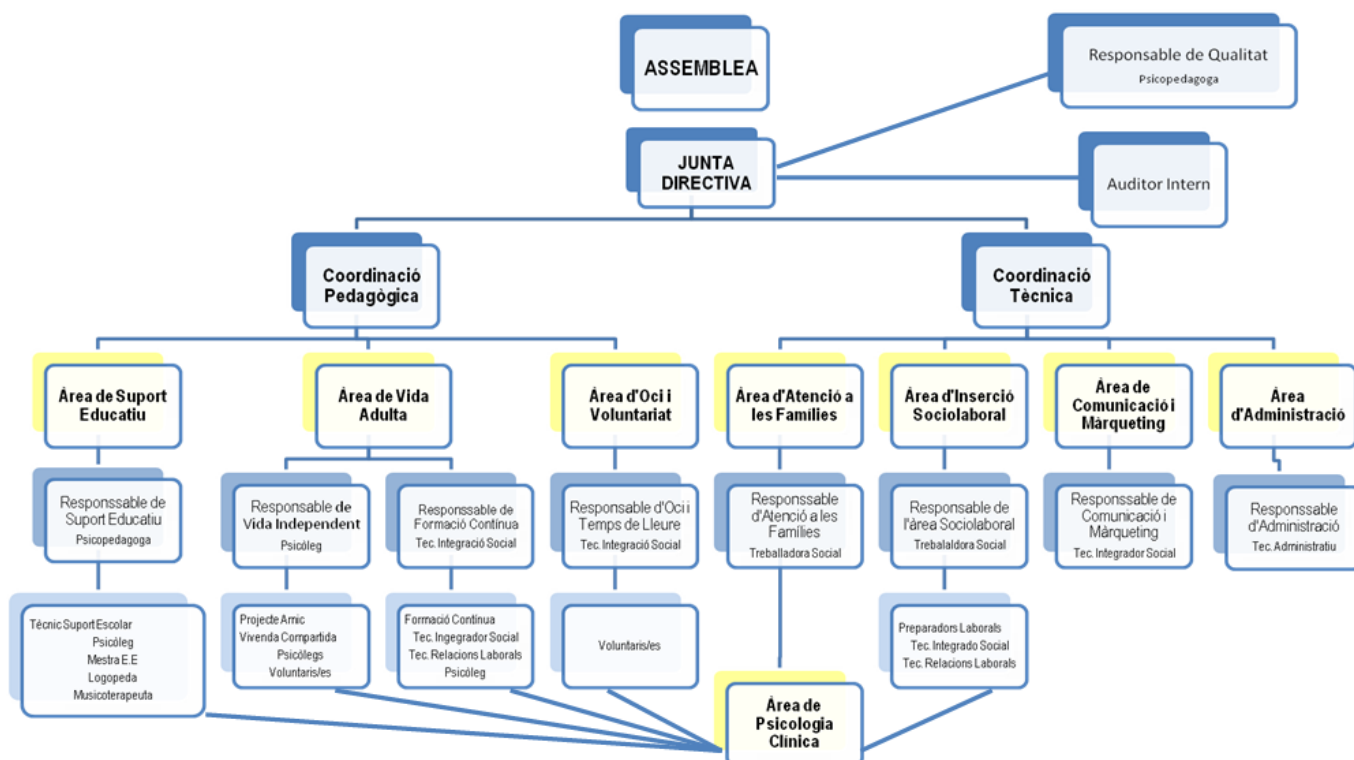
2.4. Serveis departamentals

- Atenció a famílies: La finalitat d'aquest Departament és informar, assessorar, orientar i donar suport a les famílies en tots aquells aspectes necessaris, tot buscant sempre la igualtat d'oportunitats per a les persones amb síndrome de Down.
- Atenció psicològica: Aquest servei té com a objectiu aconseguir un òptim ajust psicosocial de cada persona, fomentant la cooperació entre els seus familiars i/o tutors i els professionals de l'Associació.
- Educació: L'etapa educativa vol afavorir la inclusió de l'alumnat amb síndrome de Down en l'etapa escolar obligatòria, potenciant totes aquelles capacitats que els permetin una millor inclusió en els centres educatius ordinaris, així com col·laborar en la construcció ajustada de la seva personalitat.
- Oci i voluntariat: Gaudir del temps d'oci és un dels aspectes fonamentals en el concepte de qualitat de vida. Per aquesta raó a través d'aquest departament, l'Associació, organitza diferents activitats d'oci i lleure

pensades pel col·lectiu de persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals i les seves famílies, seguint la línia inclusiva vers la gestió autònoma del temps de lleure i utilitzant els recursos ordinaris.

- Vida independent: El *Projecte Desperta't* és un projecte en el qual joves amb capacitats diverses comparteixen espais d'aprenentatge on es persegueix que els joves puguin prendre decisions tot aprenent a ser més autònoms i independents, i acabar decidint com, on i amb qui volen viure en un futur. El *Grup de Joves Empoderats* pretén que joves amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals puguin gaudir d'un espai de discussió i debat sobre aspectes d'interès per a les seves vides, així com adquirir un major coneixement dels seus drets i deures com a ciutadans.
- Sociolaboral: *Integra XXI* és el projecte d'inserció socio-laboral per a persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals - majors de 16 anys - que manifesten el seu interès per treballar en empreses ordinàries. Els participants són part activa en tot el procés d'inserció i es treballa coordinadament amb la família, professionals externs i l'equip multidisciplinar de l'entitat.
- Comunicació: Aquest departament pretén sensibilitzar i difondre el missatge de respecte dels drets de les persones amb discapacitat intel·lectual, especialment amb síndrome de Down de Lleida, afavorint la inclusió en tots els àmbits de la vida per millorar la seva qualitat de vida i la de les seves famílies i a la vegada informar a la societat sobre el destí final i els resultats de la inversió als diferents Programes. El departament de comunicació, és juntament amb la resta de departaments i les pròpies persones amb síndrome de Down qui s'encarrega de donar una imatge real de les possibilitats i capacitats de les persones amb discapacitat intel·lectual.
- Formació contínua: És la formació transversal indispensable tant per mantenir les competències ja assolides, com per adquirir nous coneixements que els permetran ésser ciutadans actius, participatius i responsables. Adreçat a persones que han acabat la formació pre-laboral, estan en procés de recerca de feina i persones inserides en el món laboral. (Amb aquest grup de joves s'ha portat a terme el projecte de pràctiques).

2.5. Estructura organitzativa (organigrama):



2.6. Situació de la psicopedagoga en l'organigrama:

Com podem veure en l'organigrama, la psicopedagoga és responsable de:

-Coordinació Pedagògica: vetllar perquè els serveis d'atenció directa funcionin tant a nivell de grups, d'espais, de professionals, etc. Coordinar, supervisar i avaluar els projectes del departament de suport educatiu, vetllar per la puresa de la filosofia en els diferents projectes de l'entitat, coordinar els diferents professionals implicats en els projectes, etc. Traspassar la informació de l'equip de professionals a la Junta directiva de l'associació així com rebre la informació de la Junta Directiva i traspassar-la a l'equip de professionals. S'estableix una direcció bidireccional.

-Suport Educatiu: adreçat a infants i adolescents en l'etapa educativa des de l'Escola Bressol, passant per Primària i fins l'ESO amb l'objectiu d'afavorir, millorar i donar suport a les condicions socials, educatives i psicològiques del procés de inclusió de l'alumnat amb necessitats educatives especials als centres educatius ordinaris preferentment.

-Qualitat: vetllar pel funcionament del sistema de qualitat i millora contínua de l'associació. Coordinar i organitzar els processos de revisió i certificació de qualitat ISO. Vetllar perquè les decisions preses es duiguin a terme dins el sistema de qualitat i millora contínua. Recollir les propostes que li adrecin els professionals i membres de l'associació, fer-ne un estudi de la seva viabilitat o conveniència.

Com podem veure la psicopedagoga no solament contribueix a planificar i organitzar l'actuació educativa: plans, programes i projectes sinó que també realitza el disseny específic de l'actuació educativa i té una actuació directa en ella.

2.7. Instal·lacions i recursos materials

L'associació compta amb unes instal·lacions totalment adequades a les necessitats dels seus membres i assistents. Es compona de cinc espais:

L'aula grupal: dotada de projector, pissarra digital i pissarra magnètica amb el seu corresponent mobiliari en la que es porten a terme els diferents programes (d'infantil, primària, ESO, ...) i en la que he portat a terme les sessions del programa amb els joves.

L'aula d'informàtica i recerca de feina: dotada de dos ordenadors, en la que es guarda tot un ventall de material didàctic i jocs per als alumnes i es realitzen les sessions de logopèdia, suport educatiu...

També, compta amb una sala de reunions/despatx en la que es realitzen trobades amb les famílies, reunions entre professionals, atenció a practicants, voluntaris, etc.

Un despatx de tutories individuals en el que treballa la psicòloga i un altre en el que treballa l'administrativa.

La resta de professionals (psicopedagoga, educadors i integradors socials...) comparteixen el mateix espai dotat d'un total de vuit ordinadors.

Gràcies a totes aquestes instal·lacions els professionals i els/les assistents es troben en un ambient favorable de formació i treball.



Sala grupal

3. DESCRIPCIÓ DEL PROJECTE DE PRÀCTIQUES

Durant el Pràcticum I, vaig participar en el programa d'Educació Emocional que es portava a terme amb el grup de joves de "Formació contínua" de l'associació. Aquest programa consistia en treballar diferents emocions (empatia, frustració, ràbia...).

Al llarg d'aquest període vaig poder establir un context de col·laboració i identificar les necessitats dels agents de la intervenció.

La psicopedagoga/tutora de l'associació em va proposar que podria realitzar la meva intervenció en base a aquest programa per tal de tenir una continuïtat i coherència. Després d'observar els joves durant les diferents sessions, vam detectar que necessitaven aprendre a gestionar i controlar la emoció de la ira que tant es manifesta en moltes situacions del dia a dia.

Així doncs, vam decidir en consens realitzar la intervenció amb aquest grup d'edat i sobre el control de la ira ja que es tractava d'una necessitat prioritària per al grup de joves.

El programa d'educació emocional centrat en el control de la ira, té la finalitat de que el grup de joves coneguin i entenguin de manera satisfactòria aquesta emoció i aprenguin a com fer front i tractar-la quan aquesta aparegui.

Els objectius del programa són de gran interès, a la vista del problemes que actualment presenten el grup de joves. La descripció de la proposta d'intervenció és clara, en ella es detallen els objectius, els continguts i les activitats.

El programa té com objectius aprendre a regular, gestionar, canalitzar i positivament l'emoció de la ira, dotant els joves de les estratègies necessàries positives d'afrontament a la realitat.

Els continguts del programa corresponen als cinc components de la intel·ligència emocional, i es planteja per ser aplicat a un grup de 11 joves (7 noies i 3 nois) d'entre 18 i 30 anys, amb Síndrome de Down i d'altres discapacitats intel·lectuals, que han accedit al món laboral, estan en procés de recerca de feina o bé han acabat la seva formació acadèmica.

