



**Universitat de les  
Illes Balears**

Facultat de nom

**Memòria del Treball de Fi de Grau**

# Orientacions per al treball de l'autoestima i l'empatia en l'educació infantil

Rocío Cabrera Poley

**Grau d'Educació Infantil**

Any acadèmic 2015-16

DNI de l'alumne: 47405705Z

Treball tutelat per Catalina Cardona Costa  
Departament de Pedagogia Aplicada i Psicologia de l'Educació

S'autoritza la Universitat a incloure aquest treball en el Repositori Institucional per a la seva consulta en accés obert i difusió en línia, amb finalitats exclusivament acadèmiques i d'investigació	Autor		Tutor	
	Sí	No	Sí	No
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Paraules clau del treball: autoestima, empatia, metodologia, activitats, avaluació.



**Resum:**

Actualment l'escola és conscient que, a més d'educar la intel·ligència tradicional, cal desenvolupar l' emocional. Dins d'aquesta, l'autoestima i l'empatia juguen un paper clau. La imatge i valoració positiva d'un mateix és fonamental en l'etapa d'infantil perquè és quan es comença a crear la pròpia personalitat i la capacitat de posar-se en el lloc de l'altre és essencial per a la vida en comunitat, característica d'una societat com la nostra. És per això que l'escola ha de tenir un paper actiu en l'educació de l'autoestima i empatia però, moltes vegades, els docents, tot i tenir clara la importància d'aquest fet, no saben molt bé com portar-lo a terme. Per facilitar la tasca docent en aquest sentit, a banda del marc teòric referent, s'ofereix informació de caire pràctic sobre metodologia, activitats i pautes d'avaluació en quant a l'empatia i l'autoestima en educació infantil.

**Paraules clau:** autoestima, empatia, metodologia, activitats, avaluació.

**Abstract:**

Currently, school is aware that, in addition to educating the traditional intelligence, it also must develop emotional intelligence. Within this, self-esteem and empathy play a key role. A positive image of oneself is fundamental to children's stage, because it is when they start to create their own personality and the ability to put themselves in the place of others is essential to community life, characteristic of a society like ours. That is why the school should have an active role in the education of self-esteem and empathy, but often teachers, despite having clearly the importance of this fact, don't know very well how to carry it out. To facilitate the teaching, apart from the theoretical reference frame work, it provides information about methodology of practical nature, activities and evaluation guide lines regarding empathy and self-esteem in childhood education.

**Key words:** Self-esteem, empathy, methodology, activities, evaluation.

# Índex

	Pàgina
1. Tema	4
2. Justificació	4
3. Objectius	5
4. Marc teòric	7
4.1. Educació emocional: Definició, importància i objectius	7
4.2. Autoestima	8
4.3. Empatia	10
5. Metodologia i rol docent	12
6. Activitats	17
6.1. Activitat per al reconeixement de les emocions bàsiques	18
6.2. Activitats per a l'autoestima	19
6.3. Activitats per a l'empatia	24
7. Avaluació	30
8. Conclusions	34
9. Bibliografia	36
10. Annexos	40

## **1. Tema**

Vaig decantar-me per l'Educació Socioemocional en la Primera Infància com a temàtica per a la realització d'aquest TFG des del moment que vaig cursar a tercer curs l'assignatura amb aquest mateix nom. Em vaig adonar de la importància que tenen els sentiments i les emocions en el correcte desenvolupament dels infants i en els seus aprenentatges. Quan un nen té un estat emocional estable i adequat, els aprenentatges són d'una major qualitat i es permet un millor desenvolupament de les seves potencialitats.

Gardner va demostrar que no disposem d'un sol tipus d'intel·ligència, sinó que existeixen vuit diferents. Un d'aquests correspon a la intel·ligència emocional que és la que ens permet portar a terme una vida satisfactòria. Tot i que les emocions són fonamentals, el sistema educatiu dona major importància a la intel·ligència matemàtica o lingüística, oblidant-se d'aquesta i de la resta. Les emocions continuen sent grans desconegudes a l'escola i passen, moltes vegades, inadvertides. És per això que vaig tenir clar que volia aprofundir més en aquest sentit i que el meu Treball de Fi de Grau tindria relació amb aquesta matèria.

Concretament, dins de l'educació emocional el focus del treball és el desenvolupament de l'autoestima i del sentiment d'empatia en infantil una sèrie d'orientacions didàctiques.

## **2. Justificació**

Amb la realització del Pràcticum II del GEDI a la classe de 5 anys A del CEIP Santa Gertrudis, basant-me en l'anàlisi del grup classe, vaig adonar-me que un gran nombre dels alumnes tenia carències a nivell emocional, concretament, mostraven una gran dificultat per empatitzar amb els seus iguals i, a més a més, presentaven una baixa autoestima. Com que l'autoestima determina el comportament dels infants i té una relació directa amb el seu correcte desenvolupament, així com amb l'adquisició exitosa dels diferents aprenentatges, i l'empatia possibilita, no només comprendre els altres, sinó també aconseguir una major cohesió grupal dins de l'aula; vaig decidir que utilitzaria el present treball per facilitar una

sèrie d'orientacions didàctiques i diferents activitats, per al desenvolupament de l'autoestima i del sentiment d'empatia perquè són dos aspectes molt importants i crec que, tot i que es té constància d'això, moltes vegades els docents no sabem molt bé com treballar-los.

Així doncs, en el present treball parlaré de la importància d'educar les emocions a l'escola, definiré l'autoestima i l'empatia i explicaré una sèrie d'activitats adaptades o de creació pròpia per tal que els mestres i educadors tinguin un recurs pràctic, i no només referents teòrics, per treballar aquests dos aspectes de l'educació emocional dins de l'aula. Per últim, faré referència al rol del docent en relació a aquest programa didàctic, a la metodologia de treball idònia a utilitzar i proposaré els criteris d'avaluació corresponents.

### **3. Objectius**

Per tant, l'objectiu general que es pretén assolir és facilitar una sèrie d'orientacions flexibles per treballar l'autoestima i l'empatia infantil. És a dir, deixar constància de la importància de treballar aquests dos aspectes i donar pautes i exemples per a la seva posada en pràctica.

Per tal d'aconseguir-lo, cal també plantejar altres objectius més específics:

- Oferir informació sobre la metodologia més adient per a l'educació emocional amb infants, així com sobre el paper del docent en aquesta.

És necessari evidenciar com s'han de tractar aquests aspectes dins de les aules i quin és el paper que hauria d'exercir el mestre o la mestra per aconseguir resultats de major qualitat.

- Plantejar activitats a mode d'exemple per a treballar el reconeixement de les emocions bàsiques.

Per a poder treballar qualsevol emoció és fonamental conèixer-la. Per a poder fer una correcta gestió d'aquestes, primer hem de ser capaços d'identificar-les. És per això que en el present treball s'oferirà un exemple d'activitat destinada al reconeixement emocional.

- Proposar exemples d'activitats que contribueixin a la creació d'un autoconcepte ajustat i positiu dels alumnes, així com altres tipus d'activitats que permetin augmentar la seva autoestima.

Com que la gran dificultat respecte a l'educació emocional en aquesta etapa és la manca de coneixements sobre com posar-la en pràctica, és convenient oferir exemples d'activitats per tal d'orientar als docents en aquest aspecte.

- Proposar diferents activitats per a iniciar als infants en el desenvolupament del sentiment d'empatia.

Ser capaç de posar-se en la pell dels altres i d'entendre com es senten és fonamental a l'hora d'establir relacions socials positives. Com que el currículum d'Educació Infantil de les Illes Balears, en l'àrea de coneixement de l'entorn, ens parla de tenir "[...] Interès i disposició favorable per a establir relacions respectuoses, afectives i recíproques amb altres infants.". Sembla idoni oferir alternatives pràctiques per treballar aquest aspecte.

- Oferir un model d'avaluació i destacar els ítems més rellevants que s'han de valorar respecte a l'autoestima i l'empatia.

Amb una matèria tan abstracta com és l'educació emocional, els mestres moltes vegades tenen dubtes sobre com avaluar. En el present treball es recolliran unes pautes d'avaluació adaptades a la temàtica que ens competeix per tal que pugui ser utilitzada com a guia i orientació, ja que l'avaluació depèn de les característiques de cada grup i de cada infant en concret.

