

CONTES PER EDUCAR LES EMOCIONS

Esteve Pujol i Pons (elspujol@copc.cat)
Rafel Bisquerra Alzina (rbisquerra@ub.edu)

RESUM:

Els contes són un bon recurs per a l'educació emocional. S'han elaborat vint contes per ajudar, de manera entretinguda, al creixement de les competències emocionals entre els sis i els tretze anys. Per a l'elaboració s'ha seleccionat una emoció i s'ha redactat un conte per treballar-la. Per a cada conte hi ha una introducció al tema, després el conte i finalment elements per a la reflexió i educació sobre l'emoció treballada en el conte.

OBJECTIUS:

Elaborar una col·lecció de contes per contribuir al desenvolupament de les competències emocionals.

Potenciar i facilitar que cada conte ajudi l'educador –familiar o professional– a reforçar els diversos aspectes que componen les competències emocionals.

Estructurar els contes de forma coherent, d'acord amb un model teòric, de tal forma que al final se'n pugui derivar un material compacte que pugui ser publicat amb el títol d'*El gran llibre de contes per educar les emocions*.

METODOLOGIA PER A L'ELABORACIÓ DELS CONTES

S'ha estructurat el contingut en quatre gran apartats: consciència emocional, regulació emocional (autocontrol), autonomia emocional (automotivació), competències socials (consciència i regulació emocional en relació amb els altres). D'aquí en deriven els cinc aspectes a treballar en el llibre, que en la terminologia pensada per als infants és:

JO EM CONEC
JO EM CONTROLLO
JO EM MOTIVO
JO CONEC ELS ALTRES
JO EM CONTROLLO EN LA RELACIÓ AMB ELS ALTRES

Aquests cinc aspectes s'han agrupat en tres grans apartats: *Des de mi... vull anar... cap als altres*. *Des de mi* i *Vull anar* expliciten elements bàsics de la intel·ligència intrapersonal. *Cap als altres* recull aspectes de la intel·ligència interpersonal.

Està previst que el lector dels contes sigui un noi o noia de cinc a tretze anys, que té ganes de poder conviure agradablement amb els altres i que vol trobar-se de gust entre els companys; vol que l'acceptin en els grups i que vulguin estar amb ell. Sap que tot això no sempre és fàcil. Per facilitar això, en cada conte, hi descobrirà algun petit secret que el podrà ajudar a conviure millor amb els companys.

A la primera part –que té com a títol *DES DE MI...*– hi ha rondalles que li donaran idees sobre com cal que sigui ell mateix: que s'adoni de com és, de les seves qualitats i limitacions, de les emocions que sent; de no deixar-se emportar pel mal geni ni per la por...; d'apreciar les coses boniques que troba a la vida; de no desanimar-se quan el que fa no li surt tal com ell voldria; de com li convé d'estar alegre i de no estar més trist del compte...

A la segona part – *VULL ANAR...*– hi ha contes molt bonics en els quals trobarà energia per tirar endavant, encara que tingui moments difícils –tothom passa per dificultats i disgustos–; els seus personatges demostren una voluntat molt forta per continuar el seu camí amb decisió, amb constància, amb esforç valent.

La tercera part –s'anomena *CAP ALS ALTRES.*–, hi veurà unes quantes idees genials per conviure més bé amb les altres persones, amb les de casa, de la colla d'amics, de l'escola, del barri o del poble on viu. Hi podrà observar la manera de tractar-les perquè la relació amb elles sigui la millor possible. És que hi ha unes maneres de fer –ho sap prou bé– que li guanyen la simpatia i l'estimació dels altres; i unes maneres que aconsegueixen tot el contrari; unes fan que ell sigui més feliç i els altres també; unes altres, tot al revés. Unes, val la pena que les posi en pràctica; les altres, val més que les eviti tant com pugui.

DES DE MI... VULL ANAR... CAP ALS ALTRES: des d'ell mateix, amb la seva manera de ser... vol anar, vol acostar-se... cap als altres per tenir-hi una bona relació. El que és important de debò és que els contes li agradin. També pot demanar als grans de casa que els hi llegeixin o que els hi expliquin.

Abans de cada conte, hi trobem una petita introducció i, al final, un paràgraf a tall de conclusió. Que el noi o la noia no s'amoïni si no entén del tot les paraules que hi ha abans de començar cada conte i les del final; el pare, la mare, potser l'avi o l'àvia, o els seus germans grans les hi faran comprendre més bé. Esperem que sigui un material amb el qual s'ho passi molt bé.

L'estructura final del treball, amb especificació del número d'ordre del conte, la competència emocional treballada i el títol del conte, és la següent.

DES DE MI...

1. Consciència emocional: : ALLÒ QUE EN PATUFET VOLIA (rondalla popular)
2. Posar nom a les emocions: EL FLAUTISTA QUE DEMANAVA ALLÒ QUE LI HAVIEN PROMÈS (Germans Grimm)
3. Regulació emocional: LA TORTUGA I L'ÀGUILA (Isop)
4. Emocions estètiques: LA MEVA AMIGA BLENKA (de la cultura inuït)
5. Impulsivitat: EL GOS D'EN RODERIC (del *Calila i Dimna*)
6. Ira: L'ELEFANT I EL DÉU DE LA PLUJA (llegenda massai)

7. Por: ELS DOS SASTRES VALENTS (Jacint Verdaguer)
8. Tristeses: EL PINTOR NOTXA ESTAVA TRIST (llegenda xinesa)
9. Culpabilitat: LA DONA DE PEDRA (llegenda vietnamita)

VULL ANAR...