Es tracta d'un grup força heterogeni pel que fa a les edats i a les discapacitats intel·lectuals.

Aquests joves acudeixen a l'associació tots els dimarts a la tarda de 17:00 a 19:00 h, per tal de continuar formant-se tant per accedir al món laboral, com per a mantenir el lloc de treball i els ajuda a no perdre els aprenentatges assolits fins al moment i a potenciar l'adquisició de nous coneixements i habilitats.

Per a la recopilació d'informació s'han utilitzat mètodes i tècniques qualitatives (observació) així com quantitatives (qüestionari).

El programa ha estat desenvolupat a través d'una metodologia globalitzada i activa que ha permès la construcció d'aprenentatges emocionals significatius i funcionals. Per això, s'ha tingut en compte el principi d'atenció a la diversitat, procurant adaptar l'ajuda pedagògica a les característiques individuals dels joves.

Per tant, s'han creat experiències emocionals a partir dels coneixements previs dels joves, dels seus interessos i necessitats personals que han pogut ser generalitzables a d'altres contextos. Per aquest motiu, les activitats no han estat considerades com unes activitats tancades, sinó com un exemple o model per fer-ne adaptacions segons la pròpia realitat contextual.

El paper de la psicopedagoga ha estat el de mediatra de l'aprenentatge, motivant la participació i dinamització del grup, proporcionant seguretat als joves a l'hora de compartir experiències i amb una actitud oberta, flexible i empàtica.

El programa s'articula amb activitats molt convergents amb els objectius que es pretenen aconseguir amb la intervenció i consisteix exactament en portar a terme diferents sessions en les que es treballin tant de forma teòrica com pràctica, diferents continguts sobre la ira (el concepte, què provoca, els tipus d'ira, com i quan es manifesta, com gestionar-la, estratègies per regular-la, etc.).

Per tant, és un instrument que pretén potenciar els recursos emocionals per a una millor qualitat de vida i així evitar, en la mesura del possible, les disfuncions que es puguin produir o, si més no, prevenir la seva aparició.

A continuació, es fa una descripció concreta i detallada de les fases del projecte. Com es pot veure les fases del pla segueixen un ordre específic i han estat flexibles adaptant-se a les situacions que s'han anat desenvolupant durant la intervenció.

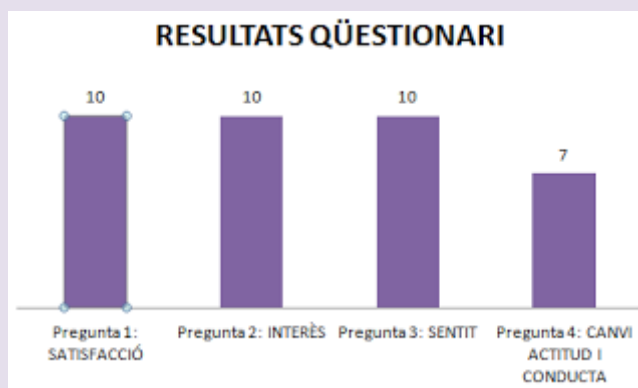
FASE 0: CONÈIXER, OBSERVAR I ANALITZAR LA DEMANDA DATA: Desembre/ Gener 2014 HORES: 25
<p>Objectius:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analitzar el context d'intervenció • Establir un context de col·laboració • Identificar i prioritzar necessitats dels agents d'intervenció <p>Destinataris: Psicopedagoga i grup de joves de l'associació</p>
ACTIVITATS I CONTINGUTS
<p>1. Reunió amb la psicopedagoga</p>
INSTRUMENTS O TECNIQUES
<p>1. Observació directa del context d'intervenció i de les característiques i necessitats dels destinataris</p> <p>2. Acta de la reunió amb els acords principals</p>
INDICADORS D'AVALUACIÓ
<p>1. Quantitat, qualitat i fiabilitat de la informació recollida</p> <p>2. Conformitat de la psicopedagoga sobre les necessitats detectades</p>
FASE 1 : DISSENY DEL PLA D'ACTUACIÓ DATA: Desembre/ Gener 2014 Del 1 al 15 de març HORES: 25
<p>Objectius:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fonamentar el programa: marc teòric en que es fonamenta la intervenció. • Formular els objectius: objectius a assolir per part dels destinataris. • Seleccionar els continguts a desenvolupar. • Triar les activitats i concretar el nombre d'activitats plantejades. • Concretar els recursos humans i materials necessaris. • Concretar la temporalització • Delimitar els destinataris • Definir els criteris d'avaluació <p>Destinataris: Psicopedagoga i grup de joves de l'associació</p>
ACTIVITATS I CONTINGUTS
<p>1. Entrevista inicial amb la psicopedagoga</p> <p>2. Reunió de coordinació i negociació amb la psicopedagoga</p> <p>3. Consulta bibliogràfica dels mòduls de les assignatures de Psicopedagogia</p> <p>4. Recollida, revisió i anàlisi del material existent a l'associació</p> <p>5. Recerca bibliogràfica de materials i recursos</p> <p>6. Elaboració de material (fitxes, Prezi...)</p>

7. Redacció del pla d'actuació
INSTRUMENTS I/O TÈCNIQUES
1. Acta de la reunió amb la psicopedagoga
INDICADORS D'AVALUACIÓ
1. Quantitat, qualitat i fiabilitat de la informació recollida 2. Conformitat de la psicopedagoga sobre el pla d'intervenció i el material escollit.
FASE 2 : IMPLEMENTACIÓ/DESENVOLUPAMENT DATA: Del 24 de març al 28 d'abril HORES: 44
Objectius: <ul style="list-style-type: none">• Posada en marxa del projecte dissenyat• Portar a terme les activitats programades
Destinataris: Psicopedagoga i grup de joves de l'associació

<p><u>SESSIONS</u> (Annex A)</p> <p><u>1a SESSIÓ</u> (Dimarts 24 de març 2015).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coneixements previs: Què en saben sobre la ira? • Explicació teòrica (Prezi) sobre la ira: definició, tipus, com, quan i per què es manifesta, comparativa...(annex F) • Pràctica: expressar una situació en la qual hagin experimentat ira <p><u>2a SESSIÓ</u> (Dimarts 7 d'abril de 2015).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recordatori sessió anterior i fitxa didàctica amb la definició de ira (annex C) • Explicació teòrica (Prezi) sobre les estratègies per controlar la ira • Pràctica: tècniques de relaxació i respiració <p><u>3a SESSIÓ</u> (Dimarts 14 d'abril de 2015).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recordatori sessió anterior • Visualització vídeo sobre la ira (annex F) • Debat sobre el vídeo • Pràctica: Role playing sobre situacions en les que s'experimenta ira i com actuar de manera correcta (annex D) <p><u>4a SESSIÓ</u> (Dimarts 5 de maig de 2015).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recordatori sessions anteriors • Qüestionari de valoració personal als joves (annex E)
<p>ACTIVITATS I CONTINGUTS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Reunions setmanals amb la psicopedagoga 2. Preparació dels recursos necessaris per a la realització de les activitats 3. Enregistrament fotogràfic de les sessions 4. Diari de pràctiques on anotar les activitats de cada sessió
<p>INSTRUMENTS I/O TÈCNiques</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Observació directa durant les sessions (graella d'observació) 2. Actes de les reunions amb la psicopedagoga
<p>INDICADORS D'AVALUACIÓ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar i comprovar la participació i motivació dels joves en l'obertura del projecte. 2. Valorar si les activitats han estat adequades i aplicables al grup 3. Valorar si s'afavoreixen els processos de reflexió sobre

l'experiència emocional per part dels joves 4. Valorar les intervencions realitzades com a psicopedagoga amb els joves i com m'he sentit davant d'ells.																				
FASE 3 : AVALUACIÓ/VALORACIÓ DATA: Del 5 al 25 de maig HORES: 20																				
Objectius: <ul style="list-style-type: none"> • Avaluació inicial: Aconseguir la major adequació de la intervenció prevista a les necessitats dels joves • Avaluació formativa: Ajustar continuat de les activitats i els materials utilitzats en la intervenció. • Avaluació sumativa: Constatar el nivell d'assoliment dels objectius i la corresponent presa de decisions sobre el mateix. 																				
Destinataris: Psicopedagoga i grup de joves de l'associació																				
ACTIVITATS I CONTINGUTS																				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Reunions amb la psicopedagoga de l'associació (abans, durant i després de la intervenció). 2. Buidatge de les dades dels qüestionaris 3. Valoració de la intervenció: funcionalitat, eficiència, eficàcia, viabilitat... 																				
INSTRUMENTS I/O TÈCNiques																				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Observació directa durant les sessions 2. Anàlisi de fonts: graelles d'observació, anecdotaris, fitxes... 3. Qüestionaris que recullin les opinions dels usuaris del programa 4. Acta de les reunions amb la psicopedagoga 																				
INDICADORS D'AVAlUACIÓ																				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Grau de satisfacció de les activitats realitzades per part dels usuaris del programa. 2. Valoració de la intervenció: impacte, efectivitat, sostenibilitat, transportabilitat, qualitat, funcionalitat, eficiència, eficàcia, viabilitat... 																				
RESULTATS QÜESTIONARI																				
Després de passar el qüestionari de valoració personal als 10 joves, es va passar a fer el buidatge de dades corresponent.																				
<table> <tr> <td>-Pregunta 1 SATISFACCIÓ:</td> <td>SÍ 10</td> <td>¿? 0</td> <td>NO 0</td> </tr> <tr> <td>-Pregunta 2 INTERÈS:</td> <td>SÍ 10</td> <td>¿? 0</td> <td>NO 0</td> </tr> <tr> <td>-Pregunta 3 SENTIT:</td> <td>SÍ 10</td> <td>¿? 0</td> <td>NO 0</td> </tr> <tr> <td>-Pregunta 4 CANVI</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ACTITUD I CONDUCTA:</td> <td>SÍ 7</td> <td>¿? 0</td> <td>NO 3</td> </tr> </table>	-Pregunta 1 SATISFACCIÓ:	SÍ 10	¿? 0	NO 0	-Pregunta 2 INTERÈS:	SÍ 10	¿? 0	NO 0	-Pregunta 3 SENTIT:	SÍ 10	¿? 0	NO 0	-Pregunta 4 CANVI				ACTITUD I CONDUCTA:	SÍ 7	¿? 0	NO 3
-Pregunta 1 SATISFACCIÓ:	SÍ 10	¿? 0	NO 0																	
-Pregunta 2 INTERÈS:	SÍ 10	¿? 0	NO 0																	
-Pregunta 3 SENTIT:	SÍ 10	¿? 0	NO 0																	
-Pregunta 4 CANVI																				
ACTITUD I CONDUCTA:	SÍ 7	¿? 0	NO 3																	

A continuació, podeu veure els resultats en forma de gràfic:



Com podem veure al gràfic de barres, tots els joves estan satisfets d'haver participat en el programa i tots ho han fet amb interès i trobant sentit a les activitats; mentre que solament 7 dels 10 joves han experimentat algun canvi en l'actitud i conducta després de participar en les activitats.

