



DECISIONS EMOCIONALMENT DIFÍCILS

Marta Rocamora Mancera
Tutor de Recerca: Jordi Font Bayod
Assessor UAB: Joaquim Timoteo Limonero

“Tot aprenentatge té una base emocional.”

PLATÓ

“És molt important entendre que la intel·ligència emocional no és l'oposat a la intel·ligència, no és el triomf del cor sobre el cap, és la intersecció entre ambdues.”

D. CARUSO

“La gent acostuma a ser més intel·ligent emocionalment a mesura que creixen i maduren.”

D. GOLEMAN

Autor: Rocamora Mancera, Marta

Tutor de Recerca: Font Bayod, Jordi

Assessor UAB: Limonero, Joaquim T.

Curs: 2n BAT A

Col·legi Sant Antoni de Pàdua, Mataró

Data d'entrega: 21/12/2015

ÍNDEX

PART I: INTRODUCCIÓ. DE GRAN VOLDRE SER...

1. MOTIVACIÓ	5
2. OBJECTIUS I METODOLOGIA.....	7

PART II: MARC TEÒRIC

1. LA INTEL·LIGÈNCIA. DEFINICIÓ	8
1.1. La intel·ligència segons diferents autors.....	8
1.2. Teoria del processament de la informació d'Sternberg	10
1.3. Les intel·ligències múltiples de H. Gardner	10
2. LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL	13
2.1. D. Goleman	14
2.2. Les emocions. Component fisiològic.....	15
2.3. Fitxa tècnica de la pel·lícula ' <i>Inside Out</i> '	20
2.4. Intel·ligència emocional a partir de la pel·lícula ' <i>Inside Out</i> '	20
2.4.1. Pixar	21
2.4.2. Els canvis emocionals en adolescents: Peter Docter	21
2.4.3. Argument de la pel·lícula	23
2.4.4. Personatges	24
2.4.5. Conceptes psicològics de la pel·lícula	26
2.4.5.1. Els records	26
2.4.5.2. La personalitat	26
2.4.5.3. Les creences	33
2.4.6. Els racons de la ment	34
2.4.6.1. El subconscient	34
2.4.6.2. Produccions El Somni.....	35
2.4.6.3. El pensament abstracte.....	35
2.4.6.4. Memòria a llarg termini.....	36
2.4.6.5. Imaginalàndia.....	37
2.4.6.6. El Tren del Pensament	38
2.4.6.7. La Zona Preescolar.....	38
2.4.7. Conclusions	39

3. EL BATXILLERAT	40
3.1. Currículum de Batxillerat 2014-2016	41
3.2. Currículum de Batxillerat 2015-2017	41
3.3. Modalitats de Batxillerat	42

PART III: ESTUDI PRÀCTIC

1. HIPÒTESI.....	43
2. PLANIFICACIÓ	43
2.1. Mostra.....	43
2.2. Instrument: TMMS-24	45
2.3. Metodologia	48
2.4. Anàlisi i interpretació de resultats.....	49
2.4.1. Percepció.....	54
2.4.2. Comprensió.....	65
2.4.3. Regulació.....	67

PART IV: CONCLUSIONS

1. REALITAT O MITE?	69
----------------------------------	-----------

ANNEXOS	71
----------------------	-----------

Annex 1. Entrevista a una llicenciada en psicologia – Maria Gómez Fernández	71
--	-----------

Annex 2. Entrevista a una llicenciada en psicologia – Marta Lloret i Masvidal.....	75
---	-----------

Annex 3. Taules de puntuació i variables estadístiques utilitzades.....	79
--	-----------

Annex 4. Índex de gràfics, imatges i taules	87
--	-----------

REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES	90
--	-----------

AGRAÏMENTS	94
-------------------------	-----------

PART I: INTRODUCCIÓ. DE GRAN VOLDRÉ SER...

1. MOTIVACIÓ

“El nostre futur es decidirà en el moment de prendre les decisions.” – Anònim.

Des de molt petits ja comencem a decidir. Tot i que sembli que quan som nens els nostres pares decideixen per nosaltres, això no és del tot cert.

