



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

Facultat de Ciències de l'educació i psicologia de Tarragona

Ensenyament de mestres. Educació Infantil

## Treball de Fi de Grau

---

# L'autoestima en l'Educació Infantil

Estudiant: Ana Dacasa Doblàs

Tutor: Jordi Prieto Borràs

Data de lliurament: 31 de maig del 2021

**Resum:**

L'autoestima és la valoració positiva o negativa que fa una persona d'ella mateixa, la qual està acompanyada de sentiments de valua personal i d'autoacceptació. És un aspecte important a treballar en l'àmbit educatiu perquè està profundament implicat com a nucli de la personalitat i aquest condiona l'aprenentatge, ajuda a superar les dificultats personals, permet relacions socials, entre d'altres. L'objectiu d'aquest treball és descriure les estratègies que utilitzen les escoles per treballar o planificar tenint en compte l'autoestima dels infants a Educació Infantil. Per poder realitzar la investigació, es va dur a terme un qüestionari a quinze mestres d'Educació Infantil per conèixer els seus coneixements sobre el tema i veure com el treballen a l'aula. La majoria de mestres treballen l'autoestima a través d'estones de diàleg, de reflexió o a través d'estratègies més elaborades com l'elaboració del castell del benestar o de les cinc competències emocionals (Grup de Recerca d'Orientació Psicopedagògica de la Universitat de Barcelona). Podem afirmar que les mestres coneixen què és l'autoestima i la treballen a l'aula, moltes vegades de manera indirecta a través de dinàmiques de grup, tot i que no tendeixin a treballar una part de l'autoestima però obliden d'altres.

**Paraules clau:** autoestima, Educació Infantil, aula, mestres, infants.

**Resumen:**

La autoestima es la valoración positiva o negativa que hace una persona sobre ella misma, la cual esta acompañada de sentimientos de valía persona i de auto aceptación. Es un aspecto importante que trabajar en el ámbito educativo porque esta profundamente implicado como núcleo de la personalidad i este condiona el aprendizaje, ayuda a superar las dificultades personales, permite relaciones sociales, entre otros. El objetivo de este trabajo es describir las estrategias que utilizan las escuelas para trabajar o planificar teniendo en cuenta la autoestima de los niños de Educación Infantil. Para poder realizar la investigación, se realizó un cuestionario a quince docentes de Educación Infantil para conocer sus conocimientos sobre el tema i ver como lo trabajan en el aula. La mayoría de las docentes trabajan la autoestima a través de ratos de dialogo, de reflexión o a través de estrategias más elaboradas como la creación del Castillo del bienestar o de las cinco competencias emocionales (Grupo de

Investigación de Orientación Psicopedagógica de la Universidad de Barcelona). Podemos afirmar que los docentes conocen que es la autoestima i la trabajan en el aula, muchas veces de manera indirecta a través de dinámicas de grupo.

**Palabras clave:** autoestima, Educación Infantil, aula, docentes, niños.

**Abstract:**

Self-esteem is the positive or negative evaluation that a person makes about himself/herself, which is accompanied by feelings of personal worth and self-acceptance. It is an important aspect to work on in the educational field because it is deeply involved as the core of the personality and it conditions learning, helps to overcome personal difficulties, allows social relationships, among others. The objective of this work is to describe the strategies used by schools to work or plan considering the self-esteem of children in kindergarten. To carry out the research, a questionnaire was sent to fifteen Early Childhood Education teachers to find out their knowledge on the subject and to see how they work with it in the classroom. Most of the teachers work on self-esteem through dialogue and reflection or through more elaborate strategies such as the creation of the Castle of Well-being or the five emotional competencies (Psychopedagogical Guidance Research Group of the University of Barcelona). We can affirm that teachers know what self-esteem is and work on it in the classroom, often indirectly through group dynamics.

**Key words:** self-esteem, Early Childhood Education, class, teachers, kids.

## ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ.....	5
2. MARC TEÒRIC.....	7
2.1 Què és l'autoestima i com es desenvolupa?.....	7
2.1.1 Què és?.....	7
2.1.2 Com es desenvolupa?.....	8
2.2. Dimensions o àrees de l'autoestima.....	10
2.3. Característiques d'infants amb una baixa o alta autoestima.....	12
2.3.1 Infants amb baixa autoestima.....	12
2.3.2 Infants amb alta autoestima.....	13
2.4. Ítems que beneficien o perjudiquen a crear una bona autoestima.....	14
L'AUTOESTIMA EN L'ÀMBIT FAMILIAR.....	15
2.5. Pautes per proporcionar una bona autoestima als infants en la infància.....	15
2.6. Conductes a evitar com a família per crear una bona autoestima als infants.....	18
L'AUTOESTIMA EN L'ÀMBIT ESCOLAR.....	19
2.7. La importància de treballar l'autoestima a l'Etapa d'Infantil.....	19
2.8. Treballar l'autoestima amb els infants. Com?.....	20
3. MARC METODOLÒGIC.....	22
3.1 Introducció.....	22
3.2 Elecció del paradigma i de la metodologia.....	22
3.2.1 Paradigma.....	23
3.2.2 Metodologia.....	23
3.2.3 Mètode.....	24
3.3 Disseny de la investigació.....	24
3.3.1 Supòsit de partida.....	24
3.3.2 Objectius.....	24
3.3.3 Mostra/població.....	25
3.3.4 Instrument de recollida de dades.....	25
3.4 Resultats.....	26
3.4.1 Proposta de millora.....	28
3.5 Conclusions.....	30
4. BIBLIOGRAFIA.....	33
5. ANNEXOS.....	37

## 1. INTRODUCCIÓ

Partim de la base que l'autoestima és la fita més alta del procés educatiu i el centre de la nostra forma de pensar, sentir i actuar (Alcántara, Baldares i Maya, 1996). Aquest és el meu punt de partida, el motiu principal pel qual vaig decidir enfocar el meu treball en aquest àmbit tan emocional però molt important a tenir en compte en totes les etapes escolars.

A més, el que em va impulsar a tractar l'autoestima, va ser el poc tracte que es fa d'aquesta a l'aula i el poc coneixement que tenen els docents actualment, ja que als graus de, per exemple, la universitat no és un tema gaire tractat. Parlem la majoria de vegades de l'educació emocional, però mai aprofundim gaire, ja que no tenim espais on ens parlin d'aquests àmbits i ens expliquin com podem treballar-lo a l'aula amb els infants. Sempre ens centrem en deixar clar que tot el treball dels docents ha de centrar-se i partir de les necessitats dels infants, però considero que si no es fa un treball individual de l'autoestima, aspecte que és present tota la vida, això pot influir en el desenvolupament global de cadascú. Penso que com a docents, hem de vetllar perquè els infants tinguin cobertes totes les necessitats emocionals que ajudin al correcte desenvolupament de l'autoestima, a través d'activitats individuals, materials o inclús dinàmiques per aprofundir més en l'àmbit de les emocions.

També, trobem que com afirmen Senín, Calderón i Rodríguez (2019), els estereotips i les modes influeixen en els infants, podent en un futur posar en risc el fet de desenvolupar conductes que impliquen alteracions de la imatge corporal. És per això, com defensa Santos (2019), que hem de potenciar el seu propi afecte, el qual implica atendre les seves necessitats emocionals per aportar a la formació integral.

Aquest treball parteix d'una base teòrica simple, enfocant-nos en conèixer una mica millor què és l'autoestima i com es desenvolupa, ja que per poder fer una bona investigació primer ens hem de centrar en el tema principal i conèixer els aspectes més bàsics d'aquest món tan ampli. I a poc a poc anem concretant i coneixent aspectes més complexos del tema, com són les seves dimensions o àrees.

Aleshores, un cop introduïts els aspectes més teòrics d'aquest concepte, ens centrem a parlar de l'autoestima en els infants. Primerament descrivim els aspectes més importants de l'autoestima en referència a l'àmbit familiar, ja que com afirma Seco (2006): l'afecte, l'estima, l'acceptació i la valoració són els pilars bàsics en la construcció

d'una bona autoestima, centrant-nos en les pautes que han de seguir les famílies per ajudar als infants a crear una bona autoestima i també les conductes que han d'evitar, ja que si no treballem l'autoestima amb els infants poden acabar patint excessiva autocrítica que els manté en un estat d'insatisfacció continu, hipersensibilitat davant la crítica, indecisió crònica per por a equivocar-se, etc. (García, 2005) En canvi, si treballem l'autoestima i els ajudem a construir una bona autoestima, com afirma Branden (1994), els infants trobaran més motius per l'èxit i el progrés en el treball, la família i la societat. A més, els infants són més racionals, realistes, creatius, independents i tenen més facilitat per acceptar els canvis.

Per altra banda, passem a parlar de l'autoestima en l'àmbit escolar, evidenciant la importància que té treballar l'autoestima en l'Etapa d'Infantil i explicant de quina manera ho podem fer.

Després de tota l'explicació teòrica que hem realitzat per introduir el tema i conèixer-lo millor, ens centrem en el marc metodològic, la investigació duta a terme a partir d'aquest treball. Aquest se centra en un supòsit de partida i, a partir d'aquest, es marquen els objectius de la investigació i el disseny metodològic: la metodologia emprada, el paradigma, la mostra, els instruments per la recollida de dades... La metodologia que utilitzaré per dur a terme el meu treball és la metodologia mixta, ja que utilitzo les dues tipologies d'objectius: la qualitativa per explicar i la quantitativa per comprendre.