Algunes respostes han estat: ara penso i respiro abans d'actuar, tinc més paciència amb els companys, marxo a contar 10 minuts i després torno, intento calmar-me respirant profundament, ara abans d'enfadar-me amb la mare intento parlar les coses, etc).

Pel que fa a les dues últimes sobre el que més i menys els hi ha agradat val a dir que el que més ha agradat ha estat el "role playing" ja que es van divertir molt i es van implicar totalment representant les situacions i també el vídeo que van veure sobre la ira.

Respecte al que menys els hi ha agradat solament una jove ha contestat que les imatges a l'ordinador (part teòrica) ja que havien d'estar asseguts escoltant i no era tant lúdic. A la resta els hi ha agradat tot i no canviarien res.

4. FONAMENTACIÓ TEÒRICA I LEGAL

A continuació, es mostren els ciments i les bases teòriques que en sustenten el disseny i l'elaboració del treball, tot establint relacions significatives entre enfocaments, principis i conceptes nuclears.

4.1. Les emocions

Rafael Bisquerra (2010) defineix l'emoció com “un estat complex de l'organisme caracteritzat per una excitació o pertorbació que predisposa a una resposta organitzada. Les emocions es generen habitualment com a resposta a un esdeveniment extern o intern”.

A més, segons Bisquerra, aquestes ens serveixen per motivar la conducta de la pròpia persona, d'adaptació a l'entorn, ens informen sobre el que passa a un mateix o als altres i tenen una funció social que serveix per comunicar als altres com ens sentim.

4.2. Antecedents teòrics i conceptuals

L'any 1990 es va escriure el primer article científic sobre intel·ligència emocional, *Emotional Intelligence*, de Salovey i Mayer. Segons aquest, “la intel·ligència emocional consisteix en la habilitat para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios sentimientos” (Bisquerra, 2009)

L'any 1994 es va fundar el CASEL (*Consortium for the Advancement of Social and Emotional Learning*) per potenciar l'educació emocional i social a tot el món.

Gràcies a la publicació al 1995 d'*Emotional Intelligence* de Daniel Goleman aquest concepte va tenir una difusió espectacular ja que l'obra va arribar a ser best seller mundial. En l'obra, Goleman planteja la discussió entre ment i emoció d'una manera nova. Sempre s'havia considerat superior la ment, la part racional, per sobre de les emocions i Goleman fa el plantejament oposat.

Per Goleman (1995) la intel·ligència emocional consisteix en:

- Conèixer les pròpies emocions: Tenir consciència de les pròpies emocions, reconèixer un sentiment en el moment en què ocorre.
- Manejar les emocions: Manejar els propis sentiments per expressar de forma apropiada allò que sentim.
- Motivar-se a si mateix: Una emoció, com ja s'ha dit abans, ens fa moure i, per tant, l'hem de fer servir per motivar-nos, per ser productius i efectius en allò que emprenem.
- Reconèixer les emocions dels altres: Es podria resumir com empatia. Allò basat en el coneixement de les pròpies emocions, sintonitzant millor amb allò que senten els altres.

- Establir relacions: Relacions de bona qualitat, interactuant de manera acurada i efectiva amb l'altre, això comportarà lideratge, popularitat i eficiència interpersonal.

I els cinc components de la intel·ligència emocional enunciat per Goleman són:

- Autoconeixement
- Autocontrol
- Automotivació
- Empatia
- Habilitats socials

Durant els anys posteriors van sorgir més publicacions que recolzaven el treball fet fins ara.

-Salovey i Mayer durant el anys posteriors van refent el seu constructe global de la intel·ligència emocional estructurant-ho en un model de quatre habilitats interrelacionades.

>Percepció emocional: Habilitat per percebre, valorar i expressar emocions.

>Facilitació emocional del pensament: Habilitat per generar i arribar a sentiments per facilitar pensaments.

>Comprensió emocional: Habilitat per comprendre l'emoció i el coneixement emocional.

>Regulació emocional: Habilitat per regular les emocions per créixer emocional i intel·lectualment.

-Mayer, Salovey i Caruso (2001) parlen de la intel·ligència emocional des de tres perspectives: com a moviment cultural, com a tret de personalitat i com habilitat mental.

4.3. L'Educació Emocional

Aquest programa s'adhereix a la definició d'educació emocional aportada per Bisquerra (2010) que en el seu llibre *Educación emocional i bienestar* (2010) la defineix com:

Un procés educatiu, continu i permanent, que pretén potenciar el desenvolupament de les competències emocionals com a element essencial del desenvolupament humà, amb l'objectiu de capacitar-lo per a la vida i amb la finalitat d'augmentar el benestar personal i social.

L'educació emocional té com a objectius:

- Adquirir un millor coneixement de les pròpies emocions
- Identificar les emocions dels altres
- Denominar les emocions correctament
- Desenvolupar l'habilitat per regular les pròpies emocions
- Pujar el llindar de tolerància a la frustració
- Prevenir els efectes nocius de les emocions negatives
- Desenvolupar l'habilitat per generar emocions positives
- Desenvolupar l'habilitat d'automotivar-se
- Adoptar una actitud positiva envers la vida
- Aprendre a fluir

A més, aquest programa també té en compte l'Informe Delors (1998) que afirma que *l'educació emocional és necessària pel desenvolupament cognitiu i una eina fonamental de prevenció, ja que molts problemes tenen el seu origen en l'àmbit emocional.*

4.4. La ira

La ira és una de les emocions considerades bàsiques o primàries, és a dir, té caràcter innat, està present a gairebé totes les espècies i cultures i, a més, presenta una manifestació expressiva, adaptativa la qual cosa subratlla la seva utilitat adaptativa.

Però, han existit altres aproximacions que consideren que l'emoció d'ira no té un fonament biològic ni bàsic, assenyalant que les seves connotacions són socials i que es tracta d'un "síndrome" o "rol social transitori", culturalment determinat, "que escapa al mecanicisme fisiològic" (Averill, 1982, pàg. 3).

Més enllà d'aquesta consideració constructivista, l'opinió més generalitzada i compartida és la que considera que en l'emoció d'ira sí que hi ha una fonamentació biològica ineludible, ja que prepara a l'organisme per experimentar aquesta emoció davant la valoració d'un estímul o esdeveniment amb una significació d'ofensa o de menyspreu (Russell i Fehr, 1994).

Quant al terme d'ira en si mateix, són diverses les accepcions que posseeix, tant a nivell general com en l'àmbit de la Psicologia en particular, podent fer referència a un sentiment o experiència, a les reaccions internes del cos, a una actitud cap als altres, a una conducta agressiva o violenta, etc.

En termes generals, la ira s'associa amb la ràbia, enuig, ressentiment, fúria, irritabilitat, ultratge, còlera, indignació, hostilitat i, en extrem, amb la violència i l'odi patològics. No obstant això, totes les accepcions giren entorn de l'antiga idea formulada per Aristòtil en La Retòrica, on definia la ira com la creença que tenim d'haver estat indignament ofesos, el que ens produeix un gran sentiment de dolor, així com un desig o impuls de venjança.

Cabria la possibilitat també de considerar que l'emoció d'ira és com una resposta primària de l'organisme, que aquest produeix al veure's bloquejat en la consecució d'una meta o en la satisfacció d'una necessitat. I una definició més genèrica seria la qual fa referència a la ira com una emoció consistent en un estat afectiu d'indignació i ràbia provocades pel dany o l'ofensa infligits a nosaltres o a qui ens són estimats (indignació i ràbia, tant més intenses com més injustificats i gratuïts siguin el dany i l'ofensa), i que genera, si més no momentàniament, sentiments d'odi i desitjos de venjança.

En aquest marc de referència, el procés de valoració està relacionat amb el bloqueig d'una meta en vies de consecució i amb la frustració derivada de la impossibilitat d'aconseguir-la, a causa de l'acció d'algun element percebut per l'individu que realitza tal valoració. L'emoció d'ira també es desencadena quan el procés de valoració es troba associat al dolor i a la intensitat estimular.

De entre els diferents aspectes i factors relacionats amb el desencadenament de l'emoció d'ira, possiblement el qual té a veure amb la frustració que produeix la interrupció de la conducta dirigida cap a una meta sigui un dels que més ha estat investigat, així com el relacionat amb el control físic o psicològic. L'experiència o dimensió subjectiva de l'emoció d'ira, això és, el sentiment, és de caràcter negatiu o aversiu, doncs s'associa a la pèrdua d'alguna cosa positiva.

Efectivament, tenint en compte aquestes premisses, la influència cultural també es converteix en un factor essencial, si bé aquesta evidència no és incompatible amb la consideració de l'emoció d'ira des de la perspectiva biològica bàsica. És a dir, és relativament fàcil combinar la dimensió biològica de l'emoció d'ira amb les influències socials i culturals. Així, biològicament parlant, es produeix l'emoció d'ira quan un individu realitza una valoració sobre un determinat estímul, esdeveniment o situació, arribant a la conclusió que alguna meta o possessió - material o no material- es troba amenaçada per algun agent extern o per la pròpia incapacitat de l'individu. L'activació d'aquest mecanisme, que és adaptatiu, té connotacions biològiques.

Altra cosa seria davant quines situacions o esdeveniments i respecte a quines metes o objectius el procés de valoració produeix el desencadenament de l'emoció d'ira. És en aquest punt on influeixen els factors socials i culturals, doncs són aquests els quals estableixen davant quines situacions es produeix "l'ofensa" que dona lloc a l'emoció d'ira.

4.5. Legislació

Pel que fa a la fonamentació legal, tot seguit, es fa referència a les lleis, decrets i normatives que regulen el tipus d'intervenció i col·lectiu sobre el qual s'ha realitzat el programa.

En el nostre sistema educatiu trobem que es parla d'emoció per primera vegada a la Llei Orgànica d'Educació 2/2006 a l'article 71 "Se trata de conseguir que todos los ciudadanos alcancen al máximo desarrollo posible de todas sus capacidades, individuales y sociales, intelectuales, culturales y

emocionales”. Article 17 “Las Administraciones educativas dispondrán los medios necesarios para que todo el alumnado alcance el máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional”.

La LOE recull 8 competències bàsiques i, dins d'aquestes, trobem que dos d'elles fan referència a l'educació emocional: competència social i cultural i autonomia i iniciativa personal.

Segons l'informe Delors de 1996, l'educació emocional és indispensable per al desenvolupament global de l'infant i l'educació del segle XXI ha d'estar basat en 4 branques fonamentals:

-Aprendre a conèixer, aprendre a aprendre per poder aprofitar les possibilitats que ofereix l'educació al llarg de la vida i combinant una cultura general prou ampla amb la possibilitat de profunditzar els coneixements.

-Aprendre a fer per adquirir una competència que capaciti la persona per fer front a situacions i a treballar en equipo. També, aprendre a fer en el marc de les diferents experiències socials o de feina.

-Aprendre a viure junts desenvolupant la comprensió de l'altre i la percepció de les formes d'interdependència respectant els valors de pluralisme, comprensió mútua i pau.

-Aprendre a ser per a que floreixi millor la pròpia personalitat i s'estigui en condicions de fer més capacitat d'autonomia, de judici i de responsabilitat personal.