La primera decisió que una persona pren és el moment en què està preparat per a sortir de la panxa de la seva mare, perquè una vegada arribat el gran esdeveniment, no hi ha qui aturi el procés. Més endavant, quan s'és nadó, el propi cos demana satisfer algunes de les necessitats bàsiques, com la gana o la son, o una simple abraçada. Llavors, tots prenem una decisió: plorar o no plorar.

Anem creixent i la nostra tria cada cop és més complicada. Comencem a decidir com vestir, què pensar, què ens agrada, com ser nosaltres mateixos, què fer amb la nostra vida. I no et dic res, quan coneixem la nostra mitja taronja: Serà l'adequat? Passo d'ell? És l'home de la meua vida? Formarem una família junts?

Quan finalitza l'Educació Secundària Obligatòria (ESO) se'ns planteja una decisió important a prendre en l'etapa adolescent, una decisió que en realitat no volem prendre, potser per comoditat, potser per por al canvi. Hem de triar un dels camins que més influiran en la nostra vida, és a dir: A què em dedicaré d'aquí uns anys?

Fer una tria d'aquest calibre és molt difícil, són necessàries moltes hores de reflexió i “llençar-te a la piscina”, ja que no sabem si el camí que agafarem ens portarà allà a on estarem còmodes i satisfets, o haurem de modificar la ruta.

Quan anem creixent, les nostres decisions ens ajuden a anar madurant i ens ensenyen que el fracàs també forma part de la vida, i que podem aprendre quan ens equivoquem; només cal rectificar.

Aquest dubte es tradueix en triar el tipus de batxillerat o cicle formatiu de grau mitjà que ens conduirà a la carrera universitària o cicle formatiu de grau superior, determinant del futur professional. Per aquest motiu, la primera pregunta que hauria de plantejar-se un noi o noia d'aquesta edat seria: Què és el que dóna sentit a la meua vida?

L'elecció d'uns estudis concrets és un procés personal en el qual el protagonista i únic responsable ha de ser el propi jove. Cada persona és diferent i singular, i la història personal, les experiències viscudes, els interessos i capacitats de cadascú són les claus en aquest procés. I, el més important no és només triar, sinó triar bé.

Des de sempre s'ha relacionat la paraula orientació amb saber el camí, saber cap a on un mateix s'ha de dirigir. L'orientació acadèmica i professional té la missió d'ajudar als joves a trobar el seu camí cap als futurs estudis i/o cap a la seva futura professió. Però, per encertar el camí que determinarà els propers esdeveniments, cal que es tingui un bon coneixement d'un mateix, de les pròpies possibilitats formatives i laborals,... ja que aquestes formen part de les claus per a prendre amb èxit la decisió.

La nostra societat, fins no fa gaire, ha valorat un ideal de persona intel·ligent o, millor dit, la figura del nen o de l'adult amb quocient intel·lectual (QI) alt. Però el QI no és suficient per aconseguir l'èxit en la nostra vida professional, i encara menys en la nostra vida quotidiana. Aquesta idea desafia a les que pensen que el QI no pot ser modificat per l'experiència vital i que el destí de les nostres vides està determinat, en certa manera, per aquesta aptitud. Per què algú que té un QI alt no sap què fer i un altre que el té més baix sap molt bé què vol? Aquest fet vindria determinat pel conjunt d'habilitats anomenat Intel·ligència Emocional, entre les que es podrien destacar l'autocontrol, l'entusiasme, la perseverança i l'automotivació.

L'herència genètica ens ha dotat d'un bagatge emocional que determina el nostre temperament o caràcter, però no el nostre destí. Són els hàbits emocionals adquirits durant la infància i l'adolescència, així com les experiències vitals i el medi cultural en el qual hem viscut, els que influeixen en el nostre camí.

Però no creuem que totes aquestes decisions estan lliures d'emocions. Ens alegrem, patim, plorem, ens enfadem... I, tot i que formen part inherent de la nostra vida, moltes vegades no els prestem l'atenció que es mereixen.

Davant l'interès i preocupació que em creava la situació exposada, fa un any, quan ens van plantejar el Treball de Recerca, vaig considerar que necessitava conèixer-me més emocionalment per a orientar-me en el camí de la meva vida. Per aquest raó, vaig pensar investigar sobre el tema següent: "El paper de les emocions en la nostra vida: la Intel·ligència emocional".

