

PROGRAMA D'INTERVENCIÓ D'EDUCACIÓ EMOCIONAL I SOCIAL PER A L'ETAPA INFANTIL

L'EDUCACIÓ DE LA CONSCIÈNCIA
EMOCIONAL I L'AUTOESTIMA

TREBALL FINAL DE GRAU EN MESTRA D'EDUCACIÓ INFANTIL

Anna Bassols Sans

4t curs del Grau en Mestre d'Educació Infantil

Curs 2012 - 2013

Tutor: Àngel Serra Jubany

Facultat d'Educació, Traducció i Ciències Humanes

Universitat de Vic

Vic, maig de 2013

M'agradaria dedicar unes paraules a totes aquelles persones que m'han recolzat i ajudat durant la realització del treball final de grau.

Dono les gràcies, sobretot, a la persona de la Universitat de Vic que m'ha tutoritzat les pràctiques III i el treball, l'Àngel Serra. Gràcies per guiar i donar suport en tot moment, durant el procés de realització i tot el que comporta.

Donar les gràcies també als meus pares per donar-me suport, aconsellar-me, recolzar-me i ajudar-me quan ho he necessitat.

En tot moment, també he pogut comptar amb la meva companya Àstrid Guitiérrez, i li dono les gràcies per ser-hi sempre, per aconsellar-me i estar al meu costat durant tota la trajectòria de formació com a futures mestres.

També agraeixo a tots els infants de P4 de l'escola Volcà Bisaroques per fer-me tan fàcil l'estada a l'escola, per ajudar-me a aprendre i per acceptar-me i estimar-me d'una manera molt sincera. Això ha ajudat en les meves intervencions com a mestra i en el desenvolupament de la metodologia del treball final de grau.

I per acabar, agrair profundament l'ajut i el recolzament que he rebut per part de les dues tutores de P4 de l'escola, la Janina i la Laura. Gràcies per aconsellar-me en tot moment, per donar-me ànims, per transmetre tant i sobretot, gràcies per confiar amb mi i tractar-me com una mestra més dins l'escola.

RESUM

L'objectiu d'aquest treball és comprovar si l'aplicació d'un programa d'educació emocional i social millora el benestar emocional i social dels infants d'Educació Infantil. Per tal d'assolir aquest objectiu, primerament es va triar una mostra de 4 infants per realitzar el test PAI (Precepció de l'Autoconcepte Infantil) i així, mesurar el seu nivell d'autoestima. Després es va aplicar el programa d'educació emocional i social a l'aula, treballant la consciència emocional i l'autoestima. Seguidament es va tornar a realitzar el test PAI per poder observar i mesurar els canvis en el percentil dels mateixos 4 infants.

S'han observat unes millores en el nivell d'autoestima dels nens i nenes de l'aula; s'ha adquirit una bona consciència emocional i s'han anat desenvolupant habilitats socioemocionals i, per tant, ha millorat el clima de l'aula.

El treball de l'educació emocional i social a les aules és necessari per millorar el benestar emocional i social dels infants i així, ajudar en seu desenvolupament integral.

Paraules clau: educació emocional i social, habilitats socioemocionals, consciència emocional, autoestima i benestar emocional i social.

ABSTRACT

The aim of this study is evaluate if a program of social and emotional education application improves social and emotional wellbeing in children in Early Childhood Education. To reach this aim, first of all, a 4 subject sample was taken in order to realize the "PAI" test, so that their self-esteem level could be measured. Later, an emotional and social educational program was applied in class, by working out children's emotional awareness and self-esteem. Then, the test was realized again to observe and measure the changes in the same 4 subject percentile.

It has been observed that self-esteem levels of class' children have improved; a good emotional awareness has been acquired; socioemotional skills have been developing throughout the program; so class' ambient has grown better.

The emotional and social education working in schools is needed to improve children's emotional and social wellness, and so help in their global development.

Keywords: social and emotional education, socioemotional skills, emotional awareness, self-esteem, emotional and social wellness.

ÍNDEX

Pàgina

1. Introducció.....	4
2. Marc conceptual	6
2.1 Intel·ligència emocional	7
2.2 Concepte d'Educació emocional i social	10
2.3 Competències.....	13
2.4 Educació emocional i social a l'aula	16
2.5 Programes d'ensenyament – aprenentatge	18
3. Objectius i hipòtesi	20
4. Metodologia	21
4.1 Procediment.....	21
4.2 Instruments d'avaluació	22
4.3 Proposta del programa	23
4.4 Mostra	25
4.5 Calendari d'aplicació	26
5. Resultats	28
5.1 Resultats test PAI (autoestima)	28
5.2 Resultats valoració tutora (consciència emocional)	29
6. Discussió	31
7. Conclusions	37
8. Bibliografia	39
8. Annex	41
Annex 1: Programa d'educació emocional i social (activitats)	41-58
Annex 2: Test PAI	59-62
Annex 3: Tests PAI realitzats	63-83

1. INTRODUCCIÓ

A continuació us presento el meu treball final de grau, en el qual he volgut fer una proposta de programa per treballar l'educació emocional i social per poder fer una aplicació pràctica en una aula d'infantil i, posteriorment, poder observar i mesurar els resultats en els nens i nenes.

El treball està dividit en tres parts. A la primera hi ha la part més conceptual del treball, en la qual podem trobar el marc teòric, amb una descripció conceptual sobre la intel·ligència emocional i l'educació emocional i social. La segona part del treball és l'exposició i presentació de la metodologia emprada per a la realització de la investigació i de la part més pràctica. En aquesta part s'hi troba la presentació de la proposta del programa d'educació emocional i social que he creat per tal de fer la meua intervenció al centre on he realitzat les pràctiques III. I a la tercera part s'hi troben els resultats obtinguts després de les meves intervencions i l'aplicació del programa, les millores dins l'aula i dels infants i les seves relacions, les avaluacions del programa i les valoracions i conclusions del treball.

El treball de l'educació emocional i social a les escoles actuals és essencial per formar persones i futurs ciutadans en la nostra societat actual. Per poder adaptar-se a aquesta societat canviant i complexa, amb problemes clarament causats per una manca en l'educació emocional de les persones, és important educar als infants des de petits, dins les aules, per ajudar a adquirir una bona educació emocional als futurs ciutadans de la societat, per formar a persones competents i amb bones condicions respecte el benestar social i personal. Parteixo del pressupòsit que *"les competències emocionals afavoreixen les relacions amb altres persones i amb un mateix, facilita la resolució positiva de conflictes, contribueix a la salut física i mental, ajuda a l'aprenentatge, entre d'altres. En últim terme, que és el que realment importa, les persones amb competències emocionals estan en millors condicions per contribuir al benestar personal i social"*. (Bizquera i Pérez 2012: 2).

El treball de l'educació emocional i social dins una aula és bàsica per millorar el benestar de tots els infants i també, ajuda a la cohesió de grup, millorant així el treball dins l'aula i acaba sorgint un clima més agradable i càlid. A més, és convenient preparar als infants per a la vida adulta, proporcionant-los recursos i estratègies necessàries per afrontar diferents situacions i experiències que es puguin trobar.

L'objectiu de l'educació emocional és aprendre a reconèixer, expressar i gestionar adequadament les emocions, per tant, des de l'escola s'ha de potenciar aquest treball per tal de desenvolupar, de manera global, les potencialitats dels infants, aconseguir que tinguin una actitud positiva davant la vida, ajudar a agafar confiança amb ells mateixos, tenir un benestar personal i tanmateix, establir millors relacions amb els altres.

L'educació emocional i social en si és un procés educatiu d'acompanyament per el creixement i desenvolupament integral de les persones, en el cas de les escoles, de tots els nens i nenes, tan en grup com individualment. Per tant, el meu objectiu general del treball és potenciar l'educació emocional i social aplicant un programa d'educació emocional i social, ajudant i acompanyant en el creixement i desenvolupament integral de tot el grup i de cada infant.

2. MARC CONCEPTUAL

Al llarg de la història hi ha hagut diferents visions i perspectives sobre el concepte d'intel·ligència de les persones. L'origen etimològic de la paraula intel·ligència prové del llatí, *intellego*, que significa comprendre o assimilar l'essència d'alguna cosa.

Fins fa una dècada aproximadament, la intel·ligència d'una persona es mesurava pel seu quocient intel·lectual mitjançant els tests d'intel·ligència, el qual es creia que venia determinat per la genètica i difícilment es podia modificar. Per això es considerava que només hi havia una intel·ligència, que era innata, invariable i, mitjançant els tests, quantificable a partir dels tests de QI (quocient intel·lectual).

Actualment, molts autors han insistit que les proves d'intel·ligència no prediuen l'èxit professional o personal (Gardner, 1995; Goleman, 1995); el terme intel·ligència no explica les grans àrees de l'activitat humana; s'ha demostrat que el quocient intel·lectual i l'èxit a la vida no sempre van relacionats. Per això Gardner (1995), neuropsicòleg, professor i investigador de la Universitat de Harvard, proposa la teoria de les intel·ligències múltiples en la qual les competències cognitives queden més ben descrites en termes d'un conjunt d'habilitats, ja que una intel·ligència implica aquestes habilitats i a més, són necessàries per resoldre problemes o per elaborar productes (Bisquerra, 2000).

Gardner defineix la intel·ligència com "*la capacitat per resoldre i generar nous problemes. Elaborar nous productes que siguin valuosos en una o més cultures*" (Gardner, 1995). Parteix que és una capacitat o habilitat que es pot desenvolupar a partir del potencial genètic de la persona amb influència de l'ambient on es troba, l'educació rebuda, l'interès en cada àmbit, les experiències viscudes...

En la teoria de les intel·ligències múltiples de Gardner es distingeixen vuit intel·ligències: la musical, la lingüística, la lògica-matemàtica, la intel·ligència espacial, la corporal-cinestèsica, la intel·ligència interpersonal, la intrapersonal i per últim, la intel·ligència naturalista.

Aquestes intel·ligències múltiples i aquestes habilitats que va adquirint una persona al llarg de la vida es poden desenvolupar i són educables. Segons les experiències viscudes d'una persona poden anar variant i canviant, i es va creant noves capacitats i potencialitats en ella mateixa. Per tant, totes les persones tenim i anem adquirint totes les intel·ligències, en major o menor grau, i totes són importants.

Des de la perspectiva emocional i per entrar en el tema de l'educació emocional i social interessa destacar la intel·ligència interpersonal i la intrapersonal. La intel·ligència interpersonal es va desenvolupant evolutivament amb l'experiència de la relació amb els altres la qual fomenta l'habilitat per comprendre els altres, més concretament les emocions de les persones que ens envolten, les seves intencions, els seus desitjos, de manera que permet treballar i conviure amb els altres de manera eficaç. En canvi, la intel·ligència intrapersonal es basa en el coneixement d'aspectes interns de la mateixa persona; es va construint durant un procés llarg el qual implica comprendre's un mateix, controlar les pròpies emocions i regular la pròpia conducta.

Les dues intel·ligències esmentades, tant la intel·ligència interpersonal, com la intrapersonal, constitueixen el nucli principal de la intel·ligència emocional.

2.1 La intel·ligència emocional

Uns dels referents en la teoria de la intel·ligència emocional són Peter Salovey i John Mayer . Aquests dos autors aporten un marc conceptual que investiga la capacitat d'adaptació social i emocional de les persones. El seu model se centra en una teoria constructivista, el qual es basa en les habilitats emocionals de les persones desenvolupades a partir de l'aprenentatge, l'experiència personal i amb la interacció amb l'entorn dins la seva vida quotidiana. Des d'aquesta teoria podem definir la intel·ligència emocional com l'habilitat de les persones per percebre, utilitzar, comprendre i manejar les emocions. (Mayer i Salovey; 1997 (Fernández Berrocal i Ramos, 2004; 21)).

Tenint en compte els dos termes que componen aquest concepte, emoció i intel·ligència, podem definir la intel·ligència emocional com *"l'habilitat per regular els sentiments i les emocions pròpies i les dels altres, discriminar-los i utilitzar aquesta informació per guiar el pensament i l'acció de cadascú"*. (Mestre Navas i Fernández Berrocal, 2007; 32).

En general les definicions d'intel·ligència emocional mantenen posar en relació aquests dos termes: intel·ligència i emoció. Per exemple, una altra definició del concepte seria *"la capacitat per identificar les pròpies emocions i les dels altres, utilitzar-les per facilitar el pensament, comprendre la complexitat de les emocions i regular-les de manera adequada"*. (Bizquera Alzina i Pérez Escoda, 2012; 1)

Alguns autors de referència són Salovey i Sluyter (1997), els quals fan èmfasi en les aplicacions educatives de la intel·ligència emocional. Mayer, Salovey i Caruso (2000), a més, exposen les idees i maneres que es pot concebre la intel·ligència emocional com a moviment cultural, com a tret de la personalitat de cadascú i com a habilitat mental. D'aquesta manera i tenint en compte aquests autors és quan es planteja, des de les escoles i des de l'educació dels infants començar a introduir aquestes pràctiques educatives per tal d'anar formant futurs bons ciutadans, preparar-los per a la vida des d'una perspectiva emocional, afectiva i social.

Partirem de la premissa que la intel·ligència emocional la constitueixen habilitats que són susceptibles de ser apreses i desenvolupades i per tant, és una de les habilitats més importants per a la vida que s'hauria d'anar incorporant i desenvolupant dins el sistema educatiu durant tots els anys d'escolarització dels infants. És important i fonamental per anar-los preparant per a la vida, es van desenvolupant habilitats per fer front a les frustracions, habilitats per controlar impulsos, habilitats per regular estats d'ànim i emocions, reconèixer les emocions dels altres i per tant, promoure l'empatia, establir relacions socials correctes... I mica en mica, educar amb tots aquests valors tan necessaris per formar part de la societat i d'un grup de persones.

És aquí quan comencem a parlar de l'educació emocional i social dins les escoles, dins les aules i dins el sistema educatiu en general. Creiem que

aquest tipus d'educació hauria de ser transversal; hauria d'anar lligat a tots els altres continguts curriculars i s'hauria d'aplicar i desenvolupar dins els diferents àmbits i matèries. L'educació emocional promou aquests valors tan importants per anar educant persones que formaran part de la societat i a més, ajuda a desenvolupar habilitats socials i emocionals per poder aconseguir un desenvolupament integral de cada nen i nena dins una aula.

Pel que fa a la descripció i naturalesa de la intel·ligència emocional, segons Goleman (1995: 43-44) consisteix en:

1. Conèixer les pròpies emocions, conèixer-se a un mateix. És important tenir una consciència emocional consolidada per, posteriorment, reconèixer aquestes emocions en un mateix i poder fer una reflexió posterior: per què em sento així?, és bo sentir-me així?, en quines situacions podria tornar-me a sentir així?...
2. Saber gestionar les emocions, prendre consciència de les emocions que sento. És important, també, saber gestionar les emocions que produeixen diferents situacions (autocontrol i autoregulació). Adquirir habilitats per suavitzar expressions d'enuig i ira i d'aquesta manera, anar millorant les relacions interpersonals.
3. Motivar a un mateix: les emocions i la motivació van estretament lligades, per això és important encaminar les emocions i consegüentment les motivacions pròpies per aconseguir objectius proposats i poder realitzar activitats creatives.
4. Reconèixer les emocions dels altres i promoure l'empatia, d'aquesta manera es podran establir bones relacions amb els altres i millorar les relacions interpersonals.
5. Establir bones relacions amb els altres a partir del desenvolupament de les habilitats necessàries per formar part d'una societat o un grup de persones.

Mentre que Salovey y Mayer (1997) proposen el model de les quatre branques per acabar de definir millor la intel·ligència emocional. Aquests dos autors conceben la intel·ligència emocional com un concepte integrat per quatre branques, quatre habilitats extretes de l'anàlisi d'habilitats relacionades amb les emocions (Mestre Navas i Fernández Berrocal, 2007).

Proposen i publiquen aquest model de quatre branques en el qual es defineix la intel·ligència emocional com l'habilitat per:

Branca 1. Percebre emocions: habilitat per percebre les emocions en un mateix, en els altres i en altres estímuls.

Branca 2. Utilitzar les emocions per facilitar el pensament: habilitat de generar i utilitzar les emocions i sentir i entendre que són necessàries per comunicar-se i expressar sentiments, pensaments i poder-les utilitzar en altres processos cognitius.

Branca 3. Comprendre emocions: habilitat per comprendre la informació que transmeten les emocions, la manera que les emocions progressen a través de les relacions i comprendre els significats emocionals.

Branca 4. Regular les emocions: habilitat per estar obert als sentiments, anar-los modulant a si mateix i en els altres amb la finalitat de promoure la comprensió i el creixement personal.

La percepció (branca 1), la comprensió (branca 3) i la regulació (branca 4) de les emocions impliquen el fet de raonar sobre les emocions; en canvi, la utilització de les emocions per facilitar el pensament (branca 2) implica la utilització d'aquestes emocions per millorar el raonament. Per tant, el model de les quatre branques té una visió conjunta dels dos termes (intel·ligència i emoció) i els intenta relacionar: la raó sobre les emocions i la utilització de les emocions per millorar la raó.

És important anar desenvolupant la intel·ligència emocional i començar a treballar aquestes habilitats amb els infants dins les aules, de manera que introduïrem l'educació emocional i social i, d'aquesta manera, potenciar un desenvolupament integral dels infants i aconseguir un benestar emocional i social.

2.2 Concepte d'educació emocional i social

Fins ara hem desenvolupat el concepte d'intel·ligència emocional i hem destacat la importància i la necessitat de ser après i desenvolupat. En aquest apartat abordarem la seva educació, els objectius, el procediment...

