

Desenvolupament afectiu

SUMARI

- Principals teories del desenvolupament afectiu
- Fases evolutives de l'afectivitat infantil
- Característiques de l'afectivitat infantil
- Intel·ligència emocional
- Paper de l'escola, de l'educador i de la família en la intervenció en l'àmbit afectiu
- Període d'adaptació
- Activitats que afavoreixen el desenvolupament afectiu

OBJECTIUS

- Conèixer les principals teories sobre el desenvolupament afectiu.
- Identificar les fases evolutives i les característiques de l'afectivitat infantil.
- Aproximar-se al concepte d'intel·ligència emocional.
- Conèixer la intervenció en l'àmbit de les emocions.
- Conèixer les característiques del període d'adaptació.
- Dissenyar activitats que afavoreixin el desenvolupament afectiu.

1 >> El desenvolupament afectiu

El desenvolupament afectiu és un **procés** que comença des del moment en què l'infant estableix les seves primeres relacions. El nounat utilitza el plor com a mecanisme de comunicació a l'espera que les seves necessitats siguin cobertes. Davant d'aquest reclam hi acudirà l'adult, que tractarà de satisfer les demandes de l'infant que, tot i que al principi responen a necessitats fisiològiques, també suposen les primeres experiències afectives del nadó.

Precisament la qualitat d'aquestes primeres trobades és el que determinarà la manera en què el nadó interpretarà les relacions humanes, i posteriorment, influirà en la manera en què l'infant desenvoluparà la seva **afectivitat** i expressarà les **emocions** i els **sentiments**.



L'establiment dels vincles afectius a edats precoces resulta de vital importància, ja que el desenvolupament afectiu actua com a motor o estímul en el desenvolupament integral de l'infant, fet que afavoreix l'adquisició de conductes socials, capacitats cognitives, normes morals, etc., que, al seu torn, influiran en el propi desenvolupament dels afectes.

1.1 > L'afeció en el desenvolupament infantil

L'afeció és un vincle afectiu que s'estableix amb un nombre reduït de persones que formen part del context social proper de l'infant.

Aquest vincle respon a un mecanisme innat que l'impulsa a buscar seguretat mitjançant una relació pròxima i duradora al llarg del temps. Aquesta relació no té per què reduir-se al nucli familiar directe: totes les persones properes a l'infant i que hi estableixin una relació pròxima es poden convertir en figura d'afeció.

L'infant desenvolupa una sèrie de conductes per atraure l'adult que, sobretot, prendran rellevància en aquelles situacions que percebi com a amenaçadores; per exemple, quan està malalt, quan sent dolor o tristesa, etc.

Vocabulari

Afectivitat: conjunt d'emocions que l'ésser humà experimenta, ja siguin positives o negatives.

Emoció: del llatí *emotio*, *emotionis*, que significa agitació. Per tant, l'emoció és un estat d'agitació (fisiològic i anímic) que es produeix com a resposta a un estímul extern.

Sentiments: íntimament lligats a les emocions, es pot dir que els sentiments són les emocions conceptualitzades o pensades.

John Bowlby (1907-1990)

Va ser un psicoanalista anglès, notable pel seu interès en el desenvolupament infantil i pels seus treballs pioners sobre la teoria de l'afecció. Segons Bowlby, "per a un infant, saber que la seva figura d'afecció és accessible i sensible a les seves demandes li produeix un fort i penetrant sentiment de seguretat que l'alimenta a valorar i continuar la relació".

Vocabulari

Etologia: estudi científic del caràcter i les formes de comportament de l'ésser humà.

El seu principal mecanisme de reclam serà el plor que, a mesura que vagi adquirint noves capacitats verbals i motores, anirà substituint per altres respostes.

Encara que es pot afirmar que dedicar temps, atenció i cura a l'infant és la millor inversió per assegurar el seu correcte desenvolupament emocional, també és necessari advertir que aquesta atenció no s'ha de convertir en una relació excessivament proteccionista per part de l'adult; al contrari, ha de constituir una plataforma emocional que propiciï en l'infant una adquisició progressiva de conductes autònomes.

1.2 > Teoria de l'afecció. John Bowlby

John Bowlby va formular la seva teoria de l'afecció des d'una perspectiva etològica i influït per Konrad Lorenz que, mitjançant un estudi amb oques i ànecs als anys 50, va revelar que aquestes aus podien desenvolupar un fort vincle amb la mare sense que aquest vincle estigués motivat per la necessitat d'aliment. De fet, va observar com les oques, tot just néixer, es vinculaven al primer ésser que contemplaven al seu costat. El propi Konrad es va convertir en exemple d'aquestes hipòtesis amb els seus experiments.

Finalment, van ser els experiments amb micos de Harry Harlow (qui descobreix la necessitat universal de contacte) els que l'empenyen de manera decisiva a la construcció de la teoria de l'afecció.

El principal fonament teòric d'aquesta teoria és que l'estat de seguretat o ansietat que experimenta l'infant està principalment determinat pel grau de resposta que mostra l'adult amb què estableix el vincle afectiu davant de les seves necessitats o per l'accessibilitat que l'infant troba respecte de la figura d'afecció quan la necessita.

L'infant, des del moment en què neix, necessita desenvolupar una relació estreta amb almenys un cuidador que l'ajudi en el seu desenvolupament social i emocional normal. Per això, de manera innata, desplega una sèrie de mecanismes (somriure, plor, balbuceig) a través dels quals aconseguir la proximitat de les figures d'afecció i evita la separació d'aquella persona que li proporciona seguretat a l'hora d'explorar i adaptar-se al medi que l'envolta.

L'establiment d'aquest vincle afectiu va evolucionant en la mesura en què l'infant avança en el seu desenvolupament. És per això pel que Bowlby descrivia quatre etapes o fases d'afecció: **fase de preafecció**, **fase de formació de l'afecció**, **fase d'afecció** i **formació de relacions recíproques**.

Encara que la teoria de Bowlby ha estat objecte de nombroses crítiques al llarg del temps, avui dia existeix un consens en afirmar que és l'enfocament dominant a l'hora de comprendre el desenvolupament afectiu i social precoç de l'infant.

La teoria de l'afecció ha donat origen a múltiples investigacions que, si bé critiquen aspectes que aquesta teoria no recull (temperament de l'infant, complexitat de les relacions socials, etc.), els seus conceptes generals sí que són generalment acceptats.

A la taula següent es descriuen les característiques més significatives de cada una de les fases proposades per Bowlby:

Fases i característiques de la teoria de Bowlby		
Fases	Edat	Característiques
Preafecció	De 0 a 6 setmanes	Durant aquesta fase, el nadó respon als estímuls del medi mitjançant respostes reflexes innates (somriure, plor, mirada). Busca atraure l'atenció dels humans i, encara que no es pot dir que hagi establert una afecció pròpiament dita, sí que manifesta una preferència envers la veu de la mare (o, en el seu defecte, del cuidador) respecte d'altres.
Formació de l'afecció	De 6 setmanes a 6 mesos	Les conductes i les respostes del nadó tenen una orientació molt més clara i definida envers la mare que en l'etapa anterior. Somriu, balbujeja i segueix amb la mirada la seva mare de forma més consistent que la resta de persones. Tot i això, no mostra ansietat de separació quan la perd de vista; el que el fa enfadar és la pèrdua de contacte humà.
Afecció	De 6 a 24 mesos	El vincle afectiu entre la mare i l'infant és clar i evident. En aquesta etapa, l'infant sí que mostra ansietat i enuig si se'l separa de la seva mare. A partir dels vuit mesos, és possible observar com el nadó rebutja altres persones pròximes del seu entorn, perquè l'únic que el satisfà i el calma és estar protegit per la seva mare. Per això, en aquesta fase, tots els esforços de l'infant aniran encaminats a atraure l'atenció i la presència de la mare.
Formació de relacions recíproques	De 18 a 24 mesos en endavant	En aquest període, i coincidint amb l'aparició del llenguatge i la capacitat de representar la realitat mentalment, l'infant és capaç d'anticipar i predir el retorn de la seva mare quan ella està absent. Això permet rebaixar l'ansietat per la separació, ja que l'infant és capaç de comprendre que aquesta separació no és definitiva i que la mare tornarà en algun moment.
Al final d'aquestes quatre fases s'haurà establert un vincle suficientment sòlid i, d'aquesta manera, l'infant no necessitarà buscar permanentment la seva mare, ja que sap que apareixerà quan la necessiti.		

1.3 > Mary Ainsworth. La situació estranya

La psicòloga nord-americana, Mary Ainsworth (1913-1999) va participar amb Bowlby en la investigació que estudiava els efectes de la separació maternal sobre el desenvolupament de la personalitat en els infants.

A partir d'aquesta col·laboració comença a desenvolupar les seves pròpies investigacions a través de les quals tracta d'ampliar els preceptes publicats per Bowlby en la seva teoria de l'afecció.

L'estudi més important i reconegut que va dur a terme Ainsworth es denomina **la situació estranya**. Aquesta investigació, desenvolupada el 1960 com a part d'un estudi longitudinal del procés d'afecció, tracta d'estudiar l'infant en la seva interacció amb la mare i amb un adult estrany en un context no familiar.

Per realitzar la investigació, es van seleccionar infants a partir de dotze mesos d'edat, moment en què la relació maternofilial està clarament definida. Mitjançant l'estudi es va observar la qualitat de la relació entre l'infant i la mare, i en especial es va posar atenció a les reaccions que l'infant mostrava en separar-se de la seva mare i en tornar-s'hi a retrobar. També es va mesurar el tipus de resposta que l'infant manifestava davant de l'aparició de la persona estranya.

Exemples

La situació estranya

1. L'observador acompanya l'infant i la mare a una sala de jocs estranya per a ambdós i surt de l'habitació.
2. La mare s'asseu mentre l'infant juga i explora l'entorn. S'observa en quina mesura l'infant utilitza la mare com a base segura per a la seva exploració.
3. Un estrany entra i interacciona amb la mare. S'observa com reacciona l'infant enfront del desconegut en presència de la mare.
4. La mare surt de l'habitació i el desconegut s'hi queda. El desconegut juga amb l'infant i el consola si és necessari. En aquest pas, s'observa si l'infant mostra ansietat per la separació i com reacciona davant de la persona desconeguda.
5. La mare torna amb l'infant i hi juga; el consola si és necessari. El desconegut surt de l'habitació. S'observa com ha estat el retrobament entre mare i fill.
6. La mare se'n va i, en aquesta ocasió, l'infant es queda sol. S'observa si l'infant experimenta ansietat per la separació.
7. El desconegut torna a la sala i consola l'infant si és necessari. S'observa si l'infant accepta el consol de la persona desconeguda.
8. Finalment, torna la mare i consola l'infant si és necessari. S'observa la reacció davant del retrobament.