Aleshores fem una anàlisi dels resultats recollits a través dels instruments utilitzats i els relacionem amb la teoria.

Finalment, per tancar el treball ens trobem amb l'apartat de conclusions, en el qual trobarem algunes reflexions extretes després de tant temps creant aquest treball a través de molts referents bibliogràfics.

## 2. MARC TEÒRIC

### 2.1. QUÈ ÉS L'AUTOESTIMA I COM ES DESENVOLUPA

#### 2.1.1 QUÈ ÉS L'AUTOESTIMA?

El concepte d'autoestima ha estat definit per molts autors al llarg de la història i molts d'aquests han escrit informació per aprofundir més en el coneixement d'aquest concepte.

Segons Branden (1994) l'autoestima té dos components que es relacionen entre si. Per una banda trobem la sensació de confiança davant les diverses situacions de la vida: l'eficàcia personal, la qual significa confiança en el coneixement de la ment, en la capacitat per pensar i entendre i escollir i prendre decisions. I, per altra banda, trobem la sensació de considerar-se mereixedor de la felicitat: el respecte cap a un mateix, el qual fa referència a la reafirmació de la pròpia valia personal, aquesta és una actitud positiva cap al dret de viure i de ser feliç.

Aleshores l'autor conclou que la seva definició d'autoestima es basa en la disposició a considerar-se competent per fer front a les situacions bàsiques de la vida i sentir-se mereixedor de la felicitat.

González (1999) també elabora una definició sobre el concepte d'autoestima i ho fa a través d'un altre concepte. L'autora afirma que l'autoestima és la valoració que el subjecte fa del seu autoconcepte, és a dir, d'allò que coneix d'ell mateix. Defensa que aquesta es pot considerar un aspecte de l'autoconcepte o com un component d'aquest. A més, afegeix que l'autoestima és la valoració positiva o negativa que el subjecte fa del seu autoconcepte, valoració que acompanya de sentiments de vàlua personal i autoacceptació.

Aleshores trobem que després defineix l'autoconcepte com el coneixement i les creences que el subjecte té d'ell mateix en totes les dimensions i aspectes que el configuren com a persona. Això implica una descripció objectiva i subjectiva d'un mateix, la qual conté molts elements o atributs que serveixen per distingir a una persona com única i diferent de tota la resta.

D'altra banda, Reasoner (1982) defineix l'autoestima com un concepte que depèn dels següents factors:

- "Sentit de la seguretat": aquest es forma posant límits realistes i fomentant en els alumnes l'autorespecte i la responsabilitat.

- “Sentit d’identitat”: s’aconsegueix demostrant afecte i acceptació i donant retroalimentació a través del reconeixement de les fortaleses de l’infant.
- “Sentiments de pertinença”: es desenvolupa fomentant l’acceptació, les relacions entre infants durant el curs, la incorporació de tots al treball i l’estructuració d’un ambient adequat.
- “Sentit de propòsit”: aquest s’aconsegueix permetent i ajudant als infants a posar-se fites, a través de la comunicació de les expectatives i d’establir una relació de confiança i fe amb ells.
- “Sentit de competència”, aquest s’afavoreix ajudant als infants a realitzar les seves pròpies opcions i decisions, permetent-los i incitant-los a realitzar autoavaluacions i fent senyals de reconeixement dels seus èxits.

Per últim, trobem que Melcón i Melcón (1991) afirmen que gaudir de l’autoestima provoca una pau interior, una confiança en un mateix i un respecte propi.

### **2.1.2 COM ES DESENVOLUPA?**

Segons Melcón i Melcón (1991), l’autoestima es va formant en l’infant d’una manera inadvertida, mentre va creixent el cercle de persones amb les quals entra en contacte. Afirma que aquesta regula constantment el comportament humà, per la qual cosa hauria d’ensenyar-se i practicar-se des de l’escola.

Clark, Clemen i Beann (2000) ens expliquen el desenvolupament evolutiu de l’autoestima:

- L’autoestima és un concepte que juntament amb el “Jo” es desenvolupen durant tota la vida, és a dir, aquests conceptes evolucionen contínuament i es converteixen en un procés interminable.
- El bebè i el lactant no tenen un concepte de si mateix, només sensacions físiques i, no és fins als dos anys, que comença a desenvolupar el concepte del “Jo” basat en les reaccions dels altres.
- Després de la Primera Infància, juntament amb la seva família, seran els amics, companys, mestres, veïns... els que afegiran respostes que aniran configurant el seu concepte del “Jo”.
- Durant l’adolescència es produeix una crisi d’identitat. Es produeix una reorganització crítica de la seva manera d’apreciar-se amb el canvi que es produeix en la seva autoestima.

- Finalment, a l'etapa adulta es produeix una posada al dia de l'autoestima desenvolupada durant les etapes anteriors.

Panesso i Arango (2017) afirmen que el desenvolupament de l'autoestima és gradual durant tota la vida, començant per la infància i creuant totes les altres etapes del cicle vital.

En primer lloc, trobem l'etapa del si mateix primitiu, va des del naixement fins als dos anys aproximadament. La persona es va relacionant amb la seva figura cuidadora, que la majoria de vegades sol ser la mare i a mesura que creix va diferenciant-se de la resta i fent-se autoconscient.

En segon lloc trobem l'etapa del si mateix exterior, va des dels dos anys fins als dotze aproximadament i és l'etapa més decisiva per l'estructuració de l'autoestima, pel fet que és la vivència de les experiències d'èxit i de fracàs i la retroalimentació de les mateixes per part dels seus pares la que generarà a l'infant una imatge positiva o negativa de si mateix. Entre els vuit i els nou anys comença la definició personal, on es fan més evidents els sentiments d'orgull o de vergonya basant-se en alguns trets psicològics que identifica de si mateix.

En tercer lloc trobem l'etapa del si mateix interior, va des dels dotze anys cap endavant. En aquesta etapa la persona busca descriure's i definir-se la identitat, un procés que comença al voltant dels dotze anys.

D'altra banda, trobem que Aguila (1997) afirma que l'autoestima no és estàtica, és a dir, aquesta es va construint al llarg de la vida i va tenint algunes variacions que la modifiquen. A partir dels 5-6 anys és quan comencem a formar-nos un concepte sobre com ens veuen els nostres pares, mestres, companys i les experiències que anem adquirint. També afirma que l'autoestima es pot anar enriquint només si les persones prenen consciència de cadascun d'ells, si s'adonen de si tenen una baixa o alta autoestima, i com funciona amb ell mateix i amb l'entorn. El nivell de la mateixa estima el podem identificar mirant conductes que manifestem cap a nosaltres mateixos.

## **2.2. DIMENSIONS O ÀREES DE L'AUTOESTIMA**

Segons Mézerville (2004), l'autoestima té un procés que es basa en dues dimensions complementàries, una actitudinal integrada per tres components: l'autoimatge, l'autovaloració i l'autoconfiança; i, per altra banda, una dimensió conductual observable formada per tres components: l'autocontrol, l'autoafirmació i l'autorealització.

Primerament, definirem els components de la dimensió actitudinal:

Pel que fa a l'autoimatge, aquesta consisteix en la capacitat de veure's a un mateix com la persona que realment és, amb les seves virtuts i defectes. Aquesta no és un aspecte estàtic, ja que inclou el coneixement propi basat en experiències passades.

Després trobem l'autovaloració, la qual consisteix en el fet que la persona es consideri important per ella mateixa i per les altres. Aquesta es relaciona amb aspectes com l'autoacceptació i l'autorespecte. Aleshores la podem definir com el respecte a un mateix i la confiança en el nostre dret a triomfar i ser feliços.

L'autoconfiança es caracteritza perquè la persona creu que pot realitzar bé diverses coses i sentir-se segura a l'hora de fer-les. Aquesta es tradueix al fet que la persona cregui en ella mateixa i en les seves capacitats per enfrontar diferents reptes.

A continuació, explicarem els components que formen la dimensió conductual observable:

Pel que fa a l'autocontrol, aquest consisteix a moure's adequadament en la dimensió personal, cuidant-se, dominant-se i organitzant-se bé la vida. L'autosuperació en aquest aspecte com és l'autocontrol consisteix a adoptar característiques de cura personal i patrons de comportaments caracteritzats per una bona disciplina i organització existencial.

D'altra banda, l'autoafirmació es defineix com la llibertat de ser un mateix i poder prendre decisions per conduir-se amb autonomia i maduresa. Aquesta es caracteritza per la capacitat que té la persona de manifestar-se obertament quan expressa els seus pensaments, desitjos o habilitats. La finalitat d'autosuperació en l'autoafirmació consisteix a trobar formes saludables d'expressar el pensament i les habilitats davant les altres persones i en conduir-se de manera autònoma.

I, per últim, pel que fa a l'autorealització, aquesta consisteix en el desenvolupament i l'expressió adequada de les capacitats, de manera que la persona pot viure una vida satisfactòria i de profit per ella mateixa i per altres persones. D'aquesta manera, per

aconseguir una bona autorealització la persona cal que projecti mitjançant diverses àrees d'interès, aptitud o compromís que li resultin significativa.

