



**Universitat de les
Illes Balears**

Facultat d'Educació

Memòria del Treball de Fi de Grau

**La Proposta Som-Ric per a prevenir la baixa autoestima dels
infants de tres a sis anys.**

Cristina Riera Torres

Grau d'Educació Infantil

Any acadèmic 2015-2016

DNI de l'alumne: 47257082V

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

L'autora autoritza l'accés públic a aquest Treball de Fi de Grau.

Paraules clau del treball: educació infantil, educació socioemocional, analfabetisme emocional, autoestima, recursos didàctics.

“Una botella cerrada debajo un grifo no se llena, hay que abrir la botella” -
Adrián Trejo de la Rosa, director del centre Arrels (Eivissa) a una entrevista personal.

RESUM

Aquest treball fa un anàlisi general de l'educació socioemocional a l'Educació Infantil, i profunditza fins arribar a un dels pilars bàsics de la formació de l'infant, tant a nivell personal com d'aprenentatge: l'autoestima.

Tenint en compte la quantitat de noves teories i estratègies que estan sorgint al voltant de l'educació emocional, el treball pretén centrar-se en aquest concepte i ser una proposta que combina la teoria amb activitats pràctiques per dur a terme a les aules.

Es centra en metodologies que ofereixen una educació de qualitat per tots els infants afavorint així aspectes tan importants com l'autoconcepte, l'autoconeixement, la seguretat, el control de les emocions, la coneixença de l'estat emocional i l'empatia entre altres.

En definitiva, l'objectiu del treball és donar la importància que es mereix a l'autoestima com a base per a treballar la resta d'emocions, i aportar recursos didàctics i estratègies aplicables a l'aula.

Paraules clau: educació infantil, educació socioemocional, analfabetisme emocional, autoestima, recursos didàctics.

ABSTRACT

This study is a general analysis of the state of the childhood's socio-emotional education looking in depth at the basic keys of the formation of the child, both personally and learning: the self-esteem.

The study takes into account the current theories and strategies that are emerging around the emotional education and it aims to focus on the concept of being a proposal that combines theory with practical activities carried out in the classroom.

It focuses on methods that provide a quality education for all children and promoting important aspects such as self-concept, self-awareness, security, control emotions, emotional state of knowledge and empathy among others.

Ultimately, the goal of the study is given the importance it deserves esteem as a key to work other emotions and provide educational resources and strategies applicable to the classroom.

Key words: children education, socio-emotional education, emotional illiteracy, self-esteem, teaching resources.

ÍNDEX

	Pàgina
1. Tema i justificació.....	8
2. Descripció de l'objecte d'estudi.....	9
3. Formulació dels objectius.....	10
4. Fonamentació teòrica.....	11
4.1. Emoció i educació. Concepció de l'educació emocional.....	11
4.2. Emoció: concepte, classificació i funcions.....	13
4.3. Educació emocional a l'etapa infantil.....	16
4.3.1. Justificació. Relació amb el currículum.....	16
4.3.2. Intel·ligència emocional.....	17
4.3.3. El rol del mestre.....	19
4.4. Desatenció emocional a l'etapa infantil.....	20
4.4.1. Relació entre els contextos afectius del nen. Importància de la comunicació...21	
4.4.2. Clima i actituds que desfavoreixen el benestar del infant.....	22
4.4.3. Conseqüències de la desatenció emocional en els nens de 3 a 6 anys.....	23
5. La proposta <i>Som-Ric</i>	25
5.1. Presentació de la proposta.....	25
5.2. En què consisteix.....	25
5.3. Quines novetats presenta <i>Som-Ric</i>	27
5.4. Principis bàsics de <i>Som-Ric</i>	28
5.5. Recursos didàctics.....	33
5.5.1. Vocabulari emocional.....	34
5.5.2. Treballar l'empatia i la compassió.....	39
5.5.3. Dinàmiques de reforç positiu.....	40
5.6. Avaluació de la proposta <i>Som-Ric</i>	44
6. Conclusions.....	45
7. Bibliografia i altres fonts consultades.....	48
8. Annexos.....	51
8.1. Figura 1. Classificació de les emocions – creació pròpia.....	51
8.2. Figura 2. Concepte d'emoció (Bisquerra, 2013).....	52
8.3. Figura 3. Significat del nom de la proposta – creació pròpia.....	53
8.4. Figura 4. Novetat de la proposta <i>Som-Ric</i> – creació pròpia.....	53
8.5. Figura 5. El rol del mestre (proposta <i>Som-Ric</i>) – creació pròpia.....	53

8.6. Figura 6. Organització dels recursos didàctics de <i>Som-Ric</i> – creació pròpia.....	54
8.7. Figura 7. Avaluació de la proposta Som-Ric – creació pròpia.....	54

1. TEMA I JUSTIFICACIÓ.

Els recents canvis i transformacions en la nostra forma de vida donen pas a un replantejament de totes les vessants epistemològiques. El món en el qual vivim ha sofert en els darrers anys un avanç tecnològic i informàtic que ha afectat la nostra forma de relacionar-nos socialment, donant com a resultat canvis econòmics i laborals, ambientals, polítics i, en definitiva, transformacions en la societat.

La recerca constant en la innovació i la informàtica ens porta a voler respostes automàtiques, a la impaciència i a la frustració quan ens trobem en ambients més tradicionals. És cert que totes les novetats tecnològiques i els recents avanços són fonamentals per al desenvolupament d'algunes ciències com la medicina, la física o moltes altres. No obstant, com critica Frato a través de les seves il·lustracions (1994), les tecnologies poden ser nocives en l'àmbit educatiu si no s'utilitzen de forma adequada. En aquest cas, no em refereixo a l'escola com a única font educativa, sinó també als sistemes que explicava Bronfenbrenner a *La ecología del desarrollo humano* (1979): tothom és particip, d'alguna manera, en l'educació que reben els nens.

Actualment, es podria dir que acostumem a entendre la vida des d'una perspectiva cronològica, on qui va més ràpid és qui té l'èxit assegurat. Veiem a nens de quatre i cinc anys fent tot el dia activitats educatives perquè els pares tenen la creença que “com més aviat aprenguin totes aquelles tasques, abans arribaran més lluny” (Frato, 1990) . Però, on és “més lluny”? Algú s'ho ha demanat? És el nen qui vol fer totes aquelles tasques? O és el pare que vol que el seu fill les faci?

Ens estem oblidant de ser persones. Volem aprendre i saber tantes coses que descuidem les nostres inquietuds personals, els nostres desitjos i objectius; no tenim cura de les nostres emocions, tan sols “tenim temps” per estar ocupats en fer el que se suposa que hem de fer encara que moltes vegades no ens interessi. A més, no tan sols ens obliguem a nosaltres a tenir aquesta actitud sinó que, com deia, també arrosseguem als nostres fills transmetent així valors negatius com la pressa, l'estrès i la insatisfacció personal. Com diu Carl Honoré (2010), “els nens s'han adultitzat”, estem oblidant que “el joc espontani és el més apropiat per al desenvolupament del cervell infantil”. D'aquesta manera, després ens trobem amb nens a l'aula que presenten símptomes de baixa autoestima, de depressió, d'inadaptació,...

Els sociòlegs Cooley (1902) i Mead (1934) parlaven de la formació del “jo” a través de les relacions socials, de les respostes que obtenim dels altres davant els nostres comportaments. En el cas dels infants sorgeix el concepte de “jo reflex” (Cooley, 1964) per a explicar que l’autoconcepte que es formen els nens és la imatge que reflecteix el mirall social del seu entorn més proper, és a dir, van conformant el seu propi “jo” a partir de les valoracions que nosaltres fem del seu comportament.

Per tant, he volgut agafar aquest punt de partida. Trobo que la infància és el moment més ric en la vida d’una persona a l’hora d’aprendre però, l’aprenentatge no es pot adquirir si el infant no compta amb una seguretat afectiva i emocional respecte el seu entorn primari (Bowlby, 1989).

Així, la meva proposta d’estudi per al Treball de Fi de Grau pretén dotar d’importància els aspectes emocionals i psicològics envers l’educació dels nens del segon cicle d’infantil. No pretenc restar importància a la part del desenvolupament cognitiu, verbal o motor, però penso que s’ha d’atribuir especial atenció al benestar emocional dels infants, ja que, com comentava al principi, se’ns està oblidant que som éssers socials.

He escollit aquesta temàtica perquè penso que sense escoltar-nos a nosaltres mateixos no podem arribar a tenir èxit a la vida. Hem d’ajudar als infants a saber gestionar les seves emocions perquè, en fer-se grans, sàpiguen relacionar-se amb el món, amb les persones. Hem de donar temps i respectar el ritme de cada nen, hem d’escoltar-los. I no tan sols això, hem de fer que siguin autònoms emocionalment, que reconeguin els seus sentiments i sensacions i aprenguin a expressar-los; per això hem de donar-los estratègies i ensenyar el vocabulari emocional.

Al cap i a la fi, el sentit de la vida és aprendre a dir “no”, a plorar quan ho necessitem, a demanar ajuda, a creure en nosaltres mateixos,... i, sobretot, a ser feliços.

2. DESCRIPCIÓ DE L’OBJECTE D’ESTUDI.

L’educació emocional és un tema molt ampli on podem aprofundir mitjançant múltiples vessants: des de l’atenció i l’observació a la intervenció, atenent a diversos paràmetres o a casos concrets. A més, s’ha de tenir en compte que no és un aprenentatge puntual en la vida de les persones, sinó que es va adquirint a llarg termini; de fet, és un aprenentatge infinit.

De tal manera, veig convenient acotar el meu objecte d'estudi per tal que resulti més profitós a l'hora d'observar, analitzar i aportar estratègies, ja que constarà de pautes molt més concretes i específiques, a més de facilitar-me la focalització del meu estudi i farà que sigui més viable i contextualitzat.

El tema general que he escollit és l'educació socioemocional dels infants i, de forma més concreta, m'agradaria centrar-me en la prevenció de símptomes negatius en el seu comportament a causa de la desatenció emocional per part de família i escola.

Així, l'objecte d'estudi del meu Treball de Fi de Grau comptarà amb una part analítica i teòrica on partiré de la definició d'Educació Socioemocional, la seva repercussió en el currículum d'Educació Infantil i el perquè de la seva importància.

No obstant, m'agradaria enfocar-lo des dels resultats cap a la part analítica i no a la inversa. Estem acostumats a aprendre des de la teoria a la pràctica, des de "cóm s'ha de fer" a "com ho fem". Penso que el meu treball serà molt més profitós si començo pel que penso que fem malament, pels símptomes i les conseqüències i, a partir d'aquí, em concentro en trobar estratègies per millorar, per prevenir i evitar aquests riscos.

Per tant, podria dir que la meua tesi té l'objecte de veure què passa quan no es contempla la part emocional dels nens, quan no s'atén la necessitat de reconeixement i valoració que necessiten, quan no es treballen les habilitats socials. A partir d'aquestes anàlisis, i amb la intenció de valorar adequadament el pes i la importància d'aquesta temàtica en relació a l'educació, es portarà a terme un recull d'estratègies, pautes i recursos que poden ajudar al docent a intervenir dins l'aula.

3. FORMULACIÓ DELS OBJECTIUS.

La modalitat de treball que he escollit és el desenvolupament de mitjans o recursos didàctics i/o educatius, basats en la fonamentació teòrica consultada. Això em permet proposar-me uns objectius molt concrets i comprovar la viabilitat dels mateixos, ja que no només es tracta de fer una revisió bibliogràfica, sinó que puc proposar l'assoliment d'unes fites específiques.

Anteriorment explicava que l'educació emocional no es proposa l'assoliment d'uns aprenentatges a curt termini, ja que es tracta de l'adquisició de formes comportamentals basades en experiències al llarg de la vida. Aquest fet fa que no centri els meus objectius en observacions dels resultats a partir d'utilitzar les estratègies que proposo; més bé, diria que l'objectiu general del meu Treball de Fi de Grau és conscienciar sobre la importància del tema i aportar estratègies que ajudin a treballar-lo dins l'aula.

Per tal d'aconseguir aquesta fita, els objectius específics que proposo són:

- ✓ Recollir formes d'avaluació i detecció de mancances emocionals en els infants.
- ✓ Aportar un recull útil d'estratègies per tal de posar atenció als sentiments i emocions dels infants.
- ✓ Crear recursos didàctics per treballar a l'aula el vocabulari emocional.
- ✓ Definir el rol del docent en relació a l'educació emocional.

Mitjançant aquests objectius es pretén donar resposta a les necessitats prioritàries dels nens per tal d'evitar greus problemes a l'edat adulta. És fonamental la detecció a temps d'aquestes mancances per tal de poder atendre-les amb les estratègies i recursos pertinents.

Cal tenir en compte que la desatenció emocional provoca greus conseqüències a l'aprenentatge dels més petits, a més d'efectes irreversibles en la construcció de la identitat i l'autoconcepte. Amb la qual cosa, si no s'atén a la infància, podria donar resultats nefastes a l'adulthood.

4. FONAMENTACIÓ TEÒRICA.

4.1. Emoció i educació. Concepció de l'educació emocional.

L'educació és un dels paràmetres més estudiats al llarg de la història a causa dels diversos enfocaments des dels quals es pot contemplar i degut a totes les àrees a les que pot afectar. Com explica la professora Jeannette Kravetz al seu article "Evolución del concepto de Educación", des de l'Edat Antiga fins l'actualitat el concepte d'Educació s'ha anat transformant i adaptant a les necessitats de les civilitzacions.

Les societats més primitives parlaven d'educació per a la supervivència, on aprenien a cobrir les necessitats més vitals mitjançant la caça, la pesca, habilitats ignífugues, etc. No obstant, aquest concepte ha anat adquirint modificacions amb les cultures romana i grega, que parlaven del concepte per a referir-se al caràcter civil que havien de tenir els ciutadans per a involucrar-se a l'exercici polític.

Durant l'Edat Mitjana, en canvi, fou clara la intervenció de l'església ja que va fundar i sostenir les primeres escoles i universitats, adquirint d'aquesta forma tot el control de l'educació sistemàtica com a mitjà per a propagar la fe cristiana. No és fins al Renaixement que s'intenta separar la concepció de l'educació de la religió.