L'educació emocional és una innovació en l'àmbit educatiu que respon a necessitats socials, emocionals i afectives no ateses en les matèries acadèmiques ordinàries (Bisquerra, 2012), i per tant, com ja he dit, ha de ser una manera d'educar, ha de ser transversal en totes les matèries i en tots els àmbits i horaris diaris. Segons Anna Carpena les habilitats emocionals i socials que sorgeixen d'aquesta educació socioemocional han de ser ensenyades formalment i han d'estar lligades al que és quotidià, a les vivències, al dia a dia (Carpena, 2013; 33).

Per tant, podem dir que l'educació emocional és un procés educatiu que dura tota la vida d'una persona, és un procés educatiu continu i permanent. Respecte l'educació emocional dins el sistema educatiu, com ja hem subratllat anteriorment, hauria de ser present al llarg de tot el currículum acadèmic, és a dir, hauria de ser una matèria transversal i s'ha de vivenciar des d'un enfocament de cicle vital.

Es pot definir l'educació emocional com *"el procés educatiu que té com a objectiu el desenvolupament de competències emocionals. És un procés que s'inicia des de la primera infància i és present al llarg de tota la vida"* (Bisquerra i Pérez, 2007). Les competències emocionals que ha d'anar adquirint una persona des de la infància i al llarg de tota la vida són aquelles habilitats imprescindibles per a poder formar part d'una societat, per poder fer front a situacions que els depari la vida i per poder adaptar-se a qualsevol situació.

L'educació emocional en si és un concepte molt complex i ampli, el qual no es pot descriure amb una definició senzilla i breu. Bisquerra, en la seva obra *Educación emocional y bienestar* (2006), ens elabora un resum del concepte d'educació emocional, el qual el trobo molt ben explicat i l'he volgut plasmar com a definició o explicació per entendre millor el terme d'educació emocional i social. *"Procés educatiu, continu i permanent, que pretén potenciar el desenvolupament emocional com a complement indispensable del desenvolupament cognitiu, construint els elements essencials pel desenvolupament integral de la personalitat. Per això es proposa el desenvolupament de coneixements i habilitats de les emocions amb l'objectiu de capacitar l'individu per afrontar millor els reptes que ens*

planteja la vida quotidiana. I tot això té com a finalitat augmentar el benestar emocional i social” (Bisquerra, 2006; 243).

Es considera l'educació emocional una forma de prevenció primària inespecífica, és a dir, que per mitjà de l'adquisició de competències emocionals com a objectius principals de l'educació emocional i social, es prevenen problemes com a conseqüències de les alteracions emocionals. Es proposa el desenvolupament d'aquestes competències fent-les bàsiques per a la vida dins l'educació per ajudar a adquirir un benestar emocional i social a tots els nens i nenes. Per tant, l'educació emocional i social promou el desenvolupament cap a la vida adulta proporcionant estratègies i recursos per afrontar diferents experiències que ofereix la vida.

Tenint present a l'autor Rafael Bisquerra, l'educació emocional i social abarca uns objectius generals els quals són:

- Adquirir un coneixement de les pròpies emocions.
- Identificar les emocions dels altres.
- Desenvolupar l'habilitat de controlar les pròpies emocions.
- Prevenir els efectes perjudicials de les emocions negatives.
- Desenvolupar l'habilitat per generar emocions positives.
- Desenvolupar una millor competència emocional.
- Desenvolupar l'habilitat d'automotivar.
- Adoptar una actitud positiva davant la vida.
- Augmentar les habilitats socials i les relacions interpersonals satisfactòries.

Podríem agrupar aquests objectius en cinc àmbits conceptuals. Aquests àmbits són:

- Empatia: és una capacitat que ens permet poder arribar a sentir com a nostres els sentiments d'una altra persona. Ens ajuda a entendre millor a les persones que ens envolten i poder saber com es senten. En resum, és la capacitat per posar-nos al lloc d'una altra persona per poder-la comprendre millor, però, sobretot sense deixar que aquests sentiments i emocions afectin a la nostra persona.

- Autocontrol emocional: és la capacitat que ens permet controlar-nos a nosaltres mateixos i les nostres emocions depenent les situacions i que ens trobem.
- Consciència emocional: és la capacitat per prendre consciència de les pròpies emocions i de les emocions dels altres, conèixer-les, identificar-les i saber-les etiquetar.
- Autoestima: és el sentiment d'acceptació i d'apreci cap a nosaltres mateixos, la manera que tenim d'avaluar-nos.
- Habilitats socials (HHSS) i solució de problemes.

2.3 Competències

Com ja hem dit, el desenvolupament de les competències emocionals és l'objectiu principal de l'educació emocional i, per tant, podem definir aquest concepte com *"la capacitat per gestionar de manera adient un conjunt de coneixements, capacitats, habilitats i actituds necessàries per prendre consciència, comprendre, expressar i regular apropiadament els fenòmens emocionals i afectius"* (Bisquerra, 2009).

La competència social és la capacitat per mantenir bones relacions amb altres persones, tenint en compte el desenvolupament de les habilitats socials bàsiques: comunicació afectiva, respecte, actituds prosocials... (Bisquerra, 2013).

Les competències emocionals i socials segons Bisquerra (2013) són:

- Consciència emocional
- Regulació emocional
- Autonomia emocional
- Competència social
- Competències per a la vida i el benestar

Una cita que especifica més les funcions de les competències emocionals, d'aquest mateix autor, Bisquerra, la qual trobo interessant i complerta per a una bona explicació del concepte i per acabar d'entendre'l: *"Les competències emocionals afavoreixen les relacions amb altres persones i amb un mateix, facilita la resolució positiva de conflictes, contribueix a la*

salut física i mental, ajuda a l'aprenentatge, entre d'altres. En últim terme, que és el que realment importa, les persones amb competències emocionals estan en millors condicions per contribuir al benestar personal i social" (Bisquerra, 2012).

Per tal de treballar en profunditat l'educació emocional i social amb els infants dins les aules és precís tenir molt clar les competències emocionals i socials que s'han d'anar desenvolupant durant el llarg dels cursos escolars i, de forma general, durant el llarg de tota la vida d'una persona. Per això, a continuació definiré cada competència emocional i social partint de l'aportació de Rafael Bisquerra (2009).

2.3.1 Consciència emocional

La consciència emocional és la capacitat per prendre consciència de les pròpies emocions i de les emocions dels altres, i a més, l'habilitat per captar el clima emocional d'un context o una situació determinades. Dins aquesta competència s'engloben aspectes com la presa de consciència de les pròpies emocions (identificar-les i etiquetar-les), donar nom a les emocions (vocabulari emocional), comprendre i identificar les emocions dels altres i prendre consciència de la interacció entre emoció, cognició i comportament, és a dir, les causes i efectes de les emocions que sentim.

La consciència emocional és la primera competència que s'ha d'adquirir per poder desenvolupar les altres competències.

2.3.2 Regulació emocional

La regulació emocional és la capacitat per gestionar les emocions de manera adequada. Es tracta de prendre consciència de les causes i els efectes de les emocions (relació entre emoció, cognició i comportament) i a partir d'aquí adquirir estratègies d'afrontar les emocions, ser capaçes d'autogenerar emocions positives, desenvolupar l'habilitat de l'autoregulació emocional...

2.3.3 Autonomia emocional

L'autonomia emocional inclou un conjunt de característiques i elements relacionats amb l'autogestió personal, entre les quals s'hi engloba l'autoestima, l'actitud positiva davant la vida, la responsabilitat, la capacitat per buscar ajuda. Aquesta competència es basa en adquirir habilitats i capacitats de manera individual per tenir un benestar personal. La millora del nivell d'autoestima, l'adquisició l'automotivació, d'autoeficàcia emocional, la responsabilitat, la resiliència, en serien alguns exemples.

2.3.4 Competència social

La competència social és la capacitat per mantenir bones relacions amb altres persones. Aquesta competència implica tenir adquirides les habilitats i competències socials bàsiques (esmentades anteriorment): habilitats socials bàsiques, respecte per la resta, comunicació expressiva, receptiva, saber compartir emocions, tenir facilitat per la prevenció i la solució de conflictes...

2.3.5 Competències per a la vida i el benestar

Les competències per a la vida i el benestar són la capacitat per adoptar comportaments apropiats i responsables per afrontar satisfactòriament els desafiaments diàries de la vida, ja siguin personals, professionals, familiars, socials, de temps lliure... Les competències per a la vida ens permeten organitzar la nostra vida de manera equilibrada, facilitant-nos experiències de satisfacció i benestar.

2.4 Educació emocional i social a l'aula

L'escola és una institució en la qual es transmeten els coneixements i les habilitats que els nens i les nenes necessiten per a convertir-se en membres productius de la societat. L'escola, a més, és un sistema social en el qual influeixen diversos factors, ideologies, filosofies, models i contextos que insereixen en les àrees de desenvolupament de tots els infants que en formen part, en la seva manera de raonar, de resoldre problemes i en la seva comprensió social i desenvolupament moral.

A més, l'entorn escolar influeix molt en el nen o nena perquè hi ha referents que utilitzen per perfilar el seu autoconcepte, l'autoestima, les interaccions amb els altres, la seva comprensió del món... Per tot això, cal dir que els mestres i les mestres exerceixen un paper molt important en l'establiment de les competències emocionals dels nens i nenes, les quals abarquen tots aquests factors a desenvolupar tan importants per anar construint les seves personalitats, anar-se socialitzant i anar adquirint habilitats per afrontar els conflictes amb una actitud positiva (Abarca, 2012).

Dins l'àmbit educatiu un dels aspectes que ha rebut menys atenció o que no se li ha donat tanta importància com la que té és el paper de les emocions en els processos d'aprenentatge. L'entorn escolar, igual que el familiar, ha de ser un agent de socialització emocional; el clima afectiu influirà en les interrelacions entre els agents educatius i influirà, també, en els processos d'aprenentatge. *"L'emoció pot afavorir l'aprenentatge mentre que els aprenentatges que es produeixen associats a una emoció es consoliden millor a l'hora que l'emoció orienta el processament de la informació"* (Salovey, 1990).

Nombrosos autors han insistit en la importància de considerar la dimensió emocional en l'educació (Darder, 2001; Esquerre, 2000; Bisquerra, 2001). Consideren que dins les escoles i dins el procés d'ensenyament – aprenentatge s'ha de guiar als infants perquè aprenguin a gestionar la pròpia vida emocional ja que és un factor important per a la socialització.

"Bisquerra (2002: 44) planteja que el rol tradicional del professor centrat en la transmissió de coneixements està canviant, donada la rapidesa amb que el coneixement queda obsolet. En aquest sentit, la dimensió de suport

emocional del professorat passa a ser essencial, perquè l'ensenyament ha de consistir en lliurar eines per a millorar les competències emocionals que permetin afrontar els reptes amb majors probabilitats d'èxit" (Abarca, 2012). És per això que des de l'escola s'ha de potenciar la socialització emocional i, per tant, la intervenció dels mestres, la seva interacció amb els infants i la retroalimentació que els dona té un paper fonamental.

"La necessitat i la importància de l'educació emocional en el món educatiu es va posar de manifest en el I Congrés Estatal d'Educació Emocional celebrat a Barcelona. En aquest congrés es definia l'educació emocional (Bisquerra, 2000) com la resposta que, recollint les aportacions de la psicologia i d'altres ciències, cristal·litza en propostes concretes d'intervenció encaminades a prevenir els efectes nocius de les emocions negatives i a potenciar les emocions positives, per tal d'assolir un millor benestar personal i social. [...] Conduir els nens i les nenes a aprendre de gestionar la seva pròpia vida emocional és un factor decisiu per a la socialització. Tots els teòrics actuals coincideixen a afirmar el valor de les emocions en la motivació i l'organització de la conducta" (Carpena, 2012).

Per promoure una bona intel·ligència emocional dins l'aula i les escoles és precís que els educadors i mestres dels alumnes els qual han d'educar amb valors i han de vetllar per una bona educació emocional i social tinguin en compte que "han de predicar amb l'exemple", és a dir, que per promoure el desenvolupament de la intel·ligència emocional dels infants dins les aules, haurien de desenvolupar la seva. Colom i Froufe (1999) plantegen alguns hàbits, tan per els mestres com pels infants, per poder promoure la intel·ligència emocional i anar introduint de mica en mica l'educació amb valors:

1. Aprendre a etiquetar les sensacions, no a les persones o les situacions.
2. Analitzar les seves pròpies sensacions i no tant de les accions o dels motius dels altres.
3. Acostumar-se a preguntar als altres com es senten.
4. Prendre's un temps per reflexionar sobre les pròpies sensacions.
5. Identificar els desitjos i els temors.
6. Identificar les necessitats emocionals insatisfetes.

7. Ser responsables de les seves emocions i de la seva felicitat. Evitar afirmar que els altres són els responsables de les sensacions d'un mateix.
8. No s'ha d'esperar que els altres et facin feliç.
9. Expressar les emocions i arribar a saber a qui realment importa.
10. Desenvolupar el valor per ser conseqüent amb les pròpies sensacions i emocions.

Amb tot això, es pot afirmar que és molt important i necessari el treball i el desenvolupament de l'educació emocional dins les aules i dins les escoles, per tal d'ajudar als infants a anar desenvolupant habilitats emocionals i socials. Per tant, una bona manera de treballar-ho i aplicar-ho a les aules és utilitzant recursos com els programes d'ensenyament - aprenentatge, d'educació emocional i social en aquest cas.

2.5 Programes d'ensenyament - aprenentatge

Un programa educatiu és un instrument curricular on hi ha explicades detalladament i organitzades les activitats d'ensenyament-aprenentatge d'algun àmbit en concret. Aquest instrument permet orientar als mestres i educadors en la seva pràctica i així, poder arribar als objectius plantejats a les activitats i al programa en general, les activitats en concret per realitzar amb els alumnes, les estratègies i recursos que poden utilitzar...

Les activitats que conté un programa d'ensenyament - aprenentatge es poden seleccionar i aplicar les que l'educador consideri apropiades en funció de les necessitats del context, del grup classe, es poden adaptar i modelar en funció de les situacions, els alumnes i els moments que es duen a terme. Per tant, un programa és un pla d'acció sistemàtica i organitzada amb objectius educatius que es consideren valuoses, però amb la possibilitat d'anar adaptant les activitats que hi apareixen en funció de les necessitats dels infants i del mestra que el duu a terme.

Després de veure la importància del treball de l'educació emocional i social dins les aules, i després de fer un repàs de la visió de diversos autors sobre

aquest aspecte podem afirmar que una bona manera per desenvolupar i treballar aquest àmbit és elaborant i aplicant un programa d'educació emocional i social.

Davant la necessitat del centre de les meves pràctiques III i més concretament, la necessitat i la petició de la tutora de l'aula on les he realitzat, vam enfocar l'elaboració del programa d'ensenyament - aprenentatge centrat en educació emocional i social cap a activitats per a treballar i desenvolupar la consciència emocional dels infants de l'aula i també, activitats per millorar el nivell d'autoestima d'aquests.

Un programa d'educació emocional i social pretén millorar en el benestar personal i augmentar les interaccions positives entre l'alumnat i entre el professorat i els infants. A més, pot ajudar a millorar el clima emocional i general de l'escola i les aules i això implica la disminució del malestar i la frustració.

Els infants en l'etapa d'educació infantil comencen a reconèixer els seus propis sentiments i els signes emocionals en les altres persones. Aquesta conscienciació emocional, tan en ells mateixos primerament com en els altres més endavant, és un pas important cap a l'adquisició i el desenvolupament de l'empatia. Això permetrà als infants, d'una manera general aprendre a posar-se al lloc de l'altre persona, i així, comprendre'n més bé els seus punts de vista i els seus sentiments i comportaments. *"L'empatia és el valor per excel·lència en les relacions humanes"* (Carpena, 2012), per tant, un valor important per anar desenvolupant i adquirint.

3. OBECTIUS I HIPÒTESIS

Amb tots els aspectes conceptuals i davant les necessitats de l'aula del centre de pràctiques amb aquest treball sobre Educació Emocional i Social em plantejo la següent pregunta: quins són els efectes de l'aplicació d'un programa d'educació emocional i social en l'autoestima dels infants, la cohesió de grup, el benestar emocional i social i la consciència emocional?

Objectiu general:

OG-1. Comprovar si l'aplicació d'un programa d'educació emocional i social millora el benestar emocional i social dels infants d'Educació Infantil.

Objectius específics:

OE-1. Elaborar un programa d'educació emocional i social orientat a la formació en la consciència emocional i l'autoestima per a l'Educació Infantil

OE-2. Adquirir coneixements de la consciència emocional a partir d'un programa d'educació emocional i social

OE-3. Millorar el nivell d'autoestima dels infants d'Educació Infantil a partir d'un programa d'educació emocional i social

Hipòtesi:

H1. Esperem que després d'haver aplicat el programa d'educació emocional i social dins l'aula obtindrem beneficis: es millorarà l'ambient i el clima de l'aula, es desenvoluparà la consciència emocional dels infants i millorarà el nivell d'autoestima d'aquests.

4. METODOLOGIA

Després de fer una presentació del marc conceptual referent al meu treball del tema de l'educació emocional i social amb tots els seus conceptes teòrics, faré una presentació de la part pràctica realitzada per a la investigació plantejada.

En aquesta part hi ha reflectida la metodologia emprada per a la investigació, amb una descripció detallada del procediment, els instruments utilitzats, la proposta d'intervenció per poder obtenir resultats, un contrast entre autors i els resultats obtinguts...

Aquesta part més pràctica del meu treball la vaig realitzar durant les pràctiques III: del 21 de gener fins al 22 de març.