Basant-se en aquest experiment, Ainsworth va concloure que existien diferents tipus d'afeccions: afecció segura, afecció insegura resistent-ambivalent, afecció insegura evitativa i, més tard, també definiria l'afecció insegura desorganitzada.

Afecció segura

Els nadons que estableixen aquest tipus d'afecció solen utilitzar la seva mare com a base segura per explorar l'entorn. Normalment, si la mare s'allunya, solen mostrar ansietat davant de la separació i reaccionen positivament quan la mare torna. Se solen mostrar sociables amb altres persones davant de la presència de la mare.

Característiques dels infants

- En l'àmbit emocional, són més competents, és a dir, estableixen una adequada comunicació emocional.
- Són més flexibles i tolerants a la frustració.
- Posseeixen una major capacitat d'autocontrol.
- Construeixen una imatge positiva de si mateixos.

Característiques dels pares o cuidadors

La mare o el cuidador sol respondre de forma apropiada i consistent davant de les necessitats que mostra l'infant.

Afecció insegura resistent-ambivalent

Aquests infants no utilitzen la figura d'afecció com a base segura per explorar. Tracten de romandre prop de la mare o del cuidador per por que desaparegui.

Si s'allunyen de la figura d'afecció, experimenten una gran angoixa, però quan la figura d'afecció torna, la seva reacció és ambivalent. Per una banda, poden reaccionar positivament, però, per altra banda, també poden mostrar rebuig o enuig per haver estat abandonats.

Característiques dels infants

- Presenten una falta d'estabilitat emocional.
- Són irritables.
- El seu autocontrol és escàs.
- Són infants tensos o impulsius.
- Manifesten una falta de tolerància a la frustració.

Característiques dels pares o cuidadors

- L'origen d'aquest tipus d'afecció rau en la inconsistència i en la falta de disponibilitat dels cuidadors a l'hora de satisfer les necessitats de l'infant.
- Les reaccions davant de l'infant poden variar en funció de l'estat d'ànim, per la qual cosa mostren respostes tant d'indiferència com afectuoses.

Afecció insegura evitativa

Els nadons amb aquest tipus d'afecció no solen mostrar ansietat davant de la separació de la mare i tampoc reaccionen quan torna. No experimenten por davant dels desconeguts, però sovint els ignoren.

Característiques dels infants

- Són infants menys sociables.
- Manifesten la seva ràbia amb major freqüència.
- Presenten major impulsivitat.
- Busquen l'aïllament i sovint són hostils.
- Pretenen cridar l'atenció.
- No gaudeixen de la proximitat i la intimitat amb altres persones.

Característiques dels pares o cuidadors

- Els progenitors sovint rebutgen els seus fills o són incapaços d'oferir les cures i el suport que l'infant necessita. Mantenen poc contacte amb els infants i les relacions es basen en comportaments rígids i hostils.
- La comunicació és impersonal i es caracteritza per la no expressió de sentiments.

Afecció insegura desorganitzada

Es combinen els patrons d'afeccions resistent i evitatiu. L'infant no reacciona ni a la separació ni al retrobament amb una altra figura o model. Manté una posició rígida i freda, s'aferra al seu cuidador, però d'una forma distant, evitant la mirada o amb expressió de tristesa.

Característiques dels infants

- El comportament d'aquests infants sembla reflectir la vivència de conflictes, por o confusió respecte de la seva figura d'afecció.
- Els infants que desenvolupen aquest tipus d'afecció mostren en la seva personalitat moltes característiques similars als infants amb afecció resistent i evitativa, però probablement són els menors que mostren major inseguretats en el seu vincle afectiu.



Característiques dels pares o cuidadors

- A diferència de les altres dues afeccions insegures en què els cuidadors tendeixen a mostrar conductes insensibles, en aquest tipus d'afecció les conductes que els cuidadors solen mostrar resulten amenaçadores i atemoridores per a l'infant, fet que li genera una gran confusió, ja que la mateixa persona que el pot alleujar i protegir és alhora la que li genera temor i malestar emocional. Un exemple serien aquells casos en què l'infant pateix un maltractament o un abús.
- També s'ha observat l'afecció desorganitzada en trastorns de personalitat.

Exemples

La criança amb afecció

La criança amb afecció (*attachment parenting*) és una filosofia de criança basada en els principis de la teoria de l'afecció proposada per Bowlby, que afirmava que els infants estan biològicament "dissenyats" per estar aferrats als seus pares no només per satisfer les seves necessitats, sinó també perquè són éssers profundament socials.

Per a la criança amb afecció existeixen vuit principis fonamentals o pràctiques de criança que promouen la vinculació segura entre els pares i l'infant.



1. Preparar-se per al naixement del nadó.
2. Comprendre i respondre de forma sensible a les necessitats emocionals de l'infant.
3. Lactància materna.
4. Portar el nadó en braços.
5. Compartir el son.
6. Evitar les separacions freqüents o prolongades.
7. Usar la disciplina positiva.
8. Mantenir una vida familiar estable.

Activitats proposades

- 1•• Debateu a classe la diferència o relació que existeix entre els conceptes següents: afectivitat, emocions i sentiments.
- 2•• Reflexiona sobre la relació que existeix entre el desenvolupament afectiu i la resta d'àrees de desenvolupament. Explica-la amb exemples.
- 3•• "Una relació proteccionista entre l'adult i l'infant no és la millor plataforma emocional". Què opines sobre aquesta afirmació?
- 4•• Amplia els teus coneixements respecte del terme "ansietat per separació".
- 5•• La teoria de Bowlby està motivada a partir d'investigacions amb animals. Busca algun exemple pràctic que demostrï la relació d'afecció en els animals.
- 6•• Analitza la frase següent: "L'infant utilitza la mare com a base segura per a l'exploració".
- 7•• Explica, mitjançant un exemple pràctic o una situació quotidiana, els diferents tipus d'afecció que descriu Mary Ainsworth.

2 >> Etapes del desenvolupament afectiu de 0 a 6 anys

Les relacions afectives que l'infant va establir en el seu context social es modificaran al llarg del temps. L'evolució en el seu desenvolupament representarà diferents canvis en els àmbits cognitiu, motor, social i afectiu, i aquests influiran en les relacions que, al seu torn, manté amb el seu entorn.



D'aquí la importància d'estudiar les diferents etapes a través de les quals transcorrerà el desenvolupament dels afectes, ja que en cada moment evolutiu les seves característiques variaran responant a les diferents necessitats que vagin sorgint.

2.1 > Fases evolutives de l'afectivitat infantil. Teoria de Wallon

Per poder comprendre millor les diferents etapes i fases a través de les quals l'infant desenvolupa la seva afectivitat, ens centrarem en la teoria de Wallon que, basant-se en la mateixa escola de Piaget, proposa una sèrie d'**estadis** a través dels quals descriu el tipus de relacions que l'infant va establir amb el medi que l'envolta.

Wallon defineix dues lleis que regulen tant la seqüència com l'organització dels estadis del desenvolupament emocional: la llei d'alternança funcional i la preponderància i la integració funcional.

- **Llei d'alternança funcional:** planteja que unes vegades les activitats de l'infant estan orientades a la construcció de la seva individualitat i, altres vegades, a l'establiment de les relacions amb els altres, ja que el medi social juga un paper important en la formació de la personalitat. Aquestes característiques es van alternant en cada un dels estadis.
- **Llei de preponderància i integració funcional:** planteja que les funcions d'un estadi anterior no desapareixen, sinó que s'integren amb les noves.

Henri Wallon (1879-1962)

Aquest psicòleg francès va dur a terme investigacions en matèria de psicologia, educació i filosofia, les quals van assolir una significativa importància i validesa científica. La seva obra està centrada, fonamentalment, en el desenvolupament psicològic de l'infant i l'educació.

Vocabulari

Estadi: etapa o fase d'un procés, desenvolupament o transformació.





Vocabulari

Simbiosi: Fet de viure dos organismes diferents associats o units més o menys íntimament, habitualment amb benefici recíproc. (DIEC)

Els estadis de Wallon

Estadi	Edat	Característiques
Impulsivitat motora	De 0 a 6 mesos	L'infant manifesta les seves emocions relacionades amb la satisfacció de les seves necessitats bàsiques i així construeix una simbiosi afectiva amb l'entorn. Amb l'objectiu de cobrir aquestes necessitats, estableix una comunicació afectiva amb els pares.
Emocional	De 6 mesos a 1 any	La comunicació afectiva no s'estableix amb l'únic objectiu de cobrir les necessitats, sinó que busca la presència dels pares pel que això suposa emocionalment. La presència dels pares en si mateixa constitueix una necessitat.
Sensoriomotor	De 2 a 3 anys	A més de les relacions amb les persones de l'entorn, també estableix relacions, fins i tot d'afecció, amb objectes del seu entorn (per exemple, un peluix).
Personalisme	De 3 a 6 anys	Aquest període és molt important en l'afirmació i en la construcció del joc, de la seva personalitat. Es caracteritza per una forta necessitat d'atenció i afecte per part de l'adult. Es divideix en diferents subperíodes: <ul style="list-style-type: none"> - Període d'oposició: en aquest període, l'infant s'oposa a tot. La paraula "no" és protagonista. Es denomina crisi del personalisme: l'infant tracta de refermar la seva personalitat i intenta imposar els seus desigs. En aquest període són típiques les rebequeries com a mecanisme per obtenir el que vol. - Període de gràcia: aquest període suposa un canvi d'estratègia enfront de l'anterior; és a dir, l'infant observa que amb la negativa no obté el que vol i intenta captar l'atenció de l'adult mitjançant gràcies. És important discriminar quines conductes cal atendre i quines no. - Període d'imitació i adquisició de rols: cap als cinc anys, l'infant comença a discernir les conductes a través de les quals obté l'atenció i l'afecte de l'adult. En aquest període, centrà la seva atenció en imitar conductes pròpies de l'adult i, sobretot, aquelles que sap que compten amb la seva aprovació.
Pensament categorial	De 6 a 12 anys	El centre d'atenció es desvia una mica de l'adult cap al món exterior. La conquesta i el coneixement d'aquest món seran el seu focus d'interès.
La pubertat i d'adolescència	De 12 anys en endavant	Es caracteritza per una contradicció entre el que es coneix i el que es desitja conèixer. Sorgeixen conflictes, ambivalències afectives i desequilibris en l'àmbit emocional.