## 4. Marc teòric

### 4.1. Educació emocional: Definició, importància i objectius

Gardner defensava l'existència de vuit tipus diferents d'intel·ligència i la necessitat de fomentar el desenvolupament de totes elles. Dins d'aquestes es troba la intel·ligència emocional, de la que també ens parlava Goleman, que fa referència al potencial innat que es desenvolupa mitjançant les experiències de l'infant amb les figures de referència: primer amb els pares i després amb els docents. És la que ens permet conèixer i controlar les nostres emocions per tal de garantir la nostra felicitat, salut i supervivència.(Hein, 2004) Així doncs, totes les intel·ligències i, més encara, l' emocional, s'haurien de treballar als centres educatius perquè és una de les principals institucions educadores i un dels espais on els infants passen la major part del temps. “[...]. Por tanto, en la escuela se debe plantear enseñar a los alumnos a ser emocionalmente más inteligentes, dotándoles de estrategias y habilidades emocionales básicas que les protejan de los factores de riesgo o, al menos, que palien sus efectos negativos. “(De Andrés Viloría, 2005)

Tot i així, l'educació tradicional no donava la mateixa importància als aspectes emocionals que als conceptuals, encara que ambdós aspectes són necessaris.(López Cassà, E. 2005)Es cometia doncs un greu error perquè els sentiments dels infants sobre el seu aprenentatge tenen un paper tan important com l'aprenentatge en si mateix.(De Andrés Viloría, 2005, p.109) Això cada vegada és té més clar i progressivament les emocions van guanyant pes en l'educació escolar actual degut a la seva importància en l'etapa 0-6. En aquest període les emocions juguen un paper fonamental en la vida de l'infant i són la condició sine qua non per al seu desenvolupament integral. (López Cassà, E. 2007)

En aquest punt es fa essencial definir què és l'educació emocional i quins objectius té. Per a Bisquerra (2000, p.243) és “ *Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean*



*en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.”*

Així doncs, d'acord a aquesta definició els seus objectius generals són “ [...] *adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones de los demás; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones; prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones positivas; desarrollar la habilidad de automotivarse; adoptar una actitud positiva ante la vida; aprender a fluir, etc.*” (Bisquerra 2000, p.97)

Però l'educació emocional és molt àmplia i dins d'aquesta, el que ens competeix en aquest cas fa referència a l'autoconcepte i autoestima i a l'empatia, ja que són dos processos molt importants per a la felicitat individual i col·lectiva.

#### **4.2. Autoestima**

L'autoconcepte és un determinant en el desenvolupament degut a que la imatge que té l'infant de si mateix influència les decisions de la seva vida com l'elecció dels seus amics, de la seva parella, dels estudis que cursarà, de la feina que tindrà o del rol que exercirà. Molt lligat a aquest concepte es troba l'autoestima.

L'autoestima és concebuda com a “*La evaluación global de la dimensión de Yo o self. La autoestima también se refiere a la autovalía o a la autoimagen, y refleja la confianza global del individuo y la satisfacción de sí mismo*”. (Santrock, 2002, p. 114) És a dir, està composta per sentiments positius vers un mateix i s'expressa mitjançant fets. (Clemes i Bean, 1993, p.10)

La seva importància resideix en el fet que la valoració que un té de si mateix és fonamental en la creació de la personalitat i en el desenvolupament i la utilització de les potencialitats positives. D'ella depèn en gran mesura aconseguir l'èxit en la recerca de la felicitat individual. (Ferrerós Tor, M.2008 , p.11-12) A més a més, aquesta valoració pròpia condiciona l'aprenentatge perquè quan els infants tenen una baixa autoestima es desmotiven i

perden l'interès amb major facilitat. (Clemes i Bean, 1993, p.14) També influeix en l'escolta i la comunicació, la concentració, el reconeixement, comprensió i resolució de conflictes, afectant així a la socialització (Cohen, 2003, P. 20), fet que es pot veure agreujat amb certs comportaments agressius o reservats, propis dels infants amb aquesta característica (Clemes i Bean, 1993, p.15) Per tant, una baixa autoestima suposa una disminució de la capacitat d'aprendre, de relacionar-se i de viure, en general. (Clemes i Bean, 1993, p.10)

La infància és un moment fonamental en el desenvolupament de l'autoestima degut a que és el moment en que es comença a crear la personalitat. Per això hem de tenir en compte que hi ha certs aspectes que poden dificultar aquest procediment per tal d'evitar-los. (Lindenfield, 1996)

- La insatisfacció de les seves necessitats bàsiques.
- Sentir-se humiliats.
- Tenir exigències desajustades.
- Veure's en desavantatge vers la resta.
- Forçar-los a realitzar activitats no adequades.
- No valorar la seva opinió.
- No donar-li explicacions raonables.
- Posar etiquetes.
- La sobreprotecció així com els càstigs excessius.
- No oferir orientació ni establir límits.
- Conductes incoherents per part de les figures de referència.
- Qualsevol tipus de violència vers l'infant.
- Fer-los responsables dels errors dels adults.
- L'excés d'informació.

De la mateixa forma, hi ha quatre condicions bàsiques per a aconseguir una alta autoestima infantil. Per una banda, cal vinculació i la satisfacció que suposa per a l'infant generar vincles positius. També han de poder sentir-se satisfets de les qualitats que posseeix i el converteix en una persona especial i única. Per altra, ha de tenir pautes i models que li puguin permetre crear els seus propis valors, idees i objectius. Per últim, han de tenir poder

per canviar la seva vida, han de poder sentir la satisfacció de tenir tant l'oportunitat com la capacitat de realitzar canvis. (Clemes i Bean, 1996, p.21-22)

Per tant, *a diferencia de otras habilidades, la autoestima se puede potenciar y aprender. El aprendizaje de este tipo de estructuras emocionales pasa, no por «hablar mucho» sobre ello, sino por «experimentarlo».* (Ferrerós Tor, M. 2008, p.16) De fet, les famílies i els mestres tenen la possibilitat de contribuir a la valoració positiva dels infants vers ells mateixos. Si no ho aprofiten, els nens creixeran negatius, ansiosos, sense independència i més vulnerables als perills de la vida. (Feldman, 2005, p. 7) però per aconseguir-ho cal tenir en compte que en la creació de l'autoestima d'un mateix hi intervenen també els altres. Com ja hem vist, els iguals i els mestres poden ajudar o dificultar el desenvolupament d'una correcta autoestima. Al programa Golden (2005) es parlava que les relacions entre companys determinen la concepció del valor personal que l'estudiant té de si mateix, tanmateix també els mestres juguen un paper clau en aquest sentit. Quan el discent es sent menys recolzat pel docent, l'autoestima tendeix a reduir-se.

### 4.3. Empatia

Per altra part, l'empatia és definida pel diccionari de l'IEC<sup>1</sup> com a: “Facultat de comprendre les emocions i els sentiments externs per un procés d'identificació amb l'objecte, grup o individu amb què hom es relaciona.” Però aquest és un terme que ha produït diverses discussions sobretot pel que fa als seus components.

López, Filippetti i Richaud (2014, p.38) parlen el concepte de la següent manera “*Al realizar una primera aproximación, se podría decir que la empatía es la capacidad de comprender los sentimientos y emociones de los demás, basada en el reconocimiento del otro como similar.*” Segons ens conten aquests autors (2014, p.38), hi havia dues perspectives respecte a l'empatia. Alguns l'entenien com a un instint innat, producte d'una percepció directa mentre que altres parlaven de la importància dels elements cognitius per a desenvolupar l'empatia com la imaginació o la projecció. Aquests darrers afirmaven que

---

<sup>1</sup> Institut d'Estudis Catalans, versió online:  
<http://dlc.iec.cat/results.asp?txtentrada=empatia&Submit2=Cerca+directa+al+diccionari>

l'empatia era una característica pròpia dels éssers humans, contràriament a l'opinió dels altres. Actualment, la neurociència ha donat suport a ambdues teories però això no suposa que siguin excloents.

El model fonamentat en la percepció directa explica l'empatia en dos nivells diferents: les bases pròximes i les bases últimes. Per una banda, les últimes es basen en el vincle afectiu característic de la convivència grupal, ja que això genera un contagi emocional. *“El contagio emocional se define a partir de la total identificación con el otro, o confusión entre el self y los otros, que conduce a compartir la emoción del otro en un mismo nivel de intensidad. En los seres humanos este proceso puede considerarse el primer nivel de respuesta empática, ya que es la respuesta más básica y es anterior en el desarrollo a cualquier otra.”*López, Filippetti i Richaud (2014, p.39) Per altra banda, les pròximes es basen en el model de percepció/acció que sostenia la idea que en els hòmens, al percebre els comportaments dels seus iguals, es genera de forma automàtica una acció emocional semblant a la de la persona que ho experimenta. Això succeeix perquè l'observador i l'observat comparteixen representacions mentals sobre un comportament, és per aquest motiu que, com ja s'havia comentat anteriorment, només es pot donar en els éssers humans. (Rameson& Lieberman, 2009) (Preston & de Waal, 2002).