4.1 Procediment

El procediment que vaig seguir per dur a terme la meua part pràctica del treball va ser, primer de tot, començar a elaborar un programa destinat a tot el grup – classe. Vam fer un disseny dels continguts i dels processos d'ensenyament – aprenentatge que volíem treballar amb el programa d'educació emocional i social.

Seguidament vaig fer una revisió i un coneixement dels instruments d'avaluació; una prova pilot, un assaig per conèixer l'instrument d'avaluació del nivell d'autoestima dels nens i nenes.

Després d'haver realitzat una revisió sobre els instruments per avaluar l'autoestima vaig realitzar el test PAI (Percepció de l'Autoconcepte Infantil) a quatre alumnes de la classe de P4 del centre on he realitzat les pràctiques. Els vaig realitzar de manera individual i en un espai tranquil fora l'aula per tal d'obtenir dades quantitatives del nivell d'autoestima d'aquests alumnes i així, poder detectar els punts a potenciar i millorar amb l'aplicació del programa.

Després de la detecció i identificació del nivell d'autoestima dels infants a partir de la observació del grup classe i sobretot dels resultats del test PAI

vaig elaborar el programa d'educació de les emocions i la socialització, i, posteriorment el vaig aplicar a l'aula a partir de diferents intervencions durant el llarg de les meves pràctiques.

La meua intervenció psicopedagògica en l'aplicació del programa es basa en una sèrie d'activitats relacionades amb la consciència emocional, l'expressió i el treball amb les emocions bàsiques i en potenciar l'autoestima. Vaig crear una sèrie de làmines on hi hagués representades diferents emocions a la cara d'una persona, més concretament d'infants expressant-les. A partir d'aquí, fent la primera intervenció, vaig poder saber quins coneixements tenen els infants respecte les emocions: quines emocions saben reconèixer en els altres, quines saben representar ells i si les saben expressar i reconèixer en ells mateixos. Seguidament vaig treballar aquestes emocions bàsiques, una per una, a partir de contes (editorial BAULA), d'activitats, dinàmiques i exercicis per treballar l'educació emocional i social, potenciant més la consciència emocional i l'autoestima dels infants.

I per acabar, he tornat a realitzar el test PAI als mateixos alumnes per observar si hi ha hagut un augment de les dades obtingudes abans de la intervenció, per poder extreure'n conclusions i veure resultats positius del programa.

Els resultats de la meua recerca envers el test PAI, són uns resultats per a una recerca quantitativa (mesurant el nivell d'autoestima dels infants amb el percentil) i també hem buscat uns resultats més qualitius, a partir del buidatge general dels testos i a partir de l'observació en els comportaments i canvis de tot el grup classe.

4.2 Instruments d'avaluació

L'instrument que he utilitzat per mesurar i detectar el nivell d'autoestima dels infants és el test de Escala de PAI (Percepció de l'Autoconcepte Infantil). El PAI és una prova creada per Aurelio Villa i Elena Auzmendi a la Universitat de Deusto (1992). Per validar aquest test i mostrar una fiabilitat van fer un primer estudi amb una mostra de 380 alumnes de 5 a 6 anys de centres públics i privats del País Basc. És una prova d'aplicació i correcció

fàcil. Consisteix en mostrar als alumnes (individualment o grupalment) les trenta-quatre dibuixos equivalents a un ítem, en els quals hi apareixen un grup de nens i nenes en una situació determinada, les quals poden ser qualificades, unes com a representatives d'un autoconcepte positiu i d'altres, duen a terme la mateixa activitat però amb un matís negatiu.

Per poder valorar si els resultats són millors, si hi ha hagut una millora en el nivell d'autoestima dels infants, ho vaig fer a partir de la repetició de l'escala PAI: tornaré a passar el test i les preguntes que en formen part als infants. Per acabar de contrastar la millora, també ho vaig a partir de l'observació del comportament dels infants i del grup classe en general: si se senten més segurs parlant a la classe, si apliquen algunes tècniques de les activitats del programa realitzat, si tenen un autoconcepte positiu, si la seva autoestima ha canviat i és més adequada...

4.3 Proposta del programa

La meua proposta de programa es basa en activitats d'educació emocional i social i es centra, més concretament, en la consciència emocional i l'autoestima. Amb aquest programa pretenc potenciar els aprenentatges emocionals, els recursos i estratègies per treballar-los i en general, l'educació emocional dels nens i nenes de la classe de P4 del CEIP Volcà Bisaroques. D'aquesta manera, i en la mesura possible, ajudar a augmentar l'autoestima per millorar la seva qualitat de vida i evitar possibles problemàtiques.

El programa presenta una metodologia activa, ja que es construirà un aprenentatge significatiu i funcional a partir de la pròpia activitat de l'infant mitjançant activitats dinàmiques, per tant, he pensat i creat experiències emocionals tenint en compte els seus coneixements previs, els seus interessos i les necessitats del grup-classe i de mica en mica anar construint aprenentatge. A més, les experiències i activitats explicades en aquest programa són generalitzables en altres contextos, és a dir, no són activitats tancades, sinó que se'n poden fer adaptacions per a altres aules i altres realitats i característiques de grups-classe.

Objectius generals del programa:

- Conèixer, comprendre i identificar les emocions
- Identificar les pròpies emocions i les dels altres
- Potenciar l'autoestima
- Desenvolupar la competència emocional i habilitats per millorar les relacions amb els altres
- Adoptar una actitud positiva davant la vida

Continguts del programa:

- Consciència emocional
- Autoestima

Activitats:

Aquesta part es basa en una sèrie d'activitats que formen part de la proposta de programa d'educació emocional i social. Com ja he dit, són activitats per treballar i desenvolupar la consciència emocional i d'altres per millorar el nivell d'autoestima dels infants de l'aula, per així, anar adquirint habilitats emocionals i socials. Les seqüència d'activitats les podeu trobar a l'annex (vegeu annex 1). Després de realitzar les activitats amb els infants vam establir un racó de l'aula per destinar tots els materials utilitzats per tal de començar a construir el Racó de les Emocions i poder treballar-hi durant les hores de racons. En aquest racó, a més, hi ha material que poden utilitzar, no només durant les hores de racons, sinó durant qualsevol hora del dia, per tal de poder percebre les pròpies emocions i expressar com es senten (explicat també a l'annex 1)

4.4 Mostra

La mostra d'infants els quals hem aplicat el programa d'educació emocional i social han estat tot el grup – classe de l'aula on he realitzat les meves pràctiques. Són un grup de 23 infants de 4 i 5 anys d'edat, la classe dels cargols. En veure el meu treball de les emocions, la tutora de l'altra classe de P4 i la meva tutora em van proposar desenvolupar i aplicar el programa a les dues classes, per tal que tots els alumnes de P4 treballessin els mateixos continguts amb la mateixa metodologia, realitzant tots les activitats proposades.

La classe dels cargols és un grup de nens i nenes bastant tranquils i treballadors. En general es respira molt bon ambient tot i que en alguns moments del dia hi apareixen certes problemàtiques i conflictes entre alguns d'ells. Tot i això, durant la última estada prèvia a les pràctiques a l'escola, he pogut observar que la mestra intenta gestionar els petits conflictes que sorgeixen a les hores del pati, parlant-ne quan són a la classe, de manera que ajuda a agafar consciència als infants del que passa, del que està bé i el que no ho està tant.

Durant l'estiu passat una nena de la classe va tenir un limfoma de colon i tres tumors més a l'abdomen i va haver de seguir un tractament mèdic, quimioteràpia per tal de reduir-los, estades llargues a l'hospital de Barcelona i posteriorment revisions durant el primer trimestre del curs de P4. Per tant, fins al principi del 2n trimestre, ella va començar a venir diàriament a l'escola i a l'aula. Aquest fet i la malaltia d'una companya de la classe ha ajudat a sensibilitzar més de mica en mica el grup d'infants, durant la seva tornada coincidint amb la meva estada a la seva classe.

La mostra d'infants que vam escollir per a l'avaluació del nivell d'autoestima va ser de quatre infants de l'aula on realitzo les pràctiques. Aquesta tria va ser tendenciosa; la mestra/tutora de l'aula va proposar escollir quatre infants que podrien tenir un nivell d'autoestima baix, per tal de poder millorar en el seu desenvolupament d'autoestima i, així, obtenir resultats i millores. A causa de la limitació del temps, la realització del test va ser només de 4 nens. Podríem haver-lo realitzat a més nens i els resultats haguessin estat més rigorosos

Subjecte 1: és un infant de nacionalitat catalana nascut l'11 de setembre de 2008.

Subjecte 2: és una nena de nacionalitat catalana nascuda el 9 de gener de 2008.

Subjecte 3: nena de nacionalitat catalana nascuda el 20 de novembre de 2008.

Subjecte 4: nena de nacionalitat catalana nascuda el 29 de desembre de 2008.

4.5 Calendari d'aplicació

L'aplicació del programa d'educació emocional i social dins l'aula amb tots els nens i nenes del grup – classe ha estat segons la necessitat i la disponibilitat d'hores de les tutores de P4.

Tenien establertes unes hores a la setmana per treballar les emocions i el si mateix, i mentre programàvem les hores de la setmana següent comentàvem quan aniria més bé que realitzés les meves intervencions i dugués a terme l'aplicació del programa d'educació emocional i social.

Hem volgut repartir durant totes les meves pràctiques les intervencions i les realitzacions de les activitats del programa, de manera que he dut a terme una o dues activitats per setmana. Les sessions i les activitats han estat de tres quarts d'hora o una hora, depenent de les intervencions dels infants, de la durada de l'activitat, de les reflexions posteriors o anteriors a partir dels diàlegs amb els infants...

Pel contrari, l'activitat de *L'estrella del dia* l'hem dut a terme durant 25 dies una estona cada dia, ja que es pot aprofitar qualsevol estona per poder parlar del nen o nena que és l'estrella aquell dia.

A continuació exposaré en un quadre per setmanes de les activitats que he realitzat i els dies que s'han dut a terme aquestes activitats:

Taula nº1: calendari d'aplicació per setmanes

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1a setmana (del 21 al 25 de gener)	Passar test PAI	Passar test PAI	Passar test PAI	Passar test PAI	
2a setmana (del 28 de gener a l'1 de febrer)	Presentació emoció: alegria	Presentació emoció: tristesa	Presentació emoció: por	Presentació emoció: enuig	Presentació emoció: amor
3a setmana (del 4 al 8 de febrer)	L'estrella del dia	L'estrella del dia	La recepta de la felicitat L'estrella del dia	Estem tristos... L'estrella del dia	L'estrella del dia
4a setmana (de l'11 al 15 de febrer)	FESTA	L'estrella del dia	Tinc por quan... L'estrella del dia	L'estrella del dia	L'estrella del dia
5a setmana (del 18 al 22 de febrer)	Enuig L'estrella del dia	L'estrella del dia	Estimem... L'estrella del dia	L'estrella del dia	L'estrella del dia
6a setmana (del 25 de febrer a l'1 de març)	El color dels petons L'estrella del dia	L'estrella del dia	Avui em sento... i presentació del Racó de les Emocions L'estrella del dia	L'estrella del dia	L'estrella del dia
7a setmana (del 4 al 8 de març)	L'estrella del dia	Teranyina de les paraules boniques L'estrella del dia	L'estrella del dia	La persona més important L'estrella del dia	EXCURSIÓ
8a setmana (de l'11 al 15 de març)	La setmana de l'amor (tota la setmana) L'estrella del dia	L'estrella del dia			
9a setmana (del 18 al 22 de març)	Passar test PAI	Passar test PAI	Passar test PAI	Passar test PAI	

5. RESULTATS

5.2 Resultats PAI (Autoestima)

Després de realitzar dues vegades el test PAI (vegeu annex 2) a 4 alumnes per tal de realitzar l'avaluació del seu nivell d'autoestima, una abans de dur a terme el programa d'educació emocional i social i l'altra després, he pogut comprovar uns petits canvis en el nivell d'autoestima d'aquests infants.

Els resultats quantitatius de la investigació han estat positius, ja que es pot veure una millora i un augment en el percentil de tots 4 infants:

Taula nº2: puntuacions en percentils obtingudes al gener i al març del 2013 en la prova PAI

	Gener	Març
Subjecte 1	35	50 – 55
Subjecte 2	20 – 25	40 – 45
Subjecte 3	55	90
Subjecte 4	40	65

En general, els resultats de tots els tests que vaig passar als 4 infants no es veu una mancança important de seguretat en ells mateixos, ni una visió negativa vers els altres, és a dir, al gener, amb els resultats dels tests no es reflexa un nivell baix d'autoestima, però tampoc alt. Després de l'aplicació del programa d'educació emocional i social els resultats del test PAI han millorat; el nivell d'autoestima d'aquests quatre infants ha augmentat considerablement.

Pel que fa a una valoració més qualitativa dels resultats voldria descriure aspectes vinculats a l'autonomia personal, les habilitats socials i les relacions amb els altres.

En general, els resultats dels 4 tests, en alguns aspectes es pot veure una mica de mancança d'*autonomia personal* i seguretat en un mateix. En aquest aspecte, he vist un canvi general comparant l'abans i el després de la realització del programa: els resultats del primer test afirmen aquest aferrament amb la mare i una petita mancança d'autonomia i, en conseqüència, de seguretat en ells mateixos. En canvi, després de les

intervencions del programa d'educació emocional i social, els resultats dels testos afirmen una millora en la seguretat en ells mateixos i es veu una autonomia personal més desenvolupada.

Fent referència a les *relacions amb els altres* i les *habilitats socials* en general, tots 4 subjectes, es pot veure una millora comparant els resultats del gener amb els del febrer. Tres dels subjectes, segons les respostes, comencen a compartir les seves coses, objectes, joguines... També han ampliat el que consideren el cercle d'amistats, ja que al març expliquen que tenen més amics comparat amb el febrer. I també, 2 dels subjectes, han après a expressar a les persones properes el que els molesta que els facin, de manera que millora la seva relació amb aquests.

A la part dels annexos podem trobar els tests dels 4 subjectes amb les respostes que van donar al gener i al març (vegeu annex 3)

5.2 Resultats valoració tutora (consciència emocional)

Després de la intervenció i l'aplicació del programa d'educació emocional i social, com a element d'avaluació del desenvolupament de la consciència emocional dels infants de l'aula, la mestra tutora ha redactat una valoració general, subjectiva amb els canvis i millores del grup - classe.

Després d'haver treballat intensament el tema de les emocions amb l'Anna, noto els nens més sensibles i capaços de percebre com estan els seus companys, sobretot quan estan tristos, enfadats o contents.

Sovint em diuen:

-En.....està molt trist! No sabem que li passa?, li preguntem i mirem de solucionar entre tots el problema.

També m'he trobat més d'un cas que quan arriben al matí i fan mala cara, els hi proposo d'explicar què els hi passa. El fet de poder-ne parlar i explicar-ho als companys els allibera del problema i els hi fa passar el mal estar.

Em va molt bé el mural a on poden posar com es troben, de vegades els esvera molt i es una manera de cridar l'atenció, però d'altres vegades puc detectar quan un nen té un problema i jo no me n' hagués donat compte i així poder-lo ajudar a trobar la solució. El proper curs el continuarem mantenint.

A l'escola ja estem treballant les emocions però creiem que s'ha de revisar la programació per fer-ho de manera més sistemàtica. De moment, cada equip docent ha aportat el que treballa i de cara al proper curs intentarem parlar-ne i muntar més activitats, crec que les sessions que ha fet l'Anna són molt adequades i algunes les podrem incloure dins la nova programació.

Janina Mas Guinart

D.N.I. 77903767F

Valoració tutora: 10.05.2013

Es destaquen diversos aspectes de millora en les habilitats socials i emocionals dels infants de l'aula:

1. Hi ha una millora en la consciència emocional ja que explica que veu facilitat per explicar com es senten, per tant, reconèixer i posar nom a les emocions que senten i a partir d'aquí poder-ne parlar i poder expressar i explicar com es senten. La mestra tutora veu una millora en el desenvolupament d'aquest àmbit ja que tenen una percepció de les emocions que senten i una posterior expressió.
2. S'ha millorat, també, en la comprensió de les emocions ja que els infants són capaços de percebre com estan els seus companys i a partir d'aquí, si és necessari, intenten buscar solucions perquè estiguin millor. També explica que ha notat un augment de la sensibilitat en el grup en general; els nens i nenes de la classe busquen ajudar als infants que sentin emocions negatives per intentar augmentar el benestar general de l'aula, sent conscients de les emocions dels companys, ajudant a fer-los sentir bé, buscant solucions entre tots, parlant-ne i reflexionant sobre alguna situació donada al moment.
3. La resolució positiva de conflictes també és un dels aspectes que ha millorat en tot el grup – classe. Els infants mostren interès per parlar de situacions que han portat a algun conflicte i sobretot, s'interessen per reflexionar-hi i buscar solucions per millorar el benestar de tots els nens i les nenes de dins l'aula; aposten per un clima agradable dins l'aula.

En general es pot veure una gran millora en el desenvolupament de la consciència emocional i en l'adquisició d'habilitats emocionals i socials. Un dels elements i materials amb més utilitat segons la tutora és el plafó d'*Avui em sento...* Hem pogut comprovar i avaluar un bon desenvolupament i adquisició de consciència emocional en els infants.

6. DISCUSSIÓ

Després de la intervenció i l'aplicació del programa d'educació emocional i social, com ja he dit, he pogut veure petits canvis i millores en les habilitats emocionals i socials dels infants de l'aula on he realitzat les pràctiques. Per tant, fent referència a diversos autors que han treballat i han exposat les seves idees envers el desenvolupament d'habilitats emocionals i socials, he pogut comprovar amb la meva pròpia experiència que fent un treball d'aquestes característiques dins les aules, es poden observar canvis de millora en el benestar dels infants i del grup en general.