2.2 > Característiques de l'afectivitat infantil

En aquest apartat, diferenciarem les característiques generals de les característiques concretes de cada etapa.

A edats més precoces, l'infant encara manifesta les seves **emocions** com a **reaccions** als canvis que ocorren en el medi; a mesura que va creixent, augmenten els sentiments i disminueixen les emocions, fruit d'una major elaboració dels seus pensaments.

A més, aquesta consciència sobre els pensaments li permetrà d'aprendre progressivament a regular les seves conductes. Aquestes són les característiques principals:

- Els **estats afectius** de l'infant tenen **menys matisos** que els de l'adult, per la qual cosa a vegades la seva resposta podrà semblar desproporcionada. Sent una gran tristesa o una gran alegria davant de qualsevol succés.
- **No** existeix una **relació causa-efecte**, per la qual cosa és característica en els infants la desproporció entre els fets ocorreguts i les emocions manifestades enfront d'un succés.
- L'afectivitat infantil és molt **canviant**. Està molt subjecta als canvis externs i, a més, l'infant encara té un pobre control sobre les seves emocions.
- Pot **tolerar la frustració**, però és important que experimenti més emocions positives per afavorir un desenvolupament afectiu positiu.
- **Oblida** fàcilment les **petites frustracions** i els mals quotidians, que no solen deixar senyals afectius, sinó que únicament es gravaran a la seva memòria els successos que suposin grans alteracions (alegries i tristeses).
- **Utilitza els seus propis estats afectius per cridar l'atenció** de l'adult o per obtenir el que vol (vèncer una ordre, per exemple).

Es poden diferenciar dos moments diferents a l'hora de descriure les característiques afectives de l'infant: des del seu naixement fins als 3 anys i des dels 3 fins als 6 anys.

A continuació, detallarem aquestes dues etapes a les taules següents.

Característiques afectives a l'etapa de 0 a 3 anys

- El nadó se sent desprotegit en el món, depèn de les cures de l'adult per sobreviure. És per això que els afectes i les relacions amb altres apareixen estretament lligats a la satisfacció de les seves necessitats vitals. Reacciona afectivament envers les persones que acudeixen a satisfer les seves necessitats.
- A poc a poc, comença a interactuar amb altres persones. Sent major interès envers les persones més properes i l'estén cap a un context més ampli.
- Les persones més properes es converteixen en figures d'afecció que, a través de la seva intervenció, tindran una gran influència en el seu desenvolupament.
- Els infants imiten les conductes afectives de les figures d'afecció. La relació i l'estil de comunicació que estableixin amb aquestes figures determinaran en gran mesura els sentiments que desenvolupin.
- A poc a poc, aprendrà a contenir i autoregular les emocions. Les experiències vitals i la intervenció de l'adult seran determinants.



Vocabulari

Reciprocitat: correspondència mútua entre dues persones o coses.

Mimesi: imitació de la forma de parlar i dels gestos i el posat d'una persona.



Característiques afectives a l'etapa de 3 a 6 anys

- Les conductes i les reaccions afectives de l'infant són regulades per les figures d'afecció. L'infant busca agradar les seves persones més importants. Quan aquestes persones reaccionen positivament davant de les seves conductes, es converteixen en estímul per tal que l'infant consolidi respostes adequades i adaptades. Busca l'aprovació dels adults de referència.
- A aquesta edat es produeix un mimetisme entre l'infant i les seves figures d'afecció; és a dir, sol tractar d'imitar i reproduir totes les conductes i reaccions afectives que observa en l'adult.
- L'expressió afectiva és més complexa i elaborada, no són pures reaccions emocionals.
- Apareixen les emocions autoconscients: vergonya, orgull, culpabilitat i enveja.
- L'infant pren consciència i racionalitza les seves pròpies emocions. Aquestes emocions inclouen una valoració de si mateix i estan íntimament lligades amb la moral.
- En aquest període apareix un nou tipus d'afecte, l'amistat. Les relacions amb els seus iguals són més estretes i solen forjar-se sentiments de reciprocitat.

Casos pràctics

1

Parla'm fluixet que no et sento!

•• Aprofitant el bon temps, avui el mestre ha decidit canviar la rutina i sortir al pati a realitzar l'activitat prevista a l'aula. Quan els ho ha comunicat, els infants han reaccionat desmesuradament, cridant, saltant, etc. El mestre ha tractat de calmar-los i regular el seu comportament, però, contagiats de l'emoció desbordant, s'ha adreçat als infants en un to de veu molt elevat, no aconseguint canalitzar l'energia de l'aula.

Què hauria de fer per calmar els seus alumnes?



Solució •• Els infants tendeixen a imitar les conductes que manifesten les seves figures d'afecció, ja que assumeixen aquestes persones com un model a seguir i persegueixen que aprovin el seu comportament.

Si, en aquest cas, el mestre aconsegueix regular les seves pròpies emocions i adreçar-se als infants amb calma i en un to de veu moderat, podrà reconduir a poc a poc el seu comportament, fins a ajustar-lo al model de conducta apropiat.

Activitats proposades

8•• Descriu alguna conducta concreta que hagi observat en infants que es correspongui amb el període d'oposició, el període de gràcia i el període d'imitació que proposa Wallon.

9•• Basant-te en les característiques de l'afectivitat infantil tractades a la unitat, dissenya una guia per als pares amb l'objectiu d'ajudar-los a desenvolupar i estimular l'afectivitat dels seus fills.

3 >> Les emocions a l'etapa infantil

Des d'un punt de vista biològic, quan expliquem la naturalesa humana, no podem deixar de referir-nos a les emocions, ja que tant les decisions que prenem com les **reaccions** que tenim davant de diferents situacions **estan condicionades pel raciocini** i pels propis **sentiments**. De fet, estudis científics han demostrat que la regió emocional del cervell (sistema límbic) és anterior a la racional.

Resulta de vital importància desenvolupar les capacitats emocionals i afectives en els primers anys de vida, ja que és en aquesta etapa quan més ràpid es formen les connexions neuronals al cervell. Des d'un ambient basat en la seguretat i l'afecte, l'infant desenvoluparà millor l'activitat intel·lectual, ja que les dues competències, emocional i intel·lectual, es troben estretament relacionades.

3.1 > La intel·ligència emocional

El psicòleg **Daniel Goleman**, amb el seu llibre *Intel·ligència emocional*, va posar de manifest la importància que l'afectivitat té en el desenvolupament de les persones.

Quan parlem d'**intel·ligència emocional** ens referim a capacitats que es desenvolupen en els primers anys de vida, com són:

- La identificació i la comprensió dels sentiments propis.
- L'autoestima.
- El control i la canalització de les emocions.
- L'empatia o comprensió de les emocions de les altres persones.

Aquestes capacitats es desenvoluparan correctament sempre i quan es proporcioni a l'infant un ambient de seguretat i estabilitat emocional. Per a Goleman, l'aspecte més important de la intel·ligència emocional és el coneixement d'un mateix i dels propis sentiments. La **comprensió** i l'**autoconsciència** són aspectes gràcies als quals les persones superen els sentiments negatius intensos i tenen així una actitud positiva davant de la vida i es perceben com a persones que no es veuen desbordades per les emocions.

Tant l'autoconcepte com l'autoestima es comencen a construir a edats molt precoces, per la qual cosa resulta fonamental treballar-los des del període d'Educació Infantil.

Autoconcepte

L'autoconcepte és la imatge que un té sobre si mateix en relació amb les seves característiques físiques, intel·lectuals i socio-afectives.

La imatge que un té de si mateix es va desenvolupant i construint al llarg de la vida, de manera que els factors cognitius i la interacció social seran determinants.

Per tal que la persona es formi una imatge de si mateixa, primer ha de ser conscient que és un ésser independent de l'entorn i dels altres, cosa que succeeix cap a l'any de vida.



Vocabulari

Raciocini: és la facultat de les persones de raonar.

Daniel Goleman,
psicòleg nord-americà

Utilitzar la intel·ligència emocional requereix aprenentatge i entrenament; per tant, es pot ensenyar. L'educació emocional s'ha de treballar des de l'educació infantil per aconseguir un infant i posteriorment un adult emocionalment competent.

Vocabulari

Empatia: Facultat de comprendre les emocions i els sentiments externs per un procés d'identificació amb l'objecte, grup o individu amb què hom es relaciona. (DIEC)



Tingues-ho en compte!

És molt important que tant pares com educadors atenguem les necessitats emocionals de l'infant per assolir una bona construcció del seu autoconcepte.

George H. Mead (1863-1931)

Filòsof i sociòleg nord-americà, va formular la teoria del conductisme social o interaccionisme simbòlic, destacant la importància del simbolisme lingüístic en la comunicació.

Vocabulari

Aptitud: disposició o capacitat natural o adquirida per a fer alguna cosa. (DIEC)

El llenguatge desenvolupa un paper important a l'hora d'expressar com es veu un mateix, ja que **permet** a l'infant **pensar** i **expressar** les seves característiques mitjançant l'ús de noms, pronoms, etc. Això ho podem veure en expressions habituals que utilitzen els infants d'aproximadament 2 anys, com per exemple: "jo ja sóc gran" o "a mi m'agrada molt anar al parc".

Tot i que en la primera part de l'etapa infantil l'infant es basa en característiques físiques, possessions o preferències a l'hora de descriure's (per exemple, "sóc pèl-roig", "m'agraden els estels" o "tinc una bata verda"), és cap al final de l'etapa d'educació infantil quan es començarà a descriure, utilitzant per fer-ho, a part de les ja esmentades característiques físiques, característiques psicològiques, emocionals i conductuals.

Sovint parlem de necessitats bàsiques de l'infant, com la higiene o l'alimentació, però és **l'atenció que prestem a les necessitats emocionals de l'infant la que influirà de forma positiva o negativa en la construcció de l'autoconcepte**, que repercutirà tant a nivell psicològic com biològic.