Donat que el tema en qüestió és molt ampli, he centrat la part pràctica del Treball de Recerca en demostrar si la nostra Intel·ligència Emocional (IE) influeix a l'hora de triar els estudis en la època de l'adolescència.

2. OBJECTIUS I METODOLOGIA

Els objectius del Treball de Recerca són:

1. Entendre l'evolució del terme "intel·ligència" a través de diferents autors al llarg de la història.
2. Veure el lligam entre les diferents intel·ligències de H. Gardner i la Intel·ligència Emocional de D. Goleman.
3. Aprendre què és la Intel·ligència Emocional per a poder aplicar-la en les diferents situacions de la vida quotidiana.
4. Establir un paral·lelisme entre la recent pel·lícula de Pixar, *'Inside Out' (Del revés)*, i la Intel·ligència Emocional en el pas de la infància a l'adolescència.
5. Definir quines modalitats de batxillerat s'estudien actualment.
6. Realitzar un estudi pràctic on es demostrï la hipòtesi següent: ***"Els alumnes matriculats en el Batxillerat Social tenen més Intel·ligència Emocional que els alumnes de la resta de modalitats"***.

L'inici de l'estudi s'ha realitzat a partir de material bibliogràfic, suport de les xarxes d'Internet, un llargmetratge, un test d'Intel·ligència Emocional, entrevistes,...

En una primera part queda plasmada una base de fonaments teòrics sobre el concepte d'intel·ligència, indispensable per entendre a on deriva el Treball de Recerca que ens ocupa. Dins d'aquesta es treballen amb profunditat els diferents punts de la Intel·ligència Emocional, aprofitant, com a fil conductor, la pel·lícula *'Inside Out' (Del revés)*.

En la segona part, és a dir, en el treball de camp, es fa un recull de resultats del test TMMS-24 (Trait Meta Mood State-24), agafant com a mostra una població en edat adolescent i realitzant, posteriorment, l'anàlisi d'aquests valors mitjançant diferents models de gràfics i estadístiques matemàtiques. S'espera obtenir un resultat positiu entre la hipòtesi i les mostres.

S'inclou en l'annex dues entrevistes a professionals en psicologia que treballen en un àmbit escolar, així com diferents taules de resultats utilitzades en l'estudi de la part pràctica.

PART II: MARC TEÒRIC

1. LA INTEL·LIGÈNCIA. DEFINICIÓ

Què és la intel·ligència? Per a respondre aquesta pregunta, primer, hauríem de fer-nos unes altres: La intel·ligència es pot avaluar? És el resultat de la herència o hi influeix més la cultura? Existeix la intel·ligència animal o és un atribut exclusivament humà?

És important tenir clara la resposta a aquestes preguntes, ja que la concepció que tinguem de la intel·ligència influirà en les nostres vides, en els nostres comportaments i en els sistemes educatius.

El que es coneix com a intel·ligència és la capacitat per a comprendre i afrontar noves situacions que es presenten, sent la responsable de les diferències individuals en el rendiment cognitiu.

1.1 La Intel·ligència segons diferents autors

Les teories de diversos autors en aquest camp giraven al voltant d'una dicotomia: "La intel·ligència té una estructura unitària o bé una estructura múltiple?".

Des que va aparèixer l'interès per aquest concepte han coexistit múltiples puntualitzacions. En el llibre *Què és la intel·ligència?*¹, s'han recopilat més de cinquanta definicions de diferents experts.

Ja al segle XVI, Juan Huarte de San Juan, creia en l'existència de tres elements que composaven la intel·ligència humana: raciocini, judici i decisió.

En el segle XIX, els estudiosos que van començar a tractar aquest tema es basaven en la dotació genètica. El primer que va intentar explicar les diferències individuals en la intel·ligència va ser Galton. Ell considerava que la intel·ligència era una aptitud cognitiva general que determinava l'èxit o el fracàs d'una persona en qualsevol tasca cognitiva. D'aquesta manera, afirmava que era una qualitat biològica i que les diferències entre les diferents persones era determinada, sobretot, per factors genètics. Pel seu caràcter genèticament determinat, prefixat i no modificable, l'educació no podria modificar la capacitat intel·lectual de les persones.