Segons el model d'adaptació social i emocional de les persones de Peter Salovey i John Mayer (1997) es basen en una teoria constructivista, és a dir, que per a un bon desenvolupament integral i adquisició d'aprenentatges significatius cal la interacció entre l'infant, el mestra o la mestra i el context o situació en la qual es troba. Per tant, expliquen, com ja he dit anteriorment, que les habilitats emocionals de les persones es desenvolupen a partir de l'aprenentatge que adquireixen els infants, les experiències personals i la interacció amb l'entorn aplicat al dia a dia.

La meva experiència durant i després de l'aplicació del programa d'educació emocional i social reafirma que això és cert. Que els infants de l'aula els quals hem treballat les competències emocionals i socials, durant aquests dos mesos, han anat adquirint de mica en mica habilitats emocionals i socials. Aquestes habilitats les han adquirit gràcies al treball de la consciència emocional a través de les seves pròpies experiències, durant l'adquisició d'altres aprenentatges curriculars i sobretot, aplicant i intentant desenvolupar qualsevol habilitat emocional i social durant el dia a dia dins l'aula, amb la finalitat que acabi sent, a la llarga, un aprenentatge significatiu i profitós per a la seva adaptació a la societat i per a la seva vida.

Segons la professora Anna Carpena el treball de les habilitats emocionals i socials venen donades pel treball i desenvolupament d'una educació socioemocional i que, han de ser ensenyades formalment i han d'anar lligades al que és quotidià, a les vivències i experiències personals (Carpena, 2013). El dia a dia a l'aula és molt important pels infants ja que

són les experiències que van vivint les que ajuden a anar adquirint nous coneixements, a anar desenvolupant habilitats i capacitats. Per tant, després d'haver aplicat el programa, hem pogut comprovar que és molt important lligar els continguts curriculars amb qualsevol situació que pugui tenir lligam pràctic i aplicat. En aquest cas, treballant la consciència emocional amb els infants, es poden relacionar aquestes emocions amb algunes situacions donades a l'aula o a l'hora d'esbarjo. L'enuig, la tristesa i l'alegria són emocions que sorgeixen molt freqüentment en els nens i nenes de l'etapa d'infantil i hem pogut comprovar que parlant-ne i reflexionant sobre situacions quotidianes i experiències viscudes pels infants que ens fan sentir així, és una molt bona manera de poder-les entendre i, en conseqüència, adquirir aquesta consciència emocional.

Durant les meves pràctiques hem viscut diverses situacions que reafirmen la necessitat del benestar emocional per ajudar a l'adquisició de nous coneixements. Un dia de les pràctiques a primera hora del matí va arribar una nena de la classe una mica trista i vaig demanar-li què li passava. Ella em va dir que no en volia parlar i es va asseure al lloc, amb ganes de no fer res. Li vaig explicar que si ho explicava, es sentiria millor, perquè compartint un problema, a vegades, aquest s'alleuja, i li vaig proposar explicar-m'ho quan ella volgués o si més no, explicar-li-ho a alguna amiga seva. A mig matí, quan tots els nens i nenes estaven realitzant les activitats i ella no en tenia gaires ganes. Al final va venir cap a mi i va decidir explicar-me què li passava. Vaig demanar-li si la podia ajudar i em va dir que no (era un problema que va tenir amb els seus pares) però em va dir que se sentia millor al haver-m'ho explicat i va anar a fer l'activitat que tocava.

A mesura que anàvem desenvolupant les activitats del programa van sorgir diverses situacions que van portar a treballar i començar a desenvolupar habilitats per treballar aquests passos posteriors a la consciència emocional. El grup – classe cada vegada s'ha anat tornant més sensible a percebre les pròpies emocions, però també les dels altres i a comprendre la informació que transmeten aquestes. Podríem dir que hi ha hagut un petit inici de treball de l'empatia a partir de situacions del dia a dia, amb un treball més reflexiu i no tant curricular ni establert. A més, les situacions i reflexions

dels infants ens van portar a poder proporcionar-los recursos i estratègies per a l'autoregulació emocional, centrant-nos especialment en la regulació de l'enuig. Penso que per a l'edat que tenen aquests infants no és important un desenvolupament complet d'aquest treball, sinó que és important començar a fer-los conscients de la importància de l'autoregulació.

El fet d'haver-los ensenyat tècniques i estratègies per a l'autocontrol penso que ha anat bastant bé, tot i que l'autocontrol total requereix molt temps i creixement personal, és a dir, maduresa. Tot i això, per ser uns nens i nenes tan petits, han entès molt bé que hi ha situacions que estan enfadats i que no poden fer el que els hi passi pel cap, ja que després poden penedir-se'n. En moments que hem intentat solucionar algun conflicte que s'ha creat a l'hora d'esbarjo o a dins la classe, els mateixos alumnes i els seus companys saben molt bé que abans de picar o fer mal a algun nen, han de respirar, contar fins a 3 i intentar calmar-se sols, ja que ho expliquen molt bé, però quan s'hi troben, actuen sense pensar en les conseqüències.

És normal que es doni això en edats primerenques, ja que estan aprenent constantment aspectes importants de la vida, i, en alguns moments passa l'autodefensa per davant de tot. Tot i així, de mica en mica aniran aprenent a controlar-se quan se senten enfadats o enrabiats, ja que l'autocontrol emocional és una eina imprescindible per anar adquirint autonomia.

Un dels contes que hi ha al racó està relacionat amb l'enuig, *Estic enfadat*. Per complementar el material i donar-los més recursos i estratègies per controlar el seu enuig vaig explicar-los aquest conte, en el qual hi apareixen diferents situacions on el protagonista s'enfada, les solucions que busca, les conseqüències que això té... Després d'explicar-los-hi vam fer una reflexió i es va crear un diàleg a la classe on els infants van explicar situacions que s'havien enfadat, el perquè s'enfadaven i el que em va sorprendre més de tot és que ells van dur la iniciativa per conduir la conversa cap a buscar solucions per quan ens enfadem. Van parlar casi tots els nens i nenes de la classe, cadascú explicava què feia ell quan s'enfadava: mirar la televisió, escoltar música que m'agradi, ballar, xiular, parlar amb la persona que m'he enfadat, tancar-se a l'habitació i estirar-se a sobre el llit. Em va sorprendre perquè els infants es van mostrar molt atents al conte i al diàleg posterior i

vaig poder veure que estaven realment interessats per l'enuig, les seves conseqüències i solucions per calmar-se.

L'estada al centre ha estat de dos mesos, la qual cosa ha suposat una limitació fent referència al poc temps que disposàvem per dur a terme la part pràctica del treball. Durant la meua estada al centre i mentre anava aplicant els instruments d'avaluació i el programa m'han sorgit una sèrie de limitacions. Per tal de poder tenir uns resultats més rigorosos i concrets, la mostra dels subjectes que van realitzar el test PAI va ser reduïda a causa del temps limitat. A més, per poder obtenir resultats més fiables hi ha la necessitat d'un grup control, és a dir, en un grup haver realitzat els tests i aplicat el programa i un altre grup només hauria d'haver realitzat els tests, per poder veure clarament els efectes positius de l'aplicació del programa.

Fent referència al nivell d'autoestima dels infants, els canvis i l'augment d'aquest no ha estat molt considerable ni molt elevat, ja que el temps per poder treballar i aplicar el programa d'educació emocional i social ha estat reduït, dos mesos. Si hagués passat el test PAI a principi de curs, hagués estat treballant i desenvolupant habilitats emocionals i socials a través d'un programa molt més extens i més concret, i a final de curs hagués tornat a passar el test, segurament haguéssim pogut veure molts més canvis; el nivell d'autoestima dels infants hauria augmentat considerablement.

A part de la limitació del temps d'aplicació, també hi ha hagut alguna limitació del procediment, del plantejament d'alguna activitat. En general els infants van respondre molt bé a totes les activitats, a totes les propostes de reflexió i explicació de situacions i experiències personals; vam poder treballar molt bé gràcies a les seves ganes d'aprendre i a la manera que vam plantejar les activitats. Però en algunes activitats vam poder comprovar que no van estar del tot ben plantejades.

L'activitat de la teranyina de les paraules boniques, una de les activitats per fomentar l'autoestima dels infants, no va funcionar gaire bé. Els infants van entendre les consignes, però no es van quedar amb la intenció que es va presentar l'activitat. Com a aspecte crític i de millora, dir que es podria haver enfocat diferent, ja que em vaig trobar que tots deien la mateixa paraula bonica als seus companys: guapo. Una proposta seria que abans de

realitzar-la s'haurien de treballar les qualitats que poden tenir les persones. Potser no tenen gaire vocabulari per descriure de manera positiva a una persona, per tant, el que podríem haver fet és crear entre tot el grup classe una llista de paraules boniques que se'ls pot dir a les persones properes i a partir d'aquí realitzar l'activitat.

Una altra activitat que no va funcionar com m'esperava va ser *La setmana de l'amor*. La presentació no va ser prou clara i per tant, la motivació per realitzar aquesta activitat no va acabar de desenvolupar-se del tot. Hauria de ser una presentació més motivadora per a ells, amb consignes i objectius més clars; amb unes explicacions més precises de la finalitat de l'activitat. I al final de la setmana fer un tancament de reflexió de l'activitat més acurat, proposant fer un agraïment del cura als infants.

En general, però, el programa ha tingut un molt bon ús i una molt bona visió dins el centre, sobretot per les mestres del cicle d'Infantil, ja que em van proposar explicar per escrit algunes activitats per tal de conèixer-les. Hi ha hagut canvis en la institució escolar; durant una trobada de cicle es van reunir per introduir l'educació emocional i social a les seves programacions de cara al proper curs. Segons la meva tutora creuen que s'ha de revisar la programació per fer-ho de manera més sistemàtica, i s'ha comentat introduir algunes de les activitats realitzades durant la meva estada.

Després de la valoració de la mestra tutora de l'aula podem afirmar que un dels materials més útils per a treballar les emocions ha estat el plafó *Avui em sento...* És un material que ha permès anar interioritzant i desenvolupant competències emocionals, sobretot habilitats de consciència emocional; ha ajudat als infants a reflexionar sobre algunes situacions del dia a dia a l'aula i a partir d'aquí, decidir com es senten i plasmar-ho al plafó. La utilitat d'aquest material ha estat positiu perquè l'han anat incorporant mica en mica dins les seves rutines diàries i això, en gran part, facilita la percepció de les emocions, la seva expressió i la reflexió de situacions que els fan sentir alguna emoció. Amb la tutora hem arribat a la conclusió que és un material útil per a un bon desenvolupament socioemocional dels infants d'una classe, si se'n fa un bon ús i s'aprofita en moments concrets i necessaris.

Els infants de la classe, de mica en mica, han anat adquirint habilitats socials i s'han anat integrant cada vegada més al grup, prenent consciència d'aquest amb les seves causes i efectes, amb els comportaments que han de tenir en determinades situacions, i a partir d'aquí, han anat millorant la comunicació, el respecte i s'ha anat creant més bon ambient dins l'aula. Per tant, s'ha comprovat que l'educació emocional és important en l'adquisició d'habilitats tan emocionals com socials: *"Les competències emocionals afavoreixen les relacions amb altres persones i amb un mateix, facilita la resolució positiva de conflictes, ajuda en l'aprenentatge... Les persones amb competències emocionals estan en millors condicions per contribuir al benestar personal i social"* (Bisquerra, 2012).

7. CONCLUSIONS

Retornant als objectius del treball plantejats a l'inici i després de l'aplicació del programa i fer ús dels instruments d'avaluació es pot fer una relació entre aquests objectius i les experiències viscudes:

OG-1. S'ha comprovat que l'aplicació d'un programa d'educació emocional i social té petites millores en el benestar emocional i social en els infants d'Educació Infantil.

OE-1. S'ha elaborat un programa d'educació emocional i social orientat a la formació en la consciència emocional i l'autoestima per a l'Educació Infantil.

OE-2. S'han adquirit coneixements de la consciència emocional i s'han desenvolupat habilitats d'aquest àmbit a partir de l'aplicació del programa d'educació emocional i social.

OE-3. S'ha millorat el nivell d'autoestima dels infants d'Educació Infantil

Després d'haver realitzat la part pràctica i retornant a la pregunta inicial, podem afirmar que la hipotètica resposta a la pregunta inicial s'ha complert. Hi ha hagut un augment en el percentil del nivell d'autoestima dels infants, sobretot en l'autonomia personal, element a desenvolupar bàsic per anar adquirint mica en mica una bona imatge d'ells mateixos i així, potenciar i augmentar el nivell d'autoestima. També hi ha hagut una molt bona adquisició de la consciència emocional per part de tots els nens i nenes de l'aula: han incorporat dins el dia a dia a l'escola la reflexió i valoració de les emocions que van sentint, donant-los un nom, i analitzant-les.

A més, el clima dins l'aula ha millorat en el sentit que intenten solucionar positivament els conflictes que van sorgint, buscant solucions, tenint en compte les emocions dels companys i reflexionant sobre aquestes i, sobretot, apostant pel benestar de tots els nens i nenes que formen part del grup.

Com a futura mestra penso que el desenvolupament de l'educació emocional i social dins les aules és necessari ja que millora en el benestar personal perquè es crea un millor clima emocional i tot això comporta que es redueixin el malestar i la frustració. També augmenten les interaccions

positives entre els infants de la classe i també, entre els mestres i els infants. Per tant, podem dir que la funció del docent és acompanyar en el desenvolupament integral dels infants i en el procés d'ensenyament - aprenentatge fomentant sempre el desenvolupament d'habilitats socials i emocionals per afavorir un benestar personal, emocional i social.

8. BIBLIOGRAFIA

BISQUERRA ALZINA, Rafael (2000) *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: CISSPRAXIS, S. A.

BISQUERRA, Rafael (2013). *Rafael Bisquerra* [en línia]. LaMarcaPersonal, 2013. [16-04-2013]. <<http://www.rafaelbisquerra.com/ca/>>

BISQUERRA ALZINA, Rafael i PÉREZ ESCODA, Núria (2012). *Importància i necessitat de l'educació emocional a la infància i l'adolescència*. Article publicat al butlletí d'inf@ncia núm. 55. Universitat de Barcelona. Disponible <[http://www20.gencat.cat/docs/dixit/Home/04Recursos/02Publicacions/02Publicacions%20de%20BSF/04 Familia infancia adolescencia/Butlleti infan cia articles 2012/Links/55 profunditat.pdf](http://www20.gencat.cat/docs/dixit/Home/04Recursos/02Publicacions/02Publicacions%20de%20BSF/04%20Familia%20infancia%20adolescencia/Butlleti%20infancia%20articles%202012/Links/55_profunditat.pdf)>

CARPENA, Anna (2012). *Com et sents? Educació socioemocional dels conc als dotze anys*. Vic: Editorial Eumo, 2012.

CARUANA VAÑÓ, Agustín; CIVERA COLOMA, Pedro; GARAIGORDOBIL LANDAZABAL, Maite (2005). *Programa de educación emocional para la prevención de la violencia 2º ciclo de ESO*. València: Generalitat Valenciana. Disponible <http://213.0.8.18/portal/Educantabria/RECURSOS/Materiales/Biblinter/Valencia_Programa_Educa_emocional_2_CicloESO.pdf>

FERNÁNDEZ BERROCAL, Pablo i RAMOS DÍAZ, Natalia (2004). *Desarrolla tu inteligencia emocional*. Barcelona: Editoria Kairós S.A.

GÜELL BARCELÓ, Manel; MUÑOZ REDON, Josep (2003). *Educación emocional. Programa de actividades para educación secundaria postobligatoria*. Barcelona: CISSPRAXIS, S. A.

MARTÍN BRAVO, Carlos i NAVARRO GUZMÁN, José I (2009). *Psicología del desarrollo para docentes*. Madrid: Ediciones Pirámide (Grupo Anaya, S. A.)

MESTRE NAVAS, José Miguel i FERNÁNDEZ BERROCAL, Pablo (2007). *Manual de inteligencia emocional*. Madrid: Ediciones Pirámide (Grupo Anaya, S. A.).

MORGADO, Ignacio (2006). *Emocions i intel·ligència social, una aliança entre els sentiments i la raó*. Barcelona: Editorial Mina.

OBIOLS SOLER, Meritxell (2005). *Disseny, desenvolupament i avaluació d'un programa d'educació emocional en un centre educatiu*. Barcelona: Universitat de Barcelona (Departament de mètodes d'investigació i diagnòstic en educació). Disponible <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/2347/04.MOS_PROGRAMA_EDUCACIO_EMOCIONAL.pdf?sequence=5>

9. ANNEX

8.1 Annex 1: Programa d'educació emocional i social

ACTIVITATS

Activitat 1: Reconeixem i identifiquem emocions

Objectius:

- Identificar emocions a partir de cares i rostres de nens i nenes
- Observar i saber quines emocions coneixen els infants
- Relacionar les emocions amb alguna situació que hagin viscut i hagi desencadenat aquestes emocions
- Compartir experiències viscudes amb els companys

Procediment

Aquesta activitat es basa en mostrar les imatges de rostres que expressen diferents emocions als nens i nenes de la classe per tal que ells identifiquin i diguin de quina emoció es tracta.

He escollit 5 emocions bàsiques i universals, basant-me en l'autor Izard (1991). Penso que, amb infants que cursen P4, és més adequat començar a treballar les emocions més bàsiques, les primàries, i de mica en mica, anar incorporant emocions i/o sentiments més complexos. Les 5 emocions escollides són: por, ira, tristesa, alegria i amor.

