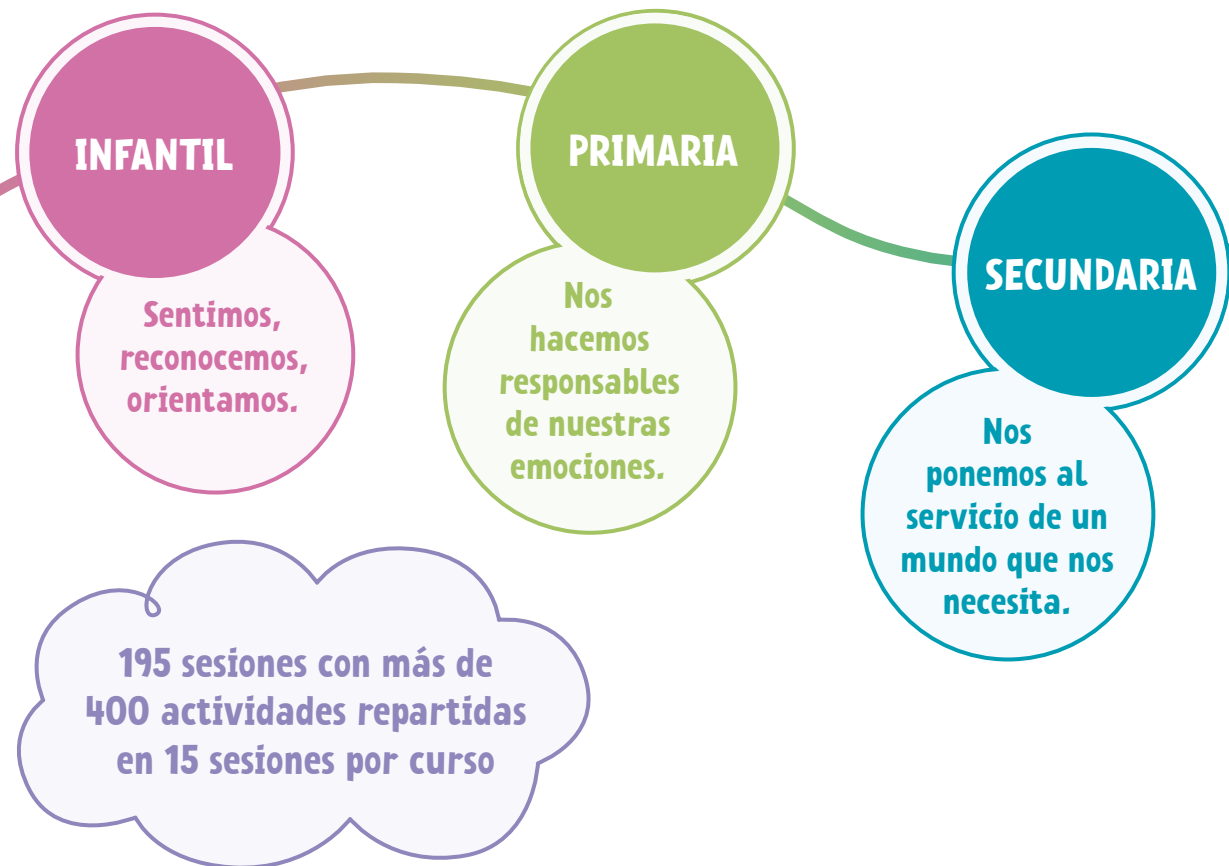




Es una propuesta de trabajo de las **competencias emocionales** en el aula de manera rigurosa, medida y atendiendo a la edad del alumnado.

Su objetivo es dotar al alumno de **estrategias para gestionar su vivencia emocional**, para crecer en su **autoconocimiento**, para avanzar en la **conexión con el otro** y para establecer una relación positiva con los **retos y propósitos** que llenan sus vidas.



### LAS AUTORAS DEL PROGRAMA:

Laia Mestres y Anna Prats son autoras del programa Look Inside. Ambas han liderado el programa en la Fundació Dominiques de l'Ensenyament, donde llevan más de 4 años implementando el trabajo de la educación emocional en todas las etapas educativas con unos resultados exitosos.