No obstant i l'evolució envers l'àmbit, l'accés a l'educació tan sols era possible per als integrants de les societats burgeses, nobles i eclesiàstics. D'aquesta forma, limitava a la població a quedar-se sumida en la ignorància i a obeir les ordres dels que tenien recursos i poder. A l'època moderna i contemporània, s'intenta acabar amb aquesta situació i el concepte "Educació" passa a entendre's com un dret i un deure per a tota la civilització, caracteritzant-se per la obligatorietat, la gratuïtat i el laïcisme.

Al llarg del temps i fins quasi l'actualitat, a més de les modificacions que comentava, cal dir que aquest concepte s'ha vist estretament lligat a la intel·ligència cognitiva. "El saber" ha estat tractat des dels grans pensadors filosòfics com a continguts que ens permetien conèixer millor la realitat que ens envoltava. Aquesta creença no deixa de ser veritable, però és incompleta.

Des de la dècada dels 90 emergeix la importància de l'educació emocional, degut a la gran quantitat d'estudis realitzats per científics on defensen la estreta relació entre el benestar personal i l'adquisició d'aprenentatges. Així, el component educatiu canvia radicalment quan s'equipara la necessitat d'educar des de la part emocional a la necessitat de construir el saber cognitiu.

L'escola ja no es concep com l'única entitat que transmet coneixements, aïllada de la realitat que envolta al nen. Sinó, tot al contrari, es caracteritza per ser un lloc on es plantegen reptes de l'entorn quotidià de l'infant per a que aprengui a resoldre'ls, preparant-lo així per a la vida adulta. L'escola, la família i l'entorn primari de l'individu són elements continus i complementaris que contribueixen al seu creixement i aprenentatge de la vida.

Hem de tenir present en tot moment, que som éssers socials i que convivim en un món amb altres persones. Reflexionar envers aquest fet, per absurd que pugui semblar, és fonamental si el que volem és que el nen aprengui a ser feliç. És imprescindible treballar les habilitats socials, les competències emocionals personals i conceptes com l'empatia, l'autoconcepte, la regulació emocional, la pròpia autoestima. Saber gestionar tots aquests components de la personalitat donarà com a resultat a persones hàbils socialment i millorarà la convivència a nivell global.

La consideració envers el terme en qüestió sorgeix, en gran part, gràcies a les aportacions de Howard Gardner (1983). Amb la teoria de les intel·ligències múltiples, fou el primer en subdividir el concepte d'intel·ligència com a contrapès al paradigma de l'existència d'una única. La seva teoria, sense contradir la definició científica d'intel·ligència ("Capacitat per a resoldre problemes o elaborar bens valuosos") desenvolupava la idea que la vida presenta múltiples situacions on la pròpia persona ha d'adaptar-se, la qual cosa requereix diversos tipus d'intel·lecte.

Aquest fet va ser revolucionari ja que subjectava la idea de que totes les persones són intel·ligents en un àmbit o altre, no tan sols les que demostraven altes capacitats en els camps cognitius. A més, Gardner defineix la intel·ligència com una capacitat amb la qual cosa s'entén la possibilitat de desenvolupar-la. L'autor no nega el component genètic de l'intel·lecte però si afirma que aquesta herència biològica es pot potenciar depenent l'ambient on creix l'infant (d'aquí la importància de tenir-ne cura).

Aquestes idees, doncs, han transformat el concepte d'educació degut que els docents no només han de contemplar la part cognitiva de l'ensenyament, també han de treballar la part afectiva, la motriu, l'artística, la filosòfica, etc.

4.2. Emoció. Concepte, classificació i funcions.

Atenent a les investigacions de Bisquerra (2003) podríem definir l'emoció com "un estat complex de l'organisme caracteritzat per una excitació o pertorbació que predisposa a una resposta organitzada [...]. Les emocions es generen com a resposta a un esdeveniment intern o extern". El mateix concepte definit per la Real Acadèmia Espanyola esdevé en "Alteració de l'ànim intensa i passatgera, agradable o penosa, que va acompanyada de certa commoció somàtica"; mentre que l'Institut d'Estudis Catalans cataloga l'emoció com "Reacció afectiva,

en general intensa, provocada per un factor extern o pel pensament, que es manifesta per una commoció orgànica més o menys visible”.

L’ampli concepte dóna lloc a diverses classificacions depenent el paràmetre que analitzem com a punt de partida. En el cas de Goleman (1996) i Bisquerra (2000) divideixen les emocions en quatre famílies, de les quals sorgeixen les emocions bàsiques i les respectives combinacions:

EMOCIONS NEGATIVES	Ira	Ràbia, còlera, rancúnia, odi, fúria, indignació, ressentiment, aversió, exasperació, tensió, excitació, agitació, acritud, animadversió, animositat, irritabilitat, hostilitat, violència, enuig, gelosia, enveja.
	Por	Temor, horror, pànic, terror, desassossec, ensurt, fòbia, aprensió, inquietud, incertesa.
	Ansietat	Angoixa, desesperació, inquietud, estrès, preocupació, anhel, neguit, consternació, nerviosisme.
	Tristesa	Depressió, frustració, decepció, aflicció, pena, dolor, pesar, desconsol, pessimisme, malenconia, autocompassió, soledat, desànim, desgana, enyorança, abatiment, disgust, preocupació, desesperació.
	Vergonya	Culpabilitat, timidesa, inseguretat, vergonya aliena, xafogor, pudor, rubor, vergonya, perplexitat, neguit, remordiment, humiliació, pesar.
	Aversió	Hostilitat, menyspreu, acritud, animositat, antipatia, ressentiment, rebuig, recel, fàstic, repugnància, desdeny, disgust.
EMOCIONS POSITIVES	Alegria	Entusiasme, eufòria, excitació, content, delit, diversió, plaer, estremiment, gratificació, satisfacció, caprici, èxtasi, alleujament, alegria, diversió.
	Humor	(provoca) Somriure, riure, rialla, hilaritat.
	Amor	Afecte, tendresa, simpatia, empatia, acceptació, cordialitat, confiança, amabilitat, afinitat, respecte, devoció, adoració, veneració, enamorament, àgape, gratitud.

	Felicitat	Goig, tranquil·litat, pau interior, placidesa, satisfacció, benestar.
EMOCIONS AMBIGÜES	Sorpresa	
	Esperança	
	Compassió	
EMOCIONS ESTÈTIQUES	Les produïdes per les manifestacions artístiques com la pintura, la música, l'escultura o la literatura.	

Figura 1. Classificació de les emocions segons Goleman (1996) i Bisquerra (2000). Creació pròpia.

Per tant, és evident que les emocions afecten directament al comportament de les persones. La seva funció és fonamental, ja que, tant al propi subjecte com a les terceres persones, ajuda a entendre el context que el rodeja i com intervé en ell. Així, les emocions es produeixen de la següent manera (Bisquerra, 2013):

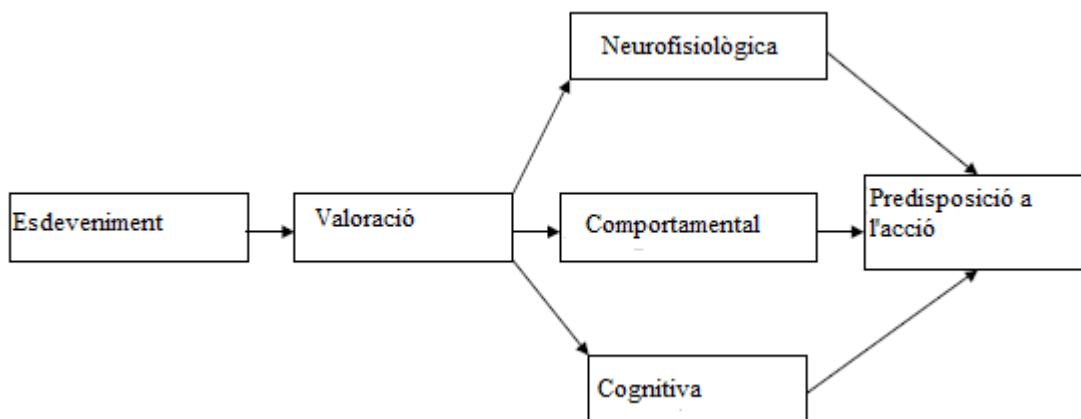


Figura 2. Concepte d'emoció (Bisquerra, 2013).

1. Unes Informacions sensorials arriben als centres emocionals del cervell.
2. Com a conseqüència es produeix una resposta neurofisiològica.
3. El neocòrtex interpreta la informació.
4. El subjecte es disposa a actuar.

Les emocions, per tant, condicionen tot el procés de conducta dels nens. De vegades etiquetem les seves accions sense extreure la vertadera causa per la que s'està comportant així, en lloc de aturar-nos i treballar la gestió emocional en aquell mateix moment.

Per exemple quan un nen pega a un altre, el que acostumen a fer molts mestres és interceptar la baralla i després imposar un càstig i no parlar més del tema perquè “era una discussió per un cotxet de la qual no es pot extreure res gaire significatiu”. Errada. Tal vegada l'infant que ha pegat s'ha sentit ofès per algun comentari del company, tal vegada hi havia un tracte i l'altre no l'ha respectat, tal vegada ha pegat perquè no coneix altra forma de solucionar aquell conflicte.

Aquest tipus de situacions són les més significatives per a l'adquisició dels aprenentatges: les situacions on l'infant està emocionat per algun fet que ha succeït en aquell moment. Els aprenentatges emocionals no es poden adquirir si no es coneix la determinada emoció. Per això, els sentiments tenen una funció fonamental en els aprenentatges, perquè són espontanis, vertaders i sempre poden donar lloc a nous coneixements d'un mateix.

4.3. Educació emocional a l'etapa infantil.

4.3.1. Justificació. Relació amb el currículum.

L'educació emocional és “la resposta a les necessitats socials que no estan prou ateses al currículum. Entre les necessitats existeix l'ansietat, l'estrès, la depressió, la violència [...]. Tot degut, en gran part, a l'analfabetisme emocional.” (Bisquerra, 1999).

Aquesta “té l'objectiu de desenvolupar les competències emocionals, és a dir, el conjunt de coneixements, capacitats, habilitats i actituds necessàries per a prendre consciència, comprendre, expressar i regular de forma apropiada les pròpies emocions” (Bisquerra, 1999).

Les competències emocionals, que conformen la intel·ligència emocional de la que parlava H. Gardner en La teoria de las inteligencias múltiples (1987) tenen l'objectiu de garantir el benestar de les persones. Un individu que sap gestionar les seves emocions pot ser plenament feliç perquè sap ajustar el seu comportament a les situacions que succeeixen al seu voltant. Aquest és l'objectiu, doncs, de l'educació emocional: contribuir a que els infants prenguin consciència del seu “jo”, tinguin habilitats per a gestionar els seus sentiments i arribin al benestar emocional.

Al currículum d'Educació Infantil s'exposa clarament la importància que té aquesta part de l'ensenyament quan diu, fent referència a l'*Àrea de coneixement de si mateix i autonomia personal*: "Aquesta àrea de coneixement i experiència fa referència, de forma conjunta, a la construcció gradual de la pròpia identitat i de la maduresa emocional, a l'establiment de relacions i vincles afectius amb els altres i a l'autonomia personal com a processos inseparables i necessàriament complementaris. Els objectius i continguts d'aquesta àrea s'orienten cap a l'assoliment de les capacitats que, al llarg de l'escolarització obligatòria, permetran als alumnes adquirir les competències que es consideren bàsiques".

Entenem doncs que, sense la contemplació de les emocions, l'infant és incapaç d'adquirir els aprenentatges de tal àrea de coneixement. D'aquí, la importància que radica a tota l'evolució que ha sofert el paràmetre educatiu.

Encara que és cert que s'explicita dita importància a les lleis educatives autonòmiques, sembla que donem prioritat als continguts cognitius del currículum en lloc de les orientacions metodològiques que ens dicta el mateix; sembla que a l'horari lectiu de les escoles hi ha cabuda per totes les matèries i mai hi ha un espai - temps per a atendre les emocions dels infants.

No vull donar a entendre que no s'atenguin aquestes necessitats, sinó que queden enlaire i no existeix un moment únic per a treballar-ho. Per això, anteriorment explicava l'exemple del nen que pegava a un altre per la discussió del cotxet: perquè són les accions espontànies les que s'han d'atendre amb més valor que ningunes altres. Són totes les accions quotidianes i sense preparació (les que sorgeixen del joc, del dia a dia, etc.) les que conformen al cap i a la fi, l'adquisició de competències emocionals.

4.3.2. Intel·ligència emocional

Segons la versió original de Salovey i Mayer (1990), la intel·ligència emocional consisteix en l'habilitat per manejar els sentiments i emocions, discriminar entre ells i utilitzar aquests coneixements per dirigir els propis pensaments i accions. És a dir, la correcta utilització de les competències emocionals que anomenava Bisquerra (1999).

No obstant, Bisquerra presenta un altre procés que explica el funcionament emocional de les persones, citant a Salovey i Mayer (1997 – 2007):

1) Percepció emocional: les emocions són percebudes, identificades, valorades i expressades. Es refereix a si mateix, en altres, a través del llenguatge, conducta, en obres d'art, música, etc. Inclou la capacitat per expressar les emocions adequadament. També la capacitat de discriminar entre expressions precises i imprecises, honestes o deshonestes.

2) Facilitació emocional del pensament: les emocions sentides entren en el sistema cognitiu com senyals que influeixen la cognició (integració emoció i cognició). Les emocions prioritzen el pensament i dirigeixen l'atenció a la informació important. L'estat d'humor canvia la perspectiva de l'individu, des de l'optimisme al pessimisme, afavorint la consideració de múltiples punts de vista. Els estats emocionals faciliten l'afrontament. Per exemple, el benestar facilita la creativitat.