També trobem que Haeussler i Milicic (2014) defineixen altres dimensions o àrees específiques de l'autoestima, les quals són molt significatives en l'Etapa Escolar:

- *DIMENSIÓ FÍSICA*

Fa referència al fet de sentir-se atractiu físicament. És freqüent que els infants tinguin una autoestima baixa a causa de la influència dels mitjans de comunicació, ja que aquests promouen estereotips de bellesa molt diferents de les característiques físiques de l'infant.

- *DIMENSIÓ SOCIAL*

Aquesta inclou el sentiment de sentir-se acceptada o rebutjada pels iguals i, a més, el sentiment de pertinença, és a dir, sentir-se part d'un grup. Aquesta dimensió també està relacionada amb el fet de sentir-se capaç d'afrontar amb èxit diverses situacions socials, com per exemple ser capaç de prendre la iniciativa o de solucionar conflictes amb facilitat. Finalment, aquesta dimensió també inclou el sentit de solidaritat.

- *DIMENSIÓ AFECTIVA*

Molt relacionada amb l'anterior, però fa referència a l'autopercepció de característiques de personalitat, com sentir-se:

- Simpàtic o antipàtic
- Valent o temorós
- Tímid o assertiu
- Tranquil o inquiet
- De bon o de mal caràcter
- Generós o tacany
- Equilibrat o desequilibrat

- *DIMENSIÓ ACADÈMICA*

Fa referència a l'autopercepció de la capacitat per afrontar amb èxit les situacions de la vida escolar, sobretot el fet de tenir un bon rendiment i ajustar-se a les exigències que ens posen.

- *DIMENSIÓ ÈTICA*

Es relaciona amb el fet de sentir-se una bona persona i confiable o, en canvi, dolenta i poc confiable. També inclou atributs com sentir-se responsable i treballador o tot el contrari.

Aquesta depèn de la forma en la qual l'infant interioritza els valors i les normes, i de com s'ha sentit enfront dels adults quan les ha interioritzat.

- *DIMENSIÓ ESPIRITUAL*

Relacionada amb sentir que la pròpia vida té un sentit que va més enllà d'un mateix, el que portaria a la persona a tenir una necessitat de transcendir.

Aquesta dimensió no implica ser religiós, ja que l'espiritualitat pot ser viscuda a través de formes molt variades com l'art, la música, la relació amb la naturalesa, la religió, la relació i ajudar als altres.

### **2.3. CARACTERÍSTIQUES D'INFANTS AMB UNA BAIXA O ALTA AUTOESTIMA**

Eisenberg i Patterson (1981) fan referència a una sèrie de conductes correlacionades tant amb l'alta com amb la baixa autoestima. És a dir, aquestes conductes tenen una gran influència a l'hora de crear la imatge que tenim de nosaltres mateixos i, per tant, definir una baixa o una alta autoestima. Algunes d'aquestes conductes són: la creació d'expectatives envers el futur, l'assertivitat personal que tenim, les eines que tenim per fer front l'estrès...

#### **2.3.1 INFANTS AMB BAIXA AUTOESTIMA**

Segons Rosenthal i Simeonsson en Rice (2000) les persones amb baixa autoestima mostren una identitat canviant, inestable i obertament vulnerable a la crítica o al rebuig. Aquestes es pertorben quan pensen que algú es riu d'elles, quan se senten acusades o quan perceben que altres persones tenen una opinió negativa d'elles. Se senten maldestres i intranquil·les i eviten exposar-se al ridícul.

Satir (1980), menciona que una persona amb baixa autoestima té una gran sensació d'inseguretat prop d'ella mateixa. A més, basa la seva autoestima al que creu que els altres pensen sobre ella i l'intenten ocultar davant la resta.

Algunes de les característiques que presenten les persones amb una baixa autoestima són la falta de confiança en elles mateixes, la por d'expressar idees no populars o inusuals, no desitgen exposar-se a elles mateixes, fer enfadar a la resta o realitzar accions que podrien atreure l'atenció (Eisenberg i Patterson, 1981).

A més, aquests autors defineixen interiorment a les persones amb baixa autoestima afirmant que tenen molta autoconsciència i preocupació cap als seus problemes interns i això provoca distracció cap a l'atenció de les altres persones i assumptes. És a dir, això provoca una limitació en les relacions socials, disminuint les possibilitats de creació de vincles d'amistat i de suport.

D'altra banda, García (2005) defineix una sèrie de característiques que descriuen a les persones amb baixa autoestima:

- Autocrítica excessiva que manté a la persona en un estat d'insatisfacció.
- Hipersensibilitat davant la crítica, això provoca que se senti exageradament atacada.
- Indecisió crònica per por a equivocar-se.
- Desig innecessari per complaure a les altres persones, ja que mai diu que no per por a desagradar.
- Perfeccionisme, autoexigència per fer tot perfectament.
- Culpabilitat, ja que exagera la magnitud dels seus errors.

Per últim, Santrock (2002) comenta que per moltes persones, l'autoestima baixa pot ser una situació temporal, però per altres es pot traduir en altres problemes més seriosos. Una baixa autoestima pot estar relacionada amb el baix rendiment acadèmic, la depressió i altres situacions com la delinqüència.

### **2.3.2 INFANTS AMB ALTA AUTOESTIMA**

El fet de tenir una autoestima saludable, com afirma Branden (1994), es relaciona amb la racionalitat, el realisme, la creativitat, la independència, la flexibilitat i la capacitat per acceptar els canvis. A més, també la relacionem amb el desig d'admetre els errors i la disposició a cooperar.

Aquests infants tenen la capacitat de fer front als problemes que es presenten en l'àmbit personal, familiar o laboral. També es caracteritzen per una forma de comunicació més oberta, honrada i apropiada perquè creiem que els nostres pensaments tenen el mateix valor que els de la resta. I, a més, tractem als altres amb respecte, justícia i no els considerarem una amenaça, ja que el respecte cap a un mateix és el fonament del respecte cap als altres.

Branden (1994) considera que les persones amb una alta autoestima troben motius en l'èxit i el progrés en el treball, la família i la societat. També troben el sentit de la vida

en l'amor cap als altres, en el que reben ells mateixos, en el de les famílies i amics. Són persones amb més energia i més positives i això provoca que aprofitin totes les oportunitats que tenen pel desenvolupament personal i social. Aquests infants es mostren més confiats, responsables, coherents, expressius, autònoms, optimistes i també es relacionen amb persones positives i parlen bé de la resta.

#### **2.4. ÍTEMS QUE BENEFICIEN O PERJUDIQUEN A CREAR UNA BONA AUTOESTIMA**

González i López (2001) afirmen que quan l'escola comença a ser l'entorn nou de l'infant, aquesta comença a exercir un impacte en l'autoestima de l'infant, ja que els seus èxits o fracassos afectaran en la forma de percebre's i d'avaluar-se. Aleshores podem confirmar que un dels ítems que afecten l'autoestima de l'infant és l'escola, ja que l'entorn i les relacions amb els altres el poden ajudar a crear una autoestima positiva, on es vegi a si mateix positivament, o una autoestima negativa.

Zamora (2012) defensa que cal fomentar l'autoestima als infants. Un altre dels ítems que influeixen en la creació d'aquesta és la família, perquè hi hagi un benefici en la creació de l'autoestima positiva de l'infant ha d'haver-hi un clima afectiu on se senti segur i estimat, demostrant-ho mitjançant el contacte físic, a través de carícies i gestos d'estima, fent-li veure que és especial i únic, adaptant les nostres actuacions perquè se sentin protagonistes.

El fet de comparar uns infants amb altres és un factor que perjudica molt a l'elaboració d'una autoestima positiva i, per tant, hem d'eliminar qualsevol comparació que puguem fer amb altres companys, germans... A més, cal que tinguem unes expectatives realistes sobre l'infant, per tal d'elaborar actuacions ajustades a les seves habilitats i capacitats.

Aleshores trobem diversos ítems que beneficien o perjudiquen l'autoestima, factors de risc i protectors:

<b>FACTORS DE RISC</b>	<b>FACTORS PROTECTORS</b>
Cuidador no permanent	Cuidador estable
Crítiques freqüents cap a l'infant	Estimulació i acceptació de l'infant
Els seus èxits són indiferents	Els seus èxits són reforçats
Se sent exclòs pels seus amics	Se sent acceptat pels seus amics
Clima familiar inadequat	Clima familiar adequat

Taula 1: Quadre factors de risc i protectors.

### **L'AUTOESTIMA EN L'ÀMBIT FAMILIAR**

Segons Cajamarca (2017) hi ha molts factors que beneficien i perjudiquen la creació de l'autoestima, els principals com he dit anteriorment són la família i l'escola, ja que són els principals factors que influeixen globalment a l'infant. L'autora destaca que un dels fets més remarcables per dur a terme una millora en l'autoestima és la motivació, és a dir, la majoria de persones sempre tendim a ser molt dependents de tot i més ho són els infants, per això si tenim una persona que ens motivi i ens faci veure amb millors ulls podrem beneficiar a l'autoestima, creant una autoestima positiva. La persona que motivi a l'infant pot ser qualsevol: la família, el mestre, un company..., aquesta haurà d'escoltar a l'infant, mostrar afecte i seguretat.