Ambdues teories no són excloents. De fet, com bé remarquen López, Filippetti i Richaud (2014, p.42), hi ha models que *“[...] conjugan de distintos modos la experiencia afectiva automática o no consciente del estado emocional observado o inferido, con el reconocimiento y la comprensión de los estados emocionales de los demás por medio de procesos cognitivos controlados, para conformar esquemas comprensivos más amplios del fenómeno de la empatía”*

Aquests són els següents:

- Model de Decety i Jackson (2004). Es basa en l'automaticitat del reconeixement de les emocions bàsiques i en la implicació de la cognició quan aquestes són més complexes. Així doncs, defensa que el reconeixement de les emocions dels altres és un procediment inconscient però que, tanmateix, la consciència està present en altres

procediments de l'empatia humana. Aquest model ens parla de tres components bàsics que han d'interaccionar en la producció de l'empatia humana. Per una part, la necessitat de que observador i observat comparteixin una emoció. Per altra, l'existència de la consciència pròpia i la de l'altre. Per últim, poder posar-se en el lloc de l'altre mitjançant la flexibilitat cognitiva.

- Model de Decety i Lamm (2006). Afegeix el *bottom-up* i el *top-down*. El primer, combina percepció i acció i el segon, regulació i control. Donant així cabuda a les dues teories principals sobre l'empatia.
- Model de Rameson i Lieberman (2009). Parla de l'existència de diferents processaments. El proposicional i l'experiencial. Aquest darrer correspondria a l'automaticitat i afectivitat mentre que el proposicional es correspon al control cognitiu. Ambdós es combinen per entendre a l'altre.
- Model de Gerdes i Segal (2009). Afegeix a la cognició i l'afecció la conducta, ja que l'empatia voluntàriament ha de concloure amb una acció per a millorar l'estat i situació de l'altre. Per tant, una qüestió conductual.

Per tant, tot i que genèticament podem tenir certa tendència a empatitzar, en aquest procés hi juguen un paper clau també els aspectes cognitius que, com ja sabem, s'han de desenvolupar. Així doncs, l'empatia també s'ha de treballar i desenvolupar, és a dir, és necessària la seva educació.

## 5. Metodologia i rol docent

Com ja hem esmentat, actualment gairebé ningú ja discuteix la importància d'educar aquests aspectes. Tot i així, encara l'educació emocional continua sent una assignatura pendent, això és degut principalment a l'inconvenient que suposa la manca de coneixements sobre com fer-ho. Tot i que són molts els referents teòrics que es poden trobar sobre aquest tema, manca encara molt de material pràctic. Així doncs, encara que els docents tinguin consciència que l'educació emocional és la base de la qual sorgeixen altres capacitats, en molts casos encara no saben com traduir-ho a la pràctica. (De Andrés Violoria, 2005, p.110) És a dir, el major inconvenient és el dubte sobre com posar-la en pràctica.(Fernández

Berrocal et al. 2008, p.428) Per això i abans de passar a les activitats, es fa essencial que hi sigui present una part sobre la metodologia.

L'enfocament metodològic ha de ser de caire pràctic, ja que el desenvolupament de les habilitats emocionals no es pot aconseguir només amb instrucció verbal. És a dir, la teoria no és suficient, l'educació emocional s'ha de practicar i experimentar.(Fernández Berrocal et al. 2008. p.432) Per això és fonamental la realització d'activitats diverses. A l'hora de dissenyar-les, s'ha de tenir en compte que l'exigència d'aquestes ha d'ajustar-se les capacitats i limitacions dels infants. (Roa, 2013, p. 251)

No es pot obviar la necessitat de fomentar la motivació dels infants ni el fet que han de saber el que s'espera d'ells i poder orientar-se temporalment, és a dir, les activitats han d'estar planificades prèviament (Roa, 2013, p.247-248)

Respecte als agrupaments per a la realització d'aquestes, haurien de ser de diferents tipus. De fet, tot i que es poden portar a terme també de forma individual, és preferible desenvolupar-les en parelles, petit o gran grup degut a que com bé ens diuen Decety i Jackson, 2004, citats per López, Filippetti i Richaud (2014, p.45) les bases necessàries per a l'empatia, estan presents al nostre cervell però per a desenvolupar-se necessiten la interacció amb els altres. De la mateixa forma, l'autoestima i l'autoconcepte són valoracions pròpies que es fonamenten també en la interacció amb l'entorn (Gallardo, 2006 citat per Mérida, Serrano i Tabernero, 2015) A més a més, per al desenvolupament d'una correcta autoestima aquestes agrupacions s'han de realitzar tenint en compte les capacitats i interessos de cada infant. (Roa, 2013, p.247-248)

Pel que fa al clima de treball, cal que tots els infants puguin sentir-se segurs, respectats i acceptats i que, a més a més, puguin rebre el suport de la resta. D'igual forma, aquest clima ha de fomentar que els infants puguin sentir-se lliures i intervenir sense por a la sanció davant de l'error. (Roa, 2013, p.243) Per aconseguir-ho, cal que es porti a terme la resolució pacífica dels conflictes, que es siguin reforçades les conductes positives més que castigades les negatives i l'establiment de normes però sempre enraonades i consensuades.

De fet, totes les decisions que afecten l'alumnat s'haurien de prendre mitjançant aquesta via democràtica (Roa, 2013, p.247-248)

Respecte al rol docent, és convenient limitar-lo a realitzar la funció de guia, deixant el protagonisme en mans dels infants en l'experimentació i creació del seu propi aprenentatge perquè com diu Montessori, citada per Silvia Palou (2004)“ *cuando ahorras a un niño un esfuerzo que él podría hacer, cuando le ayudas más de lo que necesita...estás impidiendo que crezca*”

En el cas de l'autoestima infantil, s'ha de tenir en compte que l'escola és un sistema important que pot resultar determinant en el seu desenvolupament i el mestre o la mestra juga un paper fonamental en aquest sentit. Per això, es fa necessari recalcar una sèrie de pautes que s'han de considerar per contribuir al desenvolupament d'una elevada autoestima.

En primer lloc, l'infant, que en aquesta etapa està consolidant el seu caràcter i la seva personalitat, necessita reconeixement i consideració per part de la mestra o el mestre. Per això els docents han de tenir en compte que les opinions que tenen sobre els nens són per a ells molt importants (Rigon, 2002, p.151)

En segon lloc, mai ha de mostrar una actitud de menyspreu cap a l'alumnat perquè pot destruir l'autoestima dels discents.( Rigon, 2002, p.148)

També, ha de fomentar que tothom pugui expressar la seva opinió sobre diferents situacions, tant si tenen a veure directament amb ell o no, perquè tenint la possibilitat de dir sempre el que pensa, augmentarà la seva confiança en si mateix. (Rigon, 2002, p.155-156)

A més a més, el docent ha de respectar i valorar totes les aportacions de cadascun dels seus alumnes. (Rigon, 2002, p.153)

Per poder construir la pròpia imatge, han de tenir l'oportunitat de prendre decisions, és a dir, els docents han d'atorgar autonomia en aquest sentit i aconseguint així que assumeixin

responsabilitats ( Rigon, 2002, p.156) De la mateixa forma, han de donar temps als alumnes de trobar solucions als diferents reptes o dificultats que vagin sorgint. (Rigon, 2002, p.157)

Un altre aspecte important és deixar temps per al joc lliure, respectar l'activitat de l'infant en aquest sentit i mostrar interès per allò que està fent. (Rigon, 2002, p.158)

Reconèixer els seus èxits i felicitar-lo per aquests és important sempre que es faci d'una forma realista. L'infant ha de poder ser conscient de les seves potencialitats i de les seves limitacions si es tracta de crear-se una imatge ajustada de si mateix. (Rigon, 2002, p.162)

Però a banda de totes aquestes consideracions anteriors, per formar l'autoconcepte i desenvolupar així l'autoestima de l'alumnat, hi ha una sèrie de pautes que cal també tenir en compte (Alcántara, 2002 , p.24):

En primer lloc, s'ha d'evitar transmetre als infants una imatge negativa d'ells mateixos. És per això que s'ha d'anar molt alerta per tal de no desqualificar-lo i, molt menys, en públic.

Altre aspecte important és tenir clara la seva imatge, és a dir, les seves potencialitats i limitacions i les seves característiques. No és coherent transmetre a aquest un reflex que l'ajudi a construir la seva imatge sense que aquesta hagi estat enraonada pel propi docent perquè ha d'ajustar-se a la realitat.

A més a més, hem de tenir la intenció d'ajudar-los a construir una imatge positiva de cadascun d'ells. Només des d'aquesta convicció podrem aconseguir-ho.

Per últim, s'ha de donar rellevància a les conductes positives del discent, totes aquestes s'han de fer veure a l'infant.

Remarcar la importància que té el llenguatge en tot aquest procés, els docents hauran de dominar i controlar el llenguatge per tal d'aconseguir efectes positius amb aquest en l'autoestima de l'infant i no l'efecte contrari. (Mckay i Fanning, 2002, p.412)



D'igual forma, en el desenvolupament de l'empatia també l'escola juga un paper fonamental i hi ha una sèrie de consideracions que s'han de respectar. (Carpena, 2014)

- L'adult com a model. El docent ha de tenir una actitud empàtica amb els infants per funcionar com a mirall. Si el mestre és empàtic, l'infant aprendrà a ser-ho amb major facilitat.
- Preparar per a l'empatia. Hi ha certes habilitats que funcionen com a base per a la creació d'aquest sentiment com l'autoconeixement, degut a que a partir del coneixement d'un mateix i de les pròpies emocions es fa més fàcil poder conèixer i reconèixer les dels altres. També és important entendre les similituds amb l'altre si el que es pretén és que el discent prengui consciència que la resta tenen també emocions i sentiments.
- Poder expressar les emocions. El docent ha de donar als alumnes la possibilitat d'expressar les seves emocions lliurement, aquest fet contribuirà a que els nens puguin conèixer-se entre ells.
- Vivències. El mestre o la mestra ha de procurar diferents situacions que ajudin a desenvolupar l'empatia.