L'article 24 (Educació), de la Convenció sobre els drets de les persones amb discapacitat i protocol facultatiu de les Nacions Unides, recull:

Les persones amb discapacitat tenen dret a una educació en tots els àmbits al llarg de la seva vida. Per garantir aquest dret els estats han de vetllar perquè dins els centres les persones amb discapacitat puguin desenvolupar:

- La seva autoestima i personalitat.
- El seu talent i la seva creativitat.
- Les seves aptituds i capacitats mentals i físiques.

També cal assegurar que les persones amb discapacitat:

- Estiguin incloses dins l'educació general.
- Puguin accedir a l'ensenyament primari i secundari gratuït.
- Tinguin accés a l'educació superior, la formació professional, l'educació per a adults i l'aprenentatge durant tota la vida.
- Rebin suport i mesures per garantir la seva formació

4.6. Referents teòrics

Seguidament, s'exposen els referents teòrics en que es fonamenta la intervenció des de dos àmbits: el contingut i el procés de la intervenció.

Pel que fa al **contingut de la intervenció** podem dir que aquesta es basa en el model constructivista que entén el coneixement com una construcció dinàmica i col·lectiva en la que el jove esdevé el protagonista dels seus processos d'adquisició i l'aprenentatge resulta significatiu, funcional i contextualitzat adaptat a les característiques concretes dels joves en qüestió.

També, té en compte el model ecològic (Bronfenbrenner) que considera que el desenvolupament dels joves s'opera dins del context d'un sistema de relacions que conformen el seu entorn (microsistema, mesosistema, exosistema i macrosistema) i està relacionat amb la teoria sociocultural (Vigotski) que considera que l'aprenentatge és una construcció social en la que el context té un paper destacat (ZDP).

Per últim, es basa en un model inclusiu (Sanchiz, 2009) ja que dóna atenció a la diversitat de tot els joves i té en compte la singularitat de cada persona.

Quant al **procés d'intervenció** podem dir que dintre dels models d'orientació, el programa s'emmarca dins del model de programes (Bisquerra, 1998) ja que es realitza una intervenció directa sobre un grup davant necessitats detectades expressament mitjançant una avaluació prèvia de necessitats.

Aquest model de programes s'estructura en 5 fases diferenciades tal i com hem seguit:

- 1) Anàlisi del context
- 2) Formular objectius
- 3) Planificar activitats
- 4) Realitzar activitats
- 5) Avaluació del programa

Aquest model de programes permet el canvi de rol de l'orientador, considerant-se com un educador més de l'equip de professionals.

El programa també té en compte el principi preventiu, de desenvolupament, d'intervenció social i de normalització ja que concep la intervenció com un procés que ha d'anticipar-se a situacions que poden entorpir el desenvolupament integral de les persones i es respecta la singularitat de cada persona.

Segueix el model educacional constructivista i col·laboratiu (Monereo, 2003) ja que es treballa de forma col·laborativa arribant a objectius compartits amb la psicopedagoga i d'altres professionals. La psicopedagoga busca compartir responsabilitats i fer participar a tots els implicats en la intervenció. Aquest model comporta una planificació, desenvolupament i avaluació conjunta d'activitats centrades en les necessitats dels joves.

Per últim, té un enfocament interactiu on l'aprenentatge resulta d'un procés continu i dinàmic entre l'individu i les experiències que li aporten els diferents contextos.

4.7. Documents referents a la institució i subjectes

Pel que fa als documents referents a la institució i subjectes que han estat necessaris per a la intervenció destaquem els següents:

- Memòria Down Lleida (2014): Recull els trets d'identitat de l'associació: missió, organització, junta directiva i equip tècnic, distribució d'usuaris, departaments, propostes de futur, conveni de col·laboració, xifres econòmiques, projecció social, patrocinadors i col·laboradors...).
- Normativa de protecció de dades, d'imatges i de la propietat intel·lectual: ús d'imatges, publicació de dades de caràcter personal i de material que elaboren.
- Pla d'acció per a persones amb Síndrome de Down d'Espanya (2002-2006): el pla preveu el desenvolupament de les accions i mesures necessàries per potenciar la participació plena i activa de les persones amb síndrome de Down en la societat, garantir la igualtat d'oportunitats i de tracte, i proporcionar els recursos i suports necessaris per fer efectiva aquesta participació i igualtat plenes. Aquestes accions i mesures estan estructurades en una sèrie de programes d'actuació específics, orientats a la satisfacció de les diverses demandes.

5. METES I OBJECTIUS PREVISTOS

Pel que fa a les metes i objectius previstos, m'agradaria diferenciar entre els objectius propis i personals i els referents a la intervenció.

El meu primer objectiu era conèixer l'espai professional de la psicopedagogia en un context educatiu no formal i experimentar què significava la pràctica psicopedagògica, amb això vull dir conèixer en profunditat un centre d'aquestes característiques (context, professionals, metodologia de treball, programes, intervencions, usuaris...) i poder aplicar els coneixements adquirits al llarg dels estudis.

A més, la meua meta principal era poder portar a terme un pla de treball per a persones amb Síndrome de Down i d'altres discapacitats intel·lectuals dissenyat, implementat i avaluat per mi mateixa, aquesta era la meua il·lusió i la he pogut complir.

Per altra banda, també em marcava com a objectius adquirir habilitats i actituds pròpies de la tasca professional del psicopedagog, conèixer el tipus de problemes amb els quals s'enfronta en els diversos àmbits i situacions del dia a dia i el tipus de relacions que manté amb la resta de professionals.

Ara per ara puc dir que aquests objectius han estat complerts tot i que sempre hi ha coses per aprendre.

Una vegada establertes les bases teòriques en les que es fonamenten aquest programa i justificada la necessitat d'implementar un programa d'aquest tipus d'intervenció a l'associació, passem a exposar els objectius del mateix.

Els principals objectius que perseguíem amb l'aplicació d'aquest programa als joves eren:

Objectiu general

- Aprendre a regular, gestionar, canalitzar i positivar les pròpies emocions.

Objectius específics

- Aprendre a regular, gestionar, canalitzar i positivar les pròpies emocions.
- Prendre consciència dels motius que fan generar l'emoció de la ira i les emocions que acompanyen a aquesta.
- Aprendre a gestionar i transformar una emoció negativa en positiva.
- Connectar la gestió del control del cos i el pensament en situacions on esdevé la ira.
- Donar estratègies per regular la ira.

Com es pot veure, els objectius del programa són clars, concrets, realistes, coherents entre ells i de gran interès, a la vista del problema que actualment presenten el grup de joves.

Així doncs, la finalitat del programa era que el grup de joves conegués i entengués de manera satisfactòria la emoció de la ira i aprenguessin a com fer front i a tractar-la quan aquesta aparegués.

Tot plegat previndre dels efectes nocius de les emocions negatives com la ira i a la potenciació de les emocions positives com l'alegria, l'amor, la felicitat..., de cara a aconseguir un millor benestar personal.

6. MODIFICACIONS DEL PLA DE TREBALL PREVIST

Per començar podem dir que el pla de treball previst no ha sofert massa variacions tot i que al llarg del procés he anat trobant diferents dificultats que han provocat la modificació de les diferents fases del pla per tal d'adequar els diferents apartats al treball realitzat.

A continuació, s'exposen les modificacions realitzades pel que fa a diferents elements:

-Objectius: en un inici, el nombre d'objectius proposats era entre 8 i 10. Volia abastar massa i vaig plantejar objectius excessivament amplis i poc assumibles en el temps disponible. Després de parlar amb la psicopedagoga, vam acordar seleccionar els més adients i prioritaris i es van acotar fins a 6 objectius.

-Seqüència de les activitats: l'ordre de les activitats també ha estat modificat. En un principi, es va establir una seqüència que finalment ha hagut de ser reestructurada degut a la consecució de les sessions. Durant el procés, vam valorar que algunes activitats s'havien de fer abans que d'altres donant sentit i coherència als continguts.

-Temporalització: Degut a motius organitzatius de l'associació el programa solament podia tenir una durada de quatre setmanes (un mes aproximadament). Aquest fet va provocar que hagués d'ajustar-me pel que fa al nombre de sessions i activitats, als continguts a treballar, als objectius a aconseguir, etc. Personalment, m'hagués agradat fer almenys un parell més de sessions i així, poder profunditzar més en el tema de la ira.

-Assistència dels participants. Tot i que en la majoria de les sessions van assistir tots els joves, a l'hora de portar a terme la quarta sessió de valoració del programa es va haver de postergar un parell de setmanes degut a que alguns joves es trobaven de viatge d'imsero. i personalment preferia que estiguessin tots per poder fer i comentar el qüestionari tots alhora.

-Qüestionari de valoració personal: en un inici el qüestionari contemplava preguntes massa generals sobre el programa, però vaig creure convenient afegir preguntes més concretes que fessin referència a la modificació de conducta post-programa.

Tot seguit, podeu veure un quadre-resum que recull les principals modificacions estructurades per fases:

FASE 1: DISSENY	
PLA INICIAL	PLA FINAL
<p><u>Objectius inicials:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Desenvolupar l'habilitat de controlar les pròpies emocions. -Modificar actituds i comportaments a través d'estratègies i recursos. -Entrenar la comunicació assertiva i de qualitat en els diferents contextos. -Potenciar una actitud favorable davant el benestar personal. - Prendre consciència dels motius que fan generar l'emoció de la ira i les emocions que acompanyen a aquesta. - Aprendre a gestionar i transformar les emocions negatives en positives. - Connectar la gestió del control del cos i el pensament en situacions on esdevé la ira. - Afavorir el benestar personal i social. -Legitimar la presència i l'expressió de la ira dins dels diferents contextos: social, familiar, laboral... -Donar estratègies per regular la ira. <p><u>Temporalització:</u> 6 sessions</p>	<p><u>Objectius finals:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Aprendre a regular, gestionar, canalitzar i positivat les pròpies emocions. -Prendre consciència dels motius que fan generar l'emoció de la ira i les emocions que acompanyen a aquesta. -Aprendre a gestionar i transformar una emoció negativa en positiva. -Connectar la gestió del control del cos i el pensament en situacions on esdevé la ira. -Donar estratègies per regular la ira. <p><u>Temporalització:</u> 4 sessions</p>
FASE 2: IMPLEMENTACIÓ/DESENVOLUPAMENT	
PLA INICIAL	PLA FINAL
<p><u>Seqüenciació d'activitats inicial:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Coneixements previs: Prezi i fitxa. 2. Globus: expressar una situació en la qual hagin experimentat l'ira. 3. Vídeo i debat: 4. Rol playing: representar una situació en la que s'experimenti ira i com gestionar-la. 5. Relaxació: portar a terme tècniques de relaxació 	<p><u>Seqüenciació d'activitats final:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Coneixements previs: Prezi. 2. Globus: expressar una situació en la qual hagin experimentat l'ira. 3. Relaxació: portar a terme tècniques de relaxació. 4. Vídeo i debat. 5. Rol playing: representar una situació en la que s'experimenti ira i com gestionar-la 6. Qüestionari de valoració personal

<u>Temporalització sessions:</u> 1a sessió: 24 de març 2a sessió: 7 d'abril 3a sessió: 14 d'abril 4a sessió: 21 d'abril	<u>Temporalització sessions:</u> 1a sessió: 24 de març 2a sessió: 7 d'abril 3a sessió: 14 d'abril 4a sessió: 5 de maig
FASE 3: AVALUACIÓ/VALORACIÓ	
PLA INICIAL	PLA FINAL
<u>Qüestionari de valoració personal</u> 1. Estàs satisfet d'haver participat en les sessions del Programa d'Educació Emocional centrat en el control de la ira? 2. Has participat amb interès en les activitats? 3. Trobes sentit a les activitats que has realitzat? 4. Digues el que més i menys t'agrada't.	<u>Qüestionari de valoració personal</u> 1. Estàs satisfet d'haver participat en les sessions del Programa d'Educació Emocional centrat en el control de la ira? 2. Has participat amb interès en les activitats? 3. Trobes sentit a les activitats que has realitzat? 4. Digues el que més i menys t'agrada't. 5. Has notat algun canvi en la teva actitud i conducta després de participar en les sessions? En cas afirmatiu, digues quin. 6. Digues allò que canviaries.