### **2.5. PAUTES PER PROPORCIONAR UNA BONA AUTOESTIMA ALS INFANTS EN LA INFÀNCIA**

Com afirma Seco (2006), l'afecte, l'estima, l'acceptació i la valoració són els pilars bàsics en la construcció d'una bona autoestima. Si l'infant té uns pares afectius càlids i atents, que li donin amor i el facin sentir valorat: creixerà amb una bona autoestima. En canvi, si els pares són afectivament freds, distants i l'infant sent que no és estimat: creixerà amb una autoestima baixa. Per tant, podem afirmar que aconseguir que els infants se sentin persones capacitades i desenvolupades depèn de l'actitud dels pares.

A més, l'autora afirma que hi ha algunes actuacions que poden dur a terme els pares per ajudar a crear una alta autoestima als seus fills. Algunes d'aquestes actuacions són:

- **ASSEGURAR AFECTE I ESTIMA INCONDICIONAL:** l'infant necessita estar segur que l'estimen i ha de sentir-se sempre especial en la família, notar que quan està a casa la seva presència és apreciada, i quan no hi és se'l troba a faltar. L'afecte dels pares ha de ser independent del seu comportament. Quan l'infant se sent estimat, pot acceptar-se a si mateix, adquirir el sentit del seu propi valor, descobrir i realitzar el potencial del qual és dotat.
- **FELICITAR ELS SEUS ENCERTS, CELEBRAR ELS SEUS ÈXITS I DESTACAR LES COSES POSITIVES:** els pares han de comentar amb l'infant tots els aspectes positius de la seva conducta, hem de reconèixer allò que fa bé i felicitar-lo, ja que per ells,

assolir petites metes, implica grans esforços. Si l'infant presenta una actitud positiva, cal que el nostre reconeixement sigui immediat, perquè sigui més efectiu.

- **SANCIONAR LA SEVA CONDUCTA, EL SEU COMPORTAMENT I NO LA SEVA PERSONA:** sempre hem de separar les males accions de com és l'infant. Una cosa és fer-li veure que no s'ha portat bé i un altre molt diferent és fer-li entendre que tot ell és negatiu. És a dir, els infants no han de relacionar la seva vàlua personal amb la seva conducta, per tant no direm mai si un infant és bo o dolent (si repetim moltes vegades que un infant és bo, quan faci alguna cosa malament la seva autoestima baixarà).
- **DEDICAR TEMPS ALS FILLS/ES:** cal que com a pares busquem un temps en exclusiva per passar-lo amb els nostres infants, per jugar amb ells, riure, ajudar-los amb els deures, explicar un conte... Ja que quan els hi demostrem que volem estar amb ells i que ens interessem, ells senten que ens importen, que són importants i valuosos per nosaltres.
- **MANTENIR UNA ESCOLTA CÀLIDA I ACTIVA, SENSE DISTRACCIONS:** la comunicació humana té un factor molt important que és el fet d'escoltar i sentir-se escoltat. Els pares han de parlar menys i escoltar més, esperant que els infants acabin per respondre. L'escolta oberta implica posar molta atenció i comprendre el que s'està dient. Hem de tenir alguns aspectes en compte com a pares cap als nostres fills com són: escoltar atentament i comprensivament, tenir una mirada amistosa, un somriure afectuós...
- **SUPRIMIR COMPARACIONS AMB ELS GERMANS O COMPANYS I RECORDAR QUE CADASCÚ ÉS ÚNIC:** mai hem de comparar als infants amb la resta, ja que això els farà sentir que no valen suficient. A més, d'aquesta manera fomentem la gelosia i l'enveja. Quan comparem estem fent que l'infant pensi que l'altre és millor que ell i, per tant, més estimat pels pares. Cada infant ocupa un lloc diferent i especial a la família. En definitiva, hem de respectar la individualitat de cada fill per desenvolupar una bona autoestima i acceptar-lo com un tot global, amb les seves capacitats, habilitats, i també amb les seves limitacions i dificultats.

- **POSAR METES ADAPTADES A LES SEVES POSSIBILITATS, SENSE EXIGIR MÉS DEL QUE POT:** els pares han d'estimar als seus fills, ajudant-los en la presa de consciència de les seves possibilitats i animant-los a fer que es posin a prova. Però sempre atenent a les seves possibilitats, ja que demanar més del que són capaços de fer només porta: frustració, desànim i inseguretats.
- **NO REGALAR-LI COSES GRATUÏTAMENT I EN EXCÉS:** si fem algun regal als infants, ha de ser com a recompensa d'algun esforç, ja que així consolidem la seva certesa que és capaç d'aconseguir coses.
- **DONAR-LI L'OPORTUNITAT DE RESPONSABILITZAR-SE I D'EQUIVOCAR-SE:** perquè un infant senti que està capacitat per fer front a les diverses situacions que passen, cal que els pares li donin l'oportunitat d'escollir, d'equivocar-se i proporcionar estímuls per acceptar responsabilitats i assumir conseqüències. Els infants amb alta autoestima, són infants que han tingut l'oportunitat de prendre decisions, assumir responsabilitats des de la infància i decidir què volen fer, com volen fer-ho... A més, ensenyar a aprendre dels seus errors als infants d'una manera positiva l'ajudarà a treure dramatisme als seus errors i esforçar-se més.

## 2.6. CONDUCTES A EVITAR COM A FAMÍLIA PER CREAR UNA BONA AUTOESTIMA ALS INFANTS

Segons Zamora (2012), hi ha moltes conductes que com a família hem d'evitar per no obstaculitzar la creació d'una autoestima positiva en els infants.

CONDUCTES A EVITAR COM A FAMÍLIA	MOTIUS PER NO FER-LES
<b>Posar etiquetes als infants.</b>	Neix l'Efecte Pigmalión que fa referència a la potencial influència que exerceix la creença d'una persona en el rendiment d'una altra.
<b>No mostrar contacte físic</b>	No tocar-lo, acariciar-lo ni abraçar-lo el fa sentir que no és digne d'abraçades i ho acaben interioritzant.
<b>Realitzar crítiques negatives davant seu</b>	Pot generar sentiments d'inferioritat i indefensa apresada.
<b>Infravalorar-se davant dels infants</b>	Els pares són el reflex en el qual els fills es projecten i aquests actuen com a model a seguir.
<b>No reforçar les bones conductes</b>	Provocarà que l'infant no repeteixi les conductes que es considerin adequades podent produir-se inclús l'efecte contrari per tal de cridar l'atenció.
<b>Transmetre la idea que és incompetent</b>	Cada infant té unes capacitats i habilitats diferents. La nostra tasca és potenciar-les i fer-los veure quines són.
<b>No donar responsabilitats</b>	L'infant actuarà amb por si els seus pares li demostren que no confien en ell.
<b>No oferir solucions davant els seus errors</b>	Si en comptes d'oferir-los habilitats per resoldre els conflictes els hi fem crítiques, això generarà sentiments d'inferioritat.

## **L'AUTOESTIMA EN L'ÀMBIT ESCOLAR**

### **2.7. LA IMPORTÀNCIA DE TREBALLAR L'AUTOESTIMA A L'ETAPA D'INFANTIL**

Bravo (2018) afirma que l'escola juga un paper molt important en la formació de l'autoestima dels infants. És imprescindible tenir en compte diferents aspectes que incideixen en l'autoestima de l'infant, des de les seves famílies fins a les relacions que estableixen amb els docents i la resta de companys de l'escola.

Dins l'escola, hi ha dos factors que influeixen profundament en la creació de l'autoestima: el rendiment acadèmic i el fet de ser exitosos en les relacions amb el grup d'iguals, individualment o grupalment.

Un altre motiu pel qual considerem que és important treballar l'autoestima és, com bé assenyala Alcántara (1988), perquè aquesta està profundament implicada com a nucli de la personalitat. Afirma que l'autoestima condiciona l'aprenentatge, ajuda a superar les dificultats personals, fomenta la responsabilitat, dona suport a la creativitat, determina l'autonomia personal, permet relacions socials, saludables, obertes i assertives i garanteix la projecció futura de la persona. Tots aquests aspectes de la personalitat, afecten d'una manera o una altra a l'aula, per això les hem de tenir presents i treballar-la de manera adequada.

A més, Zayas (2001) especifica algunes necessitats de l'infant en la seva etapa escolar:

- Necessitat d'afecte.
- Necessitat de vinculació, a un grup de família, amics o docents.
- Necessitat de poder.
- Necessitats de singularitat, sentir-se únic i especial.

Per tant, personalment considero que és imprescindible treballar i cobrir aquestes necessitats per tal d'ajudar als infants en el bon desenvolupament de l'autoestima, és a dir, les hem de tenir en compte i treballar-les a l'aula adequadament.

Pel que fa a l'autoestima en l'Etapa d'Infantil, l'objectiu principal ha de ser motivar als infants en tots els aspectes, tant en l'aprenentatge com en la imatge que tinguin d'ells mateixos. Per això, els docents tenen la tasca d'identificar quines són les tècniques que motiven als seus alumnes, valorant les habilitats i capacitats de cadascun d'ells.