1- STERNBERG, R.; DETTERMAN, D. (1988) *What is Intelligence,; Contemporary Viewpoints on Its Nature and Definition*.

A l'inici del segle XX, es van intentar crear instruments que permetessin mesurar les diferències d'intel·ligència entre les persones, sent Cattell el primer a utilitzar el concepte de prova mental. Els seus treballs van tenir molta importància pel fet d'haver demostrat que la intel·ligència es podia mesurar de manera experimental i pràctica.

Més endavant, Binet i Simon van afirmar que les facultats mentals són independents i diferents en cada persona. Binet definia la intel·ligència com la mitjana d'un nombre d'aptituds separades i, tot i que negava la influència de factors genètics, també va fer referència a les influències socials.

El 1904, Spearman exposava que: *"La intel·ligència és la capacitat única i que s'aplica a qualsevol context, domini o àmbit, i d'aquí se'n deriva la seva aparent multiplicitat"*². El 1924, va afirmar que: *"La intel·ligència és la capacitat de crear informació nova a partir de la informació que rebem de l'exterior o que tenim en la nostra memòria"*³.

Posteriorment, van arribar les teories multifactorials, que proposaven que la intel·ligència es compon de diversos factors, més o menys independents entre ells.

Segons Thurstone, la intel·ligència no es pot concebre com quelcom unitari sinó que existeixen set tipus d'intel·ligència: l'espacial, la numèrica, la fluïdesa verbal, la comprensió verbal, la velocitat perceptiva, el raonament abstracte i la memòria associativa. La seva teoria fou anomenada: "Teoria dels vectors de la ment".

En la mateixa línia, J. P. Guilford mostra l'existència de cent cinquanta aptituds diferents, classificades en tres factors: operacions, continguts i productes. Això és el que es coneix amb el nom d'"estructura de l'intel·lecte" o "model tridimensional de la intel·ligència".

J.B. Carroll, el 1993, va proposar la combinació d'una intel·ligència complexa, amb diversos nivells, conegut el nivell superior com a "intel·ligència general" o "factor G". El seu treball, junt amb el de J. I. Gustaffson, ens orienta cap a una teoria integradora que permet la coexistència de diferents capacitats cognitives amb una intel·ligència general comuna a totes elles.

En l'actualitat hi ha diversos enfocaments en l'estudi de la intel·ligència: el processament de la informació de Sternberg, les intel·ligències múltiples de Gardner i la intel·ligència emocional de Goleman.

2- SPEARMAN, C. (1904) *"General Intelligence", Objectively Determined and Measured'*.

3- SPEARMAN, C. (1924) *'Some Issues in the Theory of "g"'*.

1.2 Teoria del processament de la informació d'Sternberg

Segons Sternberg, psicòleg de la Universitat de Yale, la intel·ligència és un concepte que ens serveix per explicar per què algunes persones rendeixen millor que d'altres en certes tasques cognitives.

Proposa una teoria trifactorial de l'intel·lecte, constituïda per un component relacionat amb les capacitats mentals del càlcul, un altre sensible a factors del context i un tercer element lligat a allò que és nou.

- Intel·ligència componencial. És la capacitat de processar la informació, de pensar de forma crítica i analítica, de planificar i avaluar estratègies. (Ex: proves numèriques, vocabulari, sil·logismes, etc.)
- Intel·ligència experiencial. És la capacitat per afrontar tasques noves, formular noves idees i combinar experiències. (Ex: creativitat científica, etc.)
- Intel·ligència contextual. És una conducta que implica adaptació, selecció o modificació de l'ambient individual.

1.3 Les intel·ligències múltiples de H. Gardner

Howard Gardner (Scranton, Pennsilvània, 1943), psicòleg i pedagog de la Universitat de Harvard, qui va formular i desenvolupar la teoria de les Intel·ligències Múltiples.



Els treballs d'investigació de H. Gardner, van propiciar canvis significatius en els models educatius, i el van portar a la conclusió que la intel·ligència no només es redueix a la capacitat de solucionar les qüestions abstractes, sinó que es compon de diferents factors que interactuen entre sí, encara que cadascun s'adapti específicament a les diverses situacions que l'individu aborda al llarg de la seva vida.

