Sentir-se importants des de la primera infància

written by Cristina Pérez-Manglano y Luis Miralles | 21 de November de 2025



Recentment ha eixit un estudi de la Universitat de Harvard, titulat "**Importància en la primera infància: construint una base sòlida per a la vida**", on s'analitza la importància de ser valorats des de la primera infància. **Esta idea, coneguda com a *mattering*, es referix tant a sentir que som valuosos com a saber que podem aportar alguna cosa als altres**. L'evidència científica mostra que esta sensació primerenca actua com un fonament clau per a la salut, el benestar emocional i la motivació per a aprendre al llarg de tota la vida. A continuació, extraurem algunes de les idees clau de la publicació citada i farem referència a com les **actuacions educatives d'èxit** (AEE) poden contribuir en este aspecte.

El sentiment de ser valorats i que la nostra aportació a la societat és rellevant

Inculcar des d'edats primerenques la valentia, **la solidaritat i la bondat** –per exemple, mitjançant el **club de valentes i valents violència zero**– ajuda a fer que xiquets i xiquetes reben senyals clars que la seua presència importa i que poden marcar una diferència real en el seu

entorn. Inculcar des del principi de la vida que els xiquets i les xiquetes importen als seus i a l'escola té un impacte molt positiu en la salut i el benestar. Segons la investigació, sentir que són importants per a algú actua com un factor protector enfront de l'estrés, l'ansietat i la soledat.

A través de les **tertúlies dialògiques** (TD) i dels principis de l'**aprenentatge dialògic** –on la base és la igualtat i la importància de totes les persones– donem veu i valorem les aportacions de xiquets i xiquetes des d'edats primerenques i també en la vida adulta, atorgant valor a tots i a totes. Estes interaccions, de manera similar a les dinàmiques de **serve and return** descrites per Harvard, enfortixen vincles estables que milloren l'autoestima, la seguretat emocional i la motivació per a aprendre.

És molt important comptar amb llocs segurs per a aprendre i jugar, on els xiquets i les xiquetes puguen desenrotllar-se de manera satisfactòria.

Les **Comunitats d'Aprenentatge** constituïxen un espai que proporciona aprenentatge i amistats de qualitat, creant el que l'informe denomina "espais de *mattering*": llocs on sempre troben reconeixement, escolta i oportunitats per a contribuir (**descarrega ací la guia gratuïta de Comunitats d'Aprenentatge**).

La base s'establix en la infància, quan l'arquitectura cerebral que modela les

nostres emocions guia el nostre comportament.

Les experiències primerenques —**mirades, respostes, gestos, paraules**— reforcen o debiliten connexions neuronals crucials. En este punt, cal recordar la idea que va transmetre Santiago Ramón y Cajal:

> ***Cada persona, si s'ho proposa, pot ser arquitecta del seu propi cervell.***

La sensació de no importar és perjudicial per a la salut; per això, des de les escoles hem de proporcionar **espais de qualitat**.

La ciència mostra que l'absència de *mattering* augmenta la vulnerabilitat a l'estrés tòxic i afecta el sistema immunitari i l'estat d'ànim. Treballar el comportament prosocial des d'edats primerenques s'associa a una major empatia i a **relacions de qualitat**, la qual cosa resulta clau per a forjar **amistats que protegixen**. Donar xicotetes responsabilitats, reconéixer l'ajuda i afavorir que contribuïsquen al grup reforça la idea que la seua participació importa, enfortint autoestima, motivació i capacitat de convivència.

Imagen: Freepik