Zayas (2001) també remarca que l'escola, a més de ser un context en el qual les capacitats dels infants són avaluades, és també un espai important per als infants, sobretot per la quantitat d'interaccions que es produeixen.

El docent posseeix de tots els recursos necessaris per augmentar l'autoestima dels alumnes. Existeixen algunes pautes que ajuden a enfortir i desenvolupar l'autoestima positiva, pautes que haurien de seguir a l'escola, amb la família i en qualsevol entorn.

Algunes d'aquestes són:

- Respectar el treball i l'esforç que realitza l'alumne.
- Estimular als infants a emprendre accions i reconèixer els seus èxits.
- Estimular i ajudar als infants en la realització d'exercicis físics.
- Crear ambients de tranquil·litat, seguretat i confiança.
- Ajudar a solucionar problemes d'aprenentatge i educació.
- Inculcar la idea que sí que poden i són capaços.
- Avaluar el procés d'aprenentatge igual que els resultats.
- Desenvolupar habilitats als infants per relacionar-se amb la resta.

Segons Zamora (2012) l'autoestima infantil es pot fomentar amb tècniques diverses i utilitzant de manera correcta el reforç, ja que com a mestres hem de fer sentir als infants protagonistes dels seus aprenentatges, però també reforçar els seus èxits i ajudar a trobar solucions davant dels seus errors, fent així d'acompanyats durant el procés de desenvolupament.

## **2.8. TREBALLAR L'AUTOESTIMA AMB ELS INFANTS. COM?**

Jiménez (2009) explica que per tal de fer una actuació adequada a l'aula, podem utilitzar com a instruments els següents principis d'aprenentatge:

- ⇒ APRENTATGE INDIVIDUALITZAT: és completament necessari respectar el ritme de treball de cada infant, tenint en compte la individualitat de cadascú afavorint l'afectivitat i creativitat.
- ⇒ APRENTATGE COOPERATIU I PARTICIPATIU: amb aquest tipus d'aprenentatge, afavorim que l'alumne s'impliqui més directament en el desenvolupament de les activitats i també la relació amb el docent i la resta de companys.
- ⇒ APRENTATGE CONTRACTIU SIGNIFICATIU I FUNCIONAL: hem de presentar continguts que el motivin, per assegurar l'èxit en el seu propi aprenentatge.
- ⇒ APRENTATGE GLOBALITZAT: hem de presentar els continguts d'aprenentatge d'una manera globalitzada, per aconseguir un bon rendiment acadèmic.
- ⇒ ESTRATÈGIES D'APRENTATGE: englobades en dos grups:

- Estratègies afectives: l'objectiu principal és motivar a l'alumne i fomentar la seva autoestima.
- Estratègies de context: el docent ha de dirigir correctament l'aula, organitzant-la, distribuint correctament els espais, el material, l'ambient...

### **3. MARC METODOLÒGIC**

#### **3.1. INTRODUCCIÓ**

Rodríguez (2017) afirma que a diferència d'altres ciències, la investigació en educació està completament condicionada pels col·lectius als quals va destinada (alumnat, professorat, famílies, psicopedagògics) i també per les persones que poden facilitar informació sobre la realitat educativa.

La investigació educativa ha de crear-se com la base de la intervenció educativa. Els resultats d'aquesta no només han de servir per fonamentar, justificar o donar suport a les decisions que es presenten, sinó també ens aporten informació valuosa sobre l'èxit d'aquestes intervencions.

Els contextos escolars, tant des dels seus marcs normatius i socials com des dels institucionals, són realitats molt diverses que necessiten que els professionals de l'educació no només dominin coneixements teòrics i pràctics del seu àmbit, sinó també siguin capaços de reconèixer i analitzar diversos factors implicats en els fets educatius. Així podrem garantir la realització d'intervencions fonamentades en evidències empíriques.

D'aquesta manera, la investigació comença amb l'origen del problema, el qual pot sorgir des de la teoria o d'una situació pràctica. La definició del problema se sol realitzar seguint tres passos, primer identifiquem i delimitem el problema, després valorem el problema i finalment formulem el problema. Un cop formulat, haurem de detallar els objectius, revisar la bibliografia que ens ajudi a acabar d'elaborar adequadament el problema, els objectius i també la posterior construcció d'instruments, a més de la discussió dels resultats. Aleshores a partir d'aquest punt, es comença a detallar el disseny de la intervenció educativa, l'elecció de la metodologia d'investigació, per exemple quin tipus de mètode utilitzarem, i la planificació del treball de camp, si el farem mitjançant entrevistes, qüestionaris, etc.

#### **3.2 ELECCIÓ DEL PARADIGMA I DE LA METODOLOGIA**

Rodríguez (2003) afirma que Thomas Khun va ser qui va introduir el terme paradigma al vocabulari científic amb la seva obra "*L'estructura de les revolucions científiques*", publicada a 1962. Aquest va definir el terme com un conjunt de compromisos conceptuals, teòrics, instrumentals i metodològics que inclou un cos explícit de creences teòriques i metodològiques que permeten la selecció, avaluació i crítica. A més, defensa

que és la font dels mètodes, problemes i normes de solució acceptats per qualsevol comunitat científica.

### **3.2.1 PARADIGMA**

En la investigació educativa actual trobem diverses propostes, tendències i mètodes, els quals es divideixen en diferents paradigmes. Entre els paradigmes considerats avui dia com de major importància, trobem el positivista, interpretatiu i sociocrític.

Des del meu punt de vista, considero que el que més s'adequa al meu treball i al meu marc metodològic és el paradigma interpretatiu.

Com afirma Pedrós (2005) aquest paradigma se centra en un conjunt de corrents humanisticointerpretatives que se centren en l'estudi dels significats de les accions humanes i de la vida social. El paradigma interpretatiu fonamenta la investigació cap a la descripció i la interpretació dels fenòmens socials. A més, utilitza la perspectiva interpretativa perquè segueix un enfocament que estudia la realitat en la seva globalitat sense fragmentar-la i la contextualitza, ja que s'interessa per la comprensió de les situacions i persones.

### **3.2.2 METODOLOGIA**

Com diu Rodríguez (2017) l'elecció del mètode és una qüestió fonamental per a tota activitat científica, tot i que, a vegades, respon a criteris arbitraris i ideològics. En el camp de la investigació en ciències socials i, en l'àmbit educatiu, hi ha una gran varietat de tipologies d'investigació que responen a criteris molt variats.

D'una banda, trobem els mètodes d'investigació quantitativa, la qual està fonamentada en el paradigma positivista, que pren com a mètodes propis els de les ciències físiconaturals. Aquesta perspectiva segueix un procés hipoteticodeductiu per generar coneixements: revisió de teories existents, proposta d'hipòtesis, prova de les hipòtesis mitjançant el disseny d'investigació adequat. Els resultats poden confirmar o no la hipòtesi plantejada, i obligar a buscar noves explicacions o hipòtesis de treball.

D'altra banda, trobem els mètodes d'investigació qualitativa, les quals estan orientades a la comprensió i interpretació ètica dels fenòmens humans. Aquest tipus de metodologia està enfocada a la comprensió de les situacions úniques i particulars, les quals se centren en la cerca de significat i de sentit dels fets i en com viuen i experimenten certes experiències els individus o grups socials que investiguem. Durant

tota la investigació hem d'estar atents a la funció social que té el llenguatge per a la comprensió i la construcció del món en un context d'espai-temps concret.

Pel que fa al meu treball, el tipus de metodologia que més s'adapta al marc metodològic és la metodologia mixta. Gadamer (2001) considera que els objectius perseguits per l'investigador són la qüestió fonamental del mètode: *erklären* (explicar). Propi d'investigacions quantitatives, i *verstehen* (comprendre), propi d'investigacions qualitatives. Partint d'això i considerant que podem trobar-nos amb investigacions que considerin totes dues tipologies d'objectius, trobem que un disseny d'investigació pot compartir característiques tant de la metodologia quantitativa com de la qualitativa. I, en el meu cas, trobem que totes dues metodologies estan presents en el treball.

### **3.2.3 MÈTODE**

Pel que fa al mètode triat en el meu treball és el mètode d'investigació qualitatiu, ja que a través d'aquest coneixem les situacions úniques i particulars de les diverses mestres, a més de comprendre les experiències individuals o en grup que s'investiguen.

A partir d'aquest tipus de mètode d'investigació, ens centrem en el disseny de la teoria fonamentada, ja que el marc metodològic del treball es du a terme a través del marc teòric, en el qual ens basem per analitzar els resultats obtinguts amb l'instrument escollit.

## **3.3 DISSENY DE LA INVESTIGACIÓ**

### **3.3.1 SUPÒSIT DE PARTIDA**

Les mestres d'Educació Infantil del Barcelonès consideren que l'autoestima és important, però a l'hora de planificar no la tenen en compte.

### **3.3.2 OBJECTIUS**

L'objectiu general plantejat és descriure les estratègies que utilitzen les escoles per treballar o planificar tenint en compte l'autoestima dels infants a Educació Infantil.

Pel que fa als objectius específics, aquests són:

- ⇒ Descriure els coneixements de les docents en relació amb l'autoestima.
- ⇒ Descriure les estratègies metodològiques que utilitzen les docents a l'aula per treballar l'autoestima.
- ⇒ Descriure els continguts que s'ensenyen en relació amb l'autoestima.
- ⇒ Identificar aspectes a millorar de la pràctica docent.