Per a finalitzar, en ambdós casos, el mestre haurà de tenir en compte que per poder contribuir al desenvolupament emocional dels infants és fonamental dominar les pròpies emocions. Un mestre amb una adient intel·ligència emocional podrà fomentar millor la intel·ligència emocional dels altres (Fernández Berrocal et al. 2008. p. 429-430) Per tant, ha de conèixer les seves pròpies emocions i saber gestionar-les adequadament per a , posteriorment, ajudar als seus alumnes en aquesta mateixa tasca, *“Así, los docentes con una mayor capacidad para identificar, comprender, regular y pensar con las emociones de forma inteligente, tendrán más recursos para conseguir alumnos emocionalmente más preparados y para afrontar mejor los eventos estresantes que surgen con frecuencia en el contexto educativo.”*(Cabello González, Ruiz Aranza i Fernández Berrocal, 2010, p. 44) A més a més,

com en qualsevol altre tipus d'educació, l'adult ha de funcionar com a model de referència. És a dir, es fa encara més important que el docent o la docent reconegui i reguli les seves pròpies emocions per tal de servir als alumnes com a mirall i fomentar en ells això mateix.

El docent ha de realitzar una escolta activa dels aspectes emocionals dels seus discents i comprendre'ls. Això no implica estar d'acord amb aquests sentiments sinó estar disposats a ajudar en aquest procediment. Però per poder-ho aconseguir el mestre o la mestra ha de tenir autoconeixement i, a més a més, autocontrol emocional (Gutiérrez, 2003,)

## **6. Activitats**

A continuació, s'ofereixen algunes propostes d'activitats senzilles per treballar els dos aspectes emocionals que ens competeixen en el present treball. Aquestes són només exemples per als docents, no estan presentades d'acord a cap criteri cronològic, amb la idea que els mestres o les mestres puguin utilitzar-les segons les seves necessitats. A més, encara que la majoria estan més enfocades a infants de 5 anys, fent les adaptacions pertinents, es poden desenvolupar també amb infants més petits. A l'hora de posar-les en pràctica, cal tenir en compte les característiques dels alumnes i les necessitats, s'han de poder flexibilitzar i adaptar d'acord a la realitat i el context.

Però abans de començar amb aquestes, considerem important oferir un exemple d'activitat per treballar el reconeixement d'emocions perquè, com ja s'ha esmentat, per desenvolupar l'educació emocional s'ha de partir del coneixement i reconeixement de les emocions bàsiques.

## 6.1. Activitat per al reconeixement de les emocions bàsiques

**Títol:** El nostre emocionari

**Objectiu principal:** Conèixer i reconèixer les emocions bàsiques.

### Recursos necessaris:

- Fotografies dels infants espontànies reflectint les cinc emocions bàsiques: amor, alegria, ràbia, tristesa i por.
- 5 pistes musicals: una per a cada emoció.
- Materials fungibles (llapis, cartolines, barres d'aferrar, tisores...)

**Temporalització:** Sis sessions d'uns 30 minuts cadascuna.

### Desenvolupament:

El o la docent haurà fet una sèrie de fotografies als infants en moments on experimentaven les cinc emocions bàsiques. Una vegada amb diverses fotografies fetes per a cadascuna de les emocions, s'ensenyen als infants les fotografies de la por, per exemple, i s'inicia una conversa en la qual es parla de quina és l'emoció que reflecteixen les fotos i dels moments o situacions que ens fan sentir-les a cadascun i entre tots es fa una definició del concepte i un llistat del que ens fa sentir així en una cartolina A3 ( si els infants encara no escriuen, poden servir-se de diferents estratègies per fer-lo, per exemple el dibuix.) Es retallen les fotografies i s'aferren al costat del text. Així es fa durant cinc sessions, una per emoció.

Per últim, amb totes les pàgines preparades del nostre emocionari, es fa un llibre que quedarà al racó de lectura, o el de les emocions si es té, de l'aula a la disposició dels infants per a consultar-lo en qualsevol moment.

A continuació s'ofereix un model senzill de graella per a la seva avaluació:

Activitat de reconeixement	Ítems a avaluar	Res	Poc	Bastant	Molt
<b>El nostre emocionari</b>	Reconeix l'infant les emocions bàsiques?				
	És capaç d'associar-les a situacions i relacionar-les amb experiències viscudes?				

## 6.2. Activitats per a l'autoestima

### Activitat per a l'autoestima 1

**Títol:**El meu talent

**Objectiu principal:** Conscienciar-se que tots tenen algun talent i conèixer els propis.

**Recursos necessaris:**

- Papers
- Material per escriure ( llapis, retoladors...)

**Temporalització:** 40 minuts aproximadament.

**Desenvolupament:**

El mestre o la mestra parla als infants d'alguna cosa que a ell o ella se li doni molt bé i convida a pensar als discents quina és la cosa que millor saben fer. Així doncs, una vegada ja ho tenen clar, escriuen o dibuixen, depenent de l'edat, cadascú el seu talent en un full.

A continuació, quan tothom ho té llest, s'asseuen en cercle i d'un en un es van aixecant i posant al mig del cercle. On diuen el seu talent particular i la resta els hi aplaudeix.

Per últim, tots els talents escrits o dibuixats es guarden a una caixa a l'aula per tal de poder recordar, si algun dia se'ns oblida, que hi ha coses que sí que sabem fer molt bé.

### Activitat per a l'autoestima 2

**Títol:**La xarxa de les paraules dolces

**Objectiu principal:** Dir i sentir coses positives i amables d'un mateix i dels altres.

**Recursos necessaris:**

- La lectura prèvia del conte *Paraules dolces*<sup>2</sup>.
- Un fil molt llarg.

**Temporalització:** 30 minuts aproximadament.

**Desenvolupament:** Prèviament s'haurà treballat la lectura del conte *Paraules dolces*. Així, en gran grup recordarem entre tots en què consistia l'argument del conte i proposarem crear una xarxa de paraules dolces.

Tots s'hauran de col·locar en cercle i la mestra o el mestre començarà llençant el fil a un

---

<sup>2</sup>Visualitzar l'annex 1 on es troba la portada del conte.

dels alumnes i dient una cosa positiva seva. Després, aquest haurà de fer el mateix procediment amb un company i així fins que tothom tingui una part del fil.

### Activitat per a l'autoestima 3

**Títol:** Mirall màgic<sup>3</sup>

**Objectiu principal:** Desenvolupar una imatge positiva d'un mateix.

**Recursos necessaris:**

- Una caixa.
- Un mirall petit aferrat al fons d'aquesta.

**Temporalització:** 20 minuts aproximadament

**Desenvolupament:**

Amb tot el grup es fa un cercle i el mestre o la mestra, mostra la “caixa màgica” on està amagada la cosa més meravellosa del món. Un per un els infants van mirant què és el que hi ha dins de la caixa, és a dir, es veuen reflectits. Però han de mantenir el secret, no poden dir als altres què és el que han vist.

Quan tots han obert la caixa, la mestra els convida a pensar en les coses que els converteixen a cadascun en la cosa més meravellosa del món i expressar-les en veu alta davant dels companys.

### Activitat per a l'autoestima 4

**Títol:** Protagonistes de comentaris agradables<sup>4</sup>

**Objectiu principal:** Rebre i assolir informació positiva d'un mateix mitjançant els altres per contribuir a la creació d'un autoconcepte positiu i l'augment de l'autoestima.

**Recursos necessaris:** No es necessiten recursos concrets, tot i que es pot adaptar aquesta activitat, com la resta, i afegir-hi algun recurs necessari.

---

<sup>3</sup> Activitat extreta del llibre *Autoestima ¿Cómo desarrollarla? Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas...* de Jean R. Feldman (2005) Narcea Ediciones: Madrid. p. 17.

<sup>4</sup> Activitat adaptada del llibre d' Alcántara (2002): *Educación la autoestima. Métodos, técnicas y actividades*. Aula Práctica Primaria. 2ª impressió. Ediciones ceac: Barcelona. ISBN 84-329-8717-4. p.26-27.