3) Comprensió emocional: comprendre i analitzar les emocions emprant el coneixement emocional. Els senyals emocionals en les relacions interpersonals són compreses, cosa que té implicacions per a la mateixa relació. Capacitat per etiquetar emocions, reconèixer les relacions entre les paraules i les emocions. Es consideren les implicacions de les emocions, des del sentiment al seu significat; això significa comprendre i raonar sobre les emocions per interpretar-les. Per exemple, que la tristesa es deu a una pèrdua. Habilitat per comprendre sentiments complexos; per exemple, l'amor i odi simultani cap a una persona estimada (parella, fills) durant un conflicte. Habilitat per reconèixer les transicions entre emocions; per exemple de frustració a ira, d'amor a odi.

4) Regulació emocional: regulació reflexiva de les emocions per promoure el coneixement emocional i intel·lectual. Els pensaments promouen el creixement emocional, intel·lectual i personal per fer possible la gestió de les emocions en les situacions de la vida. Habilitat per distanciar d'una emoció. Habilitat per a regular les emocions en un mateix i en d'altres. Capacitat per mitigar les emocions negatives i potenciar les positives, sense reprimir o exagerar la informació que transmeten.

Aquestes aportacions són fonamentals en l'evolució que comentava de l'educació emocional ja que ens ofereixen pautes imprescindibles per a la millora de les relacions personals i interpersonals. A més, s'hi sumen les investigacions del model de Goleman (1995: 43-44, citat per Bisquerra) on explica que la intel·ligència emocional consisteix en:

1) Conèixer les pròpies emocions: tenir consciència de les pròpies emocions; reconèixer un sentiment en el moment en què ocorre. Una incapacitat en aquest sentit ens deixa a mercè de les emocions incontrolades.

2) Manejar les emocions: l'habilitat per manejar els propis sentiments per tal que s'expressin de forma apropiada es fonamenta en la presa de consciència de les pròpies emocions. L'habilitat per suavitzar expressions d'ira, fúria o irritabilitat és fonamental en les relacions interpersonals.

3) Motivar-se a si mateix: una emoció tendeix a impulsar cap a una acció. Per això, emoció i motivació estan íntimament interrelacionats. Encaminar les emocions, i la motivació conseqüent, cap a l'assoliment d'objectius és essencial per prestar atenció, automotivar, manejar i realitzar activitats creatives.

4) Reconèixer les emocions dels altres: un do de gents fonamental és l'empatia, la qual es basa en el coneixement de les pròpies emocions. L'empatia és la base de l'altruisme. Les persones empàtiques sintonitzen millor amb les subtils senyals que indiquen el que els altres necessiten o desitgen.

5) Establir relacions: l'art d'establir bones relacions amb els altres és, en gran mesura, l'habilitat de manejar les emocions dels altres. Les persones que dominen aquestes habilitats socials són capaços d'interactuar de forma suau i efectiva amb els altres.

La identitat és el que diferencia uns individus d'uns altres. La construcció d'aquesta s'inicia des del primer moment de vida i no s'acaba de conformar mai. En el seu procés intervenen diferents factors com ara la família i la relació que tenim amb ells, l'escola on anem i les persones amb es que interactuem, el lloc on hem nascut i/o on vivim, etc.

La intel·ligència emocional garanteix que aquest procés es produeixi de forma significativa, assegurant les bones relacions amb els demés i, conseqüentment, que el infant tingui una autoestima positiva. Tenint en compte que la socialització és una de les fonts d'aprenentatge més riques en la infantesa, és imprescindible atendre aquest paràmetre.

4.3.3. El rol del mestre.

El paper del mestre és un eix fonamental en l'educació emocional del nen. De fet, és qui supervisa i qui té la possibilitat de guiar aquests aprenentatges, ja que conviu amb els infants i observa les situacions del dia a dia.

En primer lloc, cal tenir en compte que el docent és el model a seguir dels infants ja que aquests copiaran les seves maneres de fer, sentir i expressar-se. Partint d'aquí, és bàsic que revisem la nostra axiologia i les nostres accions abans d'interactuar amb els nens. És necessari que el mestre sigui un bon exemple per a ells.

En relació a l'educació emocional, el mestre té diverses funcions que són essencials (López Cassa, 2007):

- L'atenció afectiva: com a context primari d'aprenentatge del infant, l'escola ha d'assegurar l'atenció emocional dels nens; proporcionant seguretat i confiança per tal d'establir un vincle afectiu nen - adult.
- La comunicació: serà fonamental una bona comunicació per tal de propiciar el vincle. No tan sols el nen ha d'expressar-se, sinó que l'adult ha de predicar amb l'exemple servint així com a forma d'interiorització dels més petits. De cara al nen, és molt important ensenyar a posar paraules als nostres sentiments, utilitzar un vocabulari emocional adequat donarà peu a una bona comunicació.
- L'observació, documentació i avaluació: és essencial que el mestre sàpiga detectar, mitjançant l'observació i la documentació, les necessitats emocionals dels infants. Sense aquesta pauta, les nostres intervencions no tenen significat.
- La intervenció: el docent ha de contar amb diverses estratègies pràctiques i recursos didàctics per tal d'adaptar la seva praxi a les necessitats que presenti cada infant. Cap persona expressa les seves emocions de la mateixa forma, és molt important interpretar el comportament dels nens per a entendre quina ha de ser la nostra acció per tal d'ajudar-los.

4.4. Desatenció emocional a l'etapa infantil.

Com hem vist, l'atenció emocional a l'educació infantil conforma una part bàsica per a l'aprenentatge dels nens. Però per desgràcia, no és sempre que totes aquestes necessitats estiguin cobertes. A continuació, s'analitzaran les relacions entre els nuclis més propers als

infants i quins són els climes i les actituds que desfavoreixen el seu benestar, observant així les múltiples conseqüències que tenen tots aquest factors en la personalitat del petit.

4.4.1. Relació entre els nuclis afectius del nen. Importància de la comunicació

L'edat infantil és l'etapa on els individus tenen més capacitats d'aprenentatges. Els adults que envolten cada nen tenen la responsabilitat de servir com a model. Quan un infant es troba en una situació precària per part d'algun dels nuclis primaris (sobretot família o escola) el procés de creixement d'aquest nen es pot veure interceptat i poden aparèixer danys irreversibles.

A l'actualitat s'ha assumit evident la necessitat de relació entre els diferents contextos, "primaris" i "secundaris" en terminologia de Bronfenbrenner (1985), en els quals té lloc el desenvolupament dels infants. En efecte, els contextos són diferents i diversos, però el educant és únic i sembla raonable que l'ajudem a transitar entre les diferents situacions i a construir els significats de les experiències que en elles tenen lloc.

La bidirecció família – escola, és tema de debat als últims anys envers la recerca i investigació educativa. Sabem que en múltiples casos és molt difícil crear un vincle fort amb els familiars de cada nen que tenim a l'aula, no obstant, és necessari per a entendre completament les vivències de cada un d'ells, el seu comportament, les seves reaccions, el seu caràcter i personalitat.

En els casos en que la situació educativa del infant es veu afectada per part de la família, moltes vegades es deu a la desinformació o a la baixa formació d'aquestes. Els mestres hem de posar atenció no tan sols als infants i al seu desenvolupament durant l'escolaritat, sinó també a "la motxilla" que porten de casa i a què els hi aporten els pares.

Si aquests casos només es deuen a la desinformació, tenim opcions i possibilitats per a intervenir i solucionar el problema. És necessari establir lligams amb els familiars i comunicar-nos amb ells de forma, sempre, respectuosa.

Si, pel contrari, es tracta de famílies negligents, serà molt més complicat donar solució ja que en moltes ocasions no es mostren participes ni amb voluntat de voler canviar la seva acció envers el seu fill.

No obstant, encara que no estigui a les nostres mans “fer de pares” ni canviar la seva relació amb els nens (encara que sempre hi haurà alguna via en la que puguem actuar, com per exemple els serveis socials si escau), hem de tractar que l’escola complementi l’actuació familiar per tal que els nens tinguin cobertes aquestes necessitats tant importants.

4.4.2. Clima i actituds que desfavoreixen el benestar del infant.

Què entenem per situació familiar precària? Qualsevol estudi socio-familiar que demostrï que l’infant de la llar no té cobertes les seves necessitats primàries. En aquest cas incidim en el dret a la “seguretat afectiva i emocional” que es determina en la Convenció dels Drets dels Infants (UNICEF, 1989).

El nen rep en forma d’estímul tota la informació del seu voltant. Per tant, considerem negatius per al seu desenvolupament els climes hostils on succeeixen discussions, crits, baralles, etc, entre els integrants de la família. Aquests comportaments tan sols ensenyen a l’infant a reaccionar amb violència als conflictes que puguin sorgir-li.

A més, és molt important l’actitud de la família envers l’educació del nen. Molts pares i mares no saben com actuar davant el comportament dels seus fills quan aquests els posen a prova, tendeixen a posar límits i càstigs i a llevar-los sense explicació. Aquestes actituds també tenen conseqüències afectives en els nens, ja que no saben quan s’enfadaran ni perquè els seus pares i no estableixen correctament els patrons de conducta (Wernicke, 1991).

No caiguem en l’etiqueta cap a les famílies; és cert que hi ha molts casos de negligència, però d’altres ho fan el millor que saben encara que, de vegades, no sigui suficient. Per això, considerem molt oportunes les reunions, la comunicació, la transparència i el tracte directe entre les famílies i l’escola, per tal d’assessorar-los sempre que puguem.

D’altra banda, no només hem de tenir en compte la desatenció emocional per part de les famílies. A l’escola moltes vegades succeeix el mateix i no en som conscients. Habitualment, els mestres acostumem a focalitzar l’atenció en els nens que més “molesten als altres”, en els més moguts, en els més cridaners, etc. Això no significa que siguin ells els que més afecte reclamen, ve donat per la personalitat de cada un. Per exemple, hi ha nens que passen molt desapercbutos i és el mestre qui té la responsabilitat de fer que aquell nen es senti tant important com la resta.

De la mateixa forma que els pares a la llar, és molt important que revisem les nostres actuacions (com a mestres) a l'hora d'entrar a l'aula. No donar temps als infants per a que s'expressin; no mirar-los quan ens estan contant alguna cosa; interrompre'ls; no acotar-nos per parlar amb ells; no mostrar interès pel seu estat d'ànim; no intervenir quan necessiten la nostra presència; són tot un seguit d'actituds, no tan sols irrespectuoses, sinó que provoquen un clima totalment desfavorable per a que els infants aconseguixin “trobar el seu lloc” dins l'aula i sentir-se reconeguts, part del grup (Zimmermann, 1998).

4.4.3. Conseqüències de la desatenció emocional en els nens de 3 a 6 anys.

La desatenció emocional, com comentàvem anteriorment, pot ser causa de problemes irreversibles en el procés d'aprenentatge dels infants. Pot significar des d'incidències en el procés de construcció d'identitat de l'infant (inadaptació, depressió, autoconcepte negatiu, ...) fins traumes emocionals que comportin problemes quan es facin grans.

En una entrevista personal, Adrián Trejo em va donar la oportunitat de mantenir una conversació molt interessant envers la psicologia infantil. Trejo és neuropsicòleg infantil i té una llarga i rica experiència amb el tracte de problemes emocionals a l'etapa. El doctor m'assegurava l'essencial que és l'atenció d'aquesta part comportamental dels infants que ens demostra com es troba el seu estat interior, si estan bé, si són feliços.

En un moment donat em va comentar que “els infants fan sentir per a fer saber” perquè de vegades no tenen les paraules per a expressar el que els hi passa o ni tan sols saben reconèixer-ho. Per això, recalrava la rellevància d'observar els símptomes que presenten els nens, el que ens volen dir amb les seves reaccions i actituds.

Així, podríem destacar com a símptomes de la desatenció emocional els següents:

- | | |
|---|--|
| ✓ Expressió facial trista. | ✓ Crida quan parla. |
| ✓ Poca intervenció a les activitats de la classe. | ✓ Plora quan se sent incapaç de resoldre un conflicte. Es frustra. |
| ✓ No ens mira als ulls quan li parlem. | ✓ No accepta la derrota. |
| ✓ És agressiu. | ✓ No sap interpretar quan algú està enfadat amb ell o no. |

- ✓ No sap relacionar-se amb els iguals.
- ✓ Té un autoconcepte molt negatiu. Mai creu en les seves possibilitats.
- ✓ No mostra il·lusió per res. No té motivacions.
- ✓ Busca l'aprovació de l'adult constantment. No és autònom.
- ✓ No concentració, dispersió.
- ✓ Impulsivitat.

Aquests símptomes demostren que el nen té unes carències afectives que s'han d'abordar i cobrir. En moltes ocasions es deu a les valoracions que l'adult fa dels infants, les etiquetes que establim inconscientment, en definitiva, el "jo reflex" que produeix l'adult (Cooley, 1964).

Les conseqüències que es poden produir a causa d'aquesta situació són molt diverses i la seva solució depèn, en gran mesura, de la relació que existeixi entre els nuclis primaris i secundaris de l'infant (ja que si no són cobertes per un agent, tal vegada l'altre pugui complementar-lo).

Algunes d'aquestes conseqüències poden ser:

- ✓ Baix rendiment acadèmic.
- ✓ Depressió infantil.
- ✓ Malestar físic i psicològic del nen.
- ✓ Conductes violentes.
- ✓ Estrés.
- ✓ Dificultats d'aprenentatge a nivell cognitiu.
- ✓ Trastorn emocional (disocial, negatiu – desafiant, TDAH, ...).
- ✓ Trastorns cognitius (degut a traumes emocionals).

5. LA PROPOSTA *SOM-RIC*.

5.1. Presentació de la proposta.

Partint de la informació recollida als punts anteriors, l'essència que percebem és que la intel·ligència emocional és fonamental per tal d'aconseguir el desenvolupament òptim dels infants. Això es deu, com hem explicat amb anterioritat, a la necessitat del benestar personal a l'hora d'adquirir nous coneixements. Potenciar aquest tipus d'intel·ligència ens permetrà perfeccionar el reconeixement de les pròpies emocions, la seva gestió i les competències comunicatives que donaran com a resultat una millora de les habilitats socials del nen.

