

GUIA DIDÀCTICA

per a docents y educadors

“LES FERIDES INVISIBLES”



1 La importància de treballar les ferides emocionals a l'aula

L'educació emocional no només implica reconèixer emocions, sinó també comprendre com les nostres paraules i accions afecten els altres.

Com es pot veure en la història de la Sofia i l'Álvaro, les **ferides emocionals** poden sorgir de situacions quotidianes com **l'exclusió, les burles o els comentaris feridors**, i tot i que no es vejin, poden generar un impacte profund en el **benestar de l'infant**.

Treballar aquest tipus d'experiències a l'aula permet:

- **Desenvolupar l'empatia.**
- **Prevenir situacions de rebuig o assetjament escolar.**
- **Millorar la convivència.**
- **Afavorir l'expressió emocional.**
- **Promoure la reparació del dany.**

2 Per què "Les ferides invisibles"?

Aquest conte permet als infants:

- Entendre que hi ha **ferides que no es veuen**.
- **Identificar** situacions que poden fer mal (exclusió, burles, paraules).
- Comprendre **com se senten els altres**.
- **Reflexionar** sobre les seves pròpies paraules i accions.
- Aprendre que el dany es pot **reparar**.

A través de personatges propers, **l'alumnat es pot identificar amb situacions reals** com:

- No ser convidat a jugar.
- Rebre burles.
- Sentir-se diferent.
- Dubtar d'un mateix.

Com es mostra en el llibre, aquestes experiències deixen una **cicatriu emocional** que pot sanar mitjançant l'acompanyament i les paraules amables.



3 Lectura del conte

Abans de la lectura

Preguntar:

- Què creieu que és una ferida invisible?
- Es pot sentir dolor d'una ferida que no es veu?

Durant la lectura

Aturar-se en moments clau:

- Quan la Sofia és exclosa..
- Quan es burlen de l'Álvaro.

Preguntar:

- Com creus que se sent?
- Què faries tu?

Després de la lectura

Reflexionar:

- Quines altres situacions podrien fer mal?
- Com podríem ajudar l'altre?
- Què podem fer diferent?

4 Preguntes per fomentar el diàleg i la reflexió

- Com sabem que algú està trist si no ho diu?
- Alguna vegada t'has sentit com la Sofia?
- Per què a vegades fem mal sense voler?
- Quines coses poden fer mal sense que ens n'adonem?
- Totes les persones senten el mateix en aquesta situació?
- Com podem saber si algú necessita ajuda?





Activitat 1: Les ferides invisibles

Introducció

El docent arriba amb una capsula de tiretes i diu:

“Avui he portat tiretes... però no per a ferides que es veuen.

Són per a altres ferides... les que fan mal per dins.”

“Alguna vegada us heu sentit tristos, sols o enfadats per alguna cosa que us hagués dit o fet una altra persona?”

Presentació del mural

Es mostra un dibuix gran d'un nen/a.

“Aquest nen/a té algunes ferides invisibles. No es veuen, però li fan mal igual que les ferides de la pell. Aquestes ferides apareixen quan algú es riu de tu, quan no et deixen jugar o quan et diuen alguna cosa que no t'agrada.”

Instruccions

“Ara, cadascú pensarà en alguna vegada que s'hagi sentit malament perquè algú li va dir o li va fer alguna cosa desagradable.”

Es reparteix una tireta a cada alumne/a.

Cada nen/a:

1. Agafa una tireta.
2. Escribeu (o dibuixeu) una “ferida invisible” a la tireta.
3. Va al mural i enganxa la seva tireta sobre el cos del nen/a.

Exemples:

- “No em deixen jugar.”
- “Es riuen de mi.”
- “Em diuen coses lletges.”

El mural es va omplint de “ferides”. El docent convida a mirar el mural::

“Com creieu que se sent ara aquest nen?”

Activitat 2: Les ferides invisibles

Introducció

Després d'observar totes les ferides del mural, el docent introdueix una nova idea: "Abans hem vist coses que fan mal... però també hi ha coses que poden ajudar a curar o a sanar."

El docent reparteix tiretes d'un altre color (per exemple, verd o groc): "Aquestes tiretes no són per explicar el que fa mal, són per pensar què podem fer per ajudar."

Instruccions

Cada nen/a:

1. Pensa en una manera d'ajudar o de cuidar.
2. Escribeu o dibuixeu a la seva tireta una solució.
3. Els infants col·loquen les tiretes damunt d'una ferida o al costat.

Exemples:

- Convidar a jugar
- Dir alguna cosa bonica
- Demanar perdó
- Escoltar
- Ajudar
- No deixar sol/a

Explicació del docent: "Cada tireta és una cosa que pot ajudar a fer una mica menys mal."

El grup mira el mural transformat.

Preguntes:

- Què ha canviat?
- Com creieu que se sent ara aquest nen/a?

"Les ferides invisibles no desapareixen de cop... però quan algú ens cuida, ens escolta o ens tracta bé, poden començar a sanar."



6 Resultats esperats després de treballar el conte dins l'aula

Després de treballar *Les ferides invisibles* a l'aula, l'alumnat pot:

- **Reconèixer** que hi ha situacions que poden fer mal emocional.
- **Comprendre** que les paraules i les accions tenen un impacte en els altres.
- **Identificar i expressar** millor el que senten.
- **Desenvolupar** empatia cap als seus companys/es.
- **Reflexionar** abans de parlar o actuar.
- **Aprendre** maneres de reparar el dany.
- **Millorar** la convivència a l'aula.

Com es mostra en el llibre, les experiències emocionals deixen una cicatriu, però també poden **transformar-se en aprenentatge i creixement**.

7 Orientacions metodològiques i continuïtat a l'aula

Per aprofitar millor el conte:

- Utilitzar **exemples propers** a la realitat de l'alumnat.
- Treballar des de l'**experiència**, no només des de la teoria.
- Integrar activitats **manipulatives i visuals**.
- **Repetir i reforçar** els conceptes al llarg del temps.
- Relacionar el que s'ha treballat amb **situacions del dia a dia**.

L'aprenentatge emocional requereix continuïtat, no una única intervenció.

El treball amb *Les ferides invisibles* es pot allargar al llarg del curs mitjançant

- Introducció a la **rutina de l'alumnat**, amb un espai per dialogar sobre les ferides.
- Afavorir que els alumnes facin una "pluja d'idees" sobre **possibles maneres de reparar** cadascuna de les ferides.
- Reforçar conductes **prosocials**.

L'objectiu és que **l'alumnat integri aquestes habilitats en el seu dia a dia**.



CADA FERIDA POT CONVERTIR-SE EN APRENTATGE



Per continuar acompanyant-te,
descobreix més recursos,
materials i eines a:

www.sanandoloinvisible.com