Començaríem mostrant-los una imatge del rostre d'un infant que mostra tristesa (o alguna de les emocions bàsiques), per tal que ells poguessin dir quina emoció veuen reflectida a la cara d'aquell infant.

Un cop tots els nens i nenes de la classe sàpiguen de quina emoció estem parlant, començaríem a desencadenar un diàleg a partir de l'explicació d'una situació que ens pot provocar aquesta emoció i sentir-nos tristos, en aquest cas. Començaria la mestra (o la persona que està realitzant l'activitat) a preguntar als infants en quines situacions han pogut experimentar tristesa. Hem de tenir en compte que potser no estan acostumats a parlar de les emocions o del que senten o han sentit alguna

vegada, per tant, potser costarà una mica el desenvolupament de la conversa. Si això ens passa, podem començar nosaltres a explicar una situació que ens hagi provocat tristesa.

De mica en mica, tots els infants aniran aportant experiències a tot el grup classe, de manera que començaran a parlar i a donar-se a conèixer mitjançant vivències i situacions en les quals han sentit l'emoció que estiguem parlant en aquell moment. Això ajudarà als infants a conèixer els seus companys i fer-se conèixer, a aprendre a parlar davant seu, a pensar i reflexionar sobre el que estan explicant, a buscar estratègies i recursos per poder explicar-se bé i que els altres ho puguin entendre, etc.

"Cal anar amb compte a no anar massa de pressa a introduir els sentiments. No en presentarem més d'un per sessió" (Carpena, 2012: p. 110). Es presentaran les emocions en sessions diferents, una a una sessió diferent de l'altre, d'aquesta manera podrem aprofundir més en les experiències que han viscut els infants, situacions on han sentit cada emoció, i podrem extreure'n el màxim profit al diàleg sobre cada emoció.

Materials:

Imatges properes i adequades als infants de 4 i 5 anys.

Aquestes imatges s'imprimiran en làmines DIN-A4 i estaran plastificades per tal que no es facin malbé, els nens i nenes les puguin agafar, passar-les i poder-les veure de més a prop i utilitzar-les cada cop que es vulguin treballar les emocions que s'hi reflecteixen.



Un cop haguem mostrat, exposat i parlat de totes aquestes emocions, deixaré les imatges penjades al Racó de les Emocions (que crearé dins l'aula per anar deixant el material utilitzat en totes les activitats del programa i el material i els recursos disponibles a l'aula per treballar l'educació emocional i social dels infants). Al racó hi haurà un mirall per poder imitar i expressar amb la cara l'emoció que vulguin, ja que les imatges de les emocions estaran penjades prop del mirall, és a dir, jugaran a ser actors i posar-se en el paper de sentir alguna emoció i posar l'expressió de la cara que els sortiria i al mateix moment, poder veure's al mirall.

Abans de desenvolupar l'activitat del mirall, entre tots els infants, la mestra de l'aula i jo, anirem veient específicament la posició de la boca, les celles i l'expressió general de cada emoció. D'aquesta manera anirem separant aquesta atenció selectiva en cada emoció i les podran reconèixer més bé en les altres persones; adquiriran una millor consciència emocional envers l'expressió de la cara de cada emoció.

Activitat 2: La recepta de la felicitat

Objectius:

- Entendre i comprendre què és la felicitat
- Relacionar la felicitat amb alguna situació que la provoqui
- Afavorir la capacitat de comprendre les pròpies emocions

- Reflexionar sobre les pròpies vivències personals i el concepte de felicitat
- Potenciar actituds i valors de respecte i escolta

Procediment

Aquesta activitat es basa en donar a conèixer als infants els elements, les emocions i allò que és necessari per obtenir felicitat, per estar contents i feliços, d'una manera representativa i simbòlica.

Començarem l'activitat mostrant una olla als infants amb una etiqueta amb el nom de "felicitat". Els demanarem si saben què és, per començar a introduir el tema i l'activitat: "Sabeu què és això?" "Sí, una olla, i sabeu per què la fem servir? Per a què serveix?" "Exacte, per cuinar, per fer pasta, patata bullida..." Anem recollint i contestant totes les aportacions dels infants, respectant-les totes i deixant que s'expressin i parlin sobre el que saben, per, posteriorment, introduir el terme recepta. "Sabeu què és una recepta?" intentem escoltar tot el que diuen els nens i nenes i explicar-los, envers les seves aportacions, què és: "una recepta és una llista d'elements o ingredients que necessitem per fer un menjar, per exemple, com heu dit, un pastís!". "Doncs avui, amb aquesta olla farem La Recepta de la Felicitat!"

Demanem als infants què creuen que necessitem per poder tenir felicitat, per estar feliços i contents, per tal que pensin sobre allò que saben de l'alegria i el sentiment de felicitat. Prèviament haurem preparat simbòlicament alguns ingredients i elements necessaris per obtenir felicitat, per exemple, un cor simbolitzant l'amor, un dibuix d'un petó, d'una abraçada, una ploma simbolitzant pessigolles... Si els infants diuen altres elements podem dibuixar-ho en un full i introduir-ho dins l'olla. Finalment comentarem als infants que falta una cosa molt important que no pot faltar perquè tots tinguem felicitat, creant-los curiositat i demanant-los si ho volen saber. "Falten moments feliços de tots els nens i nenes de la classe!". Per tant, els proposarem dibuixar en un full un moment feliç per a ells, per tal de completar la recepta de la felicitat.

Un cop dibuixats tots els moments feliços introduïrem un per un els dibuixos creats per els infants, de manera que cada nen i nena explicarà el seu moment feliç per poder-ho compartir amb els companys i companyes de la

classe i perquè així pugui expressar què és per a ell o ella, d'alguna manera, la felicitat.

Quan hi hagi tots els elements necessaris per obtenir felicitat dins l'olla, la taparem i explicarem als infants que s'ha de remenar molt i molt bé perquè pugui sortir bé. Per tant, remenarem una estona i finalment, els demanarem que contin fins a 3, tots junts per poder obrir l'olla i veure o notar que la recepta de la felicitat està apunt.

Material:

- Una olla amb la paraula FELICITAT
- Representacions d'elements necessaris per a la felicitat (abraçades, petons, amor, amistat, pessigolles, tendresa...)

Activitat 3: Estem tristos?

Objectius:

- Entendre i comprendre què és la tristesa
- Relacionar la tristesa amb alguna situació que la provoqui
- Afavorir la capacitat de comprendre les pròpies emocions i les dels altres
- Reflexionar sobre les pròpies vivències personals i el concepte de tristesa
- Donar estratègies per ajudar als companys a no estar tan tristos
- Potenciar actituds i valors de respecte i escolta

Procediment

Començarem l'activitat per treballar i aprofundir en la tristesa a partir d'una representació d'un petit conte. La mestra serà la narradora i anirà explicant la història i els nens i nenes de la classe seran els personatges de la petita història, i aniran dient i fent el que la narradora explica.

"Hi havia una vegada un nen que es deia Sergi que sempre estava molt content i molt alegre (deixant que el nen somrigui o faci un gest que demostrï alegria) però un dia va arribar a l'escola i estava mooolt trist (deixant que el nen posi cara trista). Va entrar a la classe i la mestra que es deia Elena va veure que en Sergi

estava molt trist, perquè normalment sempre reia i deia coses als companys, però aquell dia no. I la mestra Elena li va preguntar: què et passa Sergi, que estàs tant trist? (deixant que la nena que fa de mestra faci la pregunta). I en Sergi, que no en volia parlar, va dir: res... (deixant-li dir al nen o nena que fa de nen trist). Al cap d'una estona, un company de classe, en Mahamadou va tornar a demanar-li què li passava: Què et passa, Sergi? No m'agrada que estiguis tant trist... (deixant que ho digui ell).

A l'hora del pati, una seva amiga, l'Aina (deixant que una nena s'acosti al nen trist) va veure en Sergi tan trist, i com que va veure que ell no volia explicar què li passava, va pensar que podria fer-li alguna cosa que l'animés, per fer-lo sentir més bé, i va decidir fer-li un petó (la nena s'ha d'acostar al nen trist i fer-li un petó). A en Sergi li va agradar molt que l'Aina li fes un petó, i li va sortir un somriure a la cara (deixant que el nen trist faci un somriure).

Quan en Sergi va arribar a casa seva, la seva mare, que es deia Júlia, va veure de seguida que li passava alguna cosa, el va veure massa trist, més del normal. La seva mare se li va acostar (deixant que la nena que fa de mare s'acosti a ell) li va agafar la mà i li va dir: Sergi, què et passa? Que ha passat alguna cosa? Saps que m'ho pots explicar... En Sergi va respirar profundament i li va dir: Mare... Estic trist perquè he perdut una joguina, i em sap molt de greu perquè m'agradava molt... La mare li va dir: No passa res, fill. Segur que la trobem, anem a la teva habitació i la busquem.

Finalment, la mare d'en Sergi i en Sergi van trobar la joguina. Sabeu on la van trobar?? A sota el llit d'en Sergi! En Sergi va estar molt content d'haver-la trobat!

I vet aquí un gat i vet aquí un gos... aquest conte ja s'ha fos!"

En qualsevol moment, si el nen o nena que està fent d'algun personatge no sap què ha de dir o es queda callat, nosaltres ens acostarem a ell, ajupits, dient-li què pot dir, per tal que ell ens imiti i ho digui en veu alta pels nens i nenes que estan mirant i escoltant la historieta.

Després d'haver explicat la història/conte amb les interpretacions dels nen si nenes farem una reflexió fent-los preguntes sobre la història i fent reflexionar als infants sobre com ho podem fer perquè un nen que està trist, no ho estigui tant i fer-lo sentir més bé: "Heu vist què ha fet l'Aina perquè en Sergi no estigués tant trist? I què més li podria haver fet a en Sergi? Una abraçada, un petó, dir-li una cosa bonica, pessigolles... Molt bé!".

Seguidament els explicarem que en Sergi va fer molt bé d'explicar què li passava a la seva mare, perquè d'aquesta manera es va poder sentir més bé i ja no va estar trist, i a més, en aquest cas, després d'haver-li explicat a la seva mare van trobar una solució.

Després d'això repartirem una foto de tots els nens i nenes de la classe (que haurem fet prèviament) amb cara trista, de manera que ningú tingui la seva foto, sinó que tots tindran una foto d'un nen o nena de la classe amb cara trista. Els direm que mirin aquesta foto i els preguntarem què els passa, a tots aquests nens. Després els proposarem dibuixar al costat alguna cosa que faríem al nen o nena de la foto per tal que no estigués tan trist.

Un cop fets els dibuixos farem explicar a tots els infants què han dibuixat, és a dir, què li farien al nen o nena de la foto que està trist perquè no ho estigui tant o per fer-lo somriure una mica. Això ajudarà a prendre consciència que podem fer gestos a les persones que veiem tristes perquè no estiguin tan, i també, ajudarà a sentir bé als infants que els han dibuixat aquests gestos, ja que sentiran dir-ho al nen o nena que ho haurà dibuixat.

Material:

- Guió del conte o la situació per representar
- Fotografies dels infants amb cara trista
- Fulls en blanc
- Colors per dibuixar

Activitat 4: Tinc por quan...

Objectius:

- Entendre i comprendre què és la por
- Relacionar la por amb alguna situació que la provoqui
- Afavorir la capacitat de comprendre les pròpies emocions i les dels altres
- Reflexionar sobre les pròpies vivències personals i el concepte de la por

- Proporcionar estratègies perquè no sentin tanta por en determinades situacions
- Potenciar actituds i valors de respecte i escolta

Procediment

Començarem aquesta activitat explicant un conte: Estic Espantada. Ensenyarem als infants la portada del conte preguntat com es pot dir el conte o de què pot anar. Proposarem posar nom a la nena protagonista del conte, per tal d'apropar-la més als infants i fer els seus actes o accions més familiars i més propers als nens i nenes de la classe. El conte explica situacions on el protagonista té por, què fa ell quan té por, solucions per els moments que ens sentim així... Un cop explicat el conte podrem preguntar als infants en quins moments tenen por i què fan quan en tenen o, si fan comentaris mentre expliquem el conte, els escoltarem i deixarem que expressin les situacions que tenen por, què fan quan en tenen... I tenir una mica de debat i fer una mica de reflexió sobre la por, en quines situacions senten, etc. Podrem acabar el diàleg tenint en compte una solució que té el protagonista del conte per no tenir por, que és explicar-li a un ninot les pors que té.

Aprofitarem aquesta situació del conte per proposar-los als infants fer un ninot gran per a tota la classe, per tal que puguin explicar-li les seves pors i així s'alleugin les seves perquè se les queda una mica el ninot.

Mentre se'ls demana als nens i nenes que pensin un nom per posar-li al ninot de la por de la classe, els anem mostrant i explicant també com fem el ninot, perquè posteriorment en faran un ells; faran un ninot petit de la por per endur-se a casa, per poder explicar-li les seves pors.

Un cop fet el ninot de la classe, cada nen dirà un possible nom per posar-li i els que més surtin els apuntarem a la pissarra. Seguidament farem votacions per poder veure quin nom li posarem al ninot de la classe. Aquest ninot es quedarà a la classe, dins el Racó de les Emocions, per tal que els nens i nenes l'agafin i hi li expliquin les seves pors sempre que vulguin i ho necessitin.

Després repartirem un tros de tovallola a cada nen i un tros de paper de plata, per tal que cada nen pugui fer el seu ninot. A partir de l'exemple del mestre o la mestra, que anirà explicant els passos que hauran de seguir, els nens i nenes l'aniran construint fins que només quedi lligar el cap amb una goma. Després els donarem la oportunitat de posar nom al seu ninot, cada nen el nom que vulgui.

Per finalitzar l'activitat farem una reflexió tornant a explicar la utilitat del ninot de la classe i dels ninots de la por petits que s'enduran a casa.

Material:

- Conte *Estic espantada* (Editorial BAULA)
- Trossos de tovallola
- Paper de plata
- Gomes per lligar el cap del ninot
- Permanent per dibuixar la cara del ninot i posar-li el nom.

Activitat 5: Enuig

Objectius:

- Entendre i comprendre què és l'enuig
- Relacionar aquest sentiment amb alguna situació que el provoqui
- Afavorir la capacitat de comprendre les pròpies emocions i les dels altres
- Adonar-se que enfadar-se a vegades és positiu
- Proporcionar estratègies i recursos per a l'autocontrol
- Reflexionar sobre les pròpies vivències personals i el concepte de l'enuig
- Potenciar actituds i valors de respecte i escolta

Procediment

Podem aprofitar alguna situació per realitzar aquesta activitat, on un nen o una nena s'hagi enfadat i hagi tingut alguna conseqüència, com fer mal a algun nen o nena, dir-li alguna cosa mal dita, etc.

Tindrem una imatge on hi ha un nen cridant amb un dibuix a la mà pintat i a davant un altre nen rient. Demanarem als nens i nenes que facin suposicions de què pot haver passat i ho explicaran en veu alta. Deixarem que parlin tots els nens i nenes, establint un ordre, però deixant que tots puguin expressar el que pensen que ha passat. Finalment recollirem totes les aportacions i explicarem als nens i nenes que: Aquest nen havia fet un dibuix molt bonic, i el seu company li ha pintat per sobre, i a més, se n'ha rigut. I crida tan i tan perquè s'ha enfadat molt.

Després continuarem el diàleg preguntant-los què pensen que fa després d'enfadar-se tant. Un altre cop deixarem que tots els nens i nenes diguin el que pensen i seguidament explicarem realment què fa el nen enfadat: s'intenta calmar, pensa que no cal enfadar-se per un dibuix, al cap i a la fi, és més important un amic que un dibuix, per tant, es relaxa, es calma i intenta fer alguna cosa per no pensar-hi.

Podem ensenyar als infants algun "truc" per poder-se calmar quan estem enfadats, per evitar fer coses que després ens en penedim. Per exemple: quan ens enfadem, abans de fer res a algú altre o abans de dir alguna cosa, podem tancar els ulls, contar fins a tres ben a poc a poc, agafar molt d'aire pel nas i treure'l lentament per la boca. En aquest moment és quan començarem a introduir-los a l'autoregulació, a aprendre a regular-se un mateix per saber què fa bé i què no fa tan bé.

També explicarem als infants que és molt important saber relaxar-se, per poder reaccionar bé quan ens enfadem i no fer alguna cosa de la qual ens podem penedir. Per tant, per aprendre a relaxar-se podrem realitzar alguna activitat de massatges. Posar-se per parelles i fer-se massatges l'un a l'altre, amb l'ajut de plomes, de pilotes, de música relaxant...

Material:

- Imatge per representar una situació on un nen s'enfada
- Imatge per representar un nen que pensa que és millor calmar-se
- Plomes, pilotes, materials tous i agradables per fer massatges
- Música relaxant per ajudar amb la relaxació

Activitat 6: Estimem...

Objectius:

- Entendre i comprendre què és l'amor
- Relacionar l'amor amb alguna situació o persona que faci sentir-ho
- Potenciar actituds i valors de respecte i escolta

Procediment

Recordarem la imatge de l'amor, on hi apareixen una mare amb la seva filla on reflecteixen la seva estimació. Demanarem als nens i nenes a qui estimen ells i elles tot creant un diàleg i a més, els demanarem què els hi fan a aquestes persones per demostrar-los que els estimen. A partir d'aquí els proporcionarem un full blanc perquè es puguin dibuixar a ells i al costat a les persones que estimen, tot deixant que s'expressin i demostrin el seu amor mitjançant el dibuix.

Material:

- Fulls blancs per fer el dibuix de les persones que estimen
- Rotuladors per realitzar el dibuix

Activitat 7: *El color dels petons*

Objectius:

- Fomentar l'estima cap als companys
- Donar significat als petons
- Treballar la cohesió de grup

Procediment

Per acabar treballant el tema de l'amor tornarem a reprendre el diàleg que vam començar amb l'activitat anterior: què fem per demostrar a la gent que estimem, que els estimem?

