

### Vols controlar o gestionar les teves emocions?

#### Competències específiques i criteris d'avaluació vinculats

##### Competència específica 1 a desenvolupar

1. Buscar, gestionar, interpretar, produir i transmetre correctament informació relacionada amb els processos mentals i la conducta humana, a partir de l'ús contrastat i segur de fonts, la utilització i l'anàlisi rigorosa de les mateixes, i l'ús de procediments elementals de recerca i comunicació, per generar i transmetre judicis i tesis personals, i desenvolupar una actitud indagadora, autònoma, rigorosa i creativa en relació a la investigació psicològica.

Aquesta competència específica es connecta amb els següents descriptors del Perfil de sortida: CCL1, CCL2, CCL3, STEM1, CD1, CD3, CPSAA5, CC3, CE3.

##### Criteris d'avaluació

1.1. Demostrar un coneixement pràctic dels procediments elementals de la investigació en psicologia a través de tasques com la identificació de fonts fiables, l'obtenció i recerca eficient i segura d'informació, i la correcta organització, anàlisi, interpretació, avaluació, producció i comunicació.

1.2. Desenvolupar una actitud indagadora, autònoma i activa en l'àmbit de la investigació dels processos mentals i la conducta humana, mitjançant el disseny, elaboració i comunicació pública de productes originals, com ara treballs de recerca o altres.

##### Competència específica 2 a desenvolupar

5. Reconèixer, explorar i valorar la importància de les emocions i la motivació en el desenvolupament psíquic de l'individu per tal de distingir-ne els processos bàsics per a la seva gestió en situacions de bloqueig emocional o de frustració, relacionant-ho amb el paper que tenen l'afectivitat i la sexualitat en la maduració personal.

Aquesta competència específica es connecta amb els descriptors següents: CCL1, CCL3, CCL5, STEM1, STEM2, CD 1, CD3, CPSAA3, CPSAA4, CC1, CC2, CC3.

##### Criteris d'avaluació

5.1. Reconèixer i valorar la importància de la intel·ligència emocional i de la sexualitat en el desenvolupament psíquic de l'individu. Reconèixer i valorar els diferents tipus d'afectes, així com l'origen d'alguns trastorns emocionals.

5.2. Explicar i valorar la importància de la motivació, classificar-la, relacionar-la amb altres processos cognitius, per desenvolupar els diferents supòsits teòrics que l'expliquen i analitzar les deficiències i els conflictes que, a l'hora de desenvolupar-la, condueixen a la frustració o a processos depressius.

##### Sabers bàsics

- Principals marcs teòrics de la psicologia contemporània.
- Trastorns emocionals i de la conducta. Conductes additives

derivades del joc i la pornografia digital.

- Aspectes afectius de la sexualitat humana.
- Aspectes psicològics del masclisme, xenofòbia, racisme, homofòbia i altres actituds de rebuig a la diferència sexual.
- Anàlisi de les noves formes de relació social en xarxes i conductes de risc.
- L'erradicació de l'estigma en relació a les malalties mentals.

##### Context o contextos

Personal, social, educatiu.

##### Dinàmiques de presa de consciència

- Es projecten diferents tràilers o seqüències de pel·lícules a l'alumnat. Dividim el grup en 2: uns visualitzen les imatges, altres estaran d'esquenes a les mateixes i visualitzaran les expressions dels companys. Un cop acabades les diferents projeccions, demanem al grup observador si pensen que és possible esbrinar quines emocions sentien els observats a partir d'allò que veien. Un cop contestada la

qüestió s'obri un debat: Pots controlar les teves emocions?  
- Es comparteix i es pacten les rúbriques d'avaluació i els procediments d'avaluació.

### Instruccions i material

-Projector, pantalla, ordinador.  
-Fent un ús responsable l'alumnat pot manejar portàtils o bé telèfons mòbils amb accés a internet.  
-Accés a una biblioteca digital completa amb publicacions acadèmiques sobre psicologia (com per exemple Dialnet:  
<https://dialnet.unirioja.es/>  
Bibliografia proposada: «El libro de la psicología». Editorial Akal (6ª edició), «Sabiduría emocional» de Paul Ekman, «Inteligencia emocional» de Daniel Goleman, «La práctica de la inteligencia emocional» de Goleman, «El género y nuestros cerebros» de Gina Rippon.

### Descripció i planificació de la tasca o tasques. Tipus i característiques del producte o productes obtinguts

- 1) Presentar la temàtica sobre les bases neurofisiològiques de les emocions. Els alumnes amplien els seus coneixements fent una recerca.
- 2) Cada alumne crearà el seu propi "Diari emocional" en el que enregistra el nom de les seves emocions, la intensitat (1-10), causa de l'emoció i expressió de l'emoció. (Quadern de classe)
- 3) Tasca en petits grups d'investigació especialitzats que després exposaran a classe allò investigat i après sobre la següent temàtica: Trastorns emocionals, diferents teories sobre les emocions, conductes additives i emocions, sexualitat i emocions, racisme, homofòbia i masclisme en relació a les emocions, les xarxes socials i les emocions, teories sobre la gestió d'emocions.
- 4) Un cop fetes les investigacions es desenvolupen les exposicions orals.
- 5) Tasca en gran grup: qüestionari creat i consensuat per tot el grup/classe compost de diferents preguntes per saber com gestiona les seves emocions un sector de la comunitat educativa

preservant l'anonimat. Es faran preguntes relacionades amb les diferents temàtiques tractades en relació a la gestió de les emocions: sexualitat, addiccions, racisme, masclisme, homofòbia...). Un cop realitzat el mateix es valoren els resultats en un debat: què és més oportú per a l'estabilitat personal, controlar les emocions o més bé aprendre a gestionar-les?

### Procediments de retroacció, revisió i supervisió per part del professorat

El professor observa, orienta i supervisa les fonts i recursos consultats pels alumnes, oferint material bibliogràfic, webgrafia, aclarint dubtes i donant suport mitjançant la revisió dels quaderns dels alumnes. L'avaluació s'enregistra a diferents rúbriques que coneixen els alumnes en tot moment durant el procés d'aprenentatge i mitjançant les mateixes es valoren els criteris d'avaluació i es valora l'actitud respectuosa, la capacitat d'organització i col·laboració grupal equitativa, així com el procés

d'aprenentatge individual i si són competents:

- 1) En seleccionar i enregistrar la informació de manera pertinent (rúbrica).
- 2) En compartir la seva recerca de manera coherent (rúbrica).
- 3) En l'exposició (rúbrica).
- 4) En el Debat per distingir les meres opinions dels arguments. Autoavaluació.

### Procediment d'avaluació final, qualificació i transferència del coneixement

La qualificació de les tasques d'enregistrament, d'investigació, argumentació, contrastació en grup, exposició i debat, que permetran la valoració dels criteris d'avaluació, ha de ser proporcional a l'esforç dels alumnes, així com del nivell competencial de reflexió crítica, d'argumentació alhora de treballar en grup. Aquesta situació d'aprenentatge permet transferències de coneixements amb:  
- Matèries lingüístiques: per la competència en l'expressió oral (presentació de la tasca, exposició,

## BATXILLERAT. 2n curs. Psicologia

debat) i escrita (Diari emocional, redacció del treball d'investigació).

- Matèries científiques: per la base biològica i fisiològica de la temàtica.
- Matemàtiques: per la realització d'un qüestionari i la vinculació estadística dels resultats.
- Matèries socials i culturals: per les implicacions socioculturals dels àmbits investigats.