La intel·ligència emocional, com hem vist, es pot abordar des de múltiples i distints enfocaments degut a l'amplitud d'elements on s'hauria d'incidir. Per això, considero de vital importància la reducció del focus d'intervenció per tal de poder aprofundir i incloure la màxima i més útil informació, recursos i estratègies envers el tema escollit.

El meu objectiu és que els infants no sofreixin la desatenció emocional que destacàvem en apartats precedents i les seves negatives conseqüències, optant així a construir la seva identitat dintre d'una realitat positiva i constructiva. És important entendre que els sentiments i emocions de les persones no es poden segregar i analitzar per separat ja que unes són fruit d'altres i estan relacionades. No obstant, acotaré les meves intervencions a prevenir la baixa autoestima dels infants (una de les pitjors conseqüències, sota el meu punt de vista) i a treballar la part emotiva envers aquest concepte.

Cóm podem prevenir la baixa autoestima dels nens? Quina metodologia hem de portar a terme per tal d'aconseguir resultats amb èxit? Afortunadament, actualment comptem amb investigacions de diversos autors que ens guien en la pràctica educativa i serveixen de models i referents per tal d'abordar aquesta part del currículum d'Educació Infantil. A causa d'això, m'agradaria fer una proposta pròpia basada en la meva axiologia, les meves creences i la meva pròpia experiència: **la proposta *Som-Ric***.

5.2. En què consisteix?

La proposta *Som-Ric* és un recull d'idees i recursos didàctics basats en diverses metodologies i recerques teòriques amb la finalitat d'agrupar una sèrie de pautes i estratègies enfocades al treball de l'autoconcepte de l'infant per a assegurar la correcta construcció de la identitat dels infants.

Aquesta proposta parteix de la idea que la vida és inconstant, alterada, imprevista i les persones han d'adaptar-se a les circumstàncies, millorant-se, equivocant-se i creixent. Per a ser capaç d'evolucionar i deixar-nos emportar per aquesta trajectòria tant ambigua i sorprenent que és la vida, hem d'estar preparats emocionalment per tal de resistir-nos a les adversitats que puguin aparèixer o de gaudir completament de la felicitat que ens poden aportar els elements que intervinguin en el nostre recorregut personal.

Per tant, considero fonamental aprendre a posar nom als nostres sentiments, aprendre a detectar-los i gestionar-los, aprendre a sentir i controlar les nostres accions. Si eduquem des de petits aquesta part conductiva, a l'adulthood serem capaços de resoldre els conflictes amb major eficiència, menors preocupacions i, en definitiva, amb menys malestars emocionals.

No obstant i la importància que tenen tots aquests elements, trobo que l'autoestima és l'element bàsic per tal de tenir èxit a la vida, ja que quan creiem en les nostres possibilitats, comptem amb la força i la iniciativa necessària per a afrontar els reptes que ens proposem.

El nom que he escollit per a la proposta és un joc de paraules que fa una al·legoria a tres principis: per una part i de forma més evident, fa referència al somriure com a gest; d'altra banda, significa "ser ric" des del punt de vista que explica el valor i la importància que té el benestar emocional per a una persona; i, per últim, fa referència a "ser ric" des del punt de vista del que podem aportar nosaltres als demés.

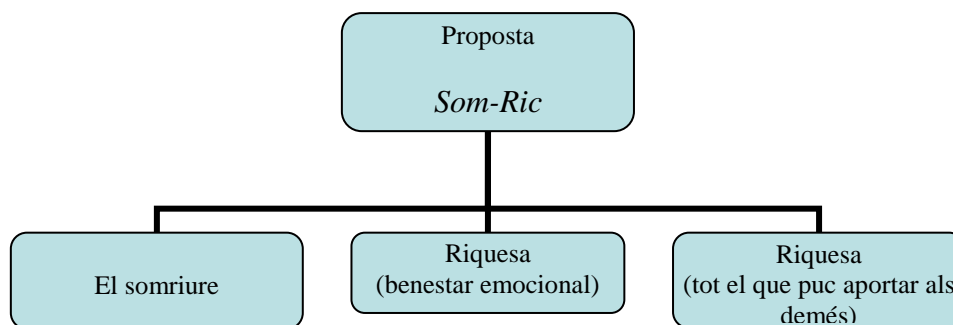


Figura 3. Significat del nom de la proposta *Som-Ric* – creació pròpia.

Així doncs, *Som-Ric* va dirigit a la segona etapa d'Educació Infantil (3-6 anys) amb la finalitat de posar especial atenció a la part emocional dels nens, reforçant el seu autoconcepte i fent-los participants de situacions on puguin desenvolupar l'empatia i la compassió, elements imprescindibles per a mantenir una autoestima positiva.

D'altra banda, no només té l'objectiu de fomentar aquest tipus d'aprenentatges de cara als infants, sinó que també té la intenció d'oferir pautes, recursos i alguns humils consells a l'hora d'avaluar aquest tipus d'educació tan abstracta i indeterminada.

5.3. Quines novetats presenta *Som-Ric*?

Encara que l'Educació Emocional estiga a l'ordre del dia, queda molta feina per fer per a que resulti prou profitosa. Penso que tal vegada els continguts curriculars s'intenten abordar des de diferents metodologies, amb diverses pràctiques i referents teòrics per ta d'assegurar la seva adquisició, tal vegada perquè ens preocupa el que les famílies esperen de nosaltres o els resultats acadèmics dels seus fills.

No obstant, quantes famílies pregunten “el meu fill ha somrigut avui?”; “trobes que continua enfadat per la discussió que vam tenir ahir a casa?”; “la meva filla ve feliç a l'escola?”. Recordem que no vull mitificar a les famílies i estigmatitzar-les més del que ja ho estan. No ho fan conscientment i, tal vegada, ni pensen que sigui important perquè “són nens” i se'ls hi oblida al cap d'una estona. A nosaltres, els mestres, també se'ns passen per alt moltes coses. El que venc a dir, però, és que l'educació de la part emocional no s'avalua, es treballa perquè sabem la importància que té però se'ns oblida comprovar que està funcionant i si no és així, fer alguna cosa al respecte.

Les recents investigacions i estudis envers la temàtica, estan contribuint molt positivament a donar-li rellevància a aquesta part del currículum. Ens aporten multitud d'estratègies, de recursos didàctics i de pautes en relació al rol del mestre. Baix el meu punt de vista, aquestes passes han estat més que necessàries per a repensar l'educació dels més petits però trobo que la informació de la que disposem, moltes vegades pretén donar resposta a totes les emocions alhora en lloc d'intentar treballar-les d'una forma més focalitzada. Per exemple, es parla d'Educació Emocional a l'aula quan a l'assemblea es pregunta individualment a cada nen com està, si ve content o no, què ha passat el dia anterior, què ens vol contar, etc. És cert que això és educació emocional, però és suficient?

Com he assenyalat en apartats precedents, l'objectiu de la meva tesi és atendre l'autoestima dels infants degut a la importància que li atribueixo per al benestar emocional dels infants, agent que facilitarà l'adquisició d'aprenentatges. La meva proposta doncs, pretén donar coherència a les investigacions i orientacions actuals però d'una forma totalment enfocada al procés de construcció de la identitat de l'infant, concretament, la millora de l'autoconcepte.

En altres paraules, considero que el panorama educatiu del component emocional a la actualitat fos l'equivalent a treballar matemàtiques, llengües i artística (en vocabulari curricular) a la vegada i la meua proposta segregués aquestes matèries per a focalitzar la seva atenció en una concreta per tal d'assegurar l'aprenentatge.

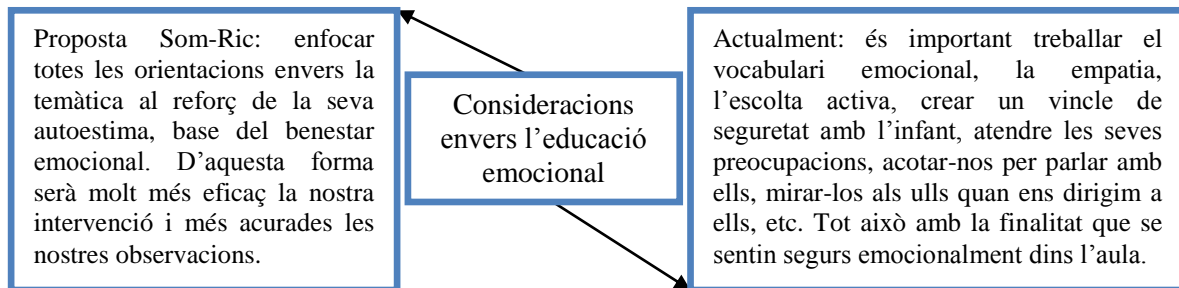


Figura 4. Novetat de la proposta *Som-Ric* – creació pròpia.

En resum, doncs, aquesta proposta té la intenció d'abordar tots els continguts emocionals del currículum d'Educació Infantil d'una forma més individualitzada per tal d'assegurar la correcta adquisició d'aquests. En aquest cas, només ens centrarem en donar un fil conductor a totes aquelles orientacions que ja ens aporten altres autors focalitzant-les sempre a la millora de l'autoestima dels nens. Encara que les pautes metodològiques i/o teòriques no siguin d'invenió pròpia, són les que he seleccionat acuradament per tal d'assegurar l'eficàcia de la meua proposta.

Per altra banda, tots els recursos didàctics, manuals d'activitats o taules d'avaluació si que són creades per jo mateixa fixant-me sempre en el compliment del meu objectiu principal.

5.4. Principis bàsics de *Som-Ric*.

D'entre l'extensa bibliografia que podem trobar envers el tema principal del treball, he seleccionat aquells camps que trobo necessari delimitar i descriure per a que aquesta proposta pugui funcionar adequadament. Els components a contemplar que considero bàsics són:

- La concepció del infant.

En primer lloc, cal recordar la definició de l'element més important: el nen. Aquesta pot fer-se des de distints punts de vista i compta amb múltiples descripcions semblants entre elles. Per això, he construït la meua pròpia definició d'infància seleccionant el que em sembla més apropiat:

“Un infant és una persona que es troba en els primers anys de vida, que compta amb unes necessitats i uns drets específics per al seu desenvolupament integral. Un nen no és un adult petit, per tant, les seves característiques no són les mateixes però “inacabades”. La infantesa té característiques especials que desapareixen a mesura que es va madurant, com per exemple la innocència. Per això, és primordial que les vivències dels nens siguin autèntiques i emocionants, ja que és una etapa preciosa que no es podrà recuperar mai.

A més, no obstant i la seva curta edat, són éssers molt competents amb un gran potencial cognitiu i afectiu. Són éssers purs que no estan contaminats pels filtres socials i discriminatoris que poden afectar al seu comportament i caràcter. Tot i així, com a persones immadures que encara són, també depenen dels adults per a cobrir les seves necessitats primàries (físiques, afectives, socials i cognitives) per a assegurar el seu desenvolupament global.”

Doncs, tenint en compte aquesta descripció i tornant a relacionar-ho amb l'objectiu de la meua proposta, trobo que existeix una coherència quan afirmo que és fonamental fomentar l'autoestima positiva dels infants. De tal forma, aquests es sentiran capaços per a actuar de forma autònoma i sense por a les errades, ja que els hi estarem mostrant que l'error només és una font més d'aprenentatge i que és necessari per a créixer.

També comentava, anteriorment, la necessitat de treballar l'empatia i la compassió alhora que l'autoconcepte. Això es deu a que no podem ensenyar als infants a acceptar només els seus èxits i a esperar sempre el millor d'ells mateixos; quan s'equivoquen també han de ser compassius amb la seva persona i acceptar que s'han equivocat sense que això afecti a la seva autoestima. L'empatia en aquest cas, també juga un paper fonamental ja que seran capaços d'ajudar a un company quan ho necessiti i veure-ho d'una forma exterioritzada, servint d'aprenentatge per quan l'afectat sigui ell (podrien recordar, per exemple, “quan en X es sentia malament per haver trencat el gerro de la seva mare li vam dir que no passava res perquè havia estat sense voler, a mi també m'ha passat i no he d'estar trist perquè són coses que poden passar i no ha set intencionat, no som mal nen perquè no ho he fet a posta”).

➤ La concepció de l'Educació Infantil.

L'educació infantil ha estat infravalorada durant molt de temps. Existeix sempre un debat social envers si a les escoles els infants s'eduquen o es guarden mentre els pares són a fer feina. Encara que els professionals sabem que això no és així, de vegades ens sentim ofesos

per aquest tipus de comentaris. Per això, si creus en la meua proposta has de tenir molt clara la teua concepció envers aquesta etapa educativa.

L'educació no només es rep a l'escola, és un fenomen que succeeix a través de la interacció amb l'entorn, amb les persones i amb un mateix. Aprenem constantment de forma inconscient, a més de l'educació formal que rebem a les institucions. Copiem comportaments del currículum ocult d'altres persones, intercanviem informació gestual i física, anem construint el nostre propi pensament alhora que absorbim aprenentatges.

Dons a l'etapa d'infantil, on la major font d'aprenentatge és la imitació per part dels nens, el que s'intenta és oferir models que puguin aportar informació significativa oculta darrere les accions quotidianes que es porten a terme. Amb la proposta *Som-Ric* es suggereix aprofitar aquesta concepció per tal d'afavorir l'estimulació emocional dels nens. El mestre pot ser qui comenci parlant de les seves pròpies emocions, comunicant-se amb els infants, guiant aquesta pràctica, amb la intenció de funcionar com a model per als nens. Si sabem que som els exemples a seguir dels nens, per què no potenciem aquesta oportunitat que ens donen? Tenim la sort que ells no ens jutgen, al contrari, ens fan servir de referència, per tant, potenciem aquestes vies per a que resultin aprenentatges per als infants.

➤ El rol del mestre.