**Temporalització:** 20- 40 minuts.

**Desenvolupament:** Tots s'asseuen en cercle a terra i, d'un en un, els alumnes van col·locant-se al mig. Mentre aquest està al centre, la resta de companys han de dir aspectes positius seus. Després, l'infant que estava al mig agraeix els comentaris i s'acomiada. Però abans, ha de destacar alguna de les coses positives, completant la següent frase: "El meu nom és... i sóc...". El docent o la docent, pot ajudar a les intervencions fent preguntes als infants i incitant a participar als que es mostren més tímids.

### Activitat per a l'autoestima 5

**Títol:** Parelles de compliments<sup>4</sup>

**Objectiu principal:** Rebre i assolir informació positiva d'un mateix mitjançant els altres per contribuir a la creació d'un autoconcepte positiu i l'augment de l'autoestima.

**Recursos necessaris:**

- Una cadira per a cada infant.
- Una pilota.

**Temporalització:** Aproximadament 20 minuts.

**Desenvolupament:** Es creen dues fileres amb cadires, col·locant-les unes enfront de les altres. En cadascuna s'asseu un alumne. L'activitat consisteix que els infants que han quedat un enfront de l'altre han de respondre a la pregunta: " què és el que més t'agrada de jo? ". Passat un minut, les parelles canvien. Els infants d'una de les fileres ocupen la cadira de la dreta i es repeteix el mateix procediment. Quan tots han acabat, cal posar-se drets i fer un cercle. El tutor o la tutora es col·locarà en mig amb una pilota i la llançarà a un dels infants demanant-li: " què és el que més t'ha agradat del que li agrada a la resta de tu? ". Tots hauran de dir un dels atributs que han sentit per contribuir a recordar-lo.

## Activitat per a l'autoestima 6

**Títol:** Qui sóc?<sup>5</sup>

**Objectiu principal:** Reconèixer característiques positives en un mateix.

**Recursos necessaris:** No es necessiten recursos específics, tot i que es pot adaptar aquesta activitat, com la resta, i afegir-hi algun recurs necessari.

**Temporalització:** 15 minuts aproximadament cada sessió. És convenient realitzar unes 4 sessions amb aquest temps per tal de no allargar massa l'activitat i mantenir així l'interès, motivació i atenció dels alumnes.

**Desenvolupament:** Tot el grup s'asseurà en cercle i el docent o la docent, descriurà a un dels alumnes, remarcant només els aspectes positius. L'infant que es reconegui en aquesta descripció ha d'aixecar-se i dir " aquest sóc jo". Si ha encertat, la resta dels companys li faran un aplaudiment, si no ho fa s'aprofitarà l'oportunitat per dialogar i debatre els motius pels quals el discent s'ha vist reflectit en aquesta descripció. Mai es penalitzarà l'error. Aquest mateix procediment es farà amb tots els infants de la classe.

## Activitat per a l'autoestima 7

**Títol:** El meu cos és així

**Objectiu principal:** Reconèixer els trets positius físics d'un mateix i ser conscient de la bellesa de tots els cossos.

**Recursos necessaris:**

- Un mirall gros.
- Un retolador velleda.
- Una càmera de fotos.
- Paper continu.
- Barra d'aferrar.

**Temporalització:** 15 minuts aproximadament cada sessió, és a dir, 3 infants o 4. És convenient realitzar unes 4 sessions amb aquest temps per tal de no allargar massa

---

<sup>5</sup> Activitat adaptada del llibre d' Alcántara (2002): *Educar la autoestima. Métodos, técnicas y actividades*. Aula Práctica Primaria. 2ª impressió. Ediciones ceac: Barcelona. ISBN 84-329-8717-4. p.29.

l'activitat i mantenir així l'interès, motivació i atenció dels alumnes.

**Desenvolupament:** El nen o la nena, es col·locarà davant del mirall i haurà de posar atenció al seu cos. Quan ho hagi observat bé, guiat una mica pel docent, haurà de pensar quines són les parts del seu cos que més li agraden i el motiu. Una vegada ho tingui clar, repassarà al mirall amb el retolador velleda les parts que hagi triat. Es farà una foto del seu reflex amb les parts marcades i amb totes aquestes es farà un mural a l'aula.

Aquesta és una possible graella per avaluar els aspectes més importants relacionats amb les activitats de l'autoestima:

Activitats d'autoestima	Ítems a avaluar	Res	Poc	Bastant	Molt
<b>El meu talent</b>	És capaç de reconèixer aspectes positius d'ell mateix?				
	Els expressa amb seguretat davant la resta?				
	Extreu aspectes positius de cadascun dels seus companys?				
	Els transmet de forma clara i amb seguretat davant la resta?				
<b>La xarxa de les paraules dolces</b>	Escolta els companys mentre parlen de les seves virtuts?				
	És capaç d'assimilar-les i reconèixer-les en ell?				
<b>Mirall màgic</b>	És capaç de reconèixer aspectes positius d'ell mateix?				
	Els expressa amb seguretat davant la resta?				
	Escolta els companys quan ressalten				



<b>Protagonistes de comentaris agradables</b>	aspectes positius de la seva persona? És capaç d'assimilar aquests i de reconèixer-los en ell mateix?
<b>Parelles de compliments</b>	Escolta els companys quan ressalten aspectes positius de la seva persona? És capaç d'assimilar aquests i de reconèixer-los en ell mateix?
<b>Qui sóc?</b>	Pot reconèixer-se en aquelles característiques positives? És conscient que les té?
<b>El meu cos és així.</b>	És capaç de trobar aspectes positius en el seu físic? Ha pres consciència que tots els cossos, encara que siguin diferents, són bonics?

### 6.3. Activitats per a l'empatia

#### Activitat per a l'empatia 1

**Títol:** En els teus peus.

**Objectiu principal:** Posar-se en el lloc de l'altre, interpretar un rol.

**Recursos necessaris:**

- Sabates grans d'algun membre de la família.

**Temporalització:** 30 minuts aproximadament.

**Desenvolupament:**

Prèviament, haurem elaborat amb els infants una nota per tal que les famílies els hi deixin portar les sabates d'algú gran.

Aquell dia, ens posarem les sabates que hem portat i caminarem amb elles durant una estona, imitant a la persona de qui són les sabates.

Després farem una assemblea per mostrar cadascú les sabates que ha portat, de qui són i com es sentien quan caminaven amb aquestes sabates.

## Activitat per a l'empatia 2

**Títol:** Com es sent el company?

**Objectiu principal:** Reconèixer l'emoció que expressen els iguals i prendre consciència de què podem fer per canviar les negatives.

**Recursos necessaris:**

- 3 pistes musicals diferents: una per a la por, altra per a la tristesa i la ràbia.

**Temporalització:** 30 minuts aproximadament.

**Desenvolupament:**

Es dividirà el grup classe en tres grups més petits i a cadascun se li atorgarà una emoció: por, ràbia i tristesa i una música. Entre ells es posaran d'acord per dramatitzar-la per tal que siguin fàcils de reconèixer.

Tot el grup s'asseurà en cercle, el docent posarà una de les tres pistes musicals a l'atzar i el grup que tenia assignada aquesta emoció s'haurà d'aixecar i dramatitzar-la per l'aula. Quan la música s'aturi es queden com a estàtues i els seus companys han de dir quina emoció era, quina situació la pot haver provocat i què podrien fer per ajudar a que es puguin sentir millor. Aquesta proposta l'hauran de posar en pràctica. Per últim, si al grup que dramatitzava els hi sembla que això els ha ajudat, deixaran de ser estàtues i tornaran a ocupar els seus llocs en el cercle.

Aquest procediment es repetirà amb els altres dos grups.

## Activitat per a l'empatia 3

**Títol:** L'estel de la felicitat.

**Objectiu principal:** Reconèixer els sentiments i emocions dels altres i contribuir a que aquests siguin positius.

**Recursos necessaris:**

- Conte *El pirata de les estrelles*
- <sup>6</sup>Pasta de modelar

---

<sup>6</sup> Visualitzar l'annex 1 on està la portada del conte.

- Potets petits de vidre

**Temporalització:** 45 minuts aproximadament.

### **Desenvolupament:**

Per començar, es llegiria el conte *El pirata de les estrelles* a tots els infants que conta la història d'un pirata molt afamegat que es menja tots els estels, deixant a la lluna sola al cel i molt trist. Per solucionar-lo busca la recepta per construir nous estels i tornar a veure felicitat a la lluna.

Durant la lectura, la mestra faria preguntes obertes sobre els sentiments de cadascun dels personatges, els motius d'aquests i les possibles solucions. Entre tots reflexionarien sobre aquests temes mitjançant un diàleg dinàmic.

Per concloure l'activitat, cada infant crearia el seu propi estel i el ficaria dins d'un potet petit vidre. Tots els estels es quedarien a una cistella a classe i quan algun dels companys estigués trist els alumnes podrien regalar-li el seu estel per ajudar a que, com la lluna, recuperi el somriure.

### **Activitat per a l'empatia 4**

**Títol:** Ni els bons són tan bons ni els dolents ho són tant

**Objectiu principal:** Posar-se en el lloc de diferents personatges, conèixer diferents punts de vista sobre un mateix fet i trobar solucions per aconseguir la felicitat dels altres.