Autoestima

A l'igual que l'autoconcepte, l'autoestima es desenvolupa al llarg de la vida, per la qual cosa, en funció de l'edat, la persona es valora d'una manera o una altra.

L'autoestima és la valoració o el judici que un fa respecte de la imatge que té sobre si mateix.

Segons Mead, l'autoestima està formada per dues dimensions: **l'autoestima general** i **l'autoestima de competència**. La primera fa al·lusió al nivell global d'acceptació o de rebuig que tenim sobre nosaltres mateixos com a persones, mentre que la segona es refereix als sentiments que ens produeixen la percepció de poder i eficàcia que tenim en les diferents àrees d'actuació (cognitiva, física, social, etc.).

En el primer cicle d'Educació Infantil, cap als 2 o 3 anys, l'autoestima està relacionada amb la informació que es rep dels adults. Aquesta informació sol ser positiva, per la qual cosa l'infant d'aquesta edat es percep a si mateix com a competent físicament i cognitivament.

Al llarg de l'etapa, les exigències dels pares o cuidadors de l'infant són majors, per la qual cosa l'infant es torna encara més sensible a les valoracions que els adults fan sobre la seva conducta, el seu pensament o les seves emocions. Per tot això, la valoració que l'infant fa sobre si mateix es construirà en funció de la que els adults en facin.

Al final de l'etapa d'Educació Infantil, l'infant es va adonant que la voluntat i l'esforç no suposen sempre la consecució dels seus propòsits com passava al principi de l'etapa, quan pensava que tot es podia aconseguir mitjançant la voluntat o el desig. Aquest pas es deu al fet que, a aquesta edat, l'infant ja és capaç de distingir i establir relacions entre trets psicològics o aptitudinals, d'una banda, i els resultats de les seves accions, de l'altra.

Degut a aquests avenços en l'àmbit cognitiu, l'infant tendeix a abandonar tasques de manera prematura. Si aquest comportament d'abandonament ocorre de forma persistent i sistemàtica, el podrà portar a tenir una baixa autoestima, fet que li crearà una gran desconfiança en si mateix i envers els altres.

A la taula següent es descriuen una sèrie de pautes per fomentar una major autoestima en els infants.

Pautes per fomentar una alta autoestima en els infants

Escolta activa. És important que l'infant senti que és atès pels seus pares o cuidadors, que s'interessen per les seves inquietuds. Hem de tenir en compte tant els seus dubtes com les seves opinions, el que diu i el que sent.

Per tal que l'escolta activa sigui eficaç, és important que es faci de manera empàtica, utilitzant frases com ara "comprenc el que dius", sense oblidar el llenguatge no verbal, és a dir, mantenir la mirada cap a l'infant, gesticular, etc.

Reforçar positivament l'infant. Tot i que a mesura que l'infant va creixent li hem d'exigir cada vegada més coses per tal que es converteixi en una persona autònoma, no hem d'incórrer en l'exigència desmesurada. En qualsevol procés d'aprenentatge, és important anar reforçant els petits assoliments mitjançant elogis per tal que l'infant senti que va adquirint competències.

Convidar l'infant a prendre decisions per si mateix. La capacitat de prendre decisions ajudarà l'infant a no dependre dels altres. A mesura que vagi creixent, anirà prenent decisions de major importància i serà fonamental que l'adult li ensenyi que les decisions que prengui tindran unes conseqüències. Aquestes conseqüències no sempre li agradaran, però resulta de vital importància experimentar-les per així poder aprendre a afrontar-les amb l'ajuda de l'adult, en un primer moment, i de manera autònoma, més tard.

Evitar que l'infant se senti culpable. Li hem d'ensenyar que tant els adults com els infants ens equivoquem i que el sentiment de culpabilitat és quelcom que hem de superar aprenent dels nostres errors. El que de veritat ens ajuda a superar les nostres frustracions és l'aprenentatge que rebem de cada experiència.

Exigir-li en funció de les seves capacitats. A vegades, els adults tendim a exigir massa a l'infant amb la intenció de promoure hàbits d'autonomia. Li hem d'exigir coses que sabem que pot fer, amb més o menys esforç, però que estiguin a l'abast de les seves possibilitats tant cognitivament com físicament.

A més d'aquestes pautes, Goleman considera important la percepció de l'altre o empatia, ja que es desenvolupa mitjançant la comunicació emocional quan les persones es relacionen.

Al final del primer any, l'infant comprèn, en alguna mesura, les emocions de qui el cuida, ja que respon selectivament i adequadament a les expressions facials dels seus cuidadors. Això no vol dir que senti l'emoció de l'altra persona, ja que és possible comprendre l'emoció de l'altre sense sentir-la, com quan es consola algú que està trist sense sentir la mateixa pena que ell sent.

Al voltant dels 2 anys, l'infant és capaç d'identificar les condicions o les accions que produeixen o eviten una emoció en l'altre. Així, pot consolar una persona que està trista portant-li objectes, expressant la seva compassió lingüísticament o protegint-la, però també pot causar dany i molestar.

3.2 > Classificació de les emocions

Segons Goleman, existeixen emocions bàsiques reconegudes per totes les cultures, que són **l'ira, la tristesa, la por, l'alegria, l'amor, la vergonya**, etc. (Goleman, 1996). Tot i això, no existeixen uns criteris unànims a l'hora de classificar les emocions.





Emocions bàsiques i emocions sociomorals

Emocions bàsiques:

- Alegria
- Angoixa
- Enuig
- Por
- Tristesa
- Sorpresa

Emocions sociomorals o autoconscients:

- Vergonya
- Orgull
- Culpabilitat
- Enveja

Els estudis més recents apunten que els nadons, al poc de néixer, manifesten i reaccionen davant de tres emocions bàsiques: **alegria, angoixa i enuig**; i, en mesos posteriors, ho fan davant de **la por, la tristesa i la sorpresa**. No serà fins als 3 anys de vida quan neixin les emocions sociomorals o autoconscients, que són **vergonya, orgull, culpabilitat i enveja**.

3.3 > Expressió emocional

L'expressió de les emocions està condicionada culturalment. Tot i que les persones estan biològicament preparades per expressar diferents emocions, sense l'estimulació cultural apropiada no es manifesten. Això s'observa en diferents cultures en què l'expressió de determinades emocions és rebutjada i es reprimeix. Per tant, resulta fonamental treballar l'expressió emocional a edats precoces, ja que així s'aconsegueix que l'infant identifiqui les seves emocions i reconegui les dels altres i que, al mateix temps, senti plaer demostrant-les.

A l'igual que es prepara l'infant per tal que adquireixi competències intel·lectuals, també és important formar-lo en competència emocional treballant l'expressió dels sentiments, els afectes i les emocions. Així com se li ensenya a identificar colors i formes geomètriques, se li ha d'ensenyar a verbalitzar correctament el que sent per a una bona convivència.

3.4 > Canalització de les emocions

S'han de canalitzar les emocions d'una manera constructiva per desenvolupar una correcta relació amb l'entorn. Per exemple, si un infant fa rebequeries als 6 anys, tindrà dificultats per canalitzar la seva ira adequadament, fet que repercutirà en la relació que tingui amb els que l'envolten. Per tot això resulta vital educar en estratègies emocionals.

Existeixen dos conceptes que hem de tenir en compte: **l'autocontrol**, o la capacitat de dirigir la pròpia conducta sense ajuda externa, i **l'autoregulació**, que permet controlar la situació sense la intervenció de factors externs.

Les emocions bàsiques, com la por o l'ira, són mecanismes de supervivència inevitables, però es poden reconduir i canalitzar de forma adaptativa. Així, **superar la frustració o controlar els impulsos són aspectes fonamentals de la competència emocional**.

Per tal que l'infant sigui capaç de canalitzar les emocions, primer haurà de ser capaç d'identificar i anomenar l'emoció. Un cop li posi nom, li serà més fàcil reconèixer-la i acceptar-la.

Són moltes les situacions que poden portar l'infant a la **frustració** si no aconsegueix el que desitja o necessita: falta d'afecte, límits imposats pels adults en determinades accions o situacions, etc. Aquesta situació de frustració pot desencadenar **reaccions tant positives com negatives**. Si ho fa de manera positiva, les seves conductes seran esforçar-se més o provar amb estratègies alternatives. Si és de manera negativa, apareixeran conductes com rebequeries, agressivitat, falta d'interès o conductes evasives.

Podem ajudar l'infant a superar la frustració proporcionant-li suport i estratègies per tal que l'acció impulsada sigui positiva, al mateix temps que li ensenym el valor de l'esforç per aconseguir els objectius que un es proposa.

El control dels impulsos és quelcom que l'infant va aprenent a mesura que creix. Es tracta de demorar l'acció davant d'un estímul per aconseguir un objectiu a més llarg termini. Això s'aconsegueix mitjançant la força de voluntat i la capacitat de sacrifici que es van adquirint amb l'edat.

Al principi, l'infant vol aconseguir qualsevol cosa que l'atrauï, però amb el temps és capaç d'**inhibir la conducta** d'anar cap al que li atrau si li ho prohibeixen, fins i tot quan ningú el mira. Aquest comportament és més habitual **quan s'argumenta la prohibició**. En conclusió, si l'infant aprèn a canalitzar la frustració, no utilitzarà l'agressivitat per aconseguir els seus objectius, per molt gran que sigui el fracàs viscut, i evitarà situacions conflictives amb els altres, per la qual cosa serà un infant emocionalment competent.



Vocabulari

Inhibir: impedir, reprimir o abstenir-se de fer alguna cosa.

Casos pràctics

2

Al Pol no li agrada el punxó

•• El Pol és un nen de 4 anys al qual li encanta dibuixar, retallar i enganxar. Tot i això, quan la mestra li proposa retallar mitjançant la tècnica del punxó, la cosa canvia: intenta buscar unes tisores o directament evita fer-ho argumentant qualsevol excusa, ja que no li surt gens bé i el frustra molt el fet de no poder-ho fer correctament.

Com podríem ajudar el Pol a superar la seva frustració davant del punxó?

Solució •• Primer, mostrarem empatia, fent-li veure que comprenem el malestar que li produeix la situació, i l'ajudarem a posar nom a l'emoció negativa que li produeix l'activitat; per exemple, desgrat.