Aquestes han estat les modificacions realitzades i com heu pogut veure no hi ha massa variacions del pla inicial, es tracten de modificacions relacionades amb temes d'organització de l'associació i aspectes puntuals del programa que s'han portat a terme per tal d'assegurar i millorar l'assoliment dels objectius de la intervenció, que per sort s'han pogut solucionar i que han permès una continuïtat normalitzada de la intervenció.

Val a dir que des d'un inici es va tenir en compte que qualsevol pla de treball és una guia que es pot modificar i es susceptible al canvi.

7. EXPOSICIÓ, ANÀLISI I DISSECCIÓ DELS RESULTATS

A continuació, es fa una exposició, anàlisi i dissecció dels resultats a través de les fases del projecte:

-Fase 1: La primera fase de disseny es va iniciar en el Pràcticum I, on a partir de les diferents reunions amb la psicopedagoga vam decidir sobre quins subjectes faríem la intervenció i vam establir el que va ser el primer esbós del pla d'actuació (fonamentació, objectius, continguts, activitats, recursos...) un cop identificades i prioritzades les necessitats dels agents de la intervenció. Durant aquesta fase també vaig elaborar el material a utilitzar per al projecte que respongués a les necessitats que plantejaven els agents i organitzar les sessions de forma seqüencial.

-Fase 2: La segona fase d'implementació/desenvolupament del projecte ja es va realitzar al llarg d'aquest Pràcticum II. En aquesta fase, es van portar a terme les quatre sessions amb les seves corresponents activitats programades. Ha estat la fase més extensa i en la que m'he trobat amb més dificultats que han provocat algun que altre desajust pel que fa a la execució de les sessions.

- Manca d'assistència dels participants
- Factors personals dels joves
- Problemes amb la pissarra digital
- Durada de les sessions curta
- Altres

-Fase 3: La tercera fase d'avaluació/valoració també s'ha realitzat en aquest pràcticum II i és la fase més recent de totes. En aquesta fase s'ha fet una valoració de la intervenció per part dels joves, de la psicopedagoga i per part meva.

Ha estat una fase difícil ja que s'ha hagut de comprovar el grau en què s'han assolit els objectius i la qualitat però, també m'ha servit per adquirir aprenentatges, tant a partir dels errors com de les bones pràctiques, amb la finalitat de millorar la forma de dur a terme nous projectes en el futur.

A continuació, es fa una avaluació exhaustiva del programa en base a les quatre categories de Stufflebeam (2002):

- IMPACTE: el grau de satisfacció manifestat per les persones que han estat directament implicades en la seva implementació (joves i psicopedagoga) ha estat molt positiu en tots els casos.
- EFFECTIVITAT: entenem que el programa ha resultat efectiu vistos els resultats extrets dels qüestionaris.
- SOSTENIBILITAT: el programa es pot mantenir de forma autònoma malgrat acabi les pràctiques a l'associació.

- TRANSPORTABILITAT: el programa d'educació emocional pot ser adaptat i aplicat amb èxit en qualsevol altre context. La flexibilitat del programa el fa adaptable a tot tipus de contextos, de tal manera que cada professional pot seleccionar les activitats que més li convinguin en funció de les necessitats que detecti en els seus alumnes.

Seguidament, podeu veure un seguit d'indicadors d'avaluació que he considerat important analitzar:

- Participació i motivació dels joves: Els joves han estat força participatius durant l'execució del programa. En les sessions, s'han mostrat oberts, col·laborant en tot moment i amb moltes ganes de fer les activitats.
- Objectius: els objectius establerts en el programa són congruents amb les necessitats detectades a partir de l'anàlisi efectuat.
- Continguts: Els continguts han estat els justos i necessaris. S'han seleccionat els continguts més importants i bàsics en base als objectius establerts.
- Activitats: Les activitats han estat adequades, aplicables al grup i han afavorit els processos de reflexió sobre l'experiència emocional per part dels joves. A més, han estat variades combinant tant la part teòrica com la pràctica.
- Recursos materials: La disponibilitat d'espais per dur a terme sessions d'educació emocional amb l'alumnat és molt correcte. L'associació disposa d'una sala suficientment espaiosa com per fer diferents tipus d'activitats. També disposa d'un ordinador, un projector i una pissarra digital.
- Temporalització: La temporalització no ha estat l'acordada prèviament. Per motius organitzatius de l'associació, el programa s'ha allargat un parell de setmanes més del compte. L'última sessió, es va realitzar més tard.

ALTRES INDICADORS:

ECONOMIA

- Eficiència: és la relació entre els seus costos i els resultats que s'han assolit. Aquest programa no ha comportat costos excessius per a l'associació solament el referent al material didàctic (fotocòpies en color).

RESULTATS

- Eficàcia: Sortides o resultats concrets dels diferents processos de treball o del conjunt del projecte. El nombre de sessions han estat les adequades i el nombre de participants també. Al tractar-se de 10 joves, s'han pogut fer activitats en grup la qual cosa ha donat més rendiment al programa.
- Efectivitat: Impacte assolit amb el projecte (grau en què s'ha resolt el problema plantejat inicialment). Podem dir que en la majoria dels casos, els joves han après a controlar la ira tot i que encara és aviat per veure els resultats.

QUALITAT

- Qualitat: ha de comprovar en quina mesura s'han satisfet les necessitats i les expectatives de les diferents parts interessades, i en particular, d'aquelles a les quals s'adreça el resultat. Per una banda, hem conegut els aspectes subjectius a través dels qüestionaris de valoració que es van passar als joves, per altra banda, hem conegut els aspectes objectius ja que s'han tingut en compte les dificultats o errors que s'han pogut trobar.

7.1. Com va evolucionar en el temps la pròpia “idea general” que teníeu abans de començar les pràctiques del treball d'un psicopedagog@ en aquest àmbit

En un inici el meu coneixement sobre el treball d'un psicopedagog en l'àmbit de l'educació no formal era força desconegut. Havia sentit a parlar però, realment no tenia clara ni la seva tasca ni les seves funcions. Les assignatures fins aleshores cursades havien anat sobretot encarades al treball del psicopedagog en l'àmbit de l'educació formal la qual cosa ha agreujat el meu desconeixement.

Personalment pensava que es tractava d'una persona que realitza diagnòstics, que dissenya intervencions educatives, que utilitza instruments i tècniques específiques, que està poc valorada socialment...em podia fer una mínima idea i no anava del tot mal encaminada.

La veritat és que aquesta ignorància encara em va motivar més a conèixer com treballava un psicopedagog en aquest àmbit i a endinsar-me totalment en un context real.

Amb el temps i gràcies al dia a dia a l'associació, aquesta idea ha anat canviant i ara puc dir que conec a la perfecció quin és el seu treball i pot ser aplicable a qualsevol psicopedagog de l'àmbit no formal.

La psicopedagoga representa una figura clau dins l'associació ja que fa d'engranatge entre els diferents sistemes (la família, l'escola i el propi alumne) per tal de portar a terme una intervenció integral.

No estem parlant d'un professor de repàs, sinó de l'encarregat d'oferir l'ajuda i les eines necessàries perquè l'alumne pugui treballar a diferents nivells: emocional (ex. autoestima), social (ex. adaptació) i educatiu (ex. tècniques d'estudi, planificació, organització, etc.). Amb la seva feina, els alumnes podran adquirir major autonomia ja que potencia els punts forts, coneix aquells aspectes on presenten més dificultats i intervé directament sobre ells afavorint la seva inclusió en qualsevol àmbit: educatiu, social, d'oci, etc.

A més, la seva tasca no es centra solament en l'alumne sinó que també ofereix una orientació i un assessorament a famílies i educadors per a que les accions que es realitzin en ambdós àmbits estiguin consensuades i es reforcin mútuament.

Per últim, destacar també que fa una gran tasca defensant la filosofia inclusiva en els centres educatius promovent la presència, la participació i el progrés de tot l'alumnat.

Així doncs, la seva figura representa una peça clau en l'associació tant pels usuaris (alumnes i famílies) com per la resta de professionals interns i externs que intervenen.

La psicopedagoga té la missió de detectar i atendre les necessitats i dificultats del nen/a així com potenciar les capacitats intervenint directament sobre aquestes. A més, proporciona orientació, suport, informació i formació a les famílies, facilitant eines, recursos i habilitats per intervenir, de forma activa, en el projecte de vida dels seus fills.

També, dóna suport educatiu per tal d'afavorir i millorar les condicions socials, educatives i psicològiques del procés de inclusió de l'alumnat amb necessitats educatives especials als centres educatius ordinaris preferentment i coordina i organitza els processos de revisió i certificació de qualitat ISO.

El seu treball es basa en un programa d'intervenció basat en la Planificació Centrada en la Persona (PCP) que abasta diferents àmbits i parts implicades (família, escola, activitats extraescolars...) i tot ho fa d'acord als estatuts de l'Associació i tenint en compte l'article 24 (Educació), de la Convenció sobre els drets de les persones amb discapacitat i protocol facultatiu de les Nacions Unides. I d'acord el Pla d'Acció per a les persones amb síndrome de Down d'Espanya.

D'entre les seves funcions destaquen:

-Coordinar l'àrea de suport educatiu de l'associació, els programes projectes, recursos i tècniques generats per a la intervenció psicopedagògica i les persones implicades en la mateixa.

-Vetllar pel compliment de la normativa corresponent a l'Educació Inclusiva.

-Sensibilitzar l'entorn de l'alumnat amb discapacitat (companys, claustre, personal subaltern, comunitat...).

I les seves tasques i activitats són:

-Col·labora estretament amb els centres escolars, visitant als docents de primària i secundària, exercint un gran suport als alumnes escolaritzats.

-Atenció directa amb l'alumnat: reforça l'aprenentatge escolar utilitzant metodologies i estratègies educatives que atenen les seves peculiaritats.

