

## Sentir y Pensar

*Sentir y Pensar* es un programa de actividades para el crecimiento de la educación emocional en las escuelas

*Una propuesta pensada para:*

- Fomentar el desarrollo emocional como complemento del desarrollo cognitivo.
- Mejorar el clima emocional del aula, el rendimiento académico y la calidad de los aprendizajes.
- Desarrollar competencias socioemocionales que maximizan tendencias constructivas y permiten prevenir y afrontar conflictos interpersonales.



### Claves y ejes del proyecto:

**Innovación pedagógica:** Avances de las neurociencias en el campo de la educación.

**Educación integral:** Contemplar todas las dimensiones del ser humano.

Construir una sociedad más humana y respetuosa

**Prevención:** Trabajar sobre la prevención de conflictos en el aula.

### Componentes/Cuadernillos para alumnos:

Cuadernillos con actividades prácticas y propuestas de metacognición para reconocer y evaluar los propios avances, estructuras en cinco grandes bloques de competencias:

CONCIENCIA EMOCIONAL  
AUTONOMIA EMOCIONAL  
REGULACIÓN EMOCIONAL  
COMPETENCIA SOCIAL  
COMPETENCIAS PARA LA VIDA Y EL BIENESTAR