A continuació, l'ajudarem a buscar estratègies alternatives per utilitzar el punxó, com per exemple, fer forats molt espaiats i, a continuació, emplenar l'espai que queda fent la resta dels forats.

Per finalitzar, li explicarem que, encara que hagi après una altra manera de fer servir el punxó, també li requerirà esforç per aconseguir separar la imatge de la resta del paper i que, per tant, pot ser que no li surti des del principi com a ell li agradaria, però que amb treball i constància ho acabarà aconseguint.

Activitats proposades

10•• Per parelles, dissenyeu una activitat per a l'aula de 5 anys on es treballi l'autoestima de l'infant. Tingueu en compte les pautes o recomanacions que hem vist. Expliqueu breument quina hauria de ser l'actitud del mestre.

11•• Pensa en alguna situació que recentment t'hagi provocat frustració. Com l'has afrontat, de manera positiva o negativa? Si ho has fet positivament, indica quines han estat les teves actuacions; si, per contra, ho has fet negativament, intenta elaborar una llista amb les actuacions possibles.



Vincles afectius

Llaços afectius o sentimentals que ens mantenen units a persones significatives per a nosaltres.

4 >> Intervenció en l'àmbit afectiu

Abans d'explicar la intervenció en l'àmbit afectiu, hem de tenir clar quins són els agents que influiran directament en el desenvolupament afectiu de l'infant.

Des de fa relativament pocs anys, la tasca de l'educació afectiva i emocional requeria gairebé exclusivament en mans de la família. Tot i això, els temps han canviat i les famílies actuals no s'assemblen a les que van poder tenir els nostres pares o els nostres avis. D'altra banda, la societat està canviant contínuament, fet que comporta que els valors familiars i socials també es trobin en continu canvi.

Com és de suposar, tots aquests canvis han empès els centres escolars a assumir noves responsabilitats, entre les quals es troba l'educació afectiva dels seus alumnes.

A continuació, veurem quin és el paper de l'escola, els educadors i les famílies en aquesta tasca i comprendrem per què és de vital importància conjugar els dos sistemes, escolar i familiar, en pro del desenvolupament afectiu òptim dels nostres petits.

4.1 > El paper de l'educador i de l'escola

En l'actualitat, tant l'escola com els docents i educadors han assumit el paper tan important que tenen en relació amb el desenvolupament afectiu i social dels seus alumnes. D'aquesta manera, queda trencat el paradigma que imperava en anys anteriors, en què l'escola s'encarregava exclusivament de transmetre coneixements i la família era l'única responsable d'educar en valors i de desenvolupar l'afectivitat dels seus fills.

Aquesta assumpció de responsabilitat per part de l'escola es justifica principalment per dos motius:

– **El primer:** el canvi en els nostres alumnes, que ve donat arran del canvi que han experimentat els entorns familiar i social. Actualment, els infants que rebem a les nostres escoles no tenen res a veure amb els que hi acudien en anys anteriors. En aquest sentit, avui dia els infants cada vegada són escolaritzats a edats més precoces, fet que suposa que arriben a l'escola sense tenir interioritzades certes normes i rutines bàsiques, com són els hàbits d'higiene personal i d'autonomia.

De la mateixa manera, el fet que els pares es vegin forçats a escolaritzar els seus fills a edats tan precoces també suposa un canvi en la seva criança. En aquest sentit, les famílies ja no disposen de tant temps per dedicar als seus fills, i en molts casos són criats pels avis o per persones alienes a la família.

Aquesta nova circumstància implica que les oportunitats de desenvolupar l'afectivitat de l'infant exclusivament dins del si de la família es vegin minvades.

És aquí on l'escola infantil juga un paper molt important, posant a disposició de les famílies professionals qualificats que cuiden i eduquen els seus fills.

- **El segon:** nombrosos estudis indiquen que el rendiment acadèmic dels nostres alumnes està directament relacionat amb el seu desenvolupament afectiu. Les escoles i els seus treballadors ja no se centren únicament en ensenyar continguts acadèmics, sinó que també consideren important la necessitat de formar els seus alumnes en l'àmbit afectiu.

Aquest gran canvi que ha experimentat la tasca educativa dels centres escolars queda reflectit en la majoria dels seus idearis. De la mateixa manera, cada vegada és més freqüent veure a les nostres aules espais i activitats dedicats a treballar l'afectivitat, així com mestres i educadors que es formen amb la finalitat de donar una resposta més eficaç a les necessitats afectives dels seus alumnes.

L'escola atribueix cada vegada major importància a la necessitat de promoure el desenvolupament integral dels seus alumnes, fet que implica formar-los tant en l'àmbit acadèmic com en l'afectiu i el social.

D'aquesta manera, el medi que proporciona l'escola per aconseguir aquest desenvolupament íntegre de l'alumne és impulsar el desenvolupament de **competències afectives** juntament amb les que ja s'estaven treballant.

Les competències afectives es divideixen en tres grups: **competències intrapersonals**, **competències interpersonals** i **competències sociogrups**.

Competències afectives	
Intrapersonals	<ul style="list-style-type: none"> - Ens vinculen amb nosaltres mateixos. - Competències com l'autocontrol, el domini d'emocions i de conductes, l'autoconeixement i l'autovvaloració.
Interpersonals	<ul style="list-style-type: none"> - Ens vinculen amb els altres. - Competències que ens ajuden a entendre el funcionament dels mecanismes propis i dels altres.
Sociogrups	<ul style="list-style-type: none"> - Ens vinculen amb els grups. - Competències que determinen el nivell d'integració social que aconseguim.

Hem de tenir present la necessitat de desenvolupar aquestes competències no només en els nostres alumnes sinó també en nosaltres mateixos. En desenvolupar les competències afectives, estem enfortint els vincles afectius i contribuint a un adequat desenvolupament afectiu en l'infant.



Competències afectives del professorat

Resulta interessant desenvolupar les competències afectives en el professorat, ja que és un model d'aprenentatge socioemocional de gran impacte per als alumnes. A més, les competències afectives ajuden el docent a afrontar amb major èxit tant els contratemps que puguin sorgir de la interacció amb els alumnes com l'estrès laboral que poguessin patir en el context educatiu.

Consells per a un adequat desenvolupament afectiu de l'infant

Educar l'infant en:

- Conèixer-se a si mateix, prenent consciència de la pròpia personalitat, afectivitat, emocions, etc.
- Saber expressar i experimentar els seus propis sentiments.
- Col·locar-se en la situació emocional de l'altre.

Ensenyar l'infant a:

- Controlar el comportament impulsiu.
- Desenvolupar la seva empatia.



4.2 > El paper de la família

Encara que hem vist que l'escola té un paper essencial en el desenvolupament afectiu de l'infant, hem de tenir molt clar que **el nucli familiar és i ha de ser el seu primer context d'aprenentatge**.

La família de l'infant, i principalment els seus pares, seran els primers educadors i responsables del seu correcte desenvolupament emocional. Hauran de tenir sempre present la seva tasca com a models, ja que els infants aniran modelant el seu comportament i els seus valors prenent-los com a exemple.

A l'interior de la família es crearan els primers vincles afectius que seran condicionants, en major o menor mesura, de la qualitat de les relacions posteriors que l'infant anirà establint. La manera d'actuar dels pares, la seva forma de relacionar-se amb els altres i amb l'infant, la seva habilitat per gestionar les seves emocions, expressar els seus sentiments i totes les competències que estiguin relacionades influiran d'una forma directa en el desenvolupament afectiu de l'infant i en la manera en què es relacionarà amb els altres.

Per aquest motiu, els pares han de reparar en la importància i la influència que tenen en el desenvolupament afectiu del seu fill i establir les seves **funcions**, les quals ajudaran l'infant a desenvolupar la seva afectivitat. D'aquesta manera, aconseguiran que el seu fill sigui emocionalment equilibrat i capaç d'establir vincles afectius satisfactoris.

D'altra banda, els pares hauran de tenir en compte que la **comunicació** entre ells i el seu fill serà un dels pilars fonamentals en què basar-se. Els infants necessiten ser escoltats i els adults han de reservar espais per poder comunicar-se amb els seus fills.

Degut al canvi que ha experimentat la societat actual, els pares assenyalen com un **handicap** la **falta de temps** per poder estar amb els seus fills. Tot i això, no es tracta d'una qüestió de temps, sinó de saber aprofitar al màxim les oportunitats de què disposem.

També és molt important que els pares sàpiguen escoltar de manera adequada els seus fills i que els animin a expressar les seves emocions i els seus sentiments. Per això, quan preguntin a l'infant sobre les activitats que ha realitzat durant el dia, s'hauran d'interessar per com s'ha sentit davant de diferents situacions. Es tracta d'anar més enllà de la mera recollida d'informació, posant de relleu les emocions i els sentiments experimentats al llarg del dia.

Vocabulari

Handicap: Desavantatge, dificultat. (DIEC)

A més, els pares hauran de tenir en compte que el seu estil educatiu sigui l'adequat i establir una relació afectiva de comprensió i respecte.

Per tal que s'estableixi aquesta relació, **l'infant s'ha de sentir estimat i acceptat**. Per això, els pares han de saber com expressar el seu afecte als seus fills. Han d'expressar-los i demostrar-los el seu amor mitjançant mostres d'afecte, que poden ser tant físiques com verbals o petits gestos: així, l'amor pot ser manifestat tant mitjançant carícies, petons i abraçades com també mitjançant elogis i petits gestos, com per exemple, el fet de penjar els seus dibuixos a la paret.

Finalment, cal tenir en compte la necessitat d'establir unes **normes** que, a més d'indicar a l'infant quins són els límits (saber què es pot i què no es pot fer), li proporcionen seguretat.

Casos pràctics

3

Aprofitem el temps!

•• La Lara és una nena de 4 anys que passa la major part del dia fora de casa. Assisteix a l'escola cada dia fins a les cinc de la tarda i fa ús del menjador al migdia, ja que, a aquesta hora, no hi ha ningú a casa seva.

Els seus pares treballen fins tard i la seva àvia és l'encarregada de recollir-la a l'escola i d'estar amb ella fins que els seus pares arribin. A més, el cap de setmana els seus pares dediquen bastant temps a realitzar les tasques de la llar, ja que durant la setmana els resulta impossible. Mentrestant, la Lara es queda mirant la televisió al menjador o bé jugant a la seva habitació.