-Promou grups de coordinació entre professors d'una mateixa etapa, de diferents centres.

-Formació i assessorament a agents externs: escola de música, gimnàs, temps lliure, etc.

-Assessorament en dinàmiques, metodologies de treball i en l'elaboració de materials adaptats per l'alumnat.

-Elaborar materials curriculars adaptats a les necessitats de cada persona.

-Escola de pares i mares (tallers de comunicació i llenguatge, d'educació emocional...).

-Organitzar activitats de difusió: xerrades a diferents àmbits, concurs de redacció, jornades de formació professional, etc.

-Tallers de sensibilització per a grups d'alumnes dels centres educatius.

Així doncs, queda clar que la idea general que tenia sobre el treball del psicopedagog a l'educació no formal ha canviat totalment i que la meua percepció ha canviat gràcies a realitzar les pràctiques, a l'empatitzar amb ella i experimentar les dificultats que existeixen a l'exercir les funcions.

7.2. Com la comprensió de la situació inicial de la vostra intervenció va evolucionar a través del temps.

Tenint en compte que ja es partia d'un programa d'Educació emocional en el que s'havia treballat amb els joves emocions com la frustració, l'empatia, la tolerància... i detectades les necessitats dels mateixos ja que ens trobàvem davant d'un grup de persones que presentaven problemes a l'hora de controlar i gestionar la ira, vam decidir dur a terme una intervenció els objectius de la qual anaven encaminats a millorar el control de la ira.

En un inici, la majoria dels joves desconeixien aquesta emoció. Tots havien viscut una situació en la que havien experimentat ira però, no li havien posat nom a aquest estat ja que el confonien amb l'enuig i la ràbia, emocions molt lligades.

D'aquesta manera, es van tenir en compte el conjunt de coneixements previs dels joves, és a dir, els conceptes, concepcions, representacions i coneixements que han construït en les seves experiències prèvies.

Un cop definit el concepte d'ira, tots els van entendre i van compartir situacions i experiències en les que s'havien deixat portar per la ira.

Al llarg de les diferents sessions, aquest concepte es va anar ampliant ja que també es va exposar com, quan i per què es manifesta aquesta emoció, estratègies per controlar-la, mètodes d'extinció, mètodes per calmar-se...fins que es va arribar a un total coneixement d'aquesta emoció.

A partir d'aquí, el grup de joves ja estava preparat per aplicar i transferir tots aquests coneixements a la vida real, és a dir, a situacions del dia a dia en les que es pot manifestar aquesta emoció. Per tant, aquesta nova informació junt amb els esquemes de coneixements anteriors van crear en ells estructures que poden aplicar a la realitat.

Com podem veure, la situació inicial de la intervenció ha anat evolucionat a través del temps, poc a poc va anar agafant forma fins a la seva posada en marxa i posterior avaluació.

7.3. Quines mesures es van prendre a la llum de l'evolució

Pel que fa a les mesures que es van prendre a la llum de l'evolució destaquem les següents:

- Partir dels coneixements previs del grup de joves.
- Construir una xarxa de col·laboració entre els agents d'intervenció, la psicopedagoga i la resta de professionals.
- Proporcionar informació i eines que ajudessin al grup al desenvolupament de les competències emocionals.
- Proporcionar informació i estratègies que ajudessin al grup a la gestió, regulació i control de la ira en els diferents contextos (laboral, familiar, social...)
- Crear un ambient tranquil, de respecte i confiança durant les sessions.
- Portar a terme activitats tant de caire teòric com pràctic i que promoguessin la participació dels joves.

7.4. En quina mesura es van engegar les accions proposades. Com es plantava cara als problemes del pla de treball previst inicialment

Durant la fase inicial van aparèixer diferents obstacles, alguns d'ells previsibles i consubstancials al mateix procés d'aprenentatge com van ser:

-Temes i problemàtiques d'estudi massa amplis. En un inici volia abastar massa i plantejava objectius i continguts excessivament amplis i poc assumibles en el temps disponible. D'aquesta manera, vaig haver d'acotar la problemàtica d'estudi fins a fer-la viable i fixar conjuntament un calendari de treball realista.

-Excessiva varietat de temes, demandes, problemes amb els quals treballa: Abans d'iniciar l'anàlisi del context, vaig haver de triar entre diverses opcions i considerar-ne el positiu i el negatiu. Va ser en aquests moments de dubte quan la psicopedagoga, mitjançant la seva experiència i coneixements, em va ajudar a fixar la meua atenció en una opció concreta, plantejant-me preguntes, aportant dades, etc. fins arribar a la decisió final.

-Dificultats en la tria de les millors eines i accions. En un principi, personalment no sabia quines eren les accions concretes que havia de portar a terme. La psicopedagoga, a través del diàleg, la interrogació i la reflexió, i gràcies als coneixements adquirits fins ara en la resta d'assignatures, vaig descobrir quin era el camí que havia de seguir i quines eines i instruments podien ser els més adequats en cadascuna de les fases del treball.

Per tant, davant els problemes anteriorment exposats, es va tractar de buscar les solucions i alternatives més adients que no afectessin gaire el programa.

7.5. Els problemes que es trobareu utilitzant determinades tècniques d'intervenció i com es van resoldre.

L'ús de les diferents tècniques d'intervenció com han estat el qüestionari de valoració personal i l'observació directa a l'aula no han comportat problemes significatius.

Pel que fa al qüestionari de valoració personal solament comentar que es va haver de portar a terme dues setmanes més tard del previst per motius organitzatius de l'associació, la qual cosa va provocar que alguns dels joves no recordessin totes les activitats que havíem realitzat i vam haver de fer un recordatori. Per altra banda, també va resultar positiu ja que vam tenir més temps per comprovar si els joves havien notat algun canvi en la seva actitud i conducta després de participar en el programa.

Quant a l'observació, podem dir que com era l'encarregada de portar a terme les sessions (explicar i dirigir les activitats, resoldre dubtes...) juntament amb l'acompanyament de la psicopedagoga, vaig tenir alguns problemes ja que se'm va fer difícil haver de dirigir les activitats i observar els joves a la vegada.

Tot i que vaig anar prenent notes dels seus comportaments, actituds, reaccions etc, segurament em va passar per alt alguna cosa important.

En referència a d'altres tècniques específiques utilitzades en el programa com les tècniques per controlar la ira: relaxació i respiració i el role playing podem dir que els joves sempre es van mostrar oberts, receptius i participatius en les

propostes. Val a dir que el fet de treballar en grup també ha estat un factor clau en el programa ja que tots s'han sentit recolzats i integrats pels altres.

7.6. Qualsevol problema ètic que es va plantejar al negociar l'accés i adquisició de la informació i com es va intentar resoldre'l.

A l'hora de negociar l'accés i l'adquisició de la informació no hi va haver massa problemes. Des del primer dia, la psicopedagoga, em va deixar clar que s'havia de fer un ús restringit i totalment confidencial de la informació recollida.

Que com a futura psicopedagoga havia de ser cautelosa per impedir el seu coneixement i difusió per persones poc qualificades i guardar gelosament les dades i no divulgar-les sense el consentiment del client (membres de l'associació, joves....).

I per últim, que en el cas d'utilitzar les dades haurien de mantenir l'anonimat i solament podria utilitzar instruments tècnics amb el consentiment dels joves.

A partir d'aquí, aquest aspecte va quedar prou clar i sempre he identificat de forma exhaustiva i precisa tots els aspectes relacionats amb l'ètica i el marc deontològic de la professió, integrant-los de manera coherent a les meves reflexions i a la meva pràctica professional, tot mostrant que conec aspectes i conceptes instrumentals bàsics que ajuden a veure i resoldre problemàtiques ètiques.

Per tant, podem dir que he adoptat un comportament ètic amb les persones, l'associació i la pràctica professional, tant pel que fa als plantejaments teòrics com a la pràctica psicopedagògica, tot respectant i aplicant els principis i les normes deontològiques de la professió.

7.7. Qualsevol problema que es va plantejar al negociar amb la resta de membres del centre.

Personalment he tingut la gran sort de contar amb un equip de professionals que en tot moment s'han mostrat oberts a les meves propostes i m'han facilitat el meu treball. D'aquesta manera, no he tingut gaires problemes a l'hora de negociar amb la psicopedagoga i d'altres membres de l'associació.

Han estat flexibles pel que fa a les meves idees i propostes i s'han adaptat als meus horaris i dates establertes per la universitat, respectant en tot moment el meu benestar. Fins i tot la implementació del meu programa va suposar que haguessin de postergar els continguts que tenien programats pel mes d'abril.

La veritat és que tots plegats realitzen un gran treball amb xarxa i ja no solament amb els propis membres de l'associació sinó que també amb d'altres professionals de les diferents associacions de Síndrome de Down d'Espanya.

A més, tot ha estat consensuat amb la psicopedagoga. Em refereixo als passos, als recursos, al temps, als objectius, a les activitats, entre d'altres molts

aspectes. Aquest consens ha facilitat que no hi hagués malentesos o problemes difícils de solucionar.

Així doncs, he tingut la gran sort de contar amb grans professionals que m'han facilitat la meva tasca com a practicant.

8. CONCLUSIONS I PROPOSTES

A continuació, exposaré les conclusions que n'he pogut extreure de tot el període del Pràcticum II. Fan referència al programa, a l'educació emocional i als joves amb Síndrome de Down i d'altres discapacitats intel·lectuals.

PROGRAMA D'EDUCACIÓ EMOCIONAL

- El programa ha estat flexible, obert i contextualitzat a les característiques i circumstàncies particulars del centre on s'ha portat a terme.
- El programa ha estat coherent amb les necessitats detectades i el seu disseny ha resultat viable tot i que sempre es pot millorar.
- El programa ha tingut en compte els àmbits de l'educació emocional acordat prèviament.
- El programa ha contemplat les opinions dels agents .
- Els materials han estat adequats i útils en el procés de desenvolupament del programa.
- Els instruments d'avaluació han estat tant qualitius com quantitius i imprescindibles per a la valoració del programa.
- Els recursos, la metodologia i les dinàmiques de l'aula de caire participatiu i interactiu han estat prou encertades per portar a terme les activitats dissenyades.
- Els objectius i continguts són congruents amb les necessitats detectades, s'adeqüen a l'edat dels joves i a les seves característiques intel·lectuals.
- Les activitats han estat adequades, aplicables al grup i han afavorit els processos de reflexió sobre l'experiència emocional per part dels joves. A més, han estat variades combinant tant la part teòrica com la pràctica.
- Els resultats de l'avaluació han estat positius, els joves han manifestat un grau de satisfacció del programa positiu.
- El programa pot ser adaptat i aplicat a d'altres contextos i edats.
- El programa ajuda a desenvolupar competències emocionals.

EDUCACIÓ EMOCIONAL

L'educació emocional...

- Ha d'englobar tant l'àrea cognitiva com l'afectiva de l'alumne.
- És imprescindible per al desenvolupament integral de l'esser humà.