Dintre de la concepció educativa que es descriu a l'apartat previ, existeix un punt essencial: el rol del mestre. El mestre és una figura que funciona com a model a seguir, com explicava. Però no és la seva única càrrec quan està a l'aula. Aquest ha de mantenir la imatge que funciona com a exemple mentre que exerceix diversos rols que li permetran, posteriorment, fer un seguiment avaluatiu dels seus alumnes. El mestre, en definitiva, ha d'ocupar-se de les següents tasques:

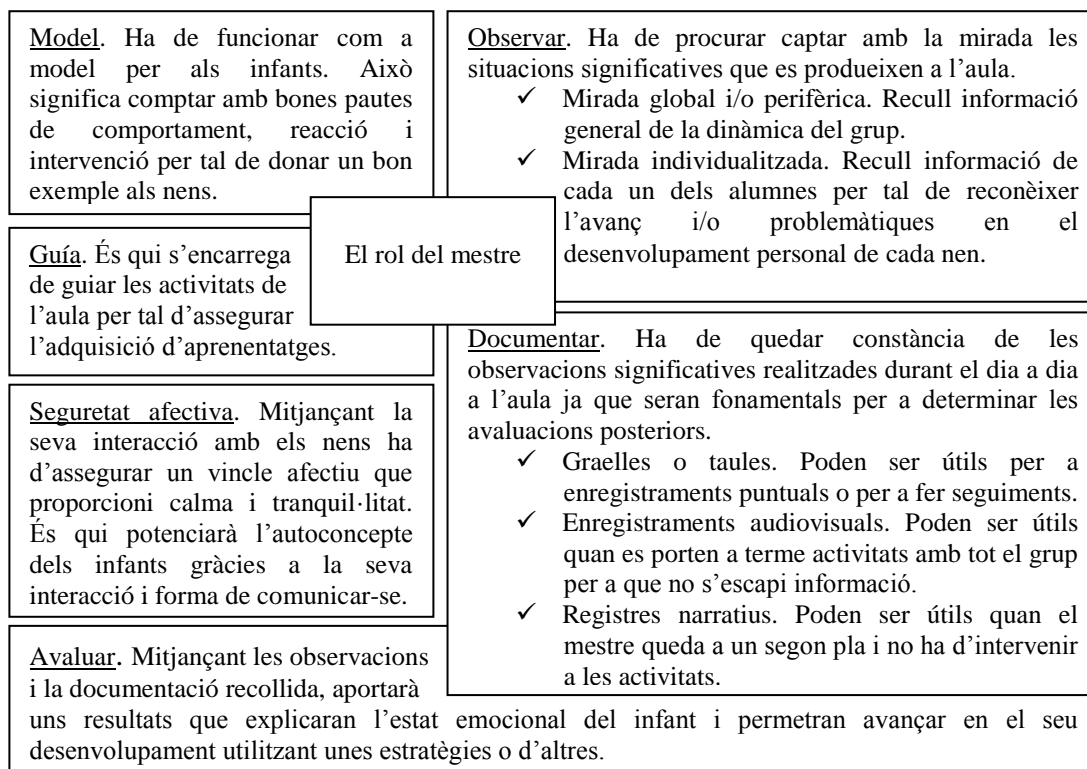


Figura 5. El rol del mestre (proposta *Som-Ric*) – creació pròpia.

Cal recordar que totes aquestes funcions del mestre s'han de portar a terme alhora que es desenvolupen els continguts que marca el currículum de les Illes Balears, per tant, no és sempre que el docent és capaç d'enregistrar tota la informació que succeeix al seu voltant, però és imprescindible saber reconèixer les aportacions més riques per tal de capturar-les i poder accedir-hi a la posterioritat.

També em sembla imprescindible recordar l'objectiu del meu treball i relacionar-ho amb aquest rol que descriu. L'educació emocional no té un temps i un espai delimitat ja que és en la vivència espontània on els sentiments s'han de gestionar, així doncs, sigui quina sigui la matèria o l'àmbit que s'estigui treballant a classe, prioritzo sempre la funció de la calidesa afectiva del mestre ja que serà la clau per a que l'infant aconsegueixi el benestar emocional que desitgem.

➤ La metodologia.

La metodologia que proposo és la constructivista ja que contempla els principis que considero adients per a l'etapa infantil. Per una part, la naturalesa dels aprenentatges es fonamenta en els interessos del nen, fet que em sembla primordial (recordem la definició

prèvia de “infant”). A partir d’aquests, es suggereixen propostes educatives programades per l’adult en base a un context real que s’ha produït a l’aula. Per tant, aquesta proposta sempre partirà d’un “perquè” motivat per una curiositat del nen.

A més, la metodologia constructivista explica l’aprenentatge com a resultat d’un procés d’interacció activa i significat per al nen, és a dir, les vivències espontànies o organitzades on s’impliquin els infants seran les que conformaran els posteriors aprenentatges.

Cada alumne és diferent, té unes inquietuds i característiques personals, per tant, els seus aprenentatges també seran diferents encara que es segueixi el mateix procediment. D’aquesta manera, no serveix contemplar un únic model d’avaluació ja que seria una incoherència.

Altres característiques d’aquesta metodologia són la necessitat de socialitzar per a consolidar els aprenentatges, el caràcter interdisciplinari a l’hora d’abordar els continguts curriculars i la resolució de problemes reals com a font d’adquisició d’aprenentatges. Una particularitat d’aquesta metodologia que em sembla la més adient per a relacionar amb la meua proposta, és el reforç positiu que es pretén adoptar com a forma d’ensenyament – aprenentatge. Abans es marcava sempre l’error per a que l’infant l’assolís com a tal i no el repetís en la posterioritat, a més de castigar quan això succeïa; a la metodologia constructivista s’intenta reforçar la part positiva per a que l’infant es fixi en els seus èxits i vulgui repetir-los al haver-se sentit reconegut positivament.

Tots aquests trets els considero afins a la meua proposta per a assolir el meu objectiu. Si contempléssim una metodologia de caire més tradicional seria impensable contribuir al desenvolupament de l’educació emocional; en primer lloc perquè abans no era important aquesta part curricular, i en segon lloc, perquè mai prioritzen l’atenció individualitzada dels infants, fet que impossibilita l’atenció afectiva de cada un d’ells.

➤ L’espai i el temps.

Com he mencionat en altres ocasions al llarg de la tesi, l’educació emocional és indeterminada en molts de sentits. En primer lloc perquè mai s’acaba, no es pot dosificar i és molt complicat fer un diagnòstic emocional en infants; a més, l’educació emocional és indeterminada en el sentit curricular ja que no es descriu una orientació espacial ni temporal a l’hora de treballar-la a l’aula.

És cert que, com he dit moltes vegades, les oportunitats espontànies són les més riques a l'hora de treballar els sentiments, ja que és allà on l'infant sent sincerament totes aquestes emocions. Però realment, la significativitat de les situacions espontànies són importants per a tots els àmbits educatius i no per això s'eliminen els horaris programats de les escoles i cada matèria té una part contemplada dins aquests. Amb això vull dir que l'educació emocional no té perquè ser menys que les altres i considero que ha d'haver-hi un moment determinat (que pot resultar una rutina de l'etapa) on es treballin aquests aspectes.

Per això, *Som-Ric* es presenta com un projecte d'aula on la base de l'ensenyament sempre vagi dirigit a la millora de l'autoconcepte i, sobre aquest, es treballi el tema sorgit dels interessos dels infants. Per exemple, podríem anomenar a un projecte d'aula: “*Som-Ric* amb els dofins”, “*Som-Ric* amb els estels”, “*Som-Ric* amb la ciència”, etc.

En aquests casos i seguint la metodologia constructivista, la part de projecte temàtic sorgiria dels interessos dels infants, però sempre podríem contemplar la part de *Som-Ric* on enfocaríem tots els nous coneixements des d'una perspectiva que ajudés a la potenciació de l'autoestima dels infants i al seu procés de construcció de la identitat.

Aleshores, constituïm un espai - temps per a la part que ens interessa, sense deixar de banda la part curricular que ens exigeixen les necessitats dels nens; formant així una proposta integradora no només de caire interdisciplinari on “tot es treballa de forma conjunta” sinó que justifiquem la necessitat de basar sempre totes les nostres accions al benestar emocional dels infants.

5.5. Recursos didàctics.

Donat que no tenim un marc real per a crear un projecte d'aula significatiu, a continuació suggereixo un recull de recursos didàctics de creació pròpia per tal de potenciar l'autoconcepte dels infants. Aquestes activitats o dinàmiques són exemples que poden servir en tots els casos però, recordant, que s'han de relacionar d'una forma coherent al projecte que portem a terme en aquell moment, és a dir, sempre haurem de justificar als nens quin sentit té aquella tasca en relació al que estiguem fent amb ells en aquell període de temps.

Considero important recalcar que les activitats que veurem a continuació són preparades per a portar a terme la part de *Som-Ric* del projecte, les de caire curricular no es contemplaran en aquests exemples.

Aquest recull compta amb una estructura lògica per tal de poder tractar la temàtica emocional amb nens, degut que és imprescindible conèixer el vocabulari emocional i el reconeixement de les emocions abans d'intervenir en la seva percepció sentimental ja que es tracta d'un aprenentatge gradual. Per tant, proposo la següent organització dels recursos:

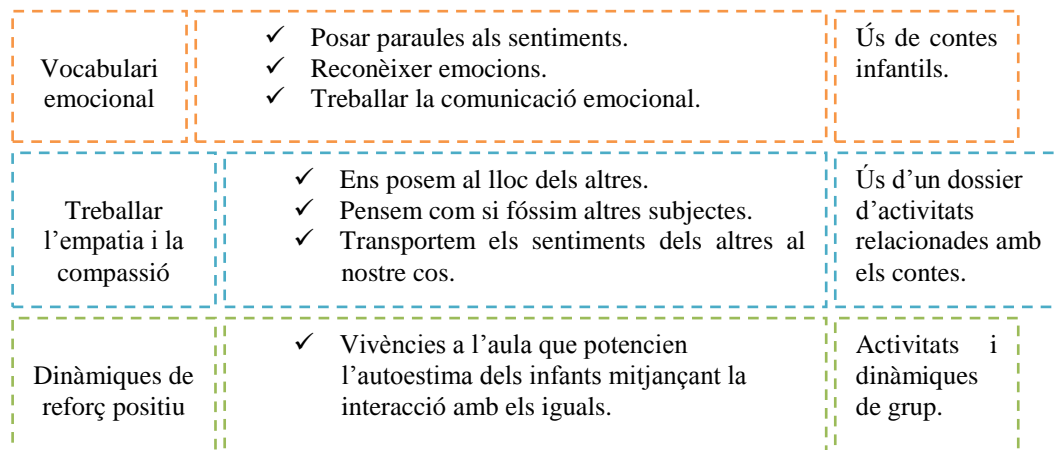


Figura 6. Organització dels recursos didàctics de Som-Ric – creació pròpia.

La proposta s'inicia amb la comunicació emocional mitjançant l'ús de contes infantils que tractin temes d'interès. A continuació, a partir d'aquests relats, es treballen altres conceptes com l'empatia mitjançant l'ús d'un dossier preparat d'activitats relacionades amb les històries (no obstant i ser activitats preparades, solen servir per a guiar al mestre al moment de crear una conversa on els infants puguin expressar-se, però no són activitats tancades; els propis nens condueixen la conversació). I, per últim, una vegada que els nens disposen d'un vocabulari més ric envers la temàtica i reconeixen les seves pròpies emocions, proposo una sèrie de dinàmiques per a portar a terme a l'aula que milloraran l'autoestima del nen en concret i la convivència del grup en general.

5.5.1. Vocabulari emocional.

✚ El conte de *El llop ferotge que tenia por*.

Diu així...:

A les profunditats més fosques d'un bosc acabava de néixer el llop Bob. La seva mare, una lloba ferotge que feia molta por, li començava a ensenyar totes les formes d'espantar els altres animals del bosc; perquè això era el seu deure, ser ferotges.

En Bob se sentia un poc avergonyit per aquella situació. “Em sap molt de greu haver pensat això de tu llebre, però es que a mi em van ensenyar des de ben petitó a espantar als demás perquè soc un llop ferotge i se suposa que he de fer això. A mi no em fan por els crits ni les garres, però mai havia sentit ningú cantar com tu i creia que era una tècnica desconeguda” – va sospirar en Bob amb un gest trist.

Na Pebre va quedar pensativa uns instants. “Llop, a tu t’agrada fer por a la gent?” – va demanar. En Bob no va saber què respondre a aquella pregunta però va dir “Què significa que si m’agrada fer-ne? No tinc opció! Som un llop ferotge!”.

Na Pebre va entendre el que estava passant: encara que en Bob fos un llop ferotge, també tenia sentiments i podia sentir por. Quan en Bob es va espantar per aquella forma de cantar de na Pebre va saber el que sentien els demás animals quan ell feia les seves tècniques temoroses i no li va agradar gens. Per això, es va sentir avergonyit per totes les vegades que havia espantat als seus veïns creient que era la seva feina.

Així que na Pebre va fer un pla molt intel·ligent per ajudar en Bob: “Anem al teu poble i em posaré a cantar al mig de la plaça, allà tots els llops quedaran ben atemorits i podran entendre el que t’ha passat” – va dir ben contenta na Pebre orgullosa del seu pla.

Es van dirigir a la part més fosca del bosc i la llebre es va posar a cantar tant fort com va saber. Els llops d’aquell poblet van anar sortint espantats per aquell soroll tant desconegut i na Pebre i en Bob van poder explicar que espantar als demás no era una feina gens polida, perquè feia sentir malament als demás. Quan aquells llops van tornar en si de la por que havien passat, van acordar que no tornarien a fer-n’hi a ningú mai més. En Bob es va posar prou content que va abraçar ben fort a la seva nova amiga i van començar a ballar tots dos.

Fi.

Aquesta història pot ajudar als infants a parlar de la por, dels sentiments negatius que de vegades els fan sentir avergonyits. També podem treballar els estereotips, el que esperen de nosaltres i la pressió social que això comporta.

És un conte que utilitza els estigmatismes per a parlar de tot allò que donem per suposat i que no sempre té perquè ser així, juga amb la ironia i la ruptura de les situacions “normals” per a provocar una reacció en els nens.

✚ El conte del ratolí Morruffí que repudiava el formatge.

Diu així...:

“Aaaaaay! Què trist que em sento! Sabeu que m’ha passat? la meva història és ben trista, molt però que molt trista! La voleu sentir? Ara us contaré com jo, en Morruffí, el ratolí que més adora el formatge, ha acabat per repudiar-lo.

