

VECTOR BENESTAR EMOCIONAL - LLISTA DE COMPROVACIÓ

Algunes qüestions per ajudar a la reflexió sobre la incorporació del vector de benestar emocional a la vida del centre educatiu.

	Què fem com a centre?	Sí	No	Observacions
1	Fem que l'escola sigui un espai de felicitat que ofereixi seguretat física i emocional , de manera que tothom se senti escoltat, acompanyat, respectat i estimat.			
2	Promovem un clima adequat de convivència i confiança en què totes les persones tenim clara la nostra funció i responsabilitat, i respectem els drets i deures de cadascú dins un marc de tolerància i empatia per afavorir el benestar de les persones.			
3	Afavorim el sentit de pertinença i ajuda que ens permet establir vincles entre tota la comunitat a partir de relacions de confiança i de respecte mutu per facilitar l'educació integral de l'alumnat. Promoure la participació i el compromís .			
4	Hem elaborat el Projecte de convivència del centre amb la participació dels diferents agents de la comunitat educativa i coneixem els documents actuals del circuit simplificat d'intervenció i Protocols per a la millora de la convivència .			
5	Disposem de diferents estratègies organitzatives (moments i/o espais) per afavorir un acompanyament emocional òptim de les potencialitats de les persones del centre.			
6	Dissenyem propostes educatives que afavoreixin que els infants i els joves puguin prendre consciència de les pròpies emocions i de les dels altres.			

	Què fem com a centre?	Sí	No	Observacions
7	Fomentem les relacions de confiança i pertinença a l'hora d'acollir professorat nou, més enllà del pla d'acollida propi, duent a terme diferents actuacions per tenir cura del benestar emocional del professorat al llarg del curs.			
8	Facilitem a l'equip docent un pla d'acció tutorial que ens ajuda a comunicar i empatitzar amb les famílies.			
9	Promovem actuacions amb la finalitat d'expandir el rol docent més enllà de la seva pròpia especialitat fent que tothom participi activament d'escenaris de cooperació al centre.			
10	Planifiquem actuacions per tenir cura del benestar emocional de les famílies (acollida, seguiment, en reunions grupal, en les entrevistes individuals...) per construir una escola en què se sentin implicades, vinculades i puguin participar-hi.			
11	Disposem d'uns indicadors generals compartits que permeten conèixer quins són els components emocionals que emmarquen l'acompanyament pel benestar de les persones que formen part de la comunitat educativa.			
12	Tenim una comissió o equip de convivència/mediació formada per professorat i alumnat per gestionar directament les situacions de conflicte que sorgeixin.			
13	Impulsem formacions vinculades amb el benestar emocional adreçades al claustre, a les famílies...			
14	Participem d'algun dels programes d'innovació del Departament d'Educació que promouen el benestar emocional i la convivència. #aquiproubullying , Enfocament Restauratiu Global			

	Què fem com a centre?	Sí	No	Observacions
15	Recollim en el PEC la importància de l'harmonia col·lectiva i individual, així com els diferents aspectes que cal tenir en compte per afavorir el procés d'aprenentatge del nostre alumnat.			
16	Utilitzem recursos de la xarxa comunitària (per exemple, Programa salut i escola , Programa de benestar emocional "Benestar per estar bé" , Pla Les escoles lliures de violències , USAV-UsApps) per millorar aspectes vinculats al benestar emocional.			
17	...			

Algunes qüestions per ajudar a la reflexió sobre la incorporació del vector de benestar emocional en la teva activitat docent.

	Què faig com a docent?	Sí	No	Observacions
1	Pel que fa al clima i la gestió del grup, faig ús d' estratègies comunicatives no violentes que permeten que el missatge arribi a tothom.			
2	Creo espais d'expressió grupal en què l'alumnat pot compartir opinions i emocions amb els companys i companyes.			
3	Prioritzo la restauració per sobre de les mesures de càstig o sanció.			
4	Mostro interès per l'educació emocional (programes institucionals, formacions, publicacions, consultes professionals, cerca d'informació, etc.).			
5	En la meva relació amb l'alumnat i amb els companys i companyes sóc coherent amb l'aplicació d'uns principis que garanteixen el benestar emocional: comunicació no violenta, escolta activa i empatia.			
6	A l'hora de relacionar-me amb l'alumnat, tinc en compte les diferents necessitats i sensibilitats.			
7	Actuo i em comunico amb calma i assertivitat i tinc en compte el llenguatge verbal i no verbal emprat.			
8	Evito emetre judicis i em focalitzo en les solucions: faig propostes constructives que faciliten la comunicació, l'escolta activa, l'empatia i l'entesa entre les persones.			

	Què faig com a docent?	Sí	No	Observacions
10	Pel que fa a la gestió de conflictes, acompanyo els implicats perquè trobin la solució de manera conjunta.			
11	Proposo espais que afavoreixen la relaxació i que faciliten que l'alumnat expressi amb llibertat les seves emocions .			
12	Planifico situacions d'aprenentatge que permeten que l'alumnat s'alfabetitzi emocionalment a partir de diferents activitats .			
13	Disposo de recursos, eines o estratègies que em permeten oferir una resposta ajustada a les diferents necessitats i estats emocionals de l'alumnat, amb alternatives diverses (físiques, creatives...).			
14	Garanteixo els temps i espais de qualitat necessaris que permeten un bon acompanyament emocional i que faciliten que es puguin expressar i gestionar les emocions.			
15	Aplico l'escolta activa i la comunicació no violenta seguint la següent pauta: observació del que passa o em passa sense fer judicis; anàlisi i identificació de les emocions (meves i dels altres), i expressió de les necessitats.			
16	...			