Després explicarem un conte *Mare, de quin color són els petons?* on explica que existeixen petons de diferents colors, i que cada petó de diferent color

té un significat. Un cop explicat el conte podem demanar als infants quin tipus de petó els agrada més i el per què.

Després, amb pintures per els llavis de diferents colors proposarem als infants pintar-se els llavis del color que els agrada més segons el significat del petó i fer-li un petó a un nen o una nena de la classe. Quan faci el petó al nen o nena li haurà d'explicar de quin color li fa el petó i quin significat té: "*et faig un petó de color blau, que és suau i relaxant*".

Material:

- El conte *Mare, de quin color són els petons?*
- Pintures de llavis

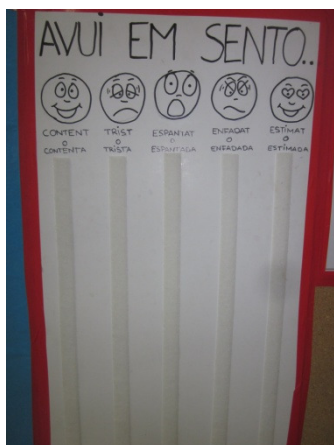
Activitat 8: Avui em sento...

Objectius:

- Treballar les 5 emocions presentades i treballades de manera global
- Desenvolupar la consciència emocional
- Reconèixer les pròpies emocions
- Ajudar en la resolució positiva de conflictes

Procediment

Un cop treballades les cinc emocions bàsiques, l'alegria, la tristesa, la por, l'enuig i l'amor, presentaré als infants un plafó en el qual s'hi reflecteixen aquestes cinc emocions. Aquest plafó servirà perquè els infants, en qualsevol moment del dia, puguin expressar com es senten, quina emoció estan sentint en algun moment.



Es tractarà que tots els nens i les nenes de la classe tindran el seu nom en una targeta petita i el podran enganxar sota la emoció que sentin en el moment que ells vulguin.



La funció de la mestra serà parlar de les emocions que sentin els nens i nenes, és a dir, quan vegi el plafó una mica ple, pot aprofitar alguna situació o conflicte que hi hagi hagut i parlar de com es sent aquell nen o nena, perquè es sent així, com podem fer perquè no senti por o no senti tristesa ni enuig, etc.

Aquest material pot ser molt útil per potenciar l'expressió de les emocions, i de la mateixa manera hi haurà un treball de consciència emocional, ja que cada nen haurà de saber com es sent en determinats moments i explicar-ho. També serà útil per treballar les causes i conseqüències de sentir una emoció, és a dir, què ha passat per sentir-nos d'aquesta manera, què hem fet després de sentir-nos-hi i reflexionar entre tot el grup una possibles solucions per un benestar personal i del grup en general.

Material:

- Una targeta per a cada nen amb el seu nom.
- Plafó amb les 5 emocions treballades amb la possibilitat de posar les targetes a sota, per expressar quina emoció senten.



ACTIVITATS D'AUTOESTIMA

Activitat 9: L'estrella del dia

Objectius:

- Potenciar l'autoestima de cada infant de la classe
- Ajudar a expressar-se i explicar coses personals com a element motivador
- Aprendre a fer preguntes personals als altres nens i nenes
- Potenciar la cohesió de grup
- Fomentar el respecte i l'escolta cap als companys

Procediment

L'estrella del dia és una activitat per potenciar l'autoestima dels infants, de manera que cada nen i nena de la classe serà l'estrella del dia per un dia. Durant aquest dia portarà una estrella penjada al coll i a més, en un moment del dia, haurà d'explicar aspectes personals que vulgui donar a conèixer als seus companys: membres de la família, gustos, aficions, activitats que ha fet recentment... Podrà portar qualsevol suport material per explicar el que vulgui, com per exemple, fotografies de familiars, fotografies d'aficions, objectes representatius, objectes personals...

Aquesta activitat es podrà fer qualsevol moment lliure que es tingui (abans del pati, mentre esmorzen a la classe, tornant del pati...) ja que les explicacions dels nens i nenes no ocuparan molta estona.

Un cop acabada l'explicació de l'estrella del dia els seus companys i companyes li podran fer preguntes personals, preguntes sobre els seus gustos, aficions... De manera que l'estrella del dia podrà triar qui fa la pregunta i respondre tot el que li demanin i així, la podran conèixer una mica més.

Material:

- Una estrella penjada en un tros de llana (collaret d'estrella)

Activitat 10: Teranyina de paraules boniques

Objectius:

- Potenciar el treball conjunt i en equip
- Fomentar l'autoestima de tots els infants
- Aprendre a destacar les qualitats dels companys

Procediment

Aquesta activitat ens servirà per potenciar l'autoestima als nens i nenes de la classe, ja que rebran paraules boniques i agradables dels seus companys.

Es tracta de crear una teranyina amb un cabdell de llana a partir de paraules boniques.

Un nen o nena començarà i agafarà el cabdell de llana amb una mà i la punta amb l'altra. Llençarà el cabdell de llana a un company o a una companya, sense deixar anar la punta, mentre li diu una paraula bonica. Aquest farà el mateix, agafarà un tros de llana amb una mà i amb l'altra

llençarà el cabdell a un altre nen o nena, tot dient-li una paraula bonica i agradable. I així fins que tots els nens i les nenes de la classe tinguin agafats un tros de llana. D'aquesta manera tots els infants rebran el cabdell i al mateix temps una paraula bonica i agradable que ajudarà a fer-los sentir millor. I alhora, també hauran de dir una paraula bonica i agradable a algun company o companya seva, de manera que tots els infants ajudaran a fer sentir bé a un altre nen o nena.

Un cop feta la teranyina de paraules boniques farem una reflexió sobre com ens hem sentit, si tothom ha pogut rebre una paraula bonica i tots n'hem pogut dir una, si ens han agradat les paraules boniques que hem sentit...

Material:

- Cabdell de llana de qualsevol color

Activitat 11: La setmana de l'Amor

Objectius:

- Potenciar el respecte i l'amor per als companys
- Agafar la responsabilitat de cuidar a un company
- Ajudar a millorar l'autoestima del tots els nens i nenes de la classe

Procediment

Aquesta activitat va lligada amb l'emoció de l'amor i també ens ajudarà a millorar l'autoestima de tots els nens i nenes de la classe. És una activitat que durarà tota una setmana. Cada nen o nena de la classe se li adjudicarà

un seu company o una seva companya de classe per tal que, durant una setmana, el cuidi, el tracti bé, el faci sentir bé...

L'activitat es presentarà el dilluns, el primer dia de la setmana. Se'ls donarà un sobre vermell a cada nen i nena de la classe i a dins hi trobaran una targeta amb el nom d'un nen de la classe. Els explicarem que durant tota la setmana seran encarregats de fer sentir bé, cuidar i ajudar al nen o nena que tenen a la targeta. Cada nen o nena podrà dir en veu alta qui li ha tocat, per tal que el nen o la nena de la classe sàpiga qui el cuidarà.

Un cop sàpiguen el nen o nena que els toca cuidar i ajudar farem una pluja d'idees de tot allò que podran fer-li duran la setmana: petons, abraçades, dir-li coses boniques i agradables, ajudar-lo o ajudar-la, jugar amb ell o ella...

Durant tota la setmana, a estones lliures es podrà parlar de l'activitat: de com va, si cuiden, ajuden i fan sentir bé al nen o nena que els ha tocat, podran expressar el que senten, el que pensen, si se senten cuidats pel nen o nena que els ha tocat... Aquestes estones també serviran per recordar-los a tots els nens i nenes que són responsables de cuidar a un altre persona i de fer-la sentir bé.

Un cop acabada la setmana, el divendres a la tarda es farà una reflexió final per poder expressar i dir com s'han sentit durant tota la setmana, es parlarà de com ha anat l'activitat, si s'han sentit bé i estimats...

Material:

- Sobres vermells i targetes amb els noms dels nens i les nenes.

Activitat 12: La persona més important

Objectius:

- Adonar-se que hi ha persones importants, però que la persona més important és un mateix
- Potenciar l'autoestima

Procediment

Aquesta activitat la farem en un cercle perquè tots i totes es puguin veure bé. La mestra tindrà una caixa i els explicarà als infants que a dintre hi ha la persona més important de les seves vides. A partir d'aquí es crearà un diàleg tot preguntant als nens i nenes qui creuen que hi haurà dins la caixa. Es deixarà parlar a tots els nens i nenes per tal que puguin dir què pensen.

Seguidament un per un, sense dir res, podran obrir la caixa i veuran que a dintre hi ha un mirall i s'hi veuran reflectits ells mateixos. Un cop tots els infants hagin obert la caixa es parlarà de què hi ha dins, perquè hi ha un mirall, a qui han vist dins la caixa...

Material:

- Una caixa amb un mirall al fons

EL RACÓ DE LES EMOCIONS

Els *objectius generals* del Racó de les Emocions són:

- Treballar la consciència emocional dels infants de l'aula
- Potenciar el nivell d'autoestima dels nens i nenes de la classe
- Treballar l'educació emocional i social de manera transversal i aprofitant qualsevol moment del dia a dia.
- Potenciar el respecte i la solidaritat entre els infants
- Fomentar la consciència de grup per crear un bon ambient a l'aula

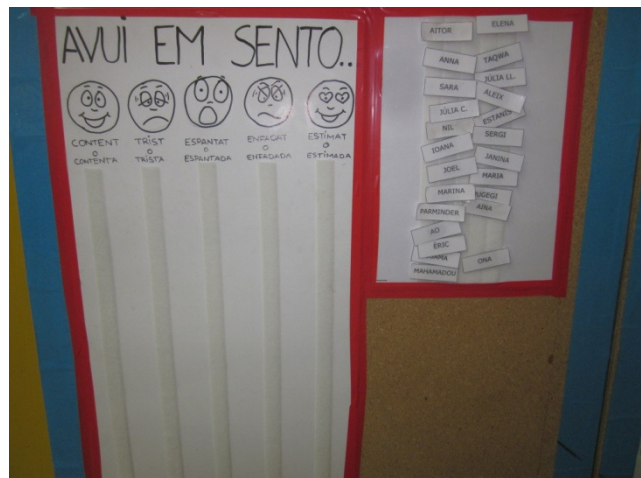
Material del Racó:

1. Imatges treballades de les 5 emocions primàries: alegria, tristesa, por, enuig i amor.
2. Pòsters amb situacions que ens fan sentir les 5 emocions treballades.
3. Una olla de la felicitat amb representacions d'elements que ens ajuden a ser feliços.
4. Fotografies dels nens i nenes de la classe amb cara trista.
5. Ninot creat per explicar les pors (La Poruga).

6. Plafons petits com a recurs per controlar l'enuig.
7. Plomes per fer relaxació.
8. Fulls en blanc per dibuixar les persones que estinem i com els hi podem demostrar.
9. Plafó per expressar com ens sentim: *Avui em sento...*
10. Interpretem les emocions amb expressions facials amb mirall.
11. Pintures de colors pels llavis (per fer petons amb diferents significats segons el color).
12. Cabdell de llana.
13. Una caixeta amb un mirall al fons.
14. Contes:
 - *Estic trist* (editorial BAULA)
 - *Estic enfadat* (editorial BAULA)
 - *Estic espantat* (editorial BAULA)
 - *Mare, de quin color són els petons?*
 - *El petit Avet*

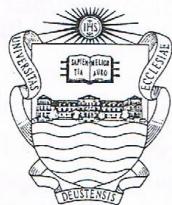


Racó de les Emocions



Plafó *Avui em sento...* dins el Racó de les Emocions

8.2 Annex 2: Test PAI (buit)



UNIVERSIDAD DE DEUSTO
Instituto de Ciencias de la Educación
Departamento de Investigación y Evaluación Educativa

ESCALA DE PERCEPCION DEL AUTOCONCEPTO INFANTIL (PAI)

Forma Colectiva

Autores:

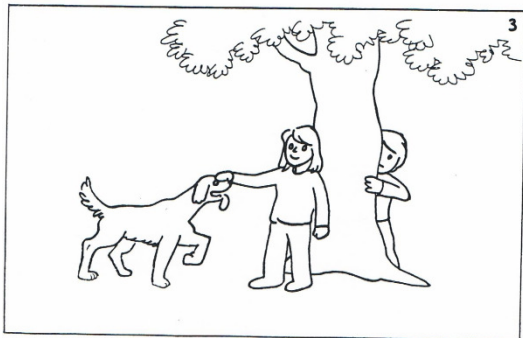
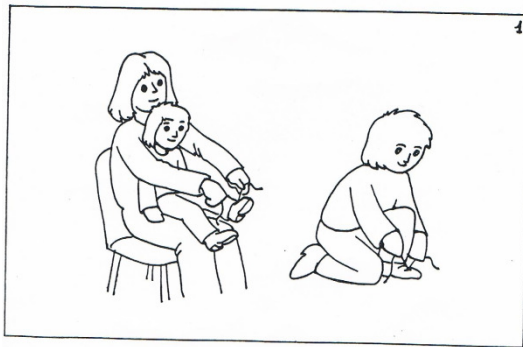
AURELIO VILLA SANCHEZ
ELENA AUZMENDI ESCRIBANO

* * *

1. Aquí hay dos niños. A uno de ellos su madre le está atando los zapatos. El otro niño se los está atando él solo. ¿Qué niño se parece más a ti?
2. Aquí hay un niño que está jugando al balón con otros niños y hay también un niño que prefiere jugar solo, está haciendo un castillo en la arena. ¿Qué niño se parece más a ti?
3. Hay dos niños. A uno le gustan mucho los animales, está acariciando al perro, mientras que al otro le dan miedo los perros, prefiere no jugar con ellos. ¿Qué niño se parece más a ti?
4. El padre y la madre han traído un regalo para uno de los niños pero no han traído ningún regalo para el otro niño. ¿Qué niño se parece más a ti?
5. Aquí hay un niño que se lo está pasando muy bien con su amigo, se está divirtiendo mucho, y hay otro niño que está más serio, está paseando solo. ¿Qué niño se parece más a ti?
6. Unos niños están paseando. Unos son guapos y otros son más feos. ¿Qué niños se parecen más a ti?
7. Hay unos niños haciendo una carrera. Unos niños van a llegar de los últimos y otros van a llegar de los primeros. ¿Qué niños se parecen más a ti?
8. Una niña está jugando con su madre y otra niña está jugando sola. ¿Qué niño se parece más a ti?
9. Un niño ha hecho bien el trabajo de clase y la profesora le ha puesto un Bien, el otro niño lo ha hecho mal y la profesora se lo ha mandado repetir. ¿Qué niño se parece más a ti?

10. Dos niños están jugando a no caerse de la barra. Uno ha perdido el equilibrio y se va a caer. El otro va a llegar al final sin caerse. ¿Qué niño se parece más a ti?
11. Unos niños van paseando. Unos están muy bien vestidos, van muy limpios. Otros están más sucios. ¿Qué niños se parecen más a ti?
12. A un niño sus amigos le están llamando para que juegue con ellos. A otro niño sus amigos no le llaman para jugar. ¿Qué niño se parece más a ti?
13. Unos niños están llorando, están tristes. Otros niños no lloran, están más contentos. ¿Qué niños se parecen más a ti?
14. Estos niños han terminado el trabajo de clase. A uno le ha salido la casa muy bonita. Al otro niño no le ha salido muy bien. ¿Qué niño se parece más a ti?
15. Un niño está enseñando su habitación a su amigo. Tiene muchas cosas bonitas y el otro niño está asombrado, en su casa no hay cosas tan bonitas. ¿Qué niño se parece más a ti?
16. Un niño está ayudando a su madre a hacer la cama. El otro niño no ayuda en casa, tiene todo el armario desordenado. ¿Qué niño se parece más a ti?
17. Estos dos niños están haciendo un muñeco. A uno de los niños le ha salido muy bien pero al otro niño le ha salido mal, lo está tirando a la papelera. ¿Qué niño se parece más a ti?
18. Aquí hay un niño que se ha enfadado porque su compañero de clase le ha quitado un lapicero sin pedírselo, no le gusta compartir sus cosas. Al otro niño no le importa compartir sus cosas. ¿Qué niño se parece más a ti?
19. Hay dos niños. Uno tiene muchos amigos. El otro, el que está sentado, está solo, no tiene muchos amigos. ¿Qué niño se parece más a ti?
20. Hay unos niños. A unos les gusta pegarse. Al que les está mirando no le gusta pelearse. ¿Qué niño se parece más a ti?
21. Estos dos niños han hecho un pastel de plastilina para su madre. A uno de los niños le ha salido muy bien. Al otro le ha salido más feo. ¿Qué niño se parece más a ti?
22. Estos niños están en clase. Unos son muy habladores y la profesora les está mandando callar. Los otros están haciendo la tarea que les ha mandado la profesora. ¿Qué niños se parecen más a ti?
23. Estos niños están en la cama. Uno de ellos no pasa miedo por la noche, duerme tranquilamente. El otro está asustado, tiene miedo a la oscuridad. ¿Qué niño se parece más a ti?
24. Aquí hay dos niños vistiéndose. A uno su madre le está ayudando a atarse la camisa, el otro se la está atando él solo. ¿Qué niño se parece más a ti?