### **3.3.3 MOSTRA/POBLACIÓ**

La mostra que he escollit per realitzar la recollida de dades són les mestres d'educació infantil de la comarca del Barcelonès, exactament passarem el qüestionari a tres escoles. La població final que correspon a la quantitat de respostes rebudes a través del qüestionari són quinze mestres d'Educació Infantil d'aquestes escoles.

### **3.3.4 INSTRUMENT DE RECOLLIDA DE DADES**

L'instrument principal que utilitzaré per realitzar el meu marc metodològic és un qüestionari, aquest és l'instrument més utilitzat en aproximacions metodològiques quantitatives, ja que és l'eina que permet plantejar un conjunt de preguntes per poder recollir informació de forma estructurada sobre una mostra de persones concreta per contrastar estadísticament la informació que és d'interès. A través dels qüestionaris podem demanar informació sobre fets i comportaments concrets i contrastables, respostes factuais, o opinions, creences i sentiments, les quals són respostes subjectives. Pel que fa a les preguntes que podem realitzar en aquests qüestionaris, aquestes es poden formular de dues maneres. Per una banda, trobem que les podem redactar de manera oberta, on l'informant té completa llibertat per respondre el que vulgui, o de manera tancada, on la resposta només pot estar entre les possibilitats donades per part de l'investigador.

En el meu cas, el qüestionari que duré a terme, es caracteritzarà generalment per preguntes tancades, on donaré diverses respostes i així podré avaluar els coneixements de les diferents docents que realitzin el meu qüestionari. El motiu principal pel qual he decidit que el qüestionari es caracteritzi per la realització de preguntes tancades, és perquè vull utilitzar aquest instrument com una eina per avaluar el nivell de coneixements que tenen els docents avui dia amb el tema tractat. Però també trobem una petita part de preguntes obertes, per conèixer aspectes de l'aula i així veure la implementació a través d'activitats, materials, dinàmiques... dins l'aula.

El qüestionari estarà format per diverses preguntes que se centren en dues visions sobre l'autoestima: per una banda l'autor Reasoner (1982), que defineix l'autoestima com un concepte definit per diversos sentits; i per altra banda Zayas (2001), el qual especifica que existeixen algunes necessitats de l'infant durant la seva etapa escolar. He decidit centrar-me en les definicions d'aquests dos autors perquè és una manera vàlida

d'entendre l'autoestima, ja que aquesta està definida per molts autors i cadascú dóna el significat que creu més adient.

### **3.4. RESULTATS**

A continuació, passarem a analitzar les dades recollides a través de l'instrument principal que hem comentat anteriorment: el qüestionari caracteritzat per preguntes tancades.

Com bé comentàvem al marc teòric, segons Reasoner (1982) l'autoestima es defineix com un concepte format per diversos sentits i sentiments, els quals s'influencien entre si. En la primera part d'aquest qüestionari, preguntem a les mestres quina és la millor manera d'afavorir els diversos sentits i sentiments en els infants.

Després de fer una anàlisi de les dades, ens trobem que la majoria de les mestres coneixen què són els diversos sentits i sentiments i, per tant, de quina manera hem de fomentar-los. Més del 80% de les persones que van respondre el qüestionari coneixien i sabien afavorir el sentit de seguretat (86%), d'identitat (81%), de pertinença (81%) i de competència (93%). En canvi, el sentit de propòsit només va respondre correctament un 60%, ja que el 26% confonia el significat amb demostrar afecte a l'infant i l'altre 13% amb el sentit de seguretat.

Un cop analitzats els coneixements de les diverses mestres sobre els sentits i sentiments que defineixen l'autoestima, fem una pregunta oberta per conèixer de quina manera treballen aquests conceptes a l'aula. La majoria de les mestres (75%) descriuen el treball de l'autoestima i de les emocions com un treball constant, a través d'estones de diàleg i reflexió, on els infants se sentin còmodes i puguin obrir-se tranquil·lament, d'aquesta manera descriuen que fomenten de la millor manera el sentit de seguretat: creant un ambient de respecte i el sentit de competència, ja que a través d'aquestes estones els iniciem a realitzar autoavaluacions i els fem senyals de reconeixement davant els seus èxits. També fomenten el sentit d'identitat perquè l'infant agafi més confiança en ell mateix i senti suport.

Una de les mestres explica que a l'aula tenen un castell del benestar que ajuda als infants a desfogar-se sobre com se senten i quines emocions estan tenint. És una bona eina per donar espai als infants a parlar de les seves emocions i que puguin anar adquirint un vocabulari emocional més ampli.

Després trobem altres docents que basen la seva pràctica en fonaments teòrics per tractar el tema amb coneixement, treballant amb els infants a través de les cinc competències emocionals (GROP UB, Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica de la Universitat de Barcelona): la consciència emocional i el vocabulari per identificar les emocions pròpies i dels altres; estratègies de regulació emocional per quan aquestes són molt intenses; l'autoestima partint de l'autoconcepte i arribant a l'autocura; les habilitats socioemocionals basades en el respecte cap a un mateix i cap als altres, desenvolupant: l'empatia, l'assertivitat, la resolució de conflictes...; i les habilitats de vida que ens permeten obtenir un benestar personal i social òptim. Partint d'aquests coneixements previs es pot dur a terme un bon treball amb els infants a l'aula, ja que la seva actuació es troba sostinguda i fonamentada per una base teòrica molt ben estructurada que et permet estar segur del que fas i perquè ho fas.

I, per últim, exposen una altra manera de treballar aquests sentits i sentiments que és a partir dels jocs cooperatius, ja que com defensa Jiménez (2009) l'aprenentatge cooperatiu i participatiu ajuda a afavorir que l'alumne s'impliqui més en el desenvolupament de les activitats i també en la relació amb el docent i amb la resta de companys.

La segona part del qüestionari està enfocada a les necessitats de l'infant durant la seva etapa escolar, descrites per l'autor Zayas (2001). Els mestres han d'escollir la definició més encertada per cada necessitat. De les quatre necessitats descrites, trobem que el 80% coneix la necessitat d'afecte, ja que és la que té més pes directe en l'autoestima. De les altres tres necessitats, més d'un 60% de les mestres defineixen correctament les necessitats de vinculació (62%) i poder (66%), però només un 53% coneix el vertader significat de la necessitat de singularitat: fer sentir als infants únics i dedica'ls-hi moments individuals, ja que l'altre 47% considera que aquest concepte es basa en comptar amb cadascun dels infants i fer-los sentir protagonistes.

Pel que fa a l'última pregunta d'aquesta segona part i també del qüestionari, basada en conèixer com treballen les diverses mestres les necessitats a l'aula, ens trobem que moltes recolzen el treball individual, dedicant estones a cada infant i potenciant la necessitat de singularitat. També totes consideren vital treballar la necessitat d'afecte, mostrant directe i indirectament a cada infant afecte a través de gestos, mirades i petites accions que el reconeixin com a persona. Davant les dades recollides, trobem

que molt poques tenen en compte la necessitat de poder, ja que en cap cas comenten que la seva actuació a l'aula també compti amb repartir responsabilitats als alumnes perquè sentin que són vàlids, quan és un aspecte molt important a treballar.

#### **3.4.1 PROPOSTA DE MILLORA**

Com a mestres és molt important proporcionar als infants espais perquè se sentin segurs i puguin obrir-se, com comentaven anteriorment les mestres que van respondre el qüestionari, però hem de buscar altres estratègies per desenvolupar tot aquest aspecte, ja que pot ser que els infants es quedin amb la idea que és un aspecte superficial i realment hem de demostrar que és important i donar-li el valor que mereix. Per això, hem de desenvolupar a l'aula altres estratègies que potenciïn en els alumnes el desenvolupament d'aquests aspectes.

Les millors estratègies per treballar l'autoestima amb els infants més petits són a través de diversos tipus d'aprenentatge que els fan créixer i elaborar un millor esquema d'ells mateixos amb l'ajuda de l'entorn. Trobem l'aprenentatge individualitzat, el qual ajuda a respectar el ritme de treball de cada infant; l'aprenentatge cooperatiu, afavoreix que l'alumne s'impliqui més directament en el desenvolupament de les activitats; l'aprenentatge contractiu significatiu, presentant activitats que motivin als infants i l'aprenentatge globalitzat, per aconseguir un bon rendiment acadèmic. A més d'utilitzar estratègies d'aprenentatge tant afectives, amb l'objectiu de motivar als infants i fomentar la seva autoestima, com estratègies de context, on el docent dirigeix correctament l'aula, organitzant-la, distribuint els espais, el material, l'ambient...

Troblem que les mestres tenen prou eines i estratègies creades per treballar l'autoestima dels infants: diversos tipus d'aprenentatge, actituds que ajuden als infants a afavorir-la, recursos com, per exemple, contes per treballar diversos conceptes o aspectes, etc. No cal que preparin activitats elaborades amb materials espectaculars, simplement que utilitzin diversos tipus d'aprenentatge que ajudin a cobrir les necessitats i els sentits que caracteritzen l'autoestima, ja que com a mestres hem de vetllar per cobrir aquests aspectes i que els infants puguin arribar a desenvolupar positivament l'autoestima.