La teoria de les Intel·ligències Múltiples es va publicar l'any 1983 en el llibre '*Frames of Mind*'⁴. En aquest, Gardner fa una anàlisi factorial subjectiva de la nostra ment i, del resultat, en va sorgir la idea de diferents intel·ligències independents.

Tots els estudis realitzats per aquest autor es van realitzar a partir de poblacions de subjectes especials: nens talentosos i adults que, a causa de diferents accidents, havien perdut alguna capacitat cognitiva.

La definició d'intel·ligència que ens proposa Gardner és: "*La intel·ligència és un potencial psicològic per resoldre problemes o crear nous productes que tenen valor en el seu context cultural*"⁵.

Segons Gardner, per a rebre el qualificatiu d'intel·ligència, s'han de complir els criteris següents:

- a) Si pot ser afectat aïlladament per lesions cerebrals.
- b) Si es poden detectar individus excepcionals en aquest domini particular (també anomenat talent).
- c) Si té un nucli identificable i aïllat d'operacions que constitueixen la base operativa d'aquesta intel·ligència.
- d) Si té un curs d'interacció particular al llarg del desenvolupament individual.
- e) Si té una justificació evolutiva i una determinada funcionalitat en aquest context.
- f) Si es pot contrastar experimentalment observant el seu efecte en el rendiment davant tasques cognitives diverses.
- g) Si és recolzat per la investigació psicomètrica.
- h) Ha de mostrar susceptibilitat per l'ús d'un codi propi en el qual transformar la informació i processar-la adequadament abans de procedir a emetre una resposta correcta.

Quan Gardner, el 1983, va proposar set intel·ligències diferents, ja va dir que aquesta llista es podria ampliar més endavant, sempre i quan complissin els requisits que ell va redactar.

- a) Intel·ligència lingüística: és l'habilitat per a processar paraules tant en la lectura de llibres com en l'escriptura de textos. També s'inclou la utilització d'un llenguatge i l'aprenentatge d'altres.

4- GARDNER, H. (1983) '*Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*'.

5- GARDNER, H. (1999) '*La Teoría de las Inteligencias Múltiples, 1983*' (modificació: 1999).

- b) Intel·ligència logicomatemàtica: és l'habilitat per fer servir el raonament, per calcular, per mesurar, per analitzar, per resoldre problemes i cercar solucions per a aquests, per plantejar hipòtesis...
- c) Intel·ligència musical: és l'habilitat per reconèixer, reproduir i interpretar peces musicals, tot sent sensible a la melodia, al ritme, al to, a l'harmonia.
- d) Intel·ligència visual-espacial: capacitat per a orientar-se en l'espai, percebre i reproduir les diferent formes.
- e) Intel·ligència kinestèsico-corporal: és l'habilitat per a manipular objectes i per a realitzar els moviment del cos amb precisió.
- f) Intel·ligència interpersonal: és l'habilitat per a comprendre les intencions, els desigs, les motivacions, el temperament i els estats d'ànims de les persones que ens envolten i la capacitat d'interactuar amb ells adequadament en la relació.
- g) Intel·ligència intrapersonal: és l'habilitat per a conèixer i entendre els propis sentiments i emocions, i utilitzar-los per guiar la nostra pròpia conducta i dirigir la nostra vida.

Cadascuna d'aquestes intel·ligències és completa i separada. Tot i així, va afirmar que no era una llista tancada en la qual s'hi ha afegit modificacions com la inclusió de la intel·ligència naturalista l'any 1995.

- h) Intel·ligència naturalista: capacitat per a reconèixer i categoritzar els éssers de la natura.

El 1998, Howard Gardner⁶ va contemplar la possibilitat d'una altra intel·ligència nova, l'existencial o emocional. Ens recorda tres metes de l'ésser humà que haurien de formar part de qualsevol procés educatiu:

- La Veritat (és l'àmbit de la ciència).
- La Bellesa (és l'àmbit de l'art i la sensibilitat).
- La Bondat (és l'àmbit de la moral).