25. El padre está riñendo a ese niño porque no quiere comer. Al otro niño no le riñe, se lo ha comido todo. ¿Qué niño se parece más a ti?
26. Hay unos niños trabajando en clase, pero una niña está un poco aburrida. ¿Qué niño se parece más a ti?
27. Aquí hay un niño al que no le gusta compartir su helado. Al otro niño no le importa compartir su helado. ¿Qué niño se parece más a ti?
28. Ha llovido y estos niños están andando por la calle. A uno de los niños le gusta meterse por los charcos, no le importa ensuciarse. El otro niño prefiere no pasar por el charco, le gusta ir limpio. ¿Qué niño se parece más a ti?
29. Estos niños están haciendo un puzzle. La niña no sabe dónde poner la pieza que tiene en la mano. La otra niña le está señalando dónde debe colocarla. ¿Qué niño se parece más a ti?
30. Hay unas niñas que están muy alegres. La otra niña, la que está sentada en el banco, está triste. ¿Qué niño se parece más a ti?
31. Estos niños están haciendo una carrera de sacos. Uno de los niños se ha tropezado y se ha caído. Los otros niños no se han caído. ¿Qué niño se parece más a ti?
32. Estos dos niños están haciendo la maleta porque se van de viaje. Uno es muy ordenado, mete la ropa muy bien doblada. El otro es más desordenado, mete las cosas de cualquier manera. ¿Qué niño se parece más a ti?
33. A estos niños les están sacando una foto. Unos son más delgados y otros son más gorditos. ¿Qué niños se parecen más a ti?
34. Estos niños están en la playa. Unos prefieren no meterse al agua porque les da miedo. A los otros les gusta mucho bañarse. ¿Qué niños se parecen más a ti?



PERCENTIL	PUNTUACION DIRECTA	PERCENTIL	PUNTUACION DIRECTA
5	91	55	117
10	96	60	119
15	101	65	120
20	104	70	121
25	107	75	123
30	110	80	124
35	111	85	125
40	112	90	126
45	114	95	129
50	115	99	136

TABLA 5. Percentiles Asociados a la Forma Individual del PAI

8.3 Annex 3: Test PAI (omplert)

TEST PAI (Percepció de l'Autoconcepte a Infantil)

Subjecte 1

1. Aquí hi ha dos nens. La mare li està cordant les sabates a un nen. I l'altre nen se les corda sol. Tu et cordes les sabates sol o ho fa la teva mare?

Gener → Una mica sol i una mica la mare.

Març → Jo.

2. Aquests nens estan jugant a pilota. Aquest prefereix jugar sol. T'agrada jugar amb altres nens o prefereixes jugar sol?

Gener → Amb els amics i una mica tot sol.

Març → Amb els meus amics.

3. A aquesta nena li agraden molt els animals, està tocant i acariciant al gos. A aquest altre nen, li fan por els gossos i s'estima més no jugar amb ells. A tu et fan por els animals?

Gener → Tots els animals m'agraden, però em fan por la sargantana, el cocodril i la serp.

Març → M'agraden, però els que s'esveren no. M'agraden tots menys la serp i el cocodril.

4. El papa i la mama li han portat un regal a aquest nen, però no n'han portat cap per l'altre nen. Els teus pares et fan molts regals?

Gener → Sí

Març → Sí

5. Aquests nens s'ho estant passant molt bé, s'estan divertint molt. Aquets altres estan molt seriosos, no s'ho passen bé. Tu t'ho passes bé, o estàs serio?

Gener → M'ho passo bé, sempre ric.

Març → M'ho passo bé.

6. Aquests nens estan passejant. Aquesta nena és molt guapa. Aquest altre és més lleig. Tu què ets? Guapo o lleig?

Gener → Guapo i sempre ric.

Març → Guapo.

7. Aquests nens fan una carrera. Aquest arribarà primer. Aquest altre arribarà últim. Quan fas una carrera amb els teus amics, ets el primer o dels últims en arribar?

Gener → Depèn del dia. De les dues maneres.

Març → Últim.

8. Aquesta nena està jugant amb la seva mare. Aquesta altra, juga sola. Els teus pares juguen amb tu?

Gener → Sí, només el papa, a la play juguem.

Març → Amb la mama. Ara com que té la Júlia no hi jugo gaire.

9. Aquest nen (el del centre) ha fet bé el treball que li ha dit la mestra. Aquest altre (el de la dreta) ho ha fet malament, la mestra li ha dit que ho repetís. TU fas bé els treballs que et diu la mestra o ho fas malament?

Gener → Bé. Sí.

Març → De les dues maneres.

10. Aquests nens estan jugant a no caure de la barra. Aquest ha perdut l'equilibri i caurà. Aquest altre arribarà fins al final sense caure. Quan jugues com aquests nens, arribes al final o caus?

Gener → Arribo fins aquí (senyalant el final)

Març → Arribo al final.

11. Aquests nens estan passejant. Aquesta nena va molt ben vestida, va molt neta. Aquest altre va una mica més mal vestida, va una mica bruta. Tu vas net o brut?

Gener → Net, però la bata és bruta perquè fa molts dies que la porto.

Març → Net.

12. Aquests nens estan cridant a l'altre nen perquè jugui amb ells. A aquest altre nen, no el criden. A tu et diuen de jugar amb els amics?

Gener → Sí.

Març → Em criden, sí.

13. Aquests nens ploren, estan tristos. Tu plores molt?

Gener → No gaire. Una mica sí però no gaire... Sóc un amica valent però no gaire.

Març → Estic sempre content.

14. Aquest nen ha acabat molt bé el treball de classe, ha fet una casa molt bonica. Aquest altre nen no li ha sortit tan bé. Acabes bé els treballs de classe o et surten malament?

Gener → Bé.

Març → Bé.

15. Aquest nen està ensenyant la seva habitació a un seu amic. El seu amic queda parat, quantes coses boniques!! A casa teva tens coses boniques?

Gener → Moltes joguines. Coses boniques. Un cuc amagat perquè no m'agrada.

Març → Sí, tinc moltes moltes moltíssimes coses.

16. Aquest nen està ajudant a la seva mare a netejar la casa. Aquest altre no ajuda a casa, té l'armari molt desordenat. Ajudes als teus pares a casa?

Gener → Sí.

Març → Els ajudo a fer el llit.

17. Aquests dos nens estan fent un nino. A aquest li surt bé, però a aquesta nena li surt malament, ho tira a la paperera. A tu com et surten els treballs que fas, bé o malament?

Gener → A vegades sí i a vegades no.

Març → Bé.

18. Aquest nen s'ha enfadat perquè el seu company de classe li ha agafat un llapis sense demanar-li. T'enfades quan t'agafen les coses els teus companys?

Gener → No, però prefereixo que m'ho demanin "M'ho dones si us plau?".

Març → Sí que m'enfado.

19. Aquest nen (el del centre del grup de tres) té molts amics. Aquest altre nen (el que està assegut) no té amics, està sol. Tu tens molts amics o pocs?

Gener → Sí, no gaires: Sergi, Aleix, Estanis, Elena, Sara...

Març → Sí, molts.

20. Aquests nens s'estan picant. Aquest altre els està separant, no li agrada que els nens es piquin. A tu t'agrada que els nens es piquin o no t'agrada que ho facin?

Gener → No.

Març → No.

21. Aquests dos nens han fet un pastís de plastilina per a la seva mare. A aquest nen li ha sortit molt bé. A aquest altre li ha sortit més lleig. Els treballs que fas tu, et surten bé o malament?

Gener → Sí.

Març → Sí.

22. Aquests nens estan treballant a classe. Aquests són molt xerraires i la mestra els hi diu que callin. Tu fas cas sempre a la mestra?

Gener → Sí.

Març → Sí.

23. Aquests nens estan al llit. Aquest nen no passa por a les nits, dorm tranquil·lament. Aquest altre nen està espantat, té por a la foscor. A tu t'espanta dormir sense llum a les nits?

Gener → No.

Març → No.

24. Aquí hi ha dos nens vestint-se. Aquest s'està posant sol la camisa. A l'altre l'ajuda la seva mare. Tu et poses la roba sol o t'ajuda la teva mare a vestir-te?

Gener → Una mica i una mica la mama... Un dia cada un.

Març → Sol.

25. El pare està renyant al nen perquè no vol menjar. A aquest nen no el renyen, perquè s'ho ha menjat tot. A tu et renyen molt els teus pares quan et portes malament?

Gener → Sí, no em porto gaire malament. El papa s'enfada molt amb mi.

Març → Una mica.

26. Aquests nens estan treballant a classe, però aquesta nena està una mica avorrida. T'avorreixes a classe o t'ho passes bé fent els treballs que diu la mestra?

Gener → No m'avorreixo.

Març → No.

27. Aquest nen està compartint un gelat amb la seva amiga. Aquest altre nen prefereix menjar el gelat ell sol. Comparteixes les coses amb els teus amics o prefereixes guardar-te-les per tu?

Gener → Sol, amb l'avi.

Març → De les dues maneres.

28. Ha plogut i aquests nens estan caminant pel carrer. A aquest nen li agrada posar-se a les basses, no l'importa embrutar-se. Aquest altre nen prefereix no passar per les basses, li agrada anar net. A tu t'agrada anar net o a vegades t'agrada embrutar-te?

Gener → M'agrada saltar a les basses.

Març → No.

29. Aquests nens estan fent un puzzle. Aquesta nena no sap on ha de posar la peça. Aquesta altra nena li assenyala on ha de col·locar-la. Quan jugues, necessites que t'ajudin?

Gener → Sí.

Març → Que m'ajudin.

30. Aquestes nenes estan molt alegres. Aquesta altre està trista. Tu com estàs? Alegre o estàs trista?

Gener → Content.

Març → Alegre.

31. Aquests nens estan fent una carrera de sacs. Aquest s'ha entrebancat i ha caigut. Quan jugues amb els teus amics, ets dels que guanyen o dels que perden?

Gener → A vegades dels que guanyen.

Març → Dels que guanyen.

32. Aquests dos nens estan fent la maleta perquè se'n van de viatge. Aquest és molt ordenat, posa tota la roba ben plegada. Aquest altre nen és més desordenat, posa les coses de qualsevol manera. Tu què ets? Ordenat o desordenat?

Gener → Ordenat.

Març → Ordenat.

33. A aquests nens els hi estan tirant una foto. Uns són més primers i altres més gordets. Tu què ets? Dels més primers o dels més gordets?

Gener → Prim.

Març → Prim.

34. Aquests nens estan a la platja. A aquests els agrada molt banyar-se. Aquests altres prefereixen no posar-se a l'aigua, perquè tenen por a l'aigua. A tu et fa por banyar-te quan vas a la platja?

Gener → M'agrada tan.. però tant!

Març → M'agrada.

TEST PAI (Percepció de l'Autoconcepte a Infantil)

Subjecte 2

1. Aquí hi ha dos nens. La mare li està cordant les sabates a un nen. I l'altre nen se les corda sol. Tu et cordes les sabates sol o ho fa la teva mare?

Gener → La mama.

Març → A vegades jo, a vegades la mama o el papa.

2. Aquests nens estan jugant a pilota. Aquest prefereix jugar sol. T'agrada jugar amb altres nens o prefereixes jugar sol?

Gener → M'agrada jugar sola.

Març → A vegades amb les amigues, a vegades sola.

3. A aquesta nena li agraden molt els animals, està tocant i acariciant al gos. A aquest altre nen, li fan por els gossos i s'estima més no jugar amb ells. A tu et fan por els animals?

Gener → M'agraden els animals però els gossos no.

Març → Em fan por els gossos.

4. El papa i la mama li han portat un regal a aquest nen, però no n'han portat cap per l'altre nen. Els teus pares et fan molts regals?

Gener → Sí, i a la meva germana.

Març → Sí.

5. Aquests nens s'ho estant passant molt bé, s'estan divertint molt. Aquests altres estan molt seriosos, no s'ho passen bé. Tu t'ho passes bé, o estàs serio?

Gener → M'ho passo molt bé.

Març → M'ho passo molt bé.

6. Aquests nens estan passejant. Aquesta nena és molt guapa. Aquest altre és més lleig. Tu què ets? Guapo o lleig?

Gener → Maca i hem de ser amics.

Març → Maca.

7. Aquests nens fan una carrera. Aquest arribarà primer. Aquest altre arribarà últim. Quan fas una carrera amb els teus amics, ets el primer o dels últims en arribar?

Gener → No ho sé... Primera.

Març → Jo no jugo a carreres... Primera.

8. Aquesta nena està jugant amb la seva mare. Aquesta altra, juga sola. Els teus pares juguen amb tu?

Gener → Sí, a les coses de la Laura. Jugo amb la Laura i els papas també.

Març → Sí, i amb la meva germana també.

9. Aquest nen (el del centre) ha fet bé el treball que li ha dit la mestra. Aquest altre (el de la dreta) ho ha fet malament, la mestra li ha dit que ho repetís. TU fas bé els treballs que et diu la mestra o ho fas malament?

Gener → Bé, perquè si ho fem malament ens posen una cara lletja i si ho fem bé ens posen una cara bonica.

Març → Bé.

10. Aquests nens estan jugant a no caure de la barra. Aquest ha perdut l'equilibri i caurà. Aquest altre arribarà fins al final sense caure. Quan jugues com aquests nens, arribes al final o caus?

Gener → Tinc molt equilibri.

Març → Arribo fins al final. A vegades caic, a vegades no.

11. Aquests nens estan passejant. Aquesta nena va molt ben vestida, va molt neta. Aquest altre va una mica més mal vestida, va una mica bruta. Tu vas net o brut?

Gener → Neta.

Març → Neta.

12. Aquests nens estan cridant a l'altre nen perquè jugui amb ells. A aquest altre nen, no el criden. A tu et diuen de jugar amb els amics?

Gener → Sí, a vegades no.

Març → M'ho diuen.

13. Aquests nens ploren, estan tristos. Tu plores molt?

Gener → No.

Març → No, jo no ploro.

14. Aquest nen ha acabat molt bé el treball de classe, ha fet una casa molt bonica. Aquest altre nen no li ha sortit tan bé. Acabes bé els treballs de classe o et surten malament?

Gener → Bé.

Març → Bé.

15. Aquest nen està ensenyant la seva habitació a un seu amic. El seu amic queda parat, quantes coses boniques!! A casa teva tens coses boniques?

Gener → Sí, però no com aquesta habitació. Hi ha el llit de la Laura. Hi ha poques coses.

Març → Sí, però les tinc amagades.

16. Aquest nen està ajudant a la seva mare a netejar la casa. Aquest altre no ajuda a casa, té l'armari molt desordenat. Ajudes als teus pares a casa?

Gener → Sí, fem pizzes. Vaig fer el llit per fer una sorpresa i van quedar parats!

Març → Sí, perquè m'ho ha dit el metge.

17. Aquests dos nens estan fent un nino. A aquest li surt bé, però a aquesta nena li surt malament, ho tira a la paperera. A tu com et surten els treballs que fas, bé o malament?

Gener → Bé.

Març → Bé.

18. Aquest nen s'ha enfadat perquè el seu company de classe li ha agafat un llapis sense demanar-li. T'enfades quan t'agafen les coses els teus companys?

Gener → No, però no m'agrada. N'agafo un altre.

Març → Sí.

19. Aquest nen (el del centre del grup de tres) té molts amics. Aquest altre nen (el que està assegut) no té amics, està sol. Tu tens molts amics o pocs?

Gener → Molts.

Març → Molts.

20. Aquests nens s'estan picant. Aquest altre els està separant, no li agrada que els nens es piquin. A tu t'agrada que els nens es piquin o no t'agrada que ho facin?

Gener → No.

Març → No.

21. Aquests dos nens han fet un pastís de plastilina per a la seva mare. A aquest nen li ha sortit molt bé. A aquest altre li ha sortit més lleig. Els treballs que fas tu, et surten bé o malament?

Gener → Bé.

Març → Bé.

22. Aquests nens estan treballant a classe. Aquests són molt xerraires i la mestra els hi diu que callin. Tu fas cas sempre a la mestra?

Gener → Sí.

Març → Sí.

23. Aquests nens estan al llit. Aquest nen no passa por a les nits, dorm tranquil·lament. Aquest altre nen està espantat, té por a la foscor. A tu t'espanta dormir sense llum a les nits?

Gener → M'agrada dormir amb llum.

Març → Jo dormo amb llum, perquè abans tenia por.

24. Aquí hi ha dos nens vestint-se. Aquest s'està posant sol la camisa. A l'altre l'ajuda la seva mare. Tu et poses la roba sol o t'ajuda la teva mare a vestir-te?

Gener → Sola i a vegades amb la mama (només cordar).

Març → Sola.

25. El pare està renyant al nen perquè no vol menjar. A aquest nen no el renyen, perquè s'ho ha menjat tot. A tu et renyen molt els teus pares quan et portes malament?

Gener → No, perquè em porto molt bé.

Març → Jo em porto bé.

26. Aquests nens estan treballant a classe, però aquesta nena està una mica avorrida. T'avorreixes a classe o t'ho passes bé fent els treballs que diu la mestra?

Gener → No m'avorreixo.

Març → No m'avorreixo.

27. Aquest nen està compartint un gelat amb la seva amiga. Aquest altre nen prefereix menjar el gelat ell sol. Comparteixes les coses amb els teus amics o prefereixes guardar-te-les per tu?

Gener → A vegades si no ho tenen ho comparteixo, si en tenen m'ho menjo jo.

Març → M'ho quedo per mi perquè sinó tinc gana. Les joguines no les comparteixo.

28. Ha plogut i aquests nens estan caminant pel carrer. A aquest nen li agrada posar-se a les basses, no l'importa embrutar-se. Aquest altre nen prefereix no passar per les basses, li agrada anar net. A tu t'agrada anar net o a vegades t'agrada embrutar-te?

Gener → La mama em diu que no em posi a sobre les basses i passo pel costat.

Març → No m'agrada embrutar-me.