Els seus pares es pregunten què poden fer ells per aprofitar el poc temps de què disposen.

Solució •• Durant els dies laborables poden aprofitar l'hora de sopar per preguntar a la Lara sobre alguna activitat que hagi realitzat a l'escola, al parc, amb la seva àvia, etc.

No és recomanable fer-li sempre la mateixa pregunta, per exemple, "com t'ha anat a l'escola?". Hem de tenir en compte que la pregunta és massa general i que alguns infants tendeixen a respondre amb monosíl·labs. En comptes d'això, podem variar les preguntes, concretant una mica més: "com va amb els companys de classe? Has fet alguna cosa divertida avui? Has ajudat l'àvia amb les compres?", o bé "l'àvia t'ha vist plorant en sortir de classe. Estaves trist? Per què? Què t'ha passat?", etc.

Durant el cap de setmana, es tracta d'incrementar el temps de joc i de comunicació. Per això, els pares de la Lara poden involucrar-la en les activitats quotidianes donant-li petites tasques que ella pugui realitzar amb la seva ajuda i les seves indicacions. Aquests moments també es poden aprofitar per a la comunicació entre els membres de la família.

Activitats proposades

12•• Debateu a classe sobre els canvis que ha experimentat l'escola des de fa 80 anys fins a l'època actual. Elaboreu una taula comparativa en què destaqueu els aspectes més notables.

13•• Hem explicat la necessitat d'establir unes normes amb els infants en l'àmbit familiar. Redacteu en petits grups un llistat de les normes que cregueu que hauríeu de mantenir a la vostra pròpia aula.

Web

Enllaç a blog

A l'apartat d'educació infantil del següent blog, podreu trobar un model de fitxa d'observació en el període d'adaptació:

www.orientacioneducativa.wordpress.com



4.3 > Període d'adaptació

Dins de la intervenció educativa en l'àmbit afectiu, és de gran importància el període d'adaptació que els infants han de passar en incorporar-se a les escoles d'educació infantil.

Aquesta incorporació suposa un canvi molt important per a l'infant, ja que probablement sigui la primera vegada que surt del seu entorn familiar, en què se sentia segur i protegit, per passar a incorporar-se a un altre món totalment desconegut.

En entrar en contacte amb aquest nou món o espai que és l'**escola**, el seu món de relacions s'ampliarà i es veurà allunyat de la seva principal figura d'afecció i de totes les persones amb què manté estrets vincles afectius. Per tant, haurà d'anar admetent progressivament que el separin dels seus pares i establir nous llaços afectius amb el seu educador i amb els altres infants de la classe.

El període d'adaptació és el procés mitjançant el qual l'infant va elaborant emocionalment la pèrdua i el guany que li suposa la separació de les seves principals figures d'afecció fins a arribar a acceptar la nova situació.

A més d'aquest gran canvi en l'àmbit emocional, l'infant experimentarà inevitablement **canvis en les seves rutines diàries**, entre les quals podem incloure els **hàbits d'higiene, l'alimentació i el son**.

D'altra banda, hem de tenir present que tots aquests canvis també seran experimentats per les famílies dels infants. Sens dubte, els pares també passaran per un procés d'adaptació a la nova situació, ja que per a ells també serà la primera vegada que se separen dels seus fills deixant-los en mans de desconeguts.

En aquest període, serà molt important que els pares i els educadors treballin a l'uníson per tal que el procés es desenvolupi en les millors condicions per a l'infant. És responsabilitat de les dues parts comprometre's a treballar en equip i, per això, és recomanable que es planifiqui la incorporació dels infants de manera conjunta.

Els educadors hauran de tenir molt clars per endavant diversos aspectes, com els objectius del període d'adaptació i les conductes més freqüents que es manifestaran en els infants. A més, hauran de proporcionar als pares consells pràctics o recomanacions sobre com actuar amb els seus fills durant el procés, així com planificar i transmetre els passos que s'hi donaran.



- **Objectius del període d'adaptació:** es podrien resumir en els següents, d'acord amb els proposats per Carmen Ibáñez Sandín (2003):
 - Socialitzar i integrar l'infant en l'entorn escolar.
 - Establir relacions afectives i socials satisfactòries amb el seu entorn immediat.
 - Crear un ambient festiu i d'acollida, fent més agradable i menys traumàtica la trobada dels infants amb l'escola.
 - Implicar més afectivament els pares i les mares amb la seva participació en la vida escolar.
 - Facilitar la tasca d'aproximació, acollida i atenció dels infants durant aquest període.
- Les **conductes o els comportaments més freqüents** que els infants manifestaran durant el procés d'adaptació poden ser molt variats, ja que hem de tenir present que cada infant és diferent i, per tant, cada un reaccionarà de manera diferent davant d'aquesta nova experiència.

A la taula següent es recullen les conductes o els comportaments més freqüents del període d'adaptació, segons la seva naturalesa:

Naturalesa de la conducta o el comportament	Conducta o comportament
Física	- Plor, absència de plor o manifestació retardada.
Somàtica	- Alteracions en l'alimentació. - Alteracions en el son. - Vòmits. - Reaccions agressives.
Afectiva i social	- Retraïment. - Succió del dit polze. - Aferrament a un objecte personal. - Apatia. - Participació activa en les activitats.

El plor és una de les reaccions més freqüents. Els adults hem de comprendre que es tracta d'una reacció totalment normal i justificada, tenint en compte la situació i que anirà desapareixent progressivament. De tota manera, també hi pot haver casos en què observem una absència de plor en alguns infants o que, en altres casos, el plor es manifesti d'una manera retardada.

Des del punt de vista somàtic, alguns infants podran patir **alteracions** en l'**alimentació** o en el **son**, o fins i tot **vomitar**. De la mateixa manera, alguns infants poden reaccionar d'una forma agressiva tant dins de l'escola, amb l'educador i els companys, com a casa, amb els seus pares i germans.

En l'**àmbit afectiu i social**, també ens podem trobar amb múltiples manifestacions. Alguns infants es mostraran retrets i es limitaran a observar tot el que està succeint. Altres podran replegar-se sobre si mateixos i efectuar accions que els facin sentir segurs, com xuclar-se el dit polze o aferrar-se a un objecte personal.

Web

Models d'entrevista inicial

A les adreces següents, podreu trobar models d'entrevista inicial a pares:

www.orientacioneducativa.wordpress.com

www.educacioninicial.com

www.gencat.cat

Vocabulari

Somàtic: símptoma amb una naturalesa eminentment corpòria o material, i que el diferencia del símptoma psíquic.

Aprentatge significatiu: és el tipus d'aprenentatge en què un estudiant relaciona la informació nova amb la que ja té, tot reajustant i reconstruint ambdues informacions en aquest procés. Dit d'una altra manera, l'estructura dels coneixements previs condiciona els nous coneixements i experiències, i aquests, al seu torn, modifiquen i reestructuren els previs. Aquest concepte i aquesta teoria es troben dins del marc de la psicologia constructivista.

Alguns infants reaccionaran amb apatia i pot ser que rebutgin tot contacte amb l'educador i els seus nous companys, i fins i tot es neguin a participar en les activitats proposades; altres buscaran aproximar-se als altres, o fins i tot participaran de bon grat en la dinàmica de l'aula.

Tenint en compte la diversitat de reaccions que es produiran en els infants durant el període d'adaptació, els educadors, per la seva banda, hauran d'estar preparats per entendre i acollir cada infant. També és aconsellable realitzar un seguiment de cada infant, en què es recolliran dades rellevants i s'estarà alerta per si les reaccions manifestades van més enllà de les suposadament normals o esperades. Si observem que el temps transcorre i que l'infant no realitza de manera adequada aquesta transició, haurem d'identificar amb l'ajuda conjunta dels pares què està succeint i intentar solucionar-ho.

Al mateix temps, el centre i els educadors hauran de proporcionar als pares una sèrie de **recomanacions generals** sobre què han d'evitar i què han de fer per facilitar el procés.

Recomanacions generals per als pares durant el període d'adaptació

S'haurà d'evitar:

- Actuar davant de l'infant amb inseguretat, dubte o culpabilitat.
- Usar el xantatge afectiu en deixar l'infant a l'escola: "No ploris més, amor meu, que el papa se'n va trist a treballar".
- Dir mentides a l'infant i donar-li falses esperances: "No t'enfadis, que la mama vindrà de seguida".
- Prolongar el comiat en excés.
- Rebre'l amb frases que impliquin llàstima o culpa: "Pobre't meu, com plora, què t'han fet?", "la mama és dolenta, que t'ha deixat solet", etc.
- Introduir més canvis en la vida de l'infant, com treure-li els bolquers o canviar-lo d'habitació.

S'haurà de potenciar:

- Tenir cura de les manifestacions externes dels nostres sentiments de tristesa, culpa, etc., per transmetre seguretat a l'infant.
- Deixar que porti algun objecte personal de casa que li recordi la seva llar.
- Ser puntuals en el lliurament i la recollida de l'infant.
- Facilitar a l'educador tota la informació que es consideri rellevant.

Encara que cada centre educatiu ho organitza basant-se en els seus propis criteris, hi ha una sèrie de passos o accions que són comuns en la gran majoria de centres.

Recomanacions per als centres durant el període d'adaptació

Reunions i entrevistes amb les famílies

- Als centres educatius es durà a terme una sèrie d'entrevistes abans i després del període d'adaptació. Abans de començar, es recomana dur a terme amb els pares una reunió general en què se'ls indicaran el procediment, els horaris, les recomanacions, etc.
- Es realitzarà una entrevista entre l'educador i cada família amb la finalitat d'establir un primer contacte i intercanviar la informació necessària.

Preparació de l'escola i de les activitats

- Es prepararan tots i cada un dels espais: la sala de recepció, l'aula, el menjador, etc. A més, els educadors prepararan una sèrie d'activitats per dur a terme els primers dies.

Preparació dels horaris i dels criteris d'entrada

- El centre decidirà l'horari durant el període d'adaptació, que sol anar augmentant progressivament el temps d'estada al centre fins a completar la jornada.