- Minimitza la vulnerabilitat de la persona: impulsivitat, ira, depressió...
- Ens ensenya a reconèixer les nostres emocions i a comprendre les dels altres mitjançant l'empatia, l'escolta activa, i el més important, la capacitat de discriminar entre qui sóc jo i qui és l'altre.
- Aporta eines per prevenir els efectes de les emocions negatives: estrès, ansietat, depressió i desenvolupa habilitats per generar emocions positives: sentit d'humor, autoconfiança, alegria benestar...
- L'educació emocional comporta l'aprenentatge i la pràctica d'estratègies cognitives, repertoris comportamentals, valors, habilitats socials i tècniques d'autocontrol que permetin als alumnes i alumnes saber viure satisfactòriament amb si mateix i amb els altres.

JOVES AMB SÍNDROME DE DOWN I D'ALTRES DISCAPACITATS INTEL·LECTUALS

- És necessari aplicar programes d'educació emocional a les persones amb síndrome de Down per proporcionar-los una formació integral.
- L'activitat formativa global dirigida cap als col·lectius de nens i joves amb síndrome de Down ha d'incloure continguts més amplis que els acadèmics com: habilitats socials, habilitats d'autonomia personal, entrenament per al control de la conducta, habilitats d'ordre socioafectiu i sexual i educació emocional.
- La discapacitat en si mateixa així com la percepció i grau d'acceptació que d'ella tingui el subjecte, pot produir un complex flux de sentiments i emocions intenses i ambivalents cap a un mateix i els altres, difícils de manejar i generadores d'estrès.
- L'aplicació del programa comporta beneficis per als joves.
- Un bon desenvolupament emocional constitueix una clau fonamental per a la INCLUSIÓ SOCIAL, atès que contribueix al correcte establiment de relacions interpersonals, a l'èxit en les relacions socials, personals i laborals.

ALTRES CONCLUSIONS

- La interacció entre el psicopedagog i l'aprenent sempre es produeix dins un context social.

- El psicopedagog ha de mantenir la confidencialitat en tot moment, tenir empatia, rigor, implicació, respecte, responsabilitat, organització, etc.
- El psicopedagog ha de guiar l'estudiant des dels seus coneixements previs, té una funció medidora.
- El psicopedagog "constructivista" tracta de potenciar el bon funcionament dels mecanismes i recursos propis de del centre i té la missió d'aconseguir desenvolupar al màxim les potencialitats del mateix situant-se en la Zona de Desenvolupament Institucional. (Monereo, Solé).
- El psicopedagog tracta de construir un context de col·laboració amb la resta de professionals en el que comparteixen el significat i el sentit de la intervenció psicopedagògica.
- L'alumne, el contingut i el docent/psicopedagoga conformen el triangle interactiu (Coll 1994), un element clau de tot sistema educatiu.
- L'avaluació ha de ser realista, constructiva i socialitzadora.
- Els alumnes han de ser els protagonistes del procés d'ensenyament-aprenentatge, han de participar i reflexionar implicant-se en la seva pròpia formació.

PROPOSTES DE MILLORA

En aquest apartat es presenten algunes idees com a propostes de millora per a l'educació emocional a l'associació. Aquestes es basen en els resultats i l'anàlisi que s'ha fet i per tant, pretenen servir d'orientació per cobrir algunes mancances que s'han detectat i que ja hem mostrat anteriorment.

- S'han d'aprofitar les situacions reals que s'esdevenen a l'aula per treballar les diferents competències emocionals, ja que des de la realitat la comprensió serà més efectiva.
- Fer sempre una reflexió sobre el que s'ha après per clarificar i consolidar els nous aprenentatges i també per motivar per continuar el procés d'aprenentatge.
- S'han de portar a terme activitats adequades i adaptades a les característiques dels subjectes (discapacitats) però, sense caure en l'error de fer-les massa simples i senzilles per por al fracàs.
- El llenguatge emprat durant les diferents sessions ha de ser fàcil i entenedor però, també s'han d'incloure paraules tècniques pròpies de la terminologia que s'està treballant.
- Seleccionar objectius realistes i clars, no voler abarcar massa objectius, valorar la qualitat per davant de la quantitat.
- Tenir alternatives sobretot amb l'ús de les noves tecnologies que sempre poden fallar.

- El programa ha d'estar obert a noves propostes i activitats i també a altres persones, en funció de les necessitats que es donin en el moment de ser aplicat en aquell grup amb el qual es vulgui treballar per tal de poder assolir els objectius proposats.

Per acabar, a mode de conclusió final m'agradaria comentar que el Pràcticum II, m'ha ajudat a aplicar i comprovar els meus coneixements teòrics, a entendre i solucionar problemes pràctics, a aprendre metodologies de treball, a desenvolupar competències variades, etc.

M'ha donat la oportunitat d'elaborar, implementar i avaluar un projecte d'intervenció psicopedagògica relacionat amb una situació real i conèixer i experimentar per mi mateixa tot el que implica portar a terme un projecte d'aquestes característiques.

També, m'ha fet reflexionar, a partir de les situacions pràctiques viscudes, sobre les funcions i les responsabilitats de la psicopedagoga i anar adquirint habilitats, actituds i procediments de treball pròpies de la mateixa.

A més, m'ha permès posar en pràctica tot el coneixement adquirit fins al moment en els estudis de les altres matèries ja que he estat constantment relacionant la teoria i la pràctica donant sentit realment a tot el que he anat aprenent al llarg de la llicenciatura.

Així doncs, la experiència que m'ha aportat aquest pràcticum ha estat increïble en tots els sentits. He hagut d'utilitzar de forma adequada uns coneixements previs i alhora experimentar per primer cop la globalitat del rol professional del psicopedagog ja que he viscut immersa en un entorn complex, amb regles pròpies, amb unes finalitats concertes, com és el món professional.

Gràcies a ell he après de la psicopedagoga, dels infants, dels joves, de les famílies, de la resta de professionals, etc. Tots ells m'han aportat coneixements, vivències...que mai oblidaré.

9. BIBLIOGRAFIA I WEBGRAFIA

- Associació Down Lleida. Recuperat de: <http://www.downlleida.org/>
- Badia, A.; Mauri, T. (2006): Les pràctiques psicopedagògiques en contextos d'educació no formal. A: A. Badia, T. Mauri i C. Monereo (coords) *La pràctica psicopedagògica en educació no formal: pp 33-59.*
- Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2000). Psicopedagogía de las emociones. Madrid: Síntesis.
- Castelló, M; Luque, A; Jiménez, I; Onrubia, J; Lago, J.R; Pitarque, I; Monereo, C. (2003). Funcions i àmbits d'intervenció de l'assessor psicopedagògic en les diferents etapes educatives. Barcelona: UOC
- Convenció sobre els drets de les persones amb discapacitat i protocol facultatiu. Nacions Unides. Recuperat de: http://benestar.gencat.cat/web/.content/03ambits_tematic/11discapacitat/2012_04_11_convencio_drets_persones_discapacitat_catala.pdf
- Davis M, McKay M, Eshelman ER. Técnicas de autocontrol emocional. Editorial Martínez Roca. Barcelona 1985.
- Echeita, G; Galán, M. i Rodríguez, V. (2000) *Necessitats educatives especials: definicions i respostes.* Educació especial (pp.01-84). Barcelona: UOC
- Gestión de la ira: IES Plaza de la Cruz: Recuperat de: <http://iesplazadelacruz.educacion.navarra.es/web/attachments/article/381/MANEJO%20DE%20LA%20IRA.pdf>
- Giné, C. i Mauri, T. (coords.) (2003). Anàlisi de casos. Barcelona: UOC.
- Huebner, Dawn (2010). Qué puedo hacer cuando estallo por cualquier cosa: un libro para ayudar a los niños a superar sus problemas con la ira. Madrid: TEA. Recuperado de: <http://www.juntadeandalucia.es/averroes/ceipcervantes/images/EnlacesTic2/educarvalores/Estallo.pdf>
- McKay, M. (2010). Guía práctica para controlar tu ira: técnicas sencillas para mejorar tus relaciones con los demás. Barcelona: Paidós
- Monereo, C. i Castelló, M. (2006): Un model per a l'anàlisi de contextos d'assessorament psicopedagògic en educació no formal. A. Badia, T. Mauri i C. Monereo (coords) *La pràctica psicopedagògica en educació no formal.*

- Monereo, C. (2003). *Models d'orientació educativa i intervenció psicopedagògica*. Barcelona: UOC.
- Pla d'Acció per a les persones amb síndrome de Down d'Espanya. Recuperat de: http://www.sindromedown.net/adjuntos/cPublicaciones/31L_plandeaccion1.pdf
- Soler, A. *Estrategias para el control de la ira*: Recuperat de: <http://www.albertosoler.es/resources/Blog/Estrategias-para-el-control-de-la-ira.pdf>
- Tenemos tanto que aprender. Lo que nos enseñan las personas con síndrome de Down. Revista síndrome de Down. Volumen 28 (4). Número 111, pág. 130-139. Diciembre 2011. Recuperado de: <http://www.downcantabria.com/revistapdf/111/130-139.pdf>

10. ANNEXOS DOCUMENTALS

ANNEX A)

PROGRAMACIÓ SESSIONS PROJECTE

1a SESSIÓ (Dimarts 24 de març 2015).

- Coneixements previs: Què en saben sobre la ira?
- Explicació tèorica (Prezi) sobre la ira: definició, tipus, com, quan i per què es manifesta, comparativa...
- Pràctica: expressar una situació en la qual hagin experimentat ira.

2a SESSIÓ (Dimarts 7 d'abril de 2015).

- Recordatori sessió anterior i fitxa didàctica amb la definició de ira.
- Explicació teòrica (Prezi) sobre les estratègies per controlar la ira.
- Pràctica: tècniques de relaxació i respiració.

3a SESSIÓ (Dimarts 14 d'abril de 2015).

- Recordatori sessió anterior.
- Visualització vídeo sobre la ira.
- Debat sobre el vídeo.
- Pràctica: Role playing sobre situacions en les que s'experimenta ira i com actuar de manera correcta.

4a SESSIÓ (Dimarts 5 de maig de 2015).