29. Aquests nens estan fent un puzzle. Aquesta nena no sap on ha de posar la peça. Aquesta altra nena li assenyala on ha de col·locar-la. Quan jugues, necessites que t'ajudin?

Gener → A vegades.

Març → Necessito ajuda.

30. Aquestes nenes estan molt alegres. Aquesta altre està trista. Tu com estàs? Alegre o estàs trista?

Gener → Alegre.

Març → Alegre.

31. Aquests nens estan fent una carrera de sacs. Aquest s'ha entrebancat i ha caigut. Quan jugues amb els teus amics, ets dels que guanyen o dels que perden?

Gener → Els que guanyen.

Març → Dels que guanyen.

32. Aquests dos nens estan fent la maleta perquè se'n van de viatge. Aquest és molt ordenat, posa tota la roba ben plegada. Aquest altre nen és més desordenat, posa les coses de qualsevol manera. Tu què ets? Ordenat o desordenat?

Gener → Ordenada.

Març → Ordenada.

33. A aquests nens els hi estan tirant una foto. Uns son més prims i altres més gordets. Tu què ets? Dels més prims o dels més gordets?

Gener → Prima.

Març → Prima.

34. Aquests nens estan a la platja. A aquests els agrada molt banyar-se. Aquests altres prefereixen no posar-se a l'aigua, perquè tenen por a l'aigua. A tu et fa por banyar-te quan vas a la platja?

Gener → M'agrada molt.

Març → No em fa por perquè el papa m'agafava a coll quan era petita.

TEST PAI (Percepció de l'Autoconcepte a Infantil)

Subjecte 3

1. Aquí hi ha dos nens. La mare li està cordant les sabates a un nen. I l'altre nen se les corda sol. Tu et cordes les sabates sol o ho fa la teva mare?

Gener → M'ajuda la mare.

Març → Sola.

2. Aquests nens estan jugant a pilota. Aquest prefereix jugar sol. T'agrada jugar amb altres nens o prefereixes jugar sol?

Gener → Sola.

Març → Sola.

3. A aquesta nena li agraden molt els animals, està tocant i acariciant al gos. A aquest altre nen, li fan por els gossos i s'estima més no jugar amb ells. A tu et fan por els animals?

Gener → M'agraden.

Març → M'agraden els animals.

4. El papa i la mama li han portat un regal a aquest nen, però no n'han portat cap per l'altre nen. Els teus pares et fan molts regals?

Gener → Sí.

Març → Sí, regals.

5. Aquests nens s'ho estant passant molt bé, s'estan divertint molt. Aquets altres estan molt seriosos, no s'ho passen bé. Tu t'ho passes bé, o estàs serio?

Gener → M'ho passo molt bé.

Març → M'ho passo bé.

6. Aquests nens estan passejant. Aquesta nena és molt guapa. Aquest altre és més lleig. Tu què ets? Guapo o lleig?

Gener → Guapa.

Març → Guapa.

7. Aquests nens fan una carrera. Aquest arribarà primer. Aquest altre arribarà últim. Quan fas una carrera amb els teus amics, ets el primer o dels últims en arribar?

Gener → Les primeres.

Març → La primera.

8. Aquesta nena està jugant amb la seva mare. Aquesta altra, juga sola. Els teus pares juguen amb tu?

Gener → Amb la mama.

Març → Sí.

9. Aquest nen (el del centre) ha fet bé el treball que li ha dit la mestra. Aquest altre (el de la dreta) ho ha fet malament, la mestra li ha dit que ho repetís. Tu fas bé els treballs que et diu la mestra o ho fas malament?

Gener → Molt bé.

Març → Molt bé.

10. Aquests nens estan jugant a no caure de la barra. Aquest ha perdut l'equilibri i caurà. Aquest altre arribarà fins al final sense caure. Quan jugues com aquests nens, arribes al final o caus?

Gener → Al final.

Març → Arribo fins al final.

11. Aquests nens estan passejant. Aquesta nena va molt ben vestida, va molt neta. Aquest altre va una mica més mal vestida, va una mica bruta. Tu vas net o brut?

Gener → Neta.

Març → Neta.

12. Aquests nens estan cridant a l'altre nen perquè jugui amb ells. A aquest altre nen, no el criden. A tu et diuen de jugar amb els amics?

Gener → Em criden.

Març → Sí.

13. Aquests nens ploren, estan tristos. Tu plores molt?

Gener → No, jo estic contenta.

Març → No.

14. Aquest nen ha acabat molt bé el treball de classe, ha fet una casa molt bonica. Aquest altre nen no li ha sortit tan bé. Acabes bé els treballs de classe o et surten malament?

Gener → Molt bé.

Març → Bé.

15. Aquest nen està ensenyant la seva habitació a un seu amic. El seu amic queda parat, quantes coses boniques!! A casa teva tens coses boniques?

Gener → Sí.

Març → Sí.

16. Aquest nen està ajudant a la seva mare a netejar la casa. Aquest altre no ajuda a casa, té l'armari molt desordenat. Ajudes als teus pares a casa?

Gener → Sí.

Març → Sí.

17. Aquests dos nens estan fent un nino. A aquest li surt bé, però a aquesta nena li surt malament, ho tira a la paperera. A tu com et surten els treballs que fas, bé o malament?

Gener → Bé.

Març → Bé.

18. Aquest nen s'ha enfadat perquè el seu company de classe li ha agafat un llapis sense demanar-li. T'enfades quan t'agafen les coses els teus companys?

Gener → No m'enfado.

Març → No.

19. Aquest nen (el del centre del grup de tres) té molts amics. Aquest altre nen (el que està assegut) no té amics, està sol. Tu tens molts amics o pocs?

Gener → Molts.

Març → Molts amics.

20. Aquests nens s'estan picant. Aquest altre els està separant, no li agrada que els nens es piquin. A tu t'agrada que els nens es piquin o no t'agrada que ho facin?

Gener → No, jo vull que estiguin contents.

Març → No.

21. Aquests dos nens han fet un pastís de plastilina per a la seva mare. A aquest nen li ha sortit molt bé. A aquest altre li ha sortit més lleig. Els treballs que fas tu, et surten bé o malament?

Gener → Bé.

Març → Bé.

22. Aquests nens estan treballant a classe. Aquests són molt xerraires i la mestra els hi diu que callin. Tu fas cas sempre a la mestra?

Gener → Sí.

Març → Sí.

23. Aquests nens estan al llit. Aquest nen no passa por a les nits, dorm tranquil·lament. Aquest altre nen està espantat, té por a la foscor. A tu t'espanta dormir sense llum a les nits?

Gener → No, jo no tinc por.

Març → No, dormo molt bé.

24. Aquí hi ha dos nens vestint-se. Aquest s'està posant sol la camisa. A l'altre l'ajuda la seva mare. Tu et poses la roba sol o t'ajuda la teva mare a vestir-te?

Gener → M'ajuden.

Març → Amb la meva mare.

25. El pare està renyant al nen perquè no vol menjar. A aquest nen no el renyen, perquè s'ho ha menjat tot. A tu et renyen molt els teus pares quan et portes malament?

Gener → No.

Març → No.

26. Aquests nens estan treballant a classe, però aquesta nena està una mica avorrida. T'avorreixes a classe o t'ho passes bé fent els treballs que diu la mestra?

Gener → Treballo molt bé.

Març → M'ho passo bé.

27. Aquest nen està compartint un gelat amb la seva amiga. Aquest altre nen prefereix menjar el gelat ell sol. Comparteixes les coses amb els teus amics o prefereixes guardar-te-les per tu?

Gener → Comparteixo.

Març → Les comparteixo.

28. Ha plogut i aquests nens estan caminant pel carrer. A aquest nen li agrada posar-se a les basses, no l'importa embrutar-se. Aquest altre nen prefereix no passar per les basses, li agrada anar net. A tu t'agrada anar net o a vegades t'agrada embrutar-te?

Gener → No, net.

Març → Neta.

29. Aquests nens estan fent un puzzle. Aquesta nena no sap on ha de posar la peça. Aquesta altra nena li assenyala on ha de col·locar-la. Quan jugues, necessites que t'ajudin?

Gener → Sí.

Març → No.

30. Aquestes nenes estan molt alegres. Aquesta altre està trista. Tu com estàs? Alegre o estàs trista?

Gener → Alegre.

Març → Alegre.

31. Aquests nens estan fent una carrera de sacs. Aquest s'ha entrebancat i ha caigut. Quan jugues amb els teus amics, ets dels que guanyen o dels que perden?

Gener → Dels que guanyen.

Març → Dels que guanyen.

32. Aquests dos nens estan fent la maleta perquè se'n van de viatge. Aquest és molt ordenat, posa tota la roba ben plegada. Aquest altre nen és més desordenat, posa les coses de qualsevol manera. Tu què ets? Ordenat o desordenat?

Gener → Ordenada.

Març → Ordenada.

33. A aquests nens els hi estan tirant una foto. Uns son més prims i altres més gordets. Tu què ets? Dels més prims o dels més gordets?

Gener → Prima.

Març → Prima.

34. Aquests nens estan a la platja. A aquests els agrada molt banyar-se. Aquests altres prefereixen no posar-se a l'aigua, perquè tenen por a l'aigua. A tu et fa por banyar-te quan vas a la platja?

Gener → Em banyo.

Març → Em banyo.

TEST PAI (Percepció de l'Autoconcepte a Infantil)

Subjecte 4

1. Aquí hi ha dos nens. La mare li està cordant les sabates a un nen. I l'altre nen se les corda sol. Tu et cordes les sabates sol o ho fa la teva mare?

Gener → La mama. No en sé.

Març → Quan són de cordons la mama o el papa i quan no, jo.

2. Aquests nens estan jugant a pilota. Aquest prefereix jugar sol. T'agrada jugar amb altres nens o prefereixes jugar sol?

Gener → Amb la mama o el papa. A l'escola, amb les amigues.

Març → Amb les amigues.

3. A aquesta nena li agraden molt els animals, està tocant i acariciant al gos. A aquest altre nen, li fan por els gossos i s'estima més no jugar amb ells. A tu et fan por els animals?

Gener → Tinc por. Li dic als papes que em portin a coll.

Març → M'agraden.

4. El papa i la mama li han portat un regal a aquest nen, però no n'han portat cap per l'altre nen. Els teus pares et fan molts regals?

Gener → Sí, i a en Ferran també i també està content.

Març → em porten regals.

5. Aquests nens s'ho estant passant molt bé, s'estan divertint molt. Aquets altres estan molt seriós, no s'ho passen bé. Tu t'ho passes bé, o estàs serio?

Gener → Molt bé m'ho passo.

Març → M'ho passo bé.

6. Aquests nens estan passejant. Aquesta nena és molt guapa. Aquest altre és més lleig. Tu què ets? Guapo o lleig?

Gener → Guapa.

Març → Guapa.

7. Aquests nens fan una carrera. Aquest arribarà primer. Aquest altre arribarà últim. Quan fas una carrera amb els teus amics, ets el primer o dels últims en arribar?

Gener → Primera si és una cursa curta. Si és una cursa llarga segona.

Març → Si la cursa és llarga, guanya el meu germà. Si és curta guanyem tots dos.

8. Aquesta nena està jugant amb la seva mare. Aquesta altra, juga sola. Els teus pares juguen amb tu?

Gener → A vegades sola, a vegades amb la mama.

Març → Jugo sola i ho faig molt bé.

9. Aquest nen (el del centre) ha fet bé el treball que li ha dit la mestra. Aquest altre (el de la dreta) ho ha fet malament, la mestra li ha dit que ho repetís. TU fas bé els treballs que et diu la mestra o ho fas malament?

Gener → Bé.

Març → Bé.

10. Aquests nens estan jugant a no caure de la barra. Aquest ha perdut l'equilibri i caurà. Aquest altre arribarà fins al final sense caure. Quan jugues com aquests nens, arribes al final o caus?

Gener → Caic i arribo fins al final.

Març → Arribo fins al final.

11. Aquests nens estan passejant. Aquesta nena va molt ben vestida, va molt neta. Aquest altre va una mica més mal vestida, va una mica bruta. Tu vas net o brut?

Gener → Neta.

Març → Neta.

12. Aquests nens estan cridant a l'altre nen perquè jugui amb ells. A aquest altre nen, no el criden. A tu et diuen de jugar amb els amics?

Gener → Sí.

Març → Sí.

13. Aquests nens ploren, estan tristos. Tu plores molt?

Gener → A vegades ploro a vegades no.

Març → A vegades.

14. Aquest nen ha acabat molt bé el treball de classe, ha fet una casa molt bonica. Aquest altre nen no li ha sortit tan bé. Acabes bé els treballs de classe o et surten malament?

Gener → Bé.

Març → Bé.

15. Aquest nen està ensenyant la seva habitació a un seu amic. El seu amic queda parat, quantes coses boniques!! A casa teva tens coses boniques?

Gener → Sí, només venen els cosins i la Maria.

Març → Sí.

16. Aquest nen està ajudant a la seva mare a netejar la casa. Aquest altre no ajuda a casa, té l'armari molt desordenat. Ajudes als teus pares a casa?

Gener → Sí.

Març → Sí.

17. Aquests dos nens estan fent un nino. A aquest li surt bé, però a aquesta nena li surt malament, ho tira a la paperera. A tu com et surten els treballs que fas, bé o malament?

Gener → Bé.

Març → Bé.

18. Aquest nen s'ha enfadat perquè el seu company de classe li ha agafat un llapis sense demanar-li. T'enfades quan t'agafen les coses els teus companys?

Gener → No, li vaig a dir a la Janina.

Març → Sí.

19. Aquest nen (el del centre del grup de tres) té molts amics. Aquest altre nen (el que està assegut) no té amics, està sol. Tu tens molts amics o pocs?

Gener → Molts.

Març → Molts amics.

20. Aquests nens s'estan picant. Aquest altre els està separant, no li agrada que els nens es piquin. A tu t'agrada que els nens es piquin o no t'agrada que ho facin?

Gener → No.

Març → No.

21. Aquests dos nens han fet un pastís de plastilina per a la seva mare. A aquest nen li ha sortit molt bé. A aquest altre li ha sortit més lleig. Els treballs que fas tu, et surten bé o malament?

Gener → Bé.

Març → Bé.

22. Aquests nens estan treballant a classe. Aquests són molt xerraires i la mestra els hi diu que callin. Tu fas cas sempre a la mestra?

Gener → Sí.

Març → Sí.

23. Aquests nens estan al llit. Aquest nen no passa por a les nits, dorm tranquil·lament. Aquest altre nen està espantat, té por a la foscor. A tu t'espanta dormir sense llum a les nits?

Gener → No, a vegades el papa em cuida. A vegades una mica en tinc.

Març → Tinc por i crido al meu papa.

24. Aquí hi ha dos nens vestint-se. Aquest s'està posant sol la camisa. A l'altre l'ajuda la seva mare. Tu et poses la roba sol o t'ajuda la teva mare a vestir-te?

Gener → M'ajuda el papa o la mama. Jo em poso sola la jaqueta i a vegades les sabates m'ajuden. Els pantalons me'ls poso sola.

Març → Sola.

25. El pare està renyant al nen perquè no vol menjar. A aquest nen no el renyen, perquè s'ho ha menjat tot. A tu et renyen molt els teus pares quan et portes malament?

Gener → No em castiguen.

Març → No.

26. Aquests nens estan treballant a classe, però aquesta nena està una mica avorrida. T'avorreixes a classe o t'ho passes bé fent els treballs que diu la mestra?

Gener → No, m'ho passo bé.

Març → Bé.

27. Aquest nen està compartint un gelat amb la seva amiga. Aquest altre nen prefereix menjar el gelat ell sol. Comparteixes les coses amb els teus amics o prefereixes guardar-te-les per tu?

Gener → A vegades m'ho menjo tot, a vegades n'hi dono.

Març → Ho comparteixo amb cosins i germans.

28. Ha plogut i aquests nens estan caminant pel carrer. A aquest nen li agrada posar-se a les basses, no l'importa embrutar-se. Aquest altre nen prefereix no passar per les basses, li agrada anar net. A tu t'agrada anar net o a vegades t'agrada embrutar-te?

Gener → No.

Març → Neta.

29. Aquests nens estan fent un puzzle. Aquesta nena no sap on ha de posar la peça. Aquesta altra nena li assenyala on ha de col·locar-la. Quan jugues, necessites que t'ajudin?

Gener → M'ajuden a vegades.

Març → Sí, ve el meu germà a ajudar-me.

30. Aquestes nenes estan molt alegres. Aquesta altre està trista. Tu com estàs? Alegre o estàs trista?

Gener → Contenta.

Març → Alegre.

31. Aquests nens estan fent una carrera de sacs. Aquest s'ha entrebancat i ha caigut. Quan jugues amb els teus amics, ets dels que guanyen o dels que perden?

Gener → Primera i segona.

Març → De les que guanyen.

32. Aquests dos nens estan fent la maleta perquè se'n van de viatge. Aquest és molt ordenat, posa tota la roba ben plegada. Aquest altre nen és més desordenat, posa les coses de qualsevol manera. Tu què ets? Ordenat o desordenat?

Gener → Ajudo al papa i la mama a fer la maleta, ho poso tot bé.

Març → Ajudo als papas i ho fem molt bé. Sóc ordenada.

33. A aquests nens els hi estan tirant una foto. Uns son més primos i altres més gordets. Tu què ets? Dels més primos o dels més gordets?

Gener → Prima.

Març → Prima.

34. Aquests nens estan a la platja. A aquests els agrada molt banyar-se. Aquests altres prefereixen no posar-se a l'aigua, perquè tenen por a l'aigua. A tu et fa por banyar-te quan vas a la platja?

Gener → A vegades tinc por, quan veig una onada. A vegades no.

Març → No.