4.4 > Disseny d'activitats per afavorir el desenvolupament afectiu

Com hem esmentat amb anterioritat, la **dimensió emocional està present en el currículum dels centres educatius** i és en l'etapa de l'Educació Infantil on s'han de començar a establir les bases per tal d'aconseguir un adequat desenvolupament emocional dels infants.

Tenint en compte el caràcter globalitzador d'aquesta etapa, i partint del fet que totes les àrees es troben relacionades entre si, l'educació emocional també haurà d'estar present en totes i cada una de les àrees.

Per tant, atorgarem a l'educació emocional la importància que es mereix i buscarem temps i espais adequats per treballar-la. L'aula d'educació infantil i la metodologia que se sol usar ajuda a la creació d'aquests espais.

És molt comú que en aquesta etapa se celebri diàriament l'**assemblea del matí** o la **rotllana**, encara que també hi ha alguns mestres que prefereixen celebrar-la tant al matí com a la tarda. És aconsellable aprofitar aquesta oportunitat per treballar la dimensió emocional com una rutina més.

Abans de plantejar-nos les activitats que durem a terme, hem de tenir en compte una sèrie de **consideracions metodològiques generals**:

- **Seleccionar els objectius** que volem treballar i planificar les activitats, començant pels més bàsics.
- **Adaptar les activitats** al nivell educatiu i evolutiu dels alumnes.
- **Crear un ambient ric en estímuls.**
- **Crear un clima que propiciï el desenvolupament de les activitats**, en què els infants siguin capaços d'expressar les seves emocions sense por a equivocar-se o a ser rebutjats. El clima ha de ser acollidor i els alumnes s'han de sentir segurs.
- **Basar-se en l'observació** i en l'experimentació amb la finalitat d'aconseguir aprenentatges significatius.

Tenint en compte aquests principis bàsics pel que fa a la metodologia, podem aplicar **programes de desenvolupament emocional** ja existents o bé podem dissenyar les nostres pròpies activitats.

Pel que fa als **materials**, podem aprofitar els que ja tenim a l'aula, com poden ser **contes, cançons, ninos, el mirall**, etc. Segurament, si ens fixem en el seu contingut, ens adonarem que tant als contes infantils com a les cançons apareixen reflectides les emocions dels seus personatges.

A més, és convenient utilitzar materials que siguin significatius per als infants, per la qual cosa resulta molt recomanable utilitzar **fotografies d'ells mateixos i dels seus familiars**. També podem adquirir materials en botigues especialitzades o descarregar-los d'alguna pàgina web, si així ho desitgem. El més important és que siguin vistosos i atractius per als infants.

A continuació, i com a exemple, es presenta una sèrie d'activitats que es poden fer servir a l'etapa d'Educació Infantil.



Web

Materials per a l'educació de les emocions

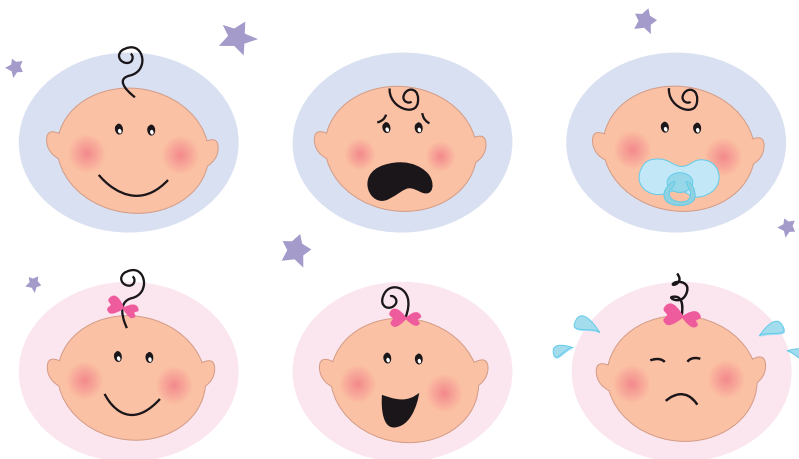
Enllaços d'interès on podreu trobar materials relacionats amb l'educació de les emocions:

www.educacionemocional.es

Exemples

El nostre àlbum de les emocions

- En aquesta activitat confeccionarem un àlbum de la classe en què apareguin reflectides les diferents emocions que sentim al llarg del dia.
- Amb el permís dels pares, realitzarem al llarg de la jornada escolar fotografies en què apareguin els infants de l'aula en diferents moments del dia i expressant diferents tipus d'emocions.
- Farem fotos quan somriguin, quan s'enfadin, quan plorin, quan s'espantin, etc. També podem fer i incloure al nostre àlbum fotografies de la mestra en què també estigui expressant algun tipus d'emoció. A més, els pares dels infants també hi poden col·laborar portant fotografies dels infants al parc, a casa, etc.
- Confeccionarem l'àlbum amb l'ajuda dels infants i ens assegurarem que hi quedin reflectits tots els infants i totes les emocions possibles.
- Els alumnes aniran sortint d'un en un, localitzaran una fotografia en què apareguin i explicaran als seus companys la situació; és a dir, què havia succeït, com se sentia, què estava expressant amb la cara...



El termòmetre de les emocions

- Un cop treballades les emocions a l'aula, confeccionarem un mural sobre "el termòmetre de les emocions".
- Seleccionarem per endavant les emocions que volem que hi quedin reflectides, tenint en compte les que ja sàpiguen identificar els nostres alumnes.
- Al costat esquerre de la cartolina, col·locarem amb velcro les fotografies de tots els infants de la nostra aula. A continuació, dividirem la cartolina en tantes columnes com emocions vulguem treballar. A la part superior de cada columna, col·locarem una fotografia o una imatge que representi clarament l'emoció de què es tracta.
- A l'assemblea explicarem en què consisteix l'activitat: al llarg del dia, els alumnes aniran col·locant la seva fotografia en cada una de les columnes cada vegada que en sentin la necessitat. Així, per exemple, si un infant s'enfada i es baralla amb un company, col·locarà la seva fotografia a la columna que correspongui a l'enuig o a la tristesa.
- A l'assemblea de la tarda o en qualsevol altre moment que es consideri oportú, la mestra utilitzarà aquesta informació per parlar amb l'infant i amb el grup. Podrà utilitzar preguntes com: "Isabel, he vist que aquest matí has col·locat la teva foto on hi ha una imatge d'una nena alegre i somrient. Què t'ha passat? Quin ha estat el motiu per tal que t'hagis sentit així?"

Exemples

La ruleta de les emocions

- Necessitarem imatges en què apareguin cares expressant diferents emocions. Tenint en compte l'edat i l'estat evolutiu dels nostres alumnes, haurem d'elegir el tipus d'emocions que volem treballar: alegria, tristesa, enuig, sorpresa, etc.
- Després que els infants s'hagin familiaritzat prèviament amb aquest material i sàpiguen identificar cada expressió, confeccionarem una ruleta a mida mural en què col·locarem cada una de les imatges treballades.
- Per torns, els infants aniran sortint davant de tots els seus companys i faran girar la ruleta. L'infant haurà de dir en veu alta als seus companys l'emoció que ha sortit elegida i l'haurà d'expressar amb la seva pròpia cara. La resta d'infants es fixaran en si l'ha identificat bé i en si l'està expressant de manera correcta. Podran conversar entre tots justificant les raons que els porten a pensar que l'està expressant bé o malament. Per exemple: "Martina, quan ens enfadem no obrim la boca ni apugem les celles; això ho fem quan ens enduem una sorpresa".



Activitats proposades

- 14•• Defineix, amb les teves pròpies paraules, el concepte de període d'adaptació.
- 15•• Tenint en compte les recomanacions generals per als pares, quins altres consells podries afegir a la llista?
- 16•• Formeu grups i seleccioneu un conte de la literatura clàssica. Cal elegir-lo tenint en compte que heu de treballar, a través seu, les emocions amb els vostres alumnes. Elaboreu el desenvolupament de l'activitat seguint aquest guió:
 - Nom del llibre.
 - Nom de l'activitat.
 - Emocions que treballareu.
 - Objectius.
 - Edat dels infants als quals va adreçat.
 - Desenvolupament de l'activitat.

Activitats finals

.: CONSOLIDACIÓ .:

- 1•• Recull en una taula els diferents tipus d'afecció i defineix les principals característiques de cada un.
- 2•• Amplia la teva informació sobre la rellevància que té l'afecció en l'edat adulta.
- 3•• Recull en una taula les característiques del desenvolupament de l'afectivitat infantil, així com les característiques de la relació i l'actuació que els pares i els educadors han de mostrar en cada moment.
- 4•• Explica, amb les teves pròpies paraules, la diferència entre autoconcepte i autoestima.
- 5•• Fes un esquema, al teu quadern, en què recullis el desenvolupament de l'autoestima al llarg de l'etapa d'Educació Infantil.

.: APLICACIÓ .:

- 1•• Hem vist que als 3 anys l'infant comença a experimentar una sèrie d'emocions autoconscients, com són la vergonya, l'orgull, la culpabilitat o l'enveja.
 - a) Formeu grups de quatre o cinc persones i escolliu una d'aquestes emocions de manera que cada grup en treballi una de diferent.
 - b) Busqueu informació sobre com es treballen aquestes emocions a l'aula: activitats, recomanacions, etc.
 - c) Dissenyeu tres activitats que es puguin dur a terme amb infants del segon cicle d'Educació Infantil.
 - d) Exposeu a la classe les vostres idees.
- 2•• La por és una altra de les emocions que indubtablement l'infant experimentarà en major o menor mesura. Tenint en compte això, busqueu informació relacionada amb les pors infantils i, per parelles, redacteu un llistat d'orientacions que podríeu donar als pares per combatre-les. A continuació, dissenyeu una activitat que es pugui treballar en una aula d'infantil.
- 3•• Com hem vist durant la unitat, a més de treballar amb els nostres alumnes, és necessari que els mestres també desenvolupem la nostra intel·ligència emocional.
 - a) Formeu grups de quatre o cinc persones i reflexioneu sobre les característiques que hauria de tenir un mestre emocionalment intel·ligent. A continuació, elaboreu un llistat a partir de les conclusions de la vostra reflexió.
 - b) Poseu en comú amb la resta de la classe el llistat que heu elaborat i comproveu les diferències i les coincidències que hi pugui haver amb la resta dels grups.
 - c) Dissenyeu dues o tres activitats per treballar la intel·ligència emocional dels docents, tenint en compte el llistat que acabeu de confeccionar.
 - d) Exposeu a la resta de la classe les vostres activitats.