10. Resiliència: ENEAS I LA DESTRUCCIÓ DE TROIA (de l'*Eneida*)
11. Realisme: ELS TRES PEIXOS (del *Pantxatantra*)
12. Presa de decisions: EL CAS DEL SENYOR MAS (de la vida real)
13. Records: EL SALT DE JOÃO (llegenda brasilera)

CAP ALS ALTRES.

14. Empatia: EL GOTIM DE RAÏM (Lev Nikolajevič Tolstoj)
15. Timidesa: CYRANO DE BERGERAC, TÍMID EN L'AMOR. (del *Cyrano de Bergerac*)
16. Venjança: LA VENJANÇA D'AQUIL·LES (de la *Iliada*)
17. Assertivitat: UNS HO FAN AIXÍ I ALTRES AIXÀ (de la vida quotidiana)
18. Agraïment: HAARLEM, CIUTAT AGRAÏDA. (llegenda holandesa)
19. Perdó: L'ODI I EL PERDÓ (del *Romeo i Julieta*)
20. Compartir emocions: LA FINESTRA (narració anònima)

L'autor dels contes, Esteve Pujol, es dedica des de fa molts anys a donar a conèixer les bases teòriques i els recursos pràctics entorn de l'educació emocional en les activitats de formació permanent de professorat, tant de cara als alumnes com de cara als mateixos educadors.

Cal fer constar que els contes són versions lliures i adaptades de rondalles d'autor o bé contalles populars de diverses cultures, de llegendes, de fragments de relats o d'obres de teatre cèlebres; dos estan basats en fets de la vida quotidiana.

L'autor ja té editats per Parramón Ediciones *Valors per a la convivència*, *Valors per créixer* i *El Gran Llibre de Contes amb Valors*, que tenen una finalitat pedagògica similar al treball que ara es presenta i que està previst que sortirà publicat properament per la mateixa editorial amb el títol d'*El gran llibre de contes per educar les emocions*. D'aquests llibres, hi ha evidència empírica, a través de testimonis, de l'ús i la valoració positiva en diversos camps educatius, fins i tot en persones adultes. Del primer ja existeixen edicions en onze idiomes; del segon, en dos; i del tercer, en cinc.

Per a la part més metodològica i d'estructuració del treball, l'autor ha comptat amb la col·laboració de Rafel Bisquerra.

PROPOSTES PER A LA PRÀCTICA

La intenció és que aquest treball serveixi de suport a activitats educatives, ja siguin escolar o familiars, encaminades al desenvolupament de les competències emocionals. Algunes propostes concretes, i possiblement sotmeses a debat, són les següents:

- Utilitzar els contes, faules, apòlegs, paràboles, etc., en la metodologia de l'educació emocional, i per a l'educació en general, tant familiar com escolar.
- Sospesar la conveniència d'incloure moralitats, explícites o simplement implícites, en l'ús d'aquestes eines educatives.
- Recomanar l'ús habitual d'aquests recursos en les sessions de tutoria escolar a l'etapa d'educació primària i primer cicle d'educació secundària.
- Proposar la possibilitat d'adaptació, escenificació, representació, dramatització, etc., de contes i rondalles amb finalitat educativa.

BIBLIOGRAFIA

- Agulló Morera, M. J., Filella Guiu, G., García Navarro, E., López Cassà, E., Bisquerra Alzina, R. (Coord.). (2010). *La educación emocional en la práctica*. Barcelona: Horsori-ICE.
- Álvarez, M., y otros (2001). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2008). *Educación para la ciudadanía y convivencia. El enfoque de la educación emocional*. Barcelona: Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- GROP (2009). *Actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños*. Barcelona: Parramón. (versión en castellano, catalán, francés, portugués, holandés y esloveno).
- Güell, M., y Muñoz, J. (2003). *Educación emocional. Programa para la educación secundaria postobligatoria*. Barcelona: Praxis.
- López, E. (2003). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Praxis.
- Pascual Ferris, V., y Cuadrado Bonilla, M. (2001). *Educación emocional. Programa de actividades para educación secundaria obligatoria*. Barcelona: Praxis.
- Pujol i Pons, E. (2002). *Valors per a la convivència*. Barcelona: Parramón.
- Pujol i Pons, E. (2009). *Valors per créixer*. Barcelona: Parramón.
- Pujol i Pons, E. (2009). *El Gran Llibre de Contes amb Valors*. Barcelona: Parramón.
- Pujol, E., i Bisquerra, R. (2011). *El gran llibre de contes per educar les emocions*. Barcelona: Parramón.
- Redorta, J., Obiols, M., y Bisquerra, R. (2006). *Emoción y conflicto. Aprenda a manejar las emociones*. Barcelona: Paidós.
- Renom, A. (2003). *Educación emocional. Programa para la educación primaria*. Barcelona: Praxis.

Webs

- www.unamadecontes.cat
- <http://kahani.animalec.com/cuentos.htm>
- <http://kahani.animalec.com/kahani.htm>
- www.RondallaNet
- www.uv.es/%7Eesillam/RondallesNet/laweb.htm

www.xtec.es/recursos/cultura/contes/arreu
www.totcontes.com
www.edualter.org
http://www.xtec.es/recursos/lit_inf/contes/