En aquest sentit, no es pot parlar del desenvolupament de la persona sense parlar dels valors. Tot projecte de vida necessita partir d'un clar coneixement de la realitat, amb l'impuls de la voluntat regida pels valors i amb un ferm equilibri emocional.

6- GARDNER, H. (2000) *La educación de la mente y el conocimiento de las disciplinas*. Barcelona: Paidós.

Segons Gardner, cada persona posseeix totes les intel·ligències, esmentades per ell, però en proporcions diferents. La manera com aquestes es combinen genera formes particulars del comportament intel·ligent de la persona.

2. LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

“Mitjançant l'emoció, establim interessos, vincles, i relacions socials. L'emoció vincula l'aprenentatge en la infància i la joventut, amb la maduració cognitiva i la consciència. L'emoció orienta l'interès de la curiositat. Mentre la credulitat ens converteix en fàcils devots de la màgia, la curiositat permet desenvolupar el pensament científic. Gràcies a la Intel·ligència Emocional construïm la intel·ligència operativa que fa possible el desenvolupament tecnològic.”⁷

El concepte d'Intel·ligència Emocional (IE) va ser introduït pels psicòlegs americans Peter Salovey i Jonh Mayer⁸ a finals de la dècada dels anys 80, i posteriorment va ser difós amb gran èxit per Daniel Goleman (psicòleg i periodista que havia estudiat a Harvard i qui es fixà més en l'impacte social de la teoria).

Cap a la segona meitat dels anys noranta, i degut a la publicació del llibre *Intel·ligència Emocional* de Daniel Goleman, es va produir el que els científics van anomenar una “revolució emocional”.

La teoria de la Intel·ligència Emocional redactada per Goleman, està relacionada amb dues de les intel·ligències múltiples exposades per Gardner. Segons l'autor d'aquesta teoria, la IE és formada per les intel·ligències interpersonal i intrapersonal.

La Intel·ligència Emocional⁹ és la capacitat de percebre, comprendre i regular les pròpies emocions:

- Percebre: reconèixer de forma conscient les nostres emocions, saber què sentim i ser capaços de parlar-ne, de posar-hi etiquetes verbals.
- Comprendre: integrar el que sentim dins el nostre pensament i saber considerar la complexitat dels canvis emocionals.
- Regular: dirigir de forma eficaç les emocions positives i negatives. Consisteix a desenvolupar l'autocontrol, l'equilibri, la tempraça.

7- ACARÍN, N (2001)

8- SALOVEY, P.; MAYER, J. D. (1990), “*Emotional Intelligence*”, a *Imagination, Cognition and Personality*, 9, p. 185-211.

9- GOLEMAN, D. (1995) *‘Inteligencia emocional’*. Barcelona: Kairós.

Segons Goleman: la IE és la “disposició que ens permet, per exemple, controlar els nostres impulsos emocionals, comprendre els sentiments més profunds dels nostres semblants, manejar amablement les nostres relacions o desenvolupar allò que Aristòtil va denominar la infreqüent capacitat “d’enfadar-se amb la persona adequada, en el grau exacte, en el moment oportú, amb el propòsit just i de la manera correcta”. ”¹⁰.

A aquesta definició s’aproxima la psicòloga Marta Lloret quan exposa què és per a ella la IE. (Veure Annex 2, pregunta 1, pàg.75)

Daniel Goleman va afirmar que tots nosaltres tenim dues ments: una que pensa i una altra que sent. D’aquí la dicotomia entre el que és emocional i el que és racional, o, més popularment dit, entre el cor i el cap.

D’alguna manera, es tenen dues menes d’intel·ligència: la intel·ligència racional i la intel·ligència emocional; i les dues determinen el funcionament humà. Les decisions i les accions depenen tant dels sentiments com dels pensaments.

2.1 D. Goleman

Daniel Goleman és un psicòleg nord-americà, nascut a Stockton, Califòrnia, el 7 de març de 1947. Va adquirir fama mundial a partir de la publicació del seu llibre *Emotional Intelligence* (*Intel·ligència Emocional*) en 1995. És professor de psicologia a la Universitat de Harvard, universitat en la qual es va doctorar.