Cas final

4

La gelosia infantil davant de l'arribada d'un nou membre a la família

•• La Maria és una nena de 24 mesos de la teva aula que acaba de tenir un nou germanet. Els seus pares vénen a demanar-te consell ja que, tot i ser una nena molt bona i obedient, ha començat a mostrar gelosia envers el seu germà petit, que només té 2 mesos. Et comenten que el comportament de la Maria ha canviat. Es mostra ressentida i molesta amb la seva mare, més nerviosa que de costum i, a més, mostra indiferència envers el nadó.

Quins consells o indicacions donaries als pares de la Maria?

Solució •• En primer lloc, explicarem als seus pares que la gelosia infantil arran de l'arribada d'un nou germanet és una reacció habitual que, si és tractada d'una manera adequada, anirà desapareixent de manera progressiva.

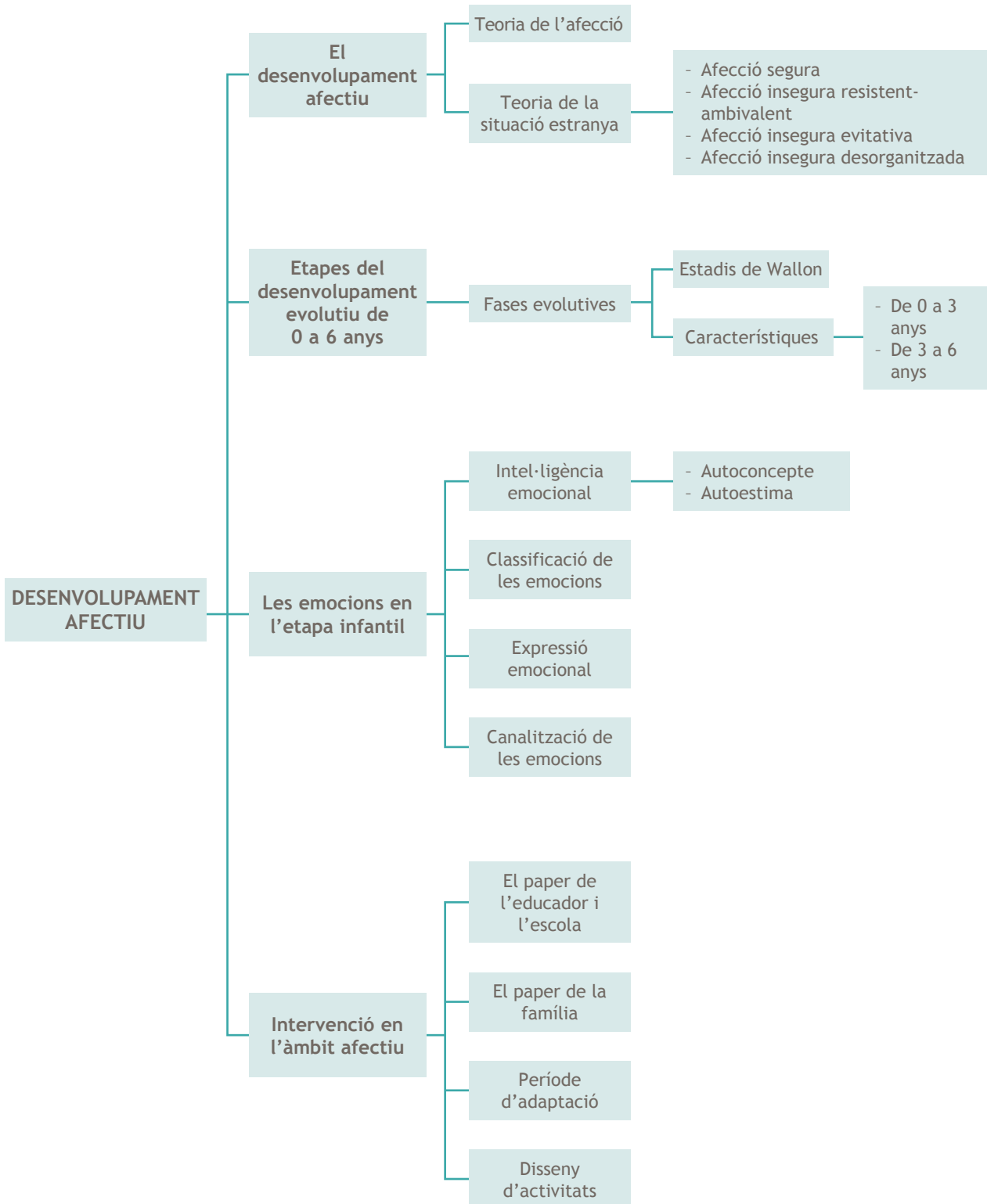
La gelosia comporta pensaments i sentiments que causen a la persona que els pateix, en aquest cas la Maria, sensació de frustració i li fan tenir comportaments no desitjats.

També pot involucrar una sèrie d'emocions negatives, com poden ser l'enuig, la ràbia, la por, la tristesa, etc. En el cas de la Maria, podem veure clarament que es mostra enutjada amb la seva mare. D'altra banda, la indiferència que mostra envers el nadó ens indica quina és l'arrel de la seva gelosia, ja que la Maria està percebent el seu germanet com un rival amb qui ha de compartir l'atenció i l'amor dels seus pares.

En segon lloc, donarem als pares de la Maria una sèrie d'orientacions o estratègies:

- No fer comparacions. No hem de fer comparacions entre els germans, encara que pensem que no tenen importància. Per exemple: "Mira què bé dorm el teu germanet, Maria. Quan tu eres un nadó, tardaves moltíssim en adormir-te".
- No realitzar canvis significatius en la seva rutina. Encara que l'arribada d'un nou membre suposa canvis, s'intentarà que no afectin en gran mesura les rutines del germà gran. Per exemple, en els seus hàbits de son, d'alimentació, etc.
- No allunyar el germà gran de la seva mare. Algunes famílies, en veure's desbordades per la nova atenció que han de donar al nounat, aïllen de manera inintencionada el germà gran, portant-lo més temps amb els avis o altres familiars i amics per tal que poder encarregar-se millor del petit.
- No encarregar-se cada progenitor d'un dels fills en exclusiva. En algunes famílies, intentant repartir-se les tasques, el pare sol fer-se càrrec del germà o els germans grans i la mare del nounat. És aconsellable que tots dos dediquin temps per estar amb cada un dels seus fills.
- Retirar l'atenció davant de les conductes geloses. És recomanable retirar l'atenció davant de les mostres de gelosia, ja que si en aquest moment atenem la seva demanda, estarem reforçant el que en realitat volem eliminar. Per tant, davant d'un episodi de gelosia, respondrem amb tranquil·litat, fent saber a l'infant que el seu comportament ens decep i deixant de prestar-li atenció.
- Reforçar les conductes positives. Hem de lloar les conductes desitjades i mostrar al germà gran tota la nostra atenció quan les realitza. Sempre donarà millor resultat que recriminar una vegada i una altra els aspectes negatius.
- Fer conscient el germà gran dels avantatges i privilegis que comporta ser-ho. També podem recordar-li les coses que ell pot fer i el seu germanet petit encara no, com anar a dormir més tard, realitzar algunes activitats, etc.
- Fer-lo partícip de la cura del nadó. És important que involucrem els germans grans en les tasques de cura dels germans petits, sempre tenint en compte tant la seva edat com el seu desenvolupament evolutiu.

Idees clau



La importància d'abraçar el teu nadó

Les abraçades demostren afecte, ajuden a transmetre seguretat i tenen un important poder tranquil·litzador i terapèutic en els nadons.

Abraçar un nadó és un acte instintiu i natural que s'efectua per mostrar l'amor i l'afecte que se sent per ell. Però més enllà del significatiu benefici que reporta a l'infant el factor afectiu, l'abraçada també té un important poder tranquil·litzador i terapèutic i ajuda els pares a transmetre als seus fills una **sensació de seguretat i de protecció que pot repercutir en el desenvolupament del seu caràcter i de la seva personalitat**. Per això, l'Organització Mundial de la Salut (OMS) ho recomana com una tècnica saludable i amb múltiples beneficis. En aquest reportatge, enumerem els sis avantatges més importants.

Imatge: [Mike Renlund](#).

NADONS I ABRAÇADES: BENEFICIS FÍSICS I COGNITIVS

Diferents investigacions apunten que les abraçades proporcionen **nombrosos beneficis físics** als nadons: els ajuden a regular la temperatura i els seus patrons de respiració, milloren l'estabilitat del ritme cardíac, influeixen en el seu augment de pes i el seu creixement i afavoreixen l'oxigenació, entre altres. Així mateix, s'ha conclòs que tenen efectes positius sobre l'àrea cognitiva gràcies a l'**estimulació sensorial** que s'obté pel contacte pell amb pell i la proximitat amb altres persones.

Els sis principals avantatges d'abraçar el nadó són:

- **Enforteix els vincles afectius**
- **Proporciona seguretat**
- **Té un efecte tranquil·litzador**
- **Facilita la digestió**
- **Els ensenya el món**
- **Els ajuda a conciliar el son**

A aquests avantatges cal sumar els **beneficis emocionals** que reporta aquesta pràctica, com indica Kathleen Keating, terapeuta nord-americana pionera de la **teràpia de l'abraçada**, a la seva obra *Abrázame*: "Abraçar algú amaga un poder tremend. Crea un vincle entre les persones i trenca les barreres d'una manera que res més no ho aconsegueix fer".

Fins i tot l'OMS recomana les abraçades com una tècnica saludable i amb múltiples beneficis per al nadó. Es considera que mantenir un contacte físic estret amb el nadó en els primers mesos de vida és **essencial per a la formació del seu caràcter** i que, de la mateixa manera, la falta d'aquesta mostra d'afecte pot incidir en el desenvolupament de la seva personalitat.

<http://www.consumer.es>
Marta Vázquez-Reina



Activitats

- 1.. Amplia informació sobre el concepte de "teràpia de l'abraçada".
- 2.. Escriu una valoració sobre la importància de les expressions d'afecte (l'abraçada, entre altres) i indica les conseqüències que pot tenir en l'infant la falta d'aquesta expressivitat emocional.