### **Recursos necessaris:**

- El llibre *Les tres llegendes de Sant Jordi*
- Fulls
- Llapis
- Retoladors, plastidecors, llapis de colors...

**Temporalització:** 30 minuts aproximadament.

**Desenvolupament:** Tots estaran asseguts fent un cercle al voltant del mestre o la mestra. Per començar, el docent preguntarà als alumnes si coneixen la llegenda de Sant Jordi i entre tots l'explicaran breument. A continuació, els hi llegirà *Les tres llegendes de Sant Jordi*, on cadascun dels personatges conta la seva versió dels fets. Una vegada

acabada la lectura, faria reflexionar als alumnes sobre qui és que deu tenir la raó, com és que cadascun conta el mateix fet d'una forma diferent... després de dialogar sobre el tema, proposarà als discents crear entre tots una nova història de Sant Jordi amb la que tots els personatges quedin satisfets. Quan entre tots hagin creat la història, cadascun individualment la transcriurà en paper, si ja saben escriure, o farà un dibuix d'aquesta.

### **Activitat per a l'empatia 5**

**Títol:** Els pardalets.

**Objectiu principal:** Reflexionar sobre el sentiment dels altres davant d'una situació de burla.

#### **Recursos necessaris:**

- El curt *For the birds* de Pixar. ( <https://www.youtube.com/watch?v=tqvQ8UiLV4I> )
- Projector.
- Pantalla.
- Pissarra.
- Guixos.

**Temporalització:** 20 minuts aproximadament

**Desenvolupament:** Tots asseguts a l'estora, visualitzaran el curt *For the birds* de Pixar. Quan aquest hagi acabat, el paper del docent serà guiar ,mitjançant preguntes obertes, la reflexió dels infants cap al sentiment del pardal diferents quan la resta es reia d'ell i cap a què els hi ha passat a la resta de pardals per ser dolents amb el diferent. Després de debatre i dialogar sobre el tema, els convidarà a fer un llistat de solucions per poder canviar el final del curt i que cap pardal es faci mal. En la pissarra la mestra o el mestre, o fins i tot els infants si ja saben escriure, anirà posant les diferents propostes de solució.

## Activitat per a l'empatia 6

**Títol:** La fàbrica de la felicitat

**Objectiu principal:** Posar-se en el lloc de l'altre i ser conscient de què podem fer per ajudar-los

**Recursos necessaris:**

- Una capsa de fusta de les de fruita pintada o decorada i amb dos compartiments ben separats.
- Targetes amb imatges de tots els infants de l'aula i de la mestra o el mestre plastificades.
- Targetes amb imatges d'expressions facials de diferents sentiments negatius amb el seu corresponent nom escrit.

**Temporalització:** 20 minuts aproximadament.

**Desenvolupament:** En gran grup, tots estarien asseguts. La mestra o el mestre presentaria el material com a una fàbrica de la felicitat. Explicaria què és el que hi ha dins d'aquesta fàbrica ( les targetes). Després, demanaria un voluntari i aquest trauria una de les targetes amb les fotografies dels seus companys i la mostraria a la resta, a continuació extrauria una de les emocions i entre tots parlarien de quina emoció és aquesta. De seguida, entre tots haurien de pensar quina cosa l'ha pogut provocar aquest sentiment a aquest company, per tant, haurien de pensar en les coses que no li agraden o que li fan sentir així. Per últim, entre tots es pensaria una solució per canviar aquest sentiment negatiu per un positiu, sempre pensant en els gustos, interessos i motivacions d'aquest company en concret.

Aquesta és una possible graella per avaluar els aspectes més importants relacionats amb les activitats de l'empatia:

Activitats d'empatia	Ítems a avaluar	Res	Poc	Bastant	Molt
<b>En els teus peus</b>	És capaç de posar-se en el lloc de l'altre?				
	Té la capacitat d'entendre els sentiments que pot tenir una altra persona?				
	Pot expressar amb claredat com es sent interpretant un altre rol?				
<b>Com es sent el company?</b>	Reconeix les emocions en els altres?				
	Té la capacitat de posar-se en el lloc de l'altre?				
	És capaç d'oferir solucions per ajudar a un altre?				
<b>L'estel de la felicitat</b>	És capaç de posar-se en el lloc de l'altre?				
	Té la capacitat d'entendre els sentiments que pot tenir una altra persona?				
	Pot expressar amb claredat com es sent interpretant un altre rol?				
	És capaç de posar-se en el lloc de l'altre ?				
<b>Ni els bons són tan bons, ni els dolents ho són tant</b>	Entén que un mateix fet pot ser interpretat de diferent forma segons qui ho experimenta?				
	Té la capacitat de trobar solucions a un				

	conflicte de forma que tothom resulti satisfet?
<b>Els pardalets</b>	És capaç de posar-se en el lloc de l'altre?
	Té la capacitat d'entendre els sentiments que pot tenir una altra persona?
	Pot trobar solucions a un conflicte amb la que tots els implicats quedin satisfets?
<b>La fàbrica de la felicitat</b>	És capaç de posar-se en el lloc de l'altre?
	Té la capacitat d'imaginar quines situacions no li agraden a altres persones?
	Pot deixar de banda les seves preferències i considerar les dels altres per ajudar a aquests a que es puguin sentir millor?

## 7. Avaluació

Per finalitzar amb el present treball, s'ofereixen unes pautes per a l'avaluació dels aspectes emocionals en general i, a posteriori, centrada en els dos aspectes treballats al llarg del document.

S'ha de començar dient que l'avaluació dels aspectes emocionals no és una tasca fàcil perquè són subjectius i això dificulta considerablement la seva mesura. A més a més, els resultats del treball emocional es fan presents a llarg termini, fet que dificulta encara més una avaluació realista. ( Álvarez, Bisquerra, Fita, Martínez i Pérez ,2000, p. 558 )Tot i així hi ha certs aspectes que s'han de considerar a l'hora d'avaluar en l'educació emocional( Álvarez, Bisquerra, Fita, Martínez i Pérez ,2000, p. 593-596):

Per començar s'ha de planificar què és el que s'avaluarà, recollint una sèrie de continguts com són l'objectiu de l'avaluació, el destinatari dels resultats d'aquesta, quina o quines persones la portaran a terme i quin rol tenen ( no és el mateix una avaluació realitzada per una persona externa que pel mateix docent que ha portat a terme el programa ) i quins

aspectes s'avaluaran i amb quins criteris. Així també cal fer referència al moment en que es portarà a terme. L'opció més convenient és fer-ho no només al final, sinó de forma processual. És a dir, realitzar el que s'anomena una avaluació formativa. L'avaluació té un gran potencial pedagògic si es realitza amb aquesta finalitat perquè serveix per regular els aprenentatges, conèixer les dificultats i oferir solucions i, no només per quantificar-los.(Sanmartí, 2010, p.3) És per això, que no pot quedar cap activitat sense avaluar, entenent-ho com a conèixer la qualitat del que s'ha fet i poder identificar possibles millores de cara al futur.( Sanmartí, 2010, p.4) Aquest fet comporta un gran canvi, ja no s'avalua a l'alumne sinó els problemes que han sorgit per tal de solucionar-los i evitar-los en el futur.(Sanmartí, 2010, p.5)Quan es fa d'aquesta manera, no s'ha d'esperar al final per portar a terme accions per solucionar les dificultats que s'han detectat en l'alumnat. (Sanmartí, 2010, p.30)

Després, amb el guió de l'avaluació dissenyat, s'han de seleccionar els instruments més adients per portar-la a terme. Com que hi ha múltiples instruments, a l'hora de prendre aquesta decisió és convenient tenir en compte quins mesuren concretament allò que volem avaluar, que siguin comprensibles amb un llenguatge intel·ligible i amb una fàcil aplicació i que tinguin un alt percentatge de fiabilitat.

Per últim, es realitzaria l'anàlisi i la valoració de la informació a partir de la qual es podran extreure diferents conclusions i propostes de millora.