Laia Mestres



Anna Prats

### MÁS INFORMACIÓN:



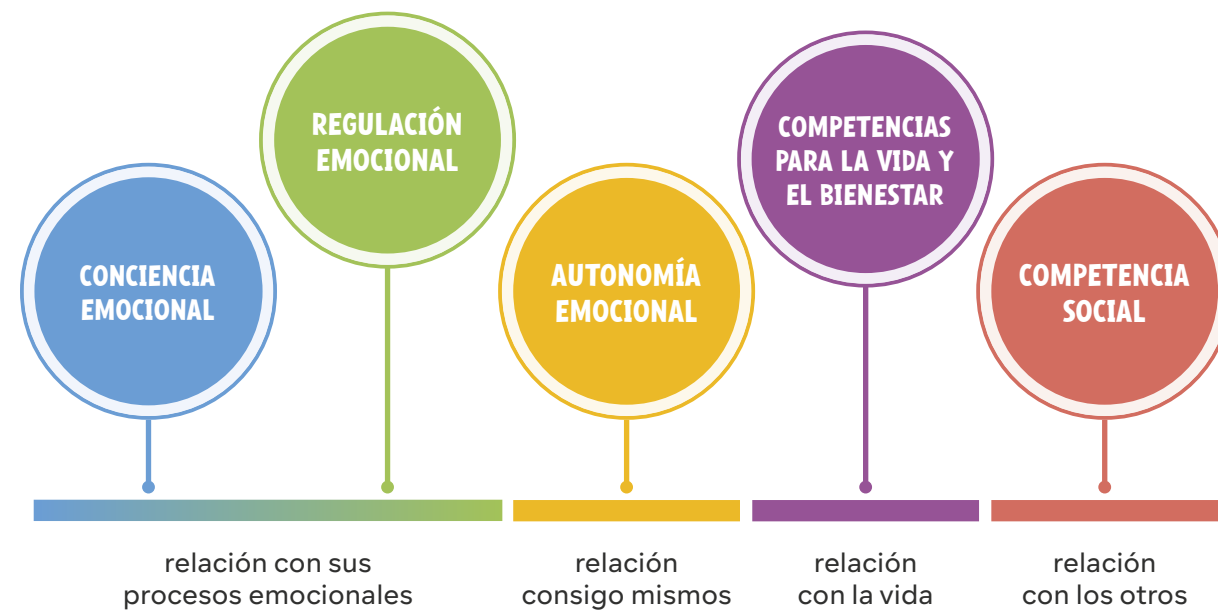
Programa de Educación emocional

INFANTIL  
PRIMARIA  
SECUNDARIA



## La competencias emocionales de LOOK INSIDE

El programa está basado en el desarrollo de 5 competencias emocionales, según el modelo de competencias emocionales del GROU (grupo de investigación y orientación psicopedagógica) de la Universidad de Barcelona.



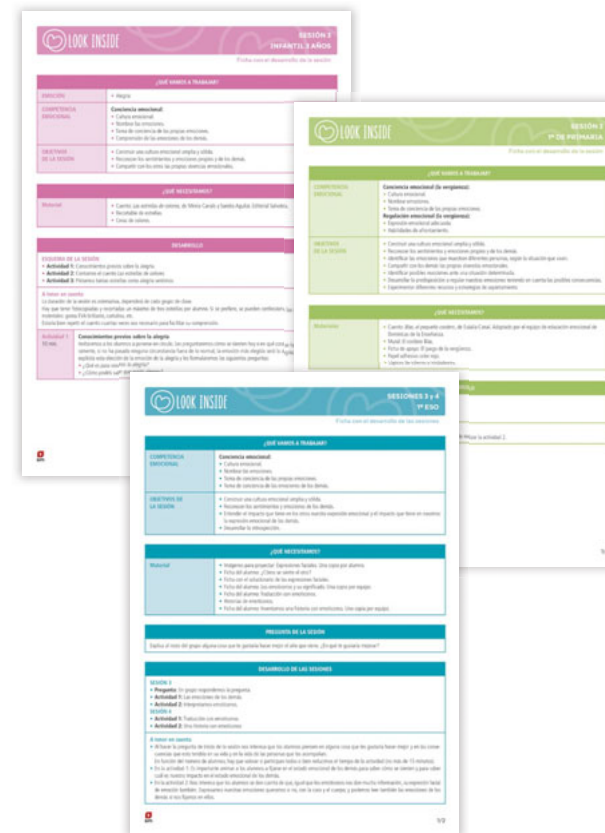
Look Inside nace del aula, con materiales utilizados, evaluados y mejorados a través del trabajo con alumnos de diferentes escuelas.

## Trabajo con LOOK INSIDE

Se trata de un programa en formato digital, estructurado en 15 sesiones, que se trabajan a través de:

- **Ficha con el desarrollo de cada sesión:** programación de competencias y objetivos, y actividades muy pautadas.
- Todo lo necesario para llevar a cabo las actividades en el aula: **fichas para el alumno, recortables, murales, presentaciones, propuesta de lecturas...**

### Fichas de sesión



### Fichas del alumno



- Una **guía por etapa**, con las claves del proyecto y la programación completa.
- Un **medidor emocional** por etapa con orientaciones de uso.
- **Registros de observación** por curso para evaluar la adquisición de los objetivos.
- **Comunicados a las familias** para hacerles partícipes del proyecto y para que participen en algunas actividades.



### Mural para el aula