A més, a través de diverses actituds com les definides anteriorment: assegurar afecte i estima, felicitar els èxits, sancionar la conducta i no la persona, dedica'ls-hi temps, mantenir una escolta activa, suprimir comparacions amb la resta, posar metes adaptades a les possibilitats de cadascú i donar oportunitats per equivocar-se; donem

als infants possibilitats perquè el seu desenvolupament sigui el més adequat possible, ja que com a mestres no només hem de facilitar als infants tasques que els ajudin en el desenvolupament intel·lectual, també hem d'actuar i ajudar-los en el desenvolupament emocional.

Aleshores, és essencial destacar que tots els sentits, sentiments i necessitats són importants i que com a mestres els hem de treballar tots per igual. Després d'analitzar els resultats veiem que hi ha sentits, sentiments i necessitats que es treballen més que d'altres i és un fet que no pot succeir, ja que si es desenvolupen uns més que altres, la nostra tasca no acaba sent el màxim profitosa del que hauria.

Trobem que les mestres han d'informar-se i treballar més el sentit de propòsit, la necessitat de vinculació, de poder i de singularitat, ja que podem veure a través dels resultats obtinguts que: o bé no coneixen les definicions de cada concepte o no exposen cap estratègia per treballar-los.

Pel que fa al sentit de propòsit, el qual s'aconsegueix permetent i ajudant als infants a posar-se fites, a través de la comunicació i de les expectatives i d'establir una relació de confiança i fe amb ells, el podem treballar a partir de l'activitat "ANEM MÉS ENLLÀ", la qual consisteix en un pot ple de reptes que la mestra haurà escrit, un per cada infant. Cada infant agafarà el paper amb el seu nom, on estarà escrit el repte marcat i pot escollir lliurement si l'accepta o no, però seran reptes molt "senzills" que es puguin dur a terme en el moment de l'activitat. L'objectiu de l'activitat és mostrar als infants que són capaços d'aconseguir qualsevol repte que es proposin i també millorar la confiança entre l'alumne i la mestra, ja que aquesta ha d'aprofitar per mostrar-li que creu en ell i que sap que ho aconseguirà, és a dir, treballar el sentit de propòsit amb tots els infants. Si hi ha algun alumne que no ho aconsegueix, la resta de companys i companyes el podran ajudar per treballar també la necessitat de vinculació.

També com a mestres hem de donar importància al treball de la necessitat de vinculació, de poder i de singularitat. Aquestes les podem treballar a partir de dinàmiques i estratègies que podem utilitzar en qualsevol moment del dia a dia. La necessitat de poder, la qual es basa en fer sentir als infants responsables per fer créixer l'autonomia, la podem treballar repartint els càrrecs a l'aula, ja que els hi donem responsabilitats que són capaços de fer i així a poc a poc treballem aquest aspecte tan important. Ens podem inventar moltes tasques perquè així cada setmana siguin uns quants els que tinguin una

responsabilitat, encarregat de passar llista, de mirar el temps, d'escriure el dia a la pissarra, de llençar la brossa, d'apagar les llums, de vigilar el material i vetllar perquè estigui ben recollit, de netejar la pissarra quan marxem, de mantenir la fila ben feta i que ningú jugui, etc.

En referència a la necessitat de vinculació, la qual consisteix en la creació del vincle entre l'infant i el grup, la família i la mestra. La podem treballar realitzant dinàmiques que ajudin a crear relacions entre els alumnes, per exemple amb el joc "ETS, ETS...", el qual consisteix en embenar els ulls a un alumne i la resta han d'anar passant deixant-se tocar per aquest, el qual haurà d'anar endevinant qui és cada company o companya. Aquest joc ens ajuda a millorar la confiança dels infants i el respecte, creant així vincles entre ells.

Per últim, trobem la necessitat de singularitat, la qual es basa en el fet que l'alumne senti que és especial o diferent. Aquesta necessitat la podem treballar a partir de les actituds del mestre, com comentàvem anteriorment és molt important que la mestra no compari als alumnes amb la resta, mantingui una escolta activa i els hi dediqui estones individuals en moments concrets com les estones lliures o al pati.

### **3.5. CONCLUSIONS**

Després de realitzar tots els apartats que formen el meu treball, puc afirmar que he aconseguit el que m'havia proposat en un principi: conèixer el treball dels mestres a les aules en referència a l'autoestima. Des del primer moment pensava que en l'àmbit de l'educació, no es donava importància a l'autoestima, ja que moltes vegades treballem les emocions com si ho fos tot i considero que a vegades hem de treballar cada aspecte individualment per aconseguir assolir objectius més específics.

El supòsit de partida plantejat és que les mestres d'Educació Infantil del Barcelonès consideren que l'autoestima és important, però a l'hora de planificar no la tenen en compte. Penso que a través d'aquest treball he pogut conèixer que la majoria de mestres coneixen la major part de conceptes que formen l'autoestima (sentits, sentiments i necessitats) i la treballen de manera indirecta, és a dir, no fan activitats o materials on es treballi específicament l'autoestima, sinó que ho fan de manera indirecta a través de gestos cap als alumnes, debats durant les rutines o petites dinàmiques.

Pel que fa a l'objectiu general del meu treball: descriure les estratègies que utilitzen les escoles per treballar o planificar tenint en compte l'autoestima dels infants a Educació

Infantil, penso que l'he assolit correctament, ja que a partir de les dades recollides en el qüestionari que van contestar les diferents mestres, vaig poder aconseguir conèixer de quina manera treballaven a l'aula i, per tant, he descrit les estratègies que utilitzen. L'estratègia principal que utilitzen la majoria de mestres és el diàleg i la reflexió, és a dir, en petites estones creen amb el grup un ambient de debat i reflexió que els ajuda a obrir-se i tenir un espai emocional per tots aquells que vulguin compartir pensaments o emocions importants. Altres estratègies descrites per les mestres són activitats com el castell del benestar, a través de les cinc competències emocionals definides pel GROU UB o a partir de jocs cooperatius que fomentin les relacions entre alumnes.

D'entre totes les estratègies definides per les mestres, trobem que els jocs cooperatius ajuden molt a la creació d'una autoestima positiva, ja que com afirma Jiménez (2009) l'aprenentatge cooperatiu i participatiu ajuda a afavorir la implicació de l'alumne en el desenvolupament de l'activitat i en la relació amb l'entorn. També trobem que aquestes treballen de manera general tant els sentits i sentiments definits per Reasoner (1982), com les necessitats descrites per Zayas (2001), ja que per exemple en els moments de diàleg i reflexió es treballa el sentit de seguretat, d'identitat i el sentit de competència; a més de les necessitats d'afecte, de vinculació amb el grup i de singularitat sentint-se únics.

Al principi em va costar una mica trobar la manera d'enfocar les preguntes de les enquestes, ja que volia que les mestres contestessin amb sinceritat, però també volia trobar la manera de fer una enquesta dinàmica on em poguessin explicar com treballaven elles amb els alumnes. Penso que amb l'ajuda del meu tutor ho vam aconseguir, ja que estic molt agraïda amb totes les respostes que vaig rebre i com totes les mestres van parar cinc minuts del seu temps per respondre-la.

Actualment hi ha un munt de pàgines i informació a Internet sobre tots els àmbits i aspectes que existeixen, però la majoria d'aquesta informació és poc fiable o no està contrastada al 100%. Des del primer moment que vaig iniciar aquest treball, estava molt segura de les fonts de referència que volia escollir per desenvolupar-lo, ja que gràcies a la Universitat he tingut prou eines per poder buscar i trobar molta informació sobre l'autoestima en els infants.

Considero que aquest treball podria tenir una continuïtat per tal de fer-la avançar, ja que considero que el treball de l'autoestima a les aules és essencial per formar als

infants i poder ajudar-los en el seu desenvolupament global. Aquesta investigació es podria continuar, si s'indaga i es posa en pràctica altres definicions d'autoestima, ja que en aquest treball ens centrem principalment en les definicions on es remarca que l'autoestima està formada per diversos sentits i sentiments que s'influencien entre si i perquè com a docents hem de cobrir les cinc necessitats que exposa Zayas (2001) al seu treball. Però si ens informéssim i poséssim en pràctica definicions d'altres autors, el món de l'autoestima deixaria de ser tan poc conegut i es podria treballar a les aules més fàcilment, ja que les mestres coneixerien més aspectes d'aquesta i la manera de fer-ho. No obstant durant l'elaboració d'aquest treball, m'he trobat amb algunes limitacions com les referències bibliogràfiques tan antigues o la mostra tan petita que va respondre el meu qüestionari. Si tornés a començar el meu treball em centraria a buscar referents bibliogràfics de menys de cinc anys perquè l'estudi fos més real avui dia, ja que si les dades i la informació és més actual, la investigació i les dades recollides poden ser més reals. Una altra limitació amb la qual m'he trobat ha estat amb la mida de la mostra de mestres que em van contestar al qüestionari, ja que si tornés a començar el treball intentaria agafar una mostra més gran de mestres.