Tot va començar un dia que la meva mare em va manar que anés a comprar el dinar al mercat de devora casa. Em vaig posar el meu capell de ratolí i cap allà que me’n vaig anar. Corre que corre, anava molt content a la compra del dinar quan de sobte em vaig adonar que la meva mare no m’havia dit què era el que volia que comprés per a menjar. Però quan em vaig donar compte ja estava quasi al costat del taulell de formatges així que vaig decidir portar el que més m’agradés.

Aquella oloreta... mmmmm! Formatges de totes les mides, de tots els colors, formes i textures. Tots pareixien boníssims, em costava molta feina decidir-me. Però vaig veure’n un que era tres vegades més gran que jo i semblava taaaant bo. Així que abans que me’n adonés, ja el tenia baix les potes i anava rodolant per damunt seu amb la intenció de portar-lo així fins a casa.

Però ay! Qui em manava a mi agafar aquell formatjot tan gran! Si quasi no podia amb ell... tant veritat era el que us conto que, imagineu, vaig perdre el control i el formatge va començar a agafar velocitat! I més i més i, jo allà damunt aguantant l’equilibri amb dues potes i el capell de ratolí amb les altres dues! Quan feia ja una estona que rodolava, vaig veure que el paisatge no era igual que el del meu poble, que tot començava a ser molt verd i no hi havia taulells ni cases. Semblava que estava a la Sabana nois... us ho creieu? Imagineu... jo allà, tot sol, amb el formatge tres vegades més gran que jo...! Era a la Sabana! I els meus pares no em trobarien mai més! Quina història tant trista... oi que sí? Però... espereu que encara no he acabat!

Al cap de tres dies i quatre nits rodola que rodola que el formatge vola, vam xocar contra un tronc ben fort! Aaaaay! Quin mal em vaig fer ara que me’n recordo. Quan vaig saber aixecar-me del terra on havia caigut, vaig veure que el que hi havia davant meu no era un tronc d’arbre. Anava aixecant els ulls i es veien dos pals molt fins però ben fort, eren d’un marró... no sé com explicar-vos, un marró com el color de la terra. I a mesura que anava alçant la vista, podia veure uns colors groguencs i taronges. Deu ni do... què devia ser allò que

tenia al davant? Què ho sabeu vosaltres? Estava molt nerviós perquè no sabia que podia ser, així que em vaig omplir de coratge i vaig acabar de mirar cap amunt. Quina sorpresa que me'n vaig emportar quan vaig veure les taques amb formes quadrades, i aquell coll estirat tan llarg...! sabeu de què us parlo, oi? Doncs si, una girafa!

Després de demanar-li perdó per l'accident amb el formatge, li vaig explicar la meua història i va comprendre que ja no m'agradin els formatges. Per culpa d'aquell formatge gegant m'he perdut a la Sabana i no seré capaç de tornar a cameva mai més. Ay! Pobre de mi... quina història tant trista! Na Gertrudis, la meua nova amiga girafa, em va contar com havia arribat ella a aquell lloc tan estrany. Però la seva història no té a veure amb formatges així que no us la contaré. A aquell país on em trobava, no hi havia menjar pel terra. Em sentia un poc preocupat perquè no tenia ni idea de sobreviure sense les miques de pa dels nostres amos, o els formatges dels taulells del mercat.

La Gertru s'alimentava d'unes coses molt rares que es deien fulles. Com ella tenia el coll tant llarg, era capaç d'arribar als arbres més enormes que us pugueu imaginar, i així s'alimentava de fulles tendres cada dia. Jo ja feia molta estona que no menjava, així que li vaig demanar si em podia deixar provar les fulles aquelles verdes que menjava ella. La girafa molt contenta em va enfilat devora les seves orelles, i allà, al seu front, m'apropava als arbres per a que pogués alimentar-me.

Amb el temps em vaig fer molt amic de la meua amiga Gertrudis i tots dos passejàvem per la Sabana. Unes setmanes més tard de la meua arribada a aquell país, ens vam adonar en un dels nostres passejos que la sabana tenia una barrera al voltant del que crèiem que era la Sabana. No podia ser... quina cosa més estranya, no? Que sabeu per què era això? Nosaltres vam al·lucinar quan la Gertru va descobrir que no estàvem a un altre país i que no era la Sabana! El lloc on estàvem era un zoo! Menys mal que ella sabia llegir, perquè jo amb aquell idioma no entenia res.

Per fi vaig entendre tot el que havia passat. el formatge m'havia portat al zoo del poble, que tampoc estava tant lluny. Tal vegada he exagerat una mica amb la història que us he contat. Però vaig rodolar molta estona! Semblava que havien set setmanes... Bé, tan si val, la qüestió és que vaig sentir una alegria molt gran per tot el cos quan vaig veure que podia tornar a casa! la Gertrudis em va dir que en Morrufí seria el seu amic per sempre, és a dir, jo.

Val! La meva història tampoc era tant trista! Què content que estic d'haver viscut aquesta experiència, perquè ara ja torno a ser a casa i gràcies al formatge gegant he conegut a la que ara és la meva millor amiga! Ah! I ja torno a menjar formatge perquè com entendreu... les fulles aquelles són per les girafes altes com la Gertru, en Morrufí adora el formatge!”

Fi.

En aquest cas, utilitzo una història on provocar l'angoixa als infants. Es tracta d'un relat on el propi protagonista va explicant el que li succeeix d'una forma exagerada i victimista que pretén l'empatia de l'infant com a resultat; per això, s'usa la primera persona per a narrar els esdeveniments. A més, la història acaba explicant que el que li semblava tant important i greu al protagonista, no va ser més que un petit problema que va tenir solució, fet que també ens serveix per a treballar les emocions dels infants quan estan frustrats per algun motiu.

5.5.2. Treballar l'empatia i la compassió.

Dossier d'activitats dels contes.

A partir dels relats anteriors, és molt interessant iniciar converses on els infants reflexionin sobre el que deuen sentir els protagonistes d'aquestes. Hem vist uns contes curts on només es narren vivències curtes però que presenten una gran quantitat d'emocions com la por, la sorpresa, els nervis, l'alegria, etc.

Aquestes emocions es poden sobreentendre de forma implícita pels adults, però els nens necessiten que li donem un nom a les emocions que estem descrivint. Per això, a mesura que es vagi narrant el conte, és convenient que l'adult vagi dient els noms d'aquests sentiments.

A banda de la lectura d'aquests relats, és imprescindible, com deia, fer les converses posteriors. Habitualment, els nens condueixen el fil d'aquestes activitats, no obstant, proposem algunes preguntes per a guiar al docent a l'hora de fer significatives aquestes activitats.

Algunes d'aquestes preguntes podrien ser:

- Cóm penseu que es sent X?

- Què sentiríeu vosaltres si fosseu X?
- Què us pot fer sentir a vosaltres igual que a X quan li passa X?
- Què us fa sentir bé/malament?
- Què teniu ganes de dir quan esteu X?
- Què teniu ganes que us diguin quan esteu X?
- Com podeu sentir-vos millor?
- Què necessiteu que us diguin per a sentir-vos millor?
- Us heu sentit mai igual que X?
- (...)

La lectura de contes i la posterior conversa envers la temàtica, són activitats no només al tractament del vocabulari emocional sinó que pretenen posar en pràctica l'empatia i la compassió cap als demés. Aquestes històries només són uns exemples que poden servir-nos de referència, però qualsevol conte és útil a l'hora de treballar aquests conceptes.

Els contes que he escrit poden dirigir-se a tots els infants independentment de la seva edat, no obstant, s'haurà d'adaptar la forma de narrar/representar la història i la dificultat de les preguntes posteriors.

5.5.3. Dinàmiques de reforç positiu.

La camiseta màgica.

És una dinàmica de grup que consisteix en el reforç positiu a través dels companys del nen. Es tracta d'una activitat programada per tot el curs, on cada X temps la reprendrem per a continuar avançant.

Així, a principi de curs es reparteix una camiseta blanca a cada nen. El primer dia l'activitat es basa en posar el seu nom a la part de davant, deixant tota la part de darrere en blanc. Podem crear un ambient d'intriga per a ells explicant-los la importància de que no quedi res a l'esquena, perquè ho utilitzarem per a una altra cosa més endavant. Hem d'advertir de la importància d'aquesta camiseta i del significat que tindrà per a ells quan acabi el curs.

Cada setmana, el dia escollit (jo proposaria divendres) es mostraran unes etiquetes als nens que tindran escrit, dibuixat o ambdós (segons l'edat dels alumnes) uns adjectius positius de la personalitat, per exemple: amable, responsable, ajudant, tranquil, bon company, llest, ... i els nens hauran d'atribuir-ne un als seus companys segons vivències del dia a dia durant aquella setmana. L'atribució d'aquests adjectius pot ser per parelles, en grup i que tots es posin d'acord, des de l'encarregat d'aquella setmana cap als seus companys, etc. Són dinàmiques que poden ser modificades en petites dosis sempre i quan el resultat sigui el que pretenem: que cada infant tingui un adjectiu nou atribuït. Una vegada els nens tenen el nou adjectiu, han d'agafar la camiseta i copiar-ho al darrere.

D'aquesta manera, els infants procuraran millorar el seu comportament per tal d'aconseguir nous adjectius a la seua camiseta, la qual s'emportaran a la seva casa quan finalitzi el curs.

Els nens que alguna setmana hagin tingut un mal comportament, no tindran etiqueta aquell divendres, però MAI tindran un adjectiu negatiu. Per tant, un nen pot tenir menys adjectius bons, però mai dolents.

Algunes consideracions a tenir en compte per aquesta dinàmica és que es pot adaptar a tots els cursos de la segona etapa d'infantil, canviant únicament la forma de representar els adjectius ja que si són més petits no sabran ni llegir ni escriure, però poden adaptar-se amb dibuixos, emoticones, etc. També s'haurà d'intervenir en major o menor grau segons l'edat del nen, per a delimitar l'espai de la camiseta.

Els materials que necessitarem per portar l'activitat a terme són retoladors i una camiseta per cadascun per tal de recollir totes les etiquetes de cada nen. A més, haurem d'utilitzar unes etiquetes models que poden anar escrites en cartolina i plastificades, en cas de ser dibuixos, igual.

L'embut emocional.

Es tracta d'una dinàmica grupal que treballa les emocions positives i negatives d'una forma més visual, facilitant així la comprensió dels nostres sentiments. El material que utilitzarem en aquest cas és: un embut de mida mitjana, pompons o bolles de diferents mides, un retolador, imatges gestuals de les emocions (o emoticones), bosses de plàstic petites i transparents.

La durada de l'activitat pot ser una hora depenent del feedback que rebem dels alumnes. I la temporalització pot ser puntual, encara que és una dinàmica que podem repetir al llarg del curs o reprendre-la en alguns casos quan ho trobem oportú.

Doncs, en primer lloc s'ha de fer una llista amb els infants de les emocions que ens fan sentir bé (positives) i de les que ens fan sentir malament (negatives). El mestre sempre pot ajudar preguntant per alguna emoció concreta per tal de donar-la a conèixer, per exemple: “i la vergonya on trobeu que aniria col·locada?”.

Després de fer aquesta llista, hem d'agafar els pompons o les bolles de paper reciclat (que tindriem preparades prèviament) i relacionaríem les bolles més grans amb les emocions més negatives. Per exemple: la mestra proposaria al nen X a escollir una bolla segons l'emoció negativa “por”, recordant-li que ha d'agafar la bolla més gran quan menys li agradi sentir aquella sensació o la bolla més petita si creu que és una emoció molt positiva.

Una vegada tinguem totes les bolles escrites amb una emoció concreta (es dóna per fet que les bolles més grans seran molt negatives i les bolles més petites molt positives), s'agafarà l'embut i es col·locarà una bossa transparent baix per a que es vagi omplint del que anem amollant dins l'embut.

Aquesta bossa simbolitzarà una persona, que pot ser un de nosaltres o algú anònim. Per tant, anirem passant bolletes per dins l'embut alhora que expliquem als nens que les emocions positives van fent créixer a la persona (la bossa), mentre que quan ens topem amb una bolla molt gran i no passi per l'embut, significarà que les emocions negatives no ens deixen avançar i s'embussa tot. Fins i tot, podem seguir ficant bolletes a l'embut i explicar què passa quan aquest vessa i deixem de contribuir al nostre benestar personal.

La finalitat d'aquesta activitat és que els infants puguin expressar quines són les emocions que no els hi agrada sentir, que puguin recórrer a l'embut quan hagin d'explicar a algun company com se senten quan els hi diuen “ets un inútil”, “sempre em molestes”, “et pegaré si ho contes”, etc. El nen pot anar a buscar les bolletes que trobi necessàries i explicar-li al seu company que l'està embussant i el fa sentir malament sense poder avançar. És una forma visual de comunicar les emocions que facilitarà la comprensió tan del nen “víctima” com del nen que “ataca”.

Cal tenir en compte que és una dinàmica que es pot adaptar a les diferents edats dels nens però quan més grans siguin millor comprendran el que estan fent. La proposta en aquest cas la dirigiríem a P5.

El mirall subjectiu.

Aquesta activitat pretén fer una comparativa entre còm ens veiem a nosaltres mateixos i el que veuen els altres de la nostra personalitat, sempre amb la intenció de millorar l'autoconcepte.

Així, es demanarà als infants que facin un autoretrat dibuixant el que més els hi agradi d'ells mateixos amb un color i el que menys els hi agradi amb un altre. Al mateix temps, un company es posarà al davant seu a l'altre costat del llenç i, per aquella cara, dibuixarà un retrat del seu company que té al davant ressaltant el que més bonic li sembli (per exemple el somriure, la mirada, les galtes, etc).

Una vegada acabats els quadres, es posaran un al costat de l'altre i es comentaran les diferències i les semblances, veient així que tots tenim complexos i que tots tenim alguna cosa que agrada als nostres companys.

Aquesta activitat és una bona dinàmica per a pujar l'autoestima dels infants, no obstant, s'han de detectar molt bé els prejudicis físics que tenim cap a nosaltres mateixos, per tant, considero que són idees que tenim quan som més grans i dirigiria l'activitat a P5.