- Recordatori sessions anteriors
- Qüestionari de valoració personal
- Conclusions
- Avaluació

ANNEX B)

RECULL D'ACTIVITATS PROGRAMA

1ª SESSIÓ	ACTIVITAT 1: QUÈ EN SABEU SOBRE LA IRA?
OBJECTIUS	-Detectar coneixements previs dels joves sobre la ira. -Conèixer el concepte d'ira, quan i com es manifesta, què provoca...
DESCRIPCIÓ	Es presenta i s'introdueix el tema de la ira preguntant: què enteneu per ira?? a què us sona?? què vol dir? Entre tots es fa una pluja d'idees i s'apunten a la pissarra. Posteriorment, es fa una explicació teòrica amb el Prezi sobre la ira (definició, tipus, com, quan i per què es manifesta, comparativa...) i se'ls demana que expressin una situació en la que hagin experimentat ira.
RECURSOS MATERIALS	Pissarra digital, projector, presentació Prezi sobre la ira.
VALORACIÓ	Els joves es van mostrar molt participatius, en tot moment van expressar les seves experiències, opinions...tot i que com a tots els grups, van haver joves que van parlar per pròpia iniciativa i d'altres als que vam haver de preguntar. Val a dir que fins i tot la sessió es va allargar una mica més del compte... A més, vaig poder veure que hi ha una líder al grup, la qual no va parar de donar la seva opinió i fins i tot en algun moment, se li va haver de dir que deixés parlar els companys. Em vaig sorprendre de la quantitat de coses que ja sabien i de la rapidesa a l'hora de posar exemples i explicar les seves experiències. També, comentar que en algun moment puntual de la sessió, marxaven una mica del tema explicant coses que no venien al cas i el vam haver de reconduir. En general, va estar una bona sessió i vaig sortir contenta i satisfeta de com havien respost els joves en aquesta primera sessió.
SUGGERIMENTS	-Calcular millor el temps ja que la sessió es va allargar més del compte. -Disposar d'un Prezi alternatiu en cas de problemes tècnics.
2ª SESSIÓ	ACTIVITAT 2: QUÈ FEM PER CONTROLAR LA IRA?
OBJECTIUS	-Conèixer les estratègies per controlar la ira, els mètodes d'extinció i els mètodes per calmar-se. -Practicar els mètodes per calmar-se. -Conèixer i expressar en quina situació o situacions poden arribar a patir un atac de ira.
DESCRIPCIÓ	La sessió començarà amb un recordatori de la sessió anterior a partir d'una fitxa didàctica en la que es recullen els conceptes treballats i amb el suport digital del Prezi. A continuació, s'introduiran els continguts de la segona part del Prezi (estratègies, mètodes...) i s'explicaran punt per punt. Seguidament, practican els mètodes per calmar-se i per últim, expressaran i compartiran amb els companys/es en quina situació o situacions poden arribar a patir un atac de ira.

RECURSOS MATERIALS	Pissarra digital, projector, presentació Prezi sobre la ira, fitxa didàctica sobre la ira.
VALORACIÓ	L'actitud i comportament que estan tenint els joves durant les sessions és immillorable. Es van mostrar molt participatius i no paren de xerrar. En tot moment explicaven les seves vivències sense cap vergonya i alhora reflexionaven tot adonant-se de que la ira no els pot arribar a descontrolar, que tot està en el pensament, en la manera de com veiem i ens prenem les coses. Comentar que solament acabar la sessió ja van preguntar que es faria la propera setmana, la qual cosa denotava que estaven força motivats i que tenien ganes de més. La valoració global és positiva.
SUGGERIMENTS	-Procurar no ferir la sensibilitat dels joves -Utilitzar una mida de lletra gran tant pel Prezi com per la fitxa. -Utilitzar imatges il.lustratives del que s'està treballant.
3ª SESSIÓ	ACTIVITAT 3: TREBALLEM LA TÈCNICA DEL "ROLE PLAYING"
OBJECTIUS	-Recordar els conceptes de la ira treballats fins al moment. -Visualitzar una història en la que es manifesta la ira -Conèixer i aplicar la tècnica del "role playing". -Representar una situació en la que es deixen portar per la ira i una altra en la que actuen correctament.
DESCRIPCIÓ	La sessió començarà amb un recordatori dels continguts sobre la ira que s'han estat treballant fins al moment, es faran preguntes als joves per tal de comprovar si van assolint els continguts. Tot seguit, es reproduirà el vídeo: "La ira, como manejarla?", i posteriorment es realitzarà un anàlisi amb preguntes del vídeo. En la segona part, els joves dividits en dos grups, i utilitzant la tècnica del "Role playing" hauran de simular i representar dues situacions en les que la ira és la protagonista.
RECURSOS MATERIALS	Pissarra digital, projector, vídeo: "La ira, como manejarla?", càmera de vídeo
VALORACIÓ	Els joves van gaudir al màxim, va estar divertidíssim, van riure molt jo també inclosa, molt i sobre tot van representar els personatges a la perfecció. Es van posar en la seva pell i van simular la història com si es tractés d'una història real. L'objectiu d'aquesta activitat va estar més que complert. Els joves van poder portar a la pràctica i viure en pròpia persona una situació en la que es deixessin portar per la ira i contràriament, una situació en la que el pensament s'anticipés a l'acció. Aquesta sessió va ser la més lúdica i divertida de totes i m'emporto un gran record. La valoració és positiva.
SUGGERIMENTS	-Tenir en compte l'espai de l'aula, millor gran ja que els joves han de practicar i fer la representació. -Fer una divisió dels grups equitativa i tenir en compte les personalitats dels subjectes (obert, tímids, vergonyosos...) -Inventar les situacions per representar tenint en compte els gustos dels subjectes per tal de motivar-los (futbol, motos...)

4ª SESSIÓ	ACTIVITAT 4: QUÈ OPINES DEL PROGRAMA?
OBJECTIUS	<ul style="list-style-type: none"> -Recordar els conceptes treballats fins al moment. -Conèixer les opinions dels joves respecte el programa -Avaluar els seus efectes
DESCRIPCIÓ	<p>En la primera part, es farà un recordatori dels conceptes treballats sobre la ira. En la segona part, es passarà als joves un qüestionari de valoració personal, totalment anònim, en el que hauran de respondre les preguntes plantejades amb total sinceritat. Posteriorment, es realitzarà un buidatge de les dades.</p>
RECURSOS MATERIALS	<p>Qüestionari de valoració personal</p>
VALORACIÓ	<p>La sessió va anar força bé, tot i que ja feia un parell de setmanes que es va realitzar la última, els joves recordaven tot el que havíem treballat. Es va fer el qüestionari tots a la vegada, llegint les preguntes i responent tots a l'hora. Entre tots van comentar les preguntes, i recordaven amb emoció les activitats que havien fet sobretot la del "role playing" que va ser tan divertida per ells. Realment, es van mostrar molt sincers donant cadascú la seva opinió.</p>
SUGGERIMENTS	<ul style="list-style-type: none"> -Fer alguna pregunta més concreta, no tan general. -Intentar que no es mirin les respostes els uns als altres per evitar copiar.

ANNEX C)FITXA DIDÀCTICA ACTIVITAT 2

Educació emocional
2014-2015



Curs:

NOM: _____

DATA: _____

LA IRA**Què és?**

És una resposta d'enuig i d'irritació, provocada per algun fet, que segons la nostra percepció no ha respectat els nostres drets i ha atacat la nostra autoestima o dignitat personal

Què provoca?

- Fa que diguem coses que en realitat no volem dir
- Fa que fem coses que mai faríem si estiguéssim calmats

Quan es manifesta?

- Quan les coses no surten com nosaltres volem
- Quan algú no ens tracta com creiem que ho mereixem

Com es manifesta?

- Fisiològicament: augment de pulsacions, pressió, tensió muscular...
- Conductualment: amenaces, crits, punys tancats, cops o empentes...
- Cognitivament: Ganes de pegar o trencar alguna cosa, sentiments de ràbia i frustració...

ANNEX D)SITUACIONS “ROLE PLAYING” ACTIVITAT 3SITUACIÓ 1

-ESCENARI: Esteu al bar mirant el partit del Barça-Madrid.

-PERSONATGES: uns són fans del Madrid, i els altres del Barça.

-HISTÒRIA: esteu mirant el partit del Barça-Madrid i als 10 minuts, el Madrid fa un gol.

Els del Madrid s'aixequen de la cadira i comença a cridar: Visca!! Toma ja!!! Oeoeoeoe!!

Els del Barça comencen a cridar fora!!! Aquest gol no val!! Madrid podrit!

Manera incorrecta: Es comencen a cridar entre tots i s'acaben barallant.

SITUACIÓ 1

-ESCENARI: Esteu al bar mirant el partit del Barça-Madrid.

-PERSONATGES: uns són fans del Madrid, i els altres del Barça.

-HISTÒRIA: esteu mirant el partit del Barça-Madrid i als 10 minuts, el Madrid fa un gol.

Els del Madrid s'aixequen de la cadira i comença a cridar: Visca!! Toma ja!!! Oeoeoeoe!!

Els del Barça comencen a cridar fora!!! Aquest gol no val!! Madrid podrit!

Manera correcta: Amb molt respecte, tots accepten el gol del Madrid i no s'alteren ni comencen a cridar.

SITUACIÓ 2

-ESCENARI: Esteu dinant en un restaurant celebrant un aniversari.

-PERSONATGES: joves i cambrer

-HISTÒRIA: esteu dinant en un restaurant celebrant un aniversari, ho esteu passant molt bé i quan ve el cambrer a portar els postres, li cau sense voler, tot el pastís a sobre d'un jove i es taca tota la samarreta.

Manera incorrecta: Els joves comencen a riure quan el veuen tot tacat de xocolata i comencen a dir: alaaa!!! Però que fa aquest cambrer?? Que malament!!!! Ja li val!!! Mira com t'ha posat!

El jove es comença a alterar com el foc, s'aixeca de la cadira molt enfadat, comença a cridar, i li diu al cambrer què fas??? Què ets tonto??? Mira com m'has posat!!! Ara què faig???

SITUACIÓ 2

-ESCENARI: Esteu dinant en un restaurant celebrant un aniversari.

-PERSONATGES: joves i cambrer

-HISTÒRIA: esteu dinant en un restaurant celebrant un aniversari, ho esteu passant molt bé i quan ve el cambrer a portar els postres, li cau sense voler, tot el pastís a sobre d'un jove i es taca tota la samarreta.

Manera correcta: Els joves no riuen de la situació, es queden tranquils i li diuen al jove: tranquil, no passa res ara anem al lavabo i ho netegem, no et preocupis. El jove li diu al cambrer: tranquil, ha estat un accident, no ho volia fer, perdona de veritat. I li dóna una tovallola.

ANNEX E)QÜESTIONARI ACTIVITAT 4Educació emocional
2014-2015

Curs:

QÜESTIONARI DE VALORACIÓ PERSONAL DEL PROGRAMA

<u>NOM:</u>	
<u>EDAT:</u>	

Després, d'haver participat en el programa d'educació emocional centrat en el control de la ira, ens agradaria conèixer la teva opinió responnent de forma sincera aquest qüestionari.

1. Estàs satisfet d'haver participat en les sessions del Programa d'Educació Emocional centrat en el control de la ira?

SI ¿? NO

2. Has participat amb interès en les activitats?

SI ¿? NO

3. Trobes sentit a les activitats que has realitzat?

SI ¿? NO

4. Has notat algun canvi en la teva actitud i conducta després de participar en les sessions? En cas afirmatiu, digues quin.

SI ¿? NO

5. Digues el que més t'agrada't.

6. Digues el que menys t'agrada't o allò que canviaries

ANNEX F)

ENLLAÇOS MATERIAL ONLINE PROGRAMA

- Prezi sobre la ira

<https://prezi.com/noesvhz2pn9r/la-ira/>

- Vídeo representatiu sobre la ira: La ira como manejarla?

<https://www.youtube.com/watch?t=12&v=m-Ps2zxIFcs>

ALTRES ENLLAÇOS

- Blog diari de pràctiques

<http://sarapraciticumpsicopedagogia.blogspot.com.es/>