Després d'haver fet el meu treball, estic molt orgullosa d'haver escollit aquest tema, ja que m'ha donat la possibilitat de conèixer molts aspectes que desconeixia. També m'ha ajudat a adquirir més motivació per seguir investigant àmbits que m'interessin com a futura docent i així anar-me formant cada vegada més, ja que com a mestres hem d'estar en un continu aprenentatge, ja que el món canvia i nosaltres hem d'estar al dia amb tot.

#### 4. BIBLIOGRAFIA

Acosta, R. i Hernández, J. (2004). La autoestima en la educación. *Revista límite*, 11 (11), 82-95. Recuperat de: <https://philpapers.org/rec/ACOLAE>

Aguila, A. (1997). *Autoestima*. Recuperat de: <https://www.suicidologia.com.mx/wp-content/uploads/2014/04/autoestima.pdf>

Branden, N. (2007). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós.

Bogas, M. (2013). *Autoestima y rendimiento académico en la enseñanza secundaria obligatoria* [Treball de fi de màster, Universitat de Almeria].

Bravo, M. (2018). *Importancia de la autoestima en la etapa de Educación Infantil* [Treball de fi de grau, Universitat de Cantabria]. Recuperat de: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/14420/BravoBarajasMaría.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Clark, A., Cledes, H. i Bean, R. (2000): *Cómo desarrollar la autoestima en los adolescentes*. Madrid: Debate.

Gil, J., León, J. i Morales, M. (2017). Los paradigmas de investigación educativa, desde una perspectiva crítica. *Revista Conrado*, 13(58), 72-74. Recuperat de: <http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado>

González, M. (1999). *Algo sobre la autoestima. Qué es y cómo se expresa*. Ediciones Universidad de Salamanca.

González, I. i López, A. (2001). *La autoestima: medición y estrategias de intervención a través de una experiencia en la reconstrucción del ser*. Ciencias de la Salud.

Haeussler, I. i Milicic, N. (2014). *Confiar en uno mismo: Programa de desarrollo de la autoestima*. Catalonia.

Jiménez, J. (2009). *Fomentamos la autoestima en la escuela*. Innovación y experiencias educativas, 24.

Melcón, Ma. A. i Melcón, A. (1991). Educación en la autoestima. *Revista Complutense de Educación*, 2 (3), 491-500.

Naranjo, M. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 7(3),0. Recuperat de:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=447/44770311>

Navarro, R. E. (2003). Factores asociados al rendimiento académico. *Revista Iberoamericana De Educación*, 33(1), 1-20. <https://doi.org/10.35362/rie3312872>

Panesso, K. i Arango, M. (2017). La autoestima, proceso humano. *Revista Electrónica Psyconex*, 9(14), 1-9. Recuperat de:  
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328507>

Pedrós, N. (2005). *Programa d'Estimulació Primerenca: Anàlisi interpretativa d'una realitat* (Tesis Doctoral, Universitat de Barcelona]. Departament de Didàctica i Organització Educativa.

Pequeña, J. i Ecurra, L. (2006). Efectos de un programa para el mejoramiento de la autoestima en niños de 8 a 11 años con problemas específicos de aprendizaje. *Revista de Investigación en Psicología*, 9(1), 9-22. Recuperat de:  
<http://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/294/163.%20Efectos%20de%20un%20programa%20para%20el%20mejoramiento%20de%20la%20autoestima%20en%20niños%20de%208%20a%2011%20años%20con%20problemas%20espec%C3%ADficos%20de%20aprendizaje.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Roa, A. (2013). *La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia*. Universidad Complutense de Madrid. Recuperat de: <https://revistas.ucv.es/index.php/Edetania/article/view/210/178>

Rodríguez, D. (2017). *El projecte d'investigació*. Universitat Oberta de Catalunya. Recuperat de: [http://cv.uoc.edu/annotation/eed0bfbb3826d2df5494dfb07550fa38/620740/PID\\_00248077/PID\\_00248077.html](http://cv.uoc.edu/annotation/eed0bfbb3826d2df5494dfb07550fa38/620740/PID_00248077/PID_00248077.html)

Rodríguez, J. (2003). Paradigmas, enfoques y métodos en la investigación educativa. *Revista del Instituto de Investigaciones Educativas*, 7(12), 18. Recuperat de: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/educa/article/view/8177/7130>

Rodríguez, R. (2014). *Autoestima y rendimiento académico: un estado de la cuestión* [Treball de fi de grau, Universitat Internacional de La Rioja]. Recuperat de: <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2615/rodriguez%20martin.pdf?sequence=1>

Santos, J. (2019). Psicoterapia para desarrollar la autoestima en niños de 4 a 7 años. *Revista Cubana de Educación Superior*, 38(4). Recuperat de: <http://www.rces.uh.cu/index.php/RCES/article/view/328/368>

Seco, M. (2006, Octubre). *¿Cómo he de actuar para estimular la autoestima de mis hijos?* Padres y maestros, 303. Recuperat de: <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/1775/2601>

Sesento, L. i Lucio, R. (2019). Estudio sobre autoestima de estudiantes de nivel superior. *Revista Gestión Universitaria*, 15-20. Recuperat de: <https://doi.org/10.35429/jum.2019.9.3.15.20>

Zamora, M. (2012). *El desarrollo de la autoestima en Educación Infantil* [Treball de fi de grau, Universitat Internacional de La Rioja]. Recuperat de:  
<https://reunir.unir.net/handle/123456789/972>

## 5. ANNEXOS



### L'autoestima a Educació Infantil

Benvingudes! Sóc l'Ana Dacasa, estudiant de quart curs del grau d'Educació Infantil de la Universitat Rovira i Virgili. Aquest qüestionari serà utilitzat per realitzar la investigació del meu Treball de Fi de Grau.

L'objectiu principal del meu treball es basa en descriure les estratègies que utilitzen les escoles per treballar o planificar tenint en compte l'autoestima dels infants a Educació Infantil. Però pel que fa a la resta d'objectius són: descriure els coneixements de les docents, les estratègies metodològiques utilitzades i els continguts que ensenyen en relació amb l'autoestima. L'últim objectiu es basa en identificar aspectes a millorar de la pràctica docent.

Els resultats obtinguts seran completament anònims i confidencials. Moltes gràcies per la vostra participació!

**\*Obligatorio**

**Reasoner (1982) defineix l'autoestima com un concepte que està format per diversos sentits i sentiments, els quals s'influencien entre si.**

Tria la definició correcta per cada sentit o sentiment:

Com creu que es crea el sentit de la seguretat? \*

- Adaptant l'aula perquè els infants no tinguin perill i se sentin més segurs.
- Posant límits realistes i fomentant en els alumnes l'autorespecte i la responsabilitat.
- Ajudant els infants a posar-se fites.

Com creu que s'afavoreix el sentit d'identitat? \*

- Demostrant afecte i acceptació. A més de donar retroalimentació.
- Reconeixent els trets individuals de cada infant i fent-lo conscient de les seves fortaleces.
- Ajudant als infants a realitzar les seves pròpies opcions i decisions.

Com creu que es fomenta el sentiment de pertinença? \*

- Permetent i ajudant els infants a posar-se fites.
- Posant límits realistes i fomentant en els alumnes l'autorespecte i la responsabilitat.
- Fomentant l'acceptació, les relacions entre infants i la incorporació de tots al treball.

Com creu que s'afavoreix el sentit de propòsit? \*

- Permetent i ajudant els infants a posar-se fites.
- Posant límits realistes i fomentant en els alumnes l'autorespecte i la responsabilitat
- Demostrant afecte i acceptació i donant retroalimentació.

Com creu que es crea el sentit de competència? \*

- Ajudant als infants a realitzar les seves pròpies opcions i decisions, permetent-los i incitant-los a realitzar autoavaluacions i fent senyals de reconeixement dels seus èxits.
- Fomentant l'acceptació, les relacions entre infants durant el curs i la incorporació de tots al treball.
- Elaborant jocs a l'aula que aportin competència entre els infants.

Com treballa cadascun d'aquests sentits a l'aula? Pot descriure activitats, materials o inclús actuacions pròpies. \*

Tu respuesta

---

## Necessitats de l'infant

Zayas (2001) especifica que existeixen algunes necessitats de l'infant en la seva etapa escolar:

Tria la definició correcta per cada necessitat:

Què creu que és la necessitat d'afecte? \*

- Comptar amb els infants i fer-los sentir protagonistes.
- Mostrar a l'infant que és important i fer que se senti estimat.
- Ensenyar als infants que tenen responsabilitats i així que es facin valer.

Què creu que és la necessitat de vinculació? \*

- Comptar amb els infants i fer-los sentir protagonistes.
- Fer sentir als infants únics i dedicar-los moments individuals.
- Mostrar a l'infant que és important i fer que se senti estimat.

Què creu que és la necessitat de poder? \*

- Mostrar a l'infant que és important i fer que se senti estimat.
- Fer sentir als infants únics i dedicar-los moments individuals.
- Ensenyar als infants que tenen responsabilitats i així que es facin valer.

Què creu que és la necessitat de singularitat? \*

- Fer sentir als infants únics i dedica'ls-hi moments individuals.
- Comptar amb els infants i fer-los sentir protagonistes.
- Ensenyar als infants que tenen responsabilitats i així que es facin valer.

Com treballa les diferents necessitats a l'aula? \*

Tu respuesta \_\_\_\_\_