Com ja hem esmentat, són múltiples els tipus de recursos i instruments que es poden fer servir( qüestionaris, entrevistes, observació sistemàtica, etc.) i aquests s'haurien de combinar instruments diferents per a la recollida de dades per tal de poder obtenir dades quantitatives i qualitatives.( Álvarez, Bisquerra, Fita, Martínez i Pérez ,2000, p. 595)

En quant a l'autoestima, com que no es pot observar de forma directa i per a realitzar la seva avaluació s'ha de recórrer a l'observació i anàlisi de la conducta de l'individu i als comentaris d'aquest sobre si mateix que es solen extreure mitjançant entrevistes o altres instruments com qüestionaris, és a dir, mitjançant una autoavaluació;( Ramos, 2008 citat per Mérida, Serrano i Taberner, 2015, p.151), la majoria dels instruments no resulten efectius degut a diversos motius: el vocabulari poc comprensible, extensió inapropiada, poc



motivadors, no atenen a la diversitat, contenen preguntes llargues i difícils, moltes opcions de resposta i que estan en format escrit, per tant és necessari que els nens sàpiguen llegir i escriure. (Mérida, Serrano i Tabernero, 2015, p.151). És per això que en aquesta primera etapa seria convenient que sigui el docent mitjançant una observació sistematitzada qui avaluï la valoració pròpia que té l'infant de si mateix, posant atenció a aspectes com els que es mostren en la taula <sup>7</sup>següent:

Ítems a considerar	Res	Poc	Bastant	Molt
Fa comentaris positius de si mateix.				
Es mostra segur en la realització de les seves accions.				
Participa activament i per iniciativa pròpia en les diferents activitats proposades.				
Es senti valorat i estimat pels seus companys i família.				
Interacciona i es socialitza amb els seus companys.				
Té una imatge positiva d'ell mateix a nivell físic.				
Confia en les seves capacitats per resoldre amb èxit qualsevol tasca.				
Mostra una actitud relaxada i optimista.				

En el cas de l'empatia, d'igual forma que passava amb l'autoestima, la majoria d'instruments per a la seva autoavaluació es presenten en format escrit. Per això, també en aquest cas el mestre o la mestra hi jugarà un paper fonamental. A grosso modo, als quals s'hauran de prestar més atenció fan referència a la capacitat de pensar en els altres, de posar-

<sup>7</sup> Ítems extrets i adaptats a partir del qüestionari EDINA, consultat a la tesis de Serrano, A. (2013) *Diseño y validación de un cuestionario para medir la autoestima infantil. La relación entre autoestima, rendimiento académico y las variables sociodemográficas.* <http://helvia.uco.es/xmlui/bitstream/handle/10396/11580/2014000000900.pdf?sequence=1> (p, 37-39)

se en el seu joc i de descentrar-se d'un mateix per poder centrar-se en altres. A continuació es mostra un exemple de graella per avaluar l'empatia:<sup>8</sup>

Ítems a considerar	Res	Poc	Bastant	Molt
Té sentiments positius vers els altres.				
Es preocupa per altres persones.				
És conscient que existeixen altres punts de vista diferents del seu.				
Escolta i respecta les opinions de la resta.				
Pot identificar-se en els sentiments dels altres i establir analogies amb els propis.				
Reacciona davant les injustícies vers els altres.				
És capaç de posar-se en el lloc de l'altre i d'interpretar diferents rols.				
Pensa en els altres a l'hora de prendre decisions.				

<sup>8</sup>Ítems extrets a partir de qüestionari IRI ( The Interpersonal Reactivity Index) de Davis ,1980 consultat a l'article de Mestre, V; Frías, M<sup>a</sup>. D y Samper, P. (2004) *La medida de la empatía: análisis del Interpersonal Reactivity Index* Psicothema 2004. Vol. 16, n° 2, p 257: <http://www.psicothema.com/pdf/1191.pdf>

## 8. Conclusions

En l'àmbit educatiu, cada vegada més, es té consciència de la importància d'educar la intel·ligència emocional dels discents per contribuir al seu desenvolupament integral, això és degut a la gran quantitat d'informació que es pot trobar de diferents autors i perspectives teòriques que defensen l'essencialitat de les emocions per aconseguir el benestar individual i col·lectiu. Dins d'aquestes, l'autoestima i l'empatia són dos aspectes clau. Educar l'autoestima en l'etapa 3-6 de l'educació infantil és de gran rellevància perquè és el moment en que es comença a crear la personalitat de l'infant. A més, una autoestima elevada augmenta la capacitat de socialització així com la d'aprenentatge. Fer-ho amb l'empatia suposa descentrar-se d'un mateix i centrar-se en els altres, posar-se en el seu lloc i ser conscient que existeixen altres punts de vista que difereixen del propi. Per tant, és un component essencial per a la vida en societat. Com es pot veure, la seva importància per a la vida és innegable i l'escola ha de prendre part activament en aquest procés.

Però, és a l'hora de respondre a la pregunta de com fer-ho, quan comencen els dubtes. És precisament això el que passava en el meu cas. Ja tenia clara la importància de l'autoestima infantil i de l'empatia per aconseguir un desenvolupament adient dels infants com a persones abans de començar aquest treball, però no sabia què i com podia fer com a mestra per educar aquests aspectes. És segur que no era ni seré l'única amb aquest dubte degut a que la formació acadèmica dels docents està molt enfocada encara a la teoria, que ningú no dubta que sigui necessària, però moltes vegades, tot i conèixer la importància de treballar certs aspectes en l'aula, manca orientació sobre com fer-ho. És cert que no hi ha dues persones iguals i, per tant, tampoc dos mestres que ho siguin; cadascú ha de trobar la seva forma de fer perquè no hi ha només una metodologia correcta, totes ho són si donen respostes a les necessitats concretes dels infants. Però conèixer pautes claus per portar a la pràctica aspectes teòrics ja assolits, pot resultar molt útil. Això no implica que s'hagin de seguir de forma rígida, però sí que poden funcionar com a orientació. Per això, amb el present treball s'ha intentat oferir pautes sobre l'actuació docent i l'avaluació, així com a diferents exemples d'activitats, no prenent que sigui una veritat absoluta sinó un punt de partida per trobar la pròpia manera de fer, tenint en compte les característiques del context i del grup d'infants concret.

Així, en termes generals, els mestres han d'exercir el paper de guia en tot aquest procés, propiciant la creació d'un clima de seguretat, suport i llibertat on els infants puguin interaccionar entre ells i amb l'adult i es puguin cometre errors i resoldre els conflictes de forma pacífica i democràtica. A més a més, ha de fomentar la pràctica i vivència dels aspectes emocionals, és fonamental que l'autoestima i l'empatia es treballin a l'aula mitjançant activitats lúdiques i motivadores, que responguin als interessos i necessitats dels infants i, per tant, s'han de planificar prèviament de forma adient.

Durant la realització d'aquest treball, he portat a terme una investigació teòrica que no només m'ha ajudat a profunditzar sobre els motius de la importància de l'autoestima i empatia dels infants sinó que també m'ha ajudat a reflexionar sobre la forma més adient de fer-ho i a crear unes pautes bàsiques d'actuació que han de funcionar com a punt de partida i incrementar l'interès per l'estudi de la matèria, així com la recerca de diferents formes de treballar-la de forma pràctica per tal de generar una metodologia pròpia a partir dels avantatges de les diferents informacions trobades. Aquesta investigació, per tant, ha contribuït a enriquir la meva formació com a docent en un àmbit tan important avui dia com és l'educació emocional.

A més, he pogut assolir de forma satisfactòria quatre dels cinc objectius específics que em vaig proposar prèviament, ja que he aconseguit oferir informació sobre la metodologia i el rol del docent per a l'educació emocional, oferir diferents propostes d'activitats per treballar el reconeixement d'emocions i el desenvolupament de l'autoestima així com per iniciar als infants en el desenvolupament de la capacitat empàtica. Però, en el relatiu a l'avaluació encara queda molta feina per fer, tot i que he pogut donar pinzellades i destacar els ítems més rellevants que s'han de valorar respecte a l'autoestima i l'empatia, no he aconseguit profunditzar en aquest aspecte ni oferir un model d'avaluació concret. Tot i així, crec que he aconseguit l'objectiu principal del meu treball que és facilitar una sèrie d'orientacions flexibles per treballar l'autoestima i l'empatia infantil.

## 9. Bibliografia

Alcántara, J.A. (2002) *Educación la autoestima. Métodos, técnicas y actividades*. Aula Práctica Primaria. 2ª impressió. Ediciones ceac: Barcelona. ISBN 84-329-8717-4.

Álvarez, M; Bisquerra, R; Fita, E; Martínez, F i Pérez, N. (2000) Evaluación de programas de educación emocional. *Revista de Investigación Educativa*, 2000, Vol. 18, n.º 2, págs. 587-599

Annex del Decret 71/2008, de 27 de juny, pel qual s'estableix el currículum de l'educació infantil a les Illes Balears. p.21. Consultat el 9 d'abril del 2016: [http://weib.caib.es/Normativa/Curriculum\\_IB/infantil/annex\\_infantil.pdf](http://weib.caib.es/Normativa/Curriculum_IB/infantil/annex_infantil.pdf)

Bisquerra, R. (2000) *La educación emocional en la formación del profesorado*. Revista interuniversitaria de formación del profesorado, ISSN 0213-8646, N° 54, 2005 (Ejemplar dedicado a: Educación emocional / coord. por María Pilar Teruel Melero, María Rosario Fernández Domínguez), p.95-114. Consultat el 6 d'abril del 2016: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2126758>

Carpena, A. (2014). *Crecimiento emocional en el aula*. En P. Darder Vidal (Coord.), *Aprender y educar con bienestar y empatía* (pp. 69-102). Barcelona: Octaedro.