Es podria fer una adaptació per als complexos de la personalitat en lloc de físics, però els retrats serien abstractes i caldria una explicació molt més acurada posteriorment. On es poguessin veure les descripcions a través del color, de les textures, dels formats, etc. En aquest cas, si que es podria portar a terme amb nens una mica més petits.

El material d'aquesta dinàmica seria paper de rotllo o llenços per a fer els retrats i pintura.

L'uniforme emocional.

Aquesta dinàmica té l'objectiu de millorar el comportament dels alumnes i la convivència del grup. Podria ser útil en aquelles aules on trobem molts conflictes entre els alumnes i/o sempre tendeixen a cridar l'atenció mitjançant conductes negatives.

L'activitat consisteix en crear uns uniformes (poden ser tots unes bates blanques o camisetes que només es diferenciïn per una imatge o un títol) que es faran servir per a desenvolupar com un joc de rols durant el dia o durant un temps determinat de la jornada. Ve a ser com l'encarregat de classe, però en lloc de portar a terme unes tasques durant aquell dia, el que haurà de fer es regular el seu comportament segons el que posi el seu uniforme.

Per exemple, podem tenir un uniforme que posi: amable. Aquest s'utilitzaria quan un infant tendeix a ser agressiu o a tenir respostes poc assertives amb els seus companys. En aquell moment, el mestre li proposaria provar de dur l'uniforme "amable" a veure si li ajuda a millorar el seu comportament. Durant aquell dia l'infant prova de portar-lo i se li va recordant que amb aquell uniforme no pot tenir conductes contràries a l'adjectiu. Després es farà una valoració al final del dia i es reforçaran sempre els aspectes positius que haurà millorat.

El material que necessitem per a portar a terme aquesta dinàmica és molt senzill, bastarà amb unes bates escrites o dibuixades. La quantitat d'uniformes és indefinida i pot ser a gust del mestre o segons les necessitats que observi a l'aula. També pot tenir variants on cada nen de la classe n'hagi de portar un i comportar-se segons l'emoció que li ha tocat. Altres exemples d'uniformes emocionals serien: escoltar, expressar amb paraules, ser tendre amb els altres, etc. En aquest cas podem dirigir l'activitat als més petits ja que funcionaria com a joc simbòlic, encara que també serveix per als més grans.

5.6. Avaluació a la proposta *Som-Ric*.

Com hem vist amb anterioritat, l'avaluació d'aquest tipus d'educació tant abstracte pot ser un dels handicaps de la proposta. Realment és molt complicat avaluar de forma molt concreta el benestar emocional dels infants i, pot ser per això, de vegades se'ns escapen coses i no som capaços de veure-ho fins que ja és un poc tard.

No obstant i aquesta preocupació, els infants són intel·ligents i saben com cridar la nostra atenció per a fer-nos entendre que no se senten bé. L'únic que cal, és que nosaltres estem disposats a escoltar el que ens volen dir. Tal vegada podem fabricar unes graelles de seguiment a l'hora d'observar el seu comportament diari o podem enregistrar audiovisualment alguna sessió per tal d'afinar la nostra mirada al voltant d'algun infant. Però l'essència primordial per a que s'aconsegueixi aquesta avaluació de la realitat del nen, és la

predisposició del mestre a fer-la. Les ganes que posi el docent de veure el que està passant i, mitjançant alguns recursos, posar solució a aquest dèficit en les necessitats del petit.

L'atenció emocional, comença sent una voluntat, més enllà d'aquesta, sempre es troben recursos, estratègies i tècniques per tal d'atendre de forma individualitzada qualsevol cas concret. Una vegada que tenim clar aquest punt de partida, cadascú pot utilitzar els registres d'informació que més adients consideri: des de taules o graelles a enregistraments audiovisuals.

En aquest cas, facilitaré algunes taules de seguiment que funcionarien a l'hora de fer una avaluació continua de l'estat emocional dels infants i que ens ajudaran a conèixer més la forma de ser de cadascun [veure als annexos: Figura 7].

6. CONCLUSIONS

La creació de la Proposta *Som-Ric* és el resultat de tota una amalgama d'informació recollida que m'ha portat a veure la realitat en la que ens trobem. Si bé és cert que la fonamentació teòrica en relació a l'Educació Emocional és extensa i rica a l'actualitat, i que ha sofert una transformació positiva envers els darrers anys, l'observació d'algunes realitats escolars ens demostra que la pràctica encara no és l'adequada.

Gràcies a l'estudi de les diferents fonts consultades, m'he adonat que l'educació emocional es concep com una matèria global i genèrica on no es pot abordar l'ensenyament per parts individualitzades. Encara que en gran part això no deixi de ser real, baix el meu punts de vista considero l'Educació Emocional una branca més de l'educació total de l'individu, dins la qual trobem petits fruits que s'han de cuidar i donar forma. Si, per al contrari, aquests fruits no s'atenen de forma individualitzada, no aconseguim el resultat òptim que esperem sinó un conjunt d'intervencions buides que no tenen sentit per separat.

Al tractar-se d'una tesi prou breu, no em sentia capaç d'abordar tota la branca d'aquesta part educativa on podem trobar infinits camps d'estudi i d'intervenció, per tant, he seleccionat l'autoestima com a objecte d'estudi, com a punt de partida de les meves intervencions.

Així doncs, entenent que el meu Treball de Fi de Grau pretén donar resposta a l'atenció de l'autoestima, ha set molt útil la recerca teòrica per a adonar-me que no és un tema on s'hagi

incidit molt fins el moment. Es parla d'una educació emocional de caire global però no es troben estratègies ni recursos envers l'autoestima dels nens. Considero que la meva proposta pot ser de molta utilitat ja que és innovadora en aquest sentit, dóna importància a aspectes molt concrets que fins ara s'han vist de forma generalitzada.

Els objectius que proposo al principi del Treball de Fi de Grau, es veuen coberts en el moment que la proposta *Som-Ric* funciona com un projecte. Per al compliment d'aquests, ha set necessari l'estudi de diverses teories de diversos autors, per tal de poder aprofitar-ne les indicacions metodològiques que em semblen més apropiades per a encaminar la meva proposta.

Una vegada extretes les idees principals que donen forma a *Som-Ric*, he pogut idear activitats i dinàmiques de grup, al mateix temps que recursos per al docent, per a veure que la proposta té sentit i permet el compliment dels objectius marcats.

Trobo necessari recalcar que els recursos, tots de creació pròpia, només són exemples dintre de la proposta. La importància d'aquesta, recau en la idea que les orientacions metodològiques docents vagin dirigides sempre a la millora de l'autoestima del infant; les estratègies i recursos poden ser variants i diversos, però sempre han d'estar basats en la idea principal de *Som-Ric*.

Un altre aspecte important de cara a les conclusions d'aquesta tesi, és que m'he adonat que l'Educació Emocional és una branca, a més de fonamental, infinitament interessant. Ser mestre no implica només ensenyar – aprendre, ser mestre significa conèixer com és una persona i ajudar-la a ser més autònoma (en el sentit emocional de la paraula). Per això, aquesta investigació m'ha servit no tan sols per al compliment d'uns objectius personals envers la carrera universitària, sinó per a creure en la meva professió, per a estimar-la i veure la importància de la meva responsabilitat laboral.

Considero que la infravaloració d'un mestre és un símptoma social del concepte d'educació tradicional. Actualment, lluitem per a enderrocar aquesta visió de les escoles i per a millorar no només des de dins sinó també des de fora la situació educativa del país. No obstant, crec que els mestres hem de sentir-nos orgullosos de tota la feina que fem. Posem en pràctica *Som-Ric* en nosaltres mateixos; facem una ullada al nostre autoconcepte i adonem-nos que realment estimem la nostra feina i som capaços de treballar per a aconseguir el que ens proposem amb els nens.

En definitiva, és important que recordem el valor de les nostres pròpies accions i de la nostra pròpia autoestima per a mostrar al infant que la seguretat en un mateix és una de les causes de tenir èxit a la vida, recordant sempre que l'error existeix i no significa ser menys competent.

7. BIBLIOGRAFIA I ALTRES FONTS CONSULTADES.

Llibres:

Álvarez, M., Bisquerra, R., Fita, E., Martínez, F., & Pérez, N. (2000). Evaluación de programas de educación emocional. *Revista de investigación Educativa*, 18(2), 587-599.

Alzina, R. B. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7-43.

Bisquerra Alzina, R. (2009). *Activitats per al desenvolupament de la intel·ligència emocionals en els nens*. Editorial Parramón.

Bisquerra, R. (1999). Educación emocional. *Enciclopedia General de la Educación*. Tomo, 1, 356-384.

Bisquerra, R. (2002). La competencia emocional. M. Álvarez y R. Bisquerra, *Manual de orientación y tutoría* Barcelona: Praxis, 144, 69-144.

Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., García, E., López-Cassà, È., Pérez-González, J. C., & Segovia, N. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Observatorio Faros.

Bowlby, J. (1989). *Una base segura: aplicaciones clínicas de una teoría del apego*.

Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano* (Vol. 1979). Barcelona: Paidós.

Cassa, E. L. (2007). *Educación emocional: Programa para 3-6 años*. WK Educación.

Claparède, E. (1991). *L'educació Funcional*. Editorial Eumo, Osona.

Cooley, C. H., & Schubert, H. J. (1998). *On self and social organization*. University of Chicago Press.

Gardner, H. (1987). *La teoría de las inteligencias múltiples*. Santiago de Chile: Instituto Construir.

Gardner, H. (1993). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós.

Gómez Bruguera, J. I. & otros (2003). *Emociones y educación. Qué son y cómo intervenir desde la escuela*. Editorial Laboratorio Educativo.

Honoré, C. (2010). *El tiempo de ser niño*. Cuadernos de pedagogía, nº 407 monográfico.

Palou Vicens, S. (2003). *El crecimiento emocional: un delicado equilibrio entre proximidad y distancia*. *Emociones y educación: qué son y cómo intervenir desde la escuela*, 49-56.

Palou Vicens, S. (2004). *Sentir y crecer. El crecimiento emocional en la infancia. Propuestas educativas*. Editorial Graó.

Palou Vicens, S. (2011). *Amor i educació*. *Guix d'infantil*, (59), 11-13.

Punset, E. (2015). *Los atrevidos en busca del tesoro*. Editorial Penguin Random House.

Redorta, J., Alzina, R. B., & Galdós, M. O. (2006). *Emoción y conflicto: aprenda a manejar las emociones*.

Salmurri, F. (2015). *Razón y emoción. Recursos para aprender y enseñar a pensar*. Editorial RBA.

Urta, J. (2009). *Educación con sentido común*. Editorial Aguilar.

Zimmermann, D. (1998). *Observación y comunicación no verbal en la escuela infantil (Vol. 1)*. Ediciones Morata.

Articles:

Álvarez, M., Bisquerra, R., Fita, E., Martínez, F., & Pérez, N. (2000). *Evaluación de programas de educación emocional*. *Revista de investigación Educativa*, 18(2), 587-599.

Álvarez, M., Bisquerra, R., Fita, E., Martínez, F., & Pérez, N. (2000). *Evaluación de programas de educación emocional*. *Revista de investigación Educativa*, 18(2), 587-599.

Alvarez - Icaza, M. A. V., Gómez-Maqueo, E. L., & Patiño, C. D. (2004). *La influencia de la autoestima en la percepción del estrés y el afrontamiento en niños de edad escolar*. *Salud Mental*, 27(4), 19.

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7-43.

Bisquerra, R. (2007). La educación emocional para la convivencia. *Educación para la convivencia intercultural*. Madrid: La Muralla.

Bisquerra, R. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82.

Del Barrio Gándara, V. (2002). Emociones infantiles: evolución, evaluación y prevención.

Del Barrio, V., Navarro, M. D. F., & Escrivá, M. V. M. (1994). Autoestima y depresión en niños. *Revista de psicología general y aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 47(4), 471-476.

Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación*, 29(1), 1-6.

Fiallos Mantilla, J. S. (2012). Talleres de autoestima para prevenir el riesgo de trastornos emocionales en adolescentes.

González-Pienda, J. A., Pérez, J. C. N., Pumariega, S. G., & García, M. S. G. (1997). Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar. *Psicothema*, 9(2), 271-289.

Pereira, M. L. N. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 7(3), 0.

Pope, A. W., Craighead, W. E., & McHale, S. M. (1996). Mejora de la autoestima: Técnicas para niños y adolescentes.

Ribes, R., Bisquerra, R., Agulló, M. J., Filella, G., & Soldevila, A. (2005). Una propuesta de currículum emocional en educación infantil (3-6 años). *Cultura y Educación*, 17(1), 5-17.

Wernicke, C. G. Límite y castigo. *Tiempo de Integración*, 5(24).

Pàgines web:

<http://es.slideshare.net/kravitz/clase-4-evolucion-concepto-educacion>

<http://www.blogseitb.com/inteligenciaemocional/2008/12/01/%C2%BFcomo-se-clasifican-las-emociones/>

<http://www.rafaelbisquerra.com/>

<http://www.unicef.es/infancia/derechos-del-nino/convencion-derechos-nino>

www.iec.cat

www.rae.es

Altres documents consultats:

<http://www.urbandmom.com/wp-content/uploads/2014/12/Actividades-extraescolares.jpg> (Il·lustració Frato)

<http://4.bp.blogspot.com/->

08LD5ebwpEQ/UUCb3M1t8MI/AAAAAAAAACK/BZOA9NMZf8Q/s1600/frato1.jpg

(Il·lustració Frato)

8. ANNEXOS.

Figura 1. Classificació de les emocions segons Goleman (1996) i Bisquerra (2000) – creació pròpia.

EMOCIONS NEGATIVES	Ira	Ràbia, còlera, rancúnia, odi, fúria, indignació, ressentiment, aversió, exasperació, tensió, excitació, agitació, acritud, animadversió, animositat, irritabilitat, hostilitat, violència, enuig, gelosia, enveja.
	Por	Temor, horror, pànic, terror, desassossec, ensurt, fòbia, aprensió, inquietud, incertesa.
	Ansietat	Angoixa, desesperació, inquietud, estrès, preocupació, anhel, neguit, consternació, nerviosisme.
	Tristesa	Depressió, frustració, decepció, aflicció, pena, dolor, pesar, desconsol, pessimisme, malenconia, autocompassió, soledat, desànim, desgana, enyorança, abatiment, disgust, preocupació, desesperació.
	Vergonya	Culpabilitat, timidesa, inseguretad, vergonya aliena, xafogor, pudor, rubor, vergonya, perplexitat, neguit, remordiment, humiliació, pesar.

	Aversió	Hostilitat, menyspreu, acritud, animositat, antipatia, ressentiment, rebuig, recel, fàstic, repugnància, desdeny, disgust.
EMOCIONS POSITIVES	Alegria	Entusiasme, eufòria, excitació, content, delit, diversió, plaer, estremiment, gratificació, satisfacció, caprici, èxtasi, alleujament, alegria, diversió.
	Humor	(provoca) Somriure, riure, rialla, hilaritat.
	Amor	Afecte, tendresa, simpatia, empatia, acceptació, cordialitat, confiança, amabilitat, afinitat, respecte, devoció, adoració, veneració, enamorament, àgape, gratitud.
	Felicitat	Goig, tranquil·litat, pau interior, placidesa, satisfacció, benestar.
EMOCIONS AMBIGÜES	Sorpresa	
	Esperança	
	Compassió	
EMOCIONS ESTÈTIQUES	Les produïdes per les manifestacions artístiques com la pintura, la música, l'escultura o la literatura.	

Figura 2. Concepte d'emoció (Bisquerra, 2013).

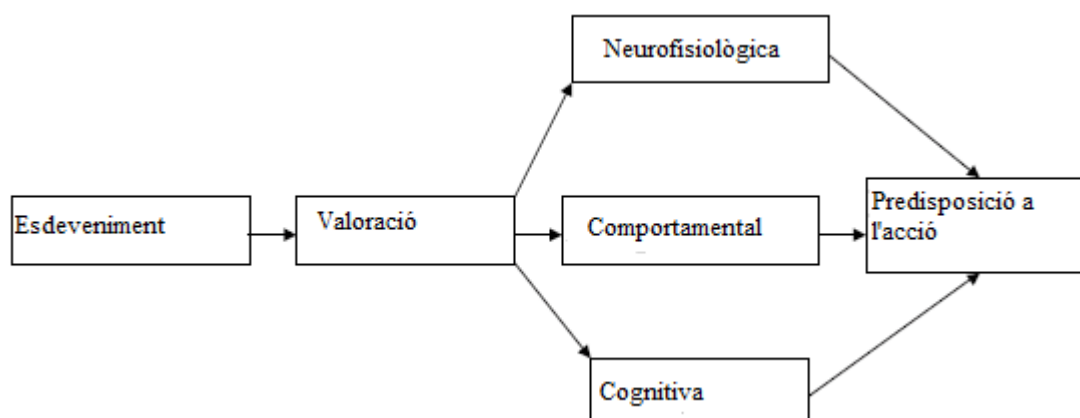


Figura 3. Significat del nom de la proposta *Som-Ric* – creació pròpia.

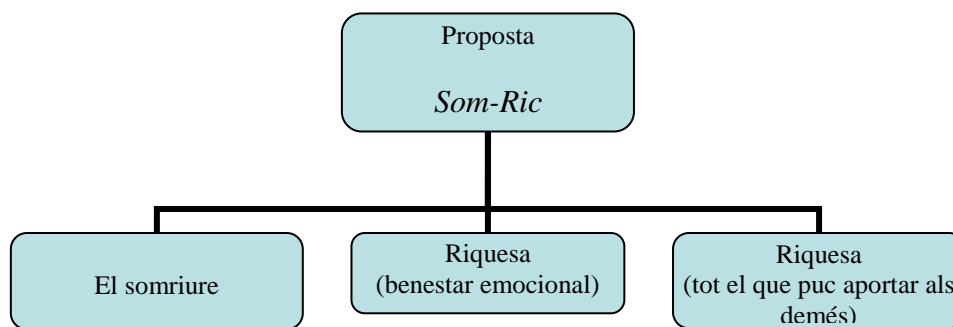


Figura 4. Novetat de la proposta *Som-Ric* – creació pròpia.

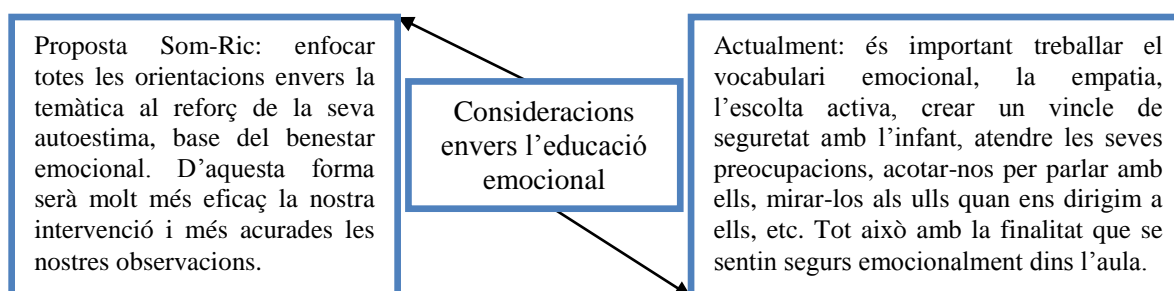


Figura 5. El rol del mestre (proposta *Som-Ric*) – creació pròpia.

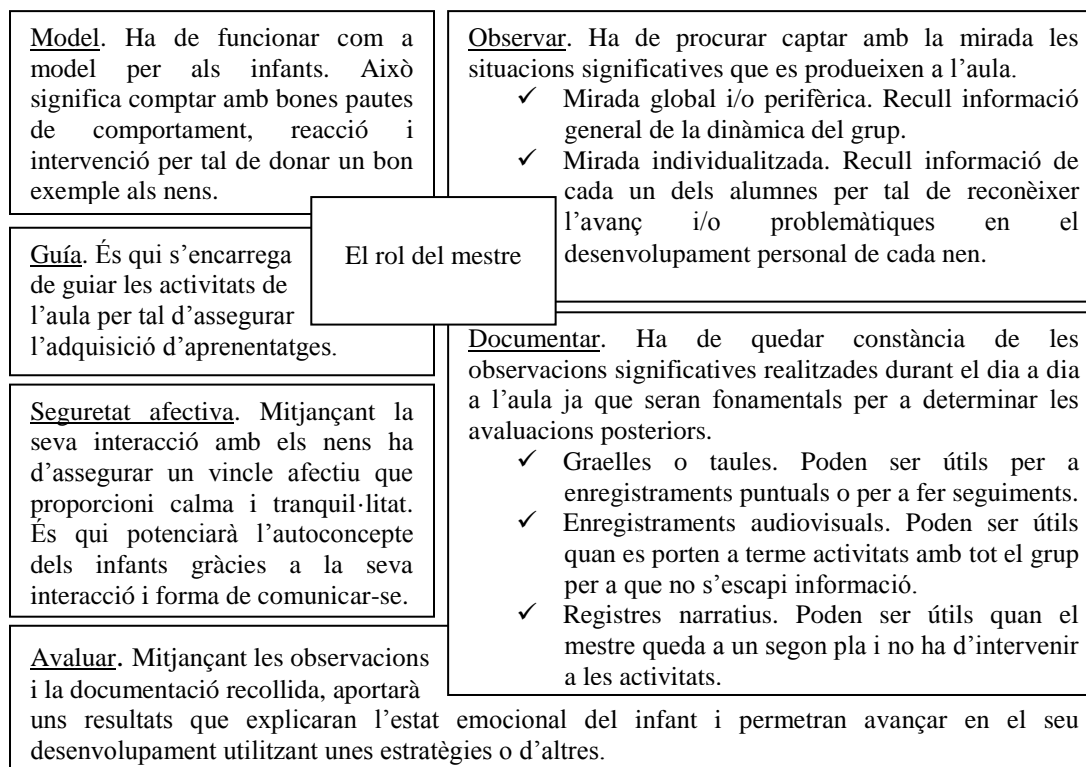


Figura 6. Organització dels recursos didàctics de Som-Ric – creació pròpia.

Vocabulari emocional	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Posar paraules als sentiments. ✓ Reconèixer emocions. ✓ Treballar la comunicació emocional. 	Ús de contes infantils.
Treballar l'empatia i la compassió	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ens posem al lloc dels altres. ✓ Pensem com si fóssim altres subjectes. ✓ Transportem els sentiments dels altres al nostre cos. 	Ús d'un dossier d'activitats relacionades amb els contes.
Dinàmiques de reforç positiu	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Vivències a l'aula que potencien l'autoestima dels infants mitjançant la interacció amb els iguals. 	Activitats i dinàmiques de grup.

Figura 7. Graelles d'avaluació de la proposta *Som-Ric*.

Taula de registre entrada a l'escola.

1. Arriba content a l'escola? Si/No
2. Es separa fàcilment dels pares? Si/No
3. Plora quan els pares se'n van? Si/No
4. Busca la mirada i l'atenció de la mestra de seguida quan arriba a l'escola? Si/No
5. Parla amb algun company/a o amb la mestra de seguida que arriba o té un temps d'adaptació a l'ambient sense socialitzar amb ningun agent? Si/No
6. Si necessita un temps d'adaptació, sol ser més llarg de 10 min.? Si/No
7. Canvia la seva actitud quan el porta un familiar (no habitual) a l'escola? Si/No
8. Canvia la seva actitud quan el porta la mare de quan el porta el pare? Si/No
9. És autònom a l'hora de col·locar les seves coses al seu penjador o espera/demana que li facin els pares? Si/No
10. Una vegada que se'n han anat els pares, demostra un canvi d'actitud o manté el seu comportament davant la mestra? Si/No

OBSERVACIONS:

- ✓ Graella per utilitzar setmanalment per tal de veure l'evolució del infant.
- ✓ Registre objectiu basat en la observació, no en la intervenció.
- ✓ Com és un moment d'entrada, hi ha una gran quantitat de nens per atendre i pot ser difícil registrar informació tant individualitzada en un moment tant

“caòtic”. Es recomana fer un registre audiovisual de forma global i després emplenar les graelles.

- ✓ És un tipus de enregistrament de “Si/No” per a que sigui més objectiu el resultat que l’extraguem de les respostes. Si fossin de caire narratiu podria intervenir la nostra opinió, la nostra percepció i la nostra interpretació dels fets.
- ✓ Aquestes preguntes que poden semblar disperses, poden ajudar al mestre a entendre si el infant es sent segur dins l’aula; és dependent; mostra actitud autònoma i, per tant, té un bon autoconcepte; etc.

Taula de registre per als conflictes.

1. És un nen/nena que sol tenir conflictes amb altres infants? Si/No
2. Aquest conflictes són de caràcter personal, és a dir, referits a la seva personalitat física, cognitiva o emocional? Si/No
3. És ell qui inicia aquest tipus de conflictes? Si/No
4. Quan se sent rebutjar per un company, actua o respon de forma agressiva? Si/No
5. Sap explicar el que ha passat amb paraules? Si/No
6. Posa nom als seus sentiments davant aquella situació? Si/No
7. Detecta quines són les coses que l’han fet sentir malament? Si/No
8. Necessita la intervenció del mestre per a dialogar amb el seu company? Si/No
9. Sap, mitjançant l’empatia, entendre per què el seu company s’ha comportat malament? Si/No
10. Reconeix una part de culpa en la situació? Si/No
11. Mostra una actitud tranquil·la i amb disposició de comunicar-se amb l’altre infant? Si/No
12. Una vegada que ha resolt un conflicte, repeteix els mateixos patrons en altres moments de la jornada? Si/No
13. És útil per al infant conversar del que ha passat en aquell moment? Si/No
14. És més útil per al infant parlar-ne quan ha passat una estona? Si/No
15. Té una actitud pacífica que demostrï que vol arreglar la situació? Si/No

OBSERVACIONS:

- ✓ Graella per utilitzar puntualment quan sorgeixen conflictes durant el dia a dia. Per a que sigui útil, s'ha d'utilitzar en la majoria dels casos que sorgeixin els conflictes.
- ✓ És un tipus de enregistrament de "Si/No" per a que sigui més objectiu el resultat que l'extraguem de les respostes. Si fossin de caire narratiu podria intervenir la nostra opinió, la nostra percepció i la nostra interpretació dels fets.
- ✓ Aquestes preguntes poden servir al mestre per a saber quina part del projecte Som-Ric s'ha de reforçar: el vocabulari emocional, la part d'autoestima del infant, donar estratègies per a gestionar els conflictes, etc.

Taula de registre per al dia a dia de l'aula.

1. Mostra, generalment, l'expressió facial trista?
2. Intervé a les activitats de l'aula?
3. Ens mira als ulls quan li parlem?
4. És agressiu?
5. Crida quan parla?
6. Se sent frustrat quan no troba la solució a un fet determinat?
7. Accepta les pròpies derrotes?
8. Sap interpretar quan algú està enfadat amb ell?
9. Sap relacionar-se entre els iguals?
10. Creu en les seves possibilitats?
11. Mostra il·lusió i/o motivació per a realitzar les activitats?
12. Busca l'aprovació de l'adult constantment?
13. Sap concentrar-se?
14. És impulsiu?
15. Té iniciativa per a comunicar que està trist/malament per alguna cosa?

OBSERVACIONS:

- ✓ Graella per a utilitzar habitualment de forma que puguem enregistrar informació de forma continua.
- ✓ És un tipus de enregistrament de "Si/No" per a que sigui més objectiu el resultat que l'extraguem de les respostes. Si fossin de caire narratiu podria intervenir la nostra

opinió, la nostra percepció i la nostra interpretació dels fets.

- ✓ Aquestes preguntes poden servir al mestre per a saber quina part del projecte Som-Ric s'ha de reforçar: el vocabulari emocional, la part d'autoestima del infant, donar estratègies per a gestionar els conflictes, etc.