Va ser cofundador de la *Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning* en el centre d’estudis infantils de la universitat de Yale (posteriorment en la Universitat de Illinois, a Chicago), amb el propòsit d’ajudar a les escoles a introduir cursos d’educació emocional.

10- GOLEMAN, D. (1995) ‘*Inteligencia emocional*’. Barcelona: Kairós. (Pàg. 15)

2.2 Les emocions. Component fisiològic

L'emoció és un procés neuroquímic i cognitiu relacionat amb la presa de decisions, la memòria, l'atenció, la percepció i la imaginació, mecanismes que el procés de selecció natural ha perfeccionat com a resposta a les necessitats de supervivència i reproducció.

Psicològicament, les emocions alteren l'atenció, fan pujar de rang certes conductes guia de respostes de l'individu i activen xarxes associatives rellevants en la memòria.

Fisiològicament, les emocions organitzen ràpidament les respostes de diferents sistemes biològics, incloses les expressions facials, els músculs, la veu, l'activitat del Sistema Nerviós Autònom (SNA) i la del sistema endocrí.

Conductualment, les emocions serveixen per establir la posició de l'individu respecte de l'entorn (altres persones, objectes, accions, idees).

Resumint, es podria dir que les emocions són impulsos que porten a actuar, és a dir, cada emoció condueix a una determinada acció com a resposta:

- L'enuig augmenta el ritme cardíac, el flux sanguini de les mans i l'adrenalina. Facilita una resposta violenta.



- La por fa paralitzar el cos, empal·lideix el rostre i fa estar alerta per avaluar la resposta més adequada.



- L'amor activa el sistema nerviós parasimpàtic, que lligat a una resposta de calma o relaxació, dóna lloc a un estat de satisfacció que afavoreix la convivència.
- La sorpresa. Quan en el rostre s'expressa sorpresa, les celles s'alcen augmentant el camp visual i permetent que entri més llum a la retina, el que ens permet descobrir que està passant i triar la millor resposta.



- El desgrat fa incís quan una cosa és repulsiva per al gust o per a l'olfacte, produint-se una reacció facial de disgust, torçant el llavi superior i arronsant el nas.
- La tristesa provoca una disminució de l'energia del cos, generalment momentània, que permet analitzar el fet detonant i tornar a començar.



- La felicitat inhibeix els sentiments negatius i fa augmentar l'energia disponible, proporcionant al cos calma i entusiasme per aconseguir qualsevol objectiu.



Les fotografies anteriors van ser fetes quan jo cursava 3r de Primària, per a un treball sobre les emocions.

Davant d'una emoció la persona avalua, conscientment o inconscientment, un esdeveniment rellevant respecte un objectiu personal que és valorat com a important. L'emoció és positiva quan l'esdeveniment suposa un avenç cap a l'objectiu i és negativa quan suposa un obstacle. L'emoció predisposa a actuar; a vegades de forma urgent. Per exemple quan el subjecte se sent amenaçat. Per això, emoció i motivació estan relacionades.

En síntesi, el procés de la vivència emocional es pot esquematitzar així:

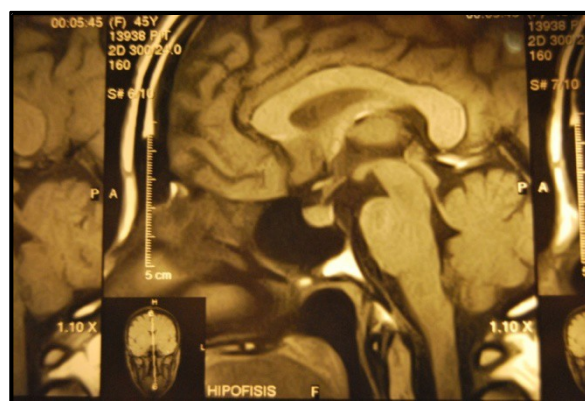


Segons la psicòloga Marta Lloret: *“El conjunt de pensaments i emocions, dels quals moltes vegades no som conscients, constitueix el motor de les nostres accions.”*. (Veure Annex 2, pregunta 5, pàg. 76)

El component fisiològic de les emocions són els canvis que es desenvolupen en el Sistema Nerviós Central (SNC) i que estan relacionats amb la presència de determinats estats emocionals.