Carrera, G. (coord.). *Estimulación temprana. Inteligencia emocional y cognitiva*. Madrid: Cultural, S.A

Cassanova, M. (1998). *Evaluación: concepto, tipología y objetivos*. *La evaluación educativa*, 67-101. Consultat el 9 de maig del 2016: [http://cursa.ihmc.us/rid=1303160302515\\_965178929\\_26374/EvaluacionConceptoTipologia\\_Y\\_Objeto.pdf](http://cursa.ihmc.us/rid=1303160302515_965178929_26374/EvaluacionConceptoTipologia_Y_Objeto.pdf)

Clemens, H i Bean, R. (1993) *Cómo desarrollar la autoestima en los niños*. Traducció de Páez de la Cadena, F. Madrid: Debate. ISBN: 84-7444-657-0.

Cohen, J. (2003) *La inteligencia emocional en el aula. Proyectos, estrategias e ideas*. Argentina: Troquel.

De Andrés Vilorio, C.(2005). *La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores.* Tendencias Pedagógicas, 10, (p.107-124). Consultat el 6 de març del 2016 en: [http://www.tendenciaspedagogicas.com/Articulos/2005\\_10\\_06.pdf](http://www.tendenciaspedagogicas.com/Articulos/2005_10_06.pdf)

Decety, J. & Jackson, P. H. (2004). The Functional Architecture of Human Empathy. Behavioural and Cognitive Neuroscience Review, 3(2), p.71-100. doi: 10.1177/1534582304267187

Decety, J. i Lamm, C. (2006). Human Empathy Through the Lens of Social Neuroscience. TheScientificWorldJournal, 6, p.1146-1163. doi: 10.1100/tsw.2006.22

Feldman, J. (2005) Autoestima. *¿Cómo desarrollarla? Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas...* Madrid: Narcea S.A

Fernández- Pinto, I. i López, B. (2008) Empatía: Medidas, teorías y aplicaciones en revisión. Anales de psicología, vol. 24, Nº 2, p. 284-298. ISSN edició web 1695-2294.

Consultat el 24 d'abril del 2016 en: <http://revistas.um.es/analesps/article/viewFile/42831/41141>

Ferrerós Tor, M. (2008) *Abrázame, mamá.* Barcelona: Planeta.

Gardner, H. (2005) *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica.* Barcelona: Paidós.

Gerdes, K. E. & Segal, E. A. (2009). A Social Work Model of Empathy. Advances in Social Work, 10(2), p.114-127.

Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica, & López Cassà, E. (2003). *Educación emocional.* Barcelona: Editorial Praxis.

Gutiérrez Tapias, M. (2003) *La acción tutorial como alternativa para el desarrollo de la inteligencia emocional de los alumnos*. Acción Pedagógica, Vol. 12, Nº 2.

Institut d'Estudis Catalans, Diccionari de la llengua Catalana. 2ª edició. Consultat el 25 de març del 2016: <http://dlc.iec.cat/>

Lindenfield, G. (1996) *Autoestima. Aprenda a potenciar la seguridad en sí mismo*. Traducció de García, M. Barcelona: Plaza & Janés Editores. ISBN: 84-01-52038-X.

López, B., Filippetti, V. y Richaud, M. (2014) *Empatía. Desde la percepción automática hasta los procesos controlados*. Avances en psicología latinoamericana, ISSN 1794-4724, Vol. 32, Nº. 1, 2014, págs. 37-51. Consultat el 28 de març del 2016: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4798419>

López Cassà, E. (2005) *La educación emocional en la educación infantil*. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19 (3), p. 153-167. ISSN 0213-8464

Mckay, M i Fanning, P.(2002) *Autoestima. Evaluación y mejora*. Ediciones Martínez Roca, S.A: Barcelona.

Mérida, R; Serrano, A; Tabernero, C. (2015). *Diseño y validación de un cuestionario para la evaluación de la autoestima en la infancia*. Revista de Investigación Educativa, 33(1), 149-162. DOI: <http://dx.doi.org/10.6018/rie.33.1.182391>

Mestre, V; Frías, Mª. D y Samper, P. (2004) *La medida de la empatía: análisis del Interpersonal Reactivity Index* Psicothema 2004. Vol. 16, nº 2, pp. 255-260 ISSN 0214 - 9915 . Consultat el 4 de juny del 2016: <http://www.psicothema.com/pdf/1191.pdf>

Palou Vicens, S. (2004). *Sentir y crecer. El crecimiento emocional en la infancia*. Barcelona: Graó.

Preston, S. D. & de Waal, F. B. M. (2002) *Empathy: Its ultimate and proximate bases*. Behavioral & Brain Sciences, 25(1), p.1-20. doi:10.1017/ S0140525X02000018

Programa Golden (2005) Consultat el 6 d'abril del 2016:  
<http://www.golden5.org/golden5>

Rameson, L. T. & Lieberman, M. D. (2009) *Empathy: A social Cognitive Neuroscience Approach*. Social and Personality Psychology Compass, 3(1), p.94-110. doi. 10.1111/j.1751-9004.2008.00154.x

Richaud, M. (2008) *Evaluación de la empatía en población infantil*. Revista IIPSI Vol. 11, Nº1, p.101-115, ISSN electrònica: 1609-7475

Rigon, E. (2002) *Cómo desarrollar la autoestima en los niños*. Ediciones Mensajero: Bilbao. ISBN: 84-271-2501-1

Roa, A. (2013) *La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia*. Edetania, Vol.44, p. 241-257, ISSN: 0214-8560

Sanmartí, N. (2010) *Avaluar per aprendre. L'avaluació per millorar els aprenentatges de l'alumnat en el marc del currículum per competències*. Direcció General de l'Educació Bàsica i el Batxillerat, Generalitat de Catalunya. Departament d'Educació. Barcelona. Consultat el 27 de maig del 2016:

[http://www.edubcn.cat/rcs\\_gene/extra/05\\_pla\\_de\\_formacio/direccions/primaria/bloc2/61\\_Avaluar\\_per\\_aprendre\\_NS.pdf](http://www.edubcn.cat/rcs_gene/extra/05_pla_de_formacio/direccions/primaria/bloc2/61_Avaluar_per_aprendre_NS.pdf)

Santrock, John. (2002) *Psicología de la educación*. México: McGrawHill.

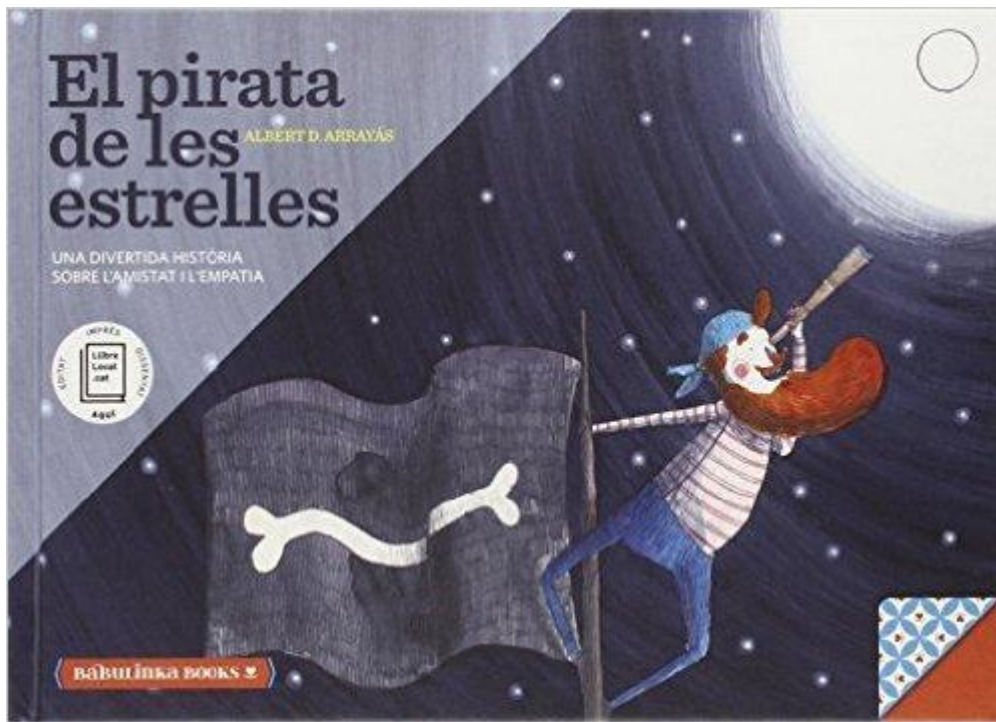
Serrano, A. (2013) *Diseño y validación de un cuestionario para medir la autoestima infantil. La relación entre autoestima, rendimiento académico y las variables sociodemográficas*. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Córdoba. Consultat el 4 de juny del 2016:

<http://helvia.uco.es/xmlui/bitstream/handle/10396/11580/2014000000900.pdf?sequence=1>



## 10. Annexos

### Annex 1:



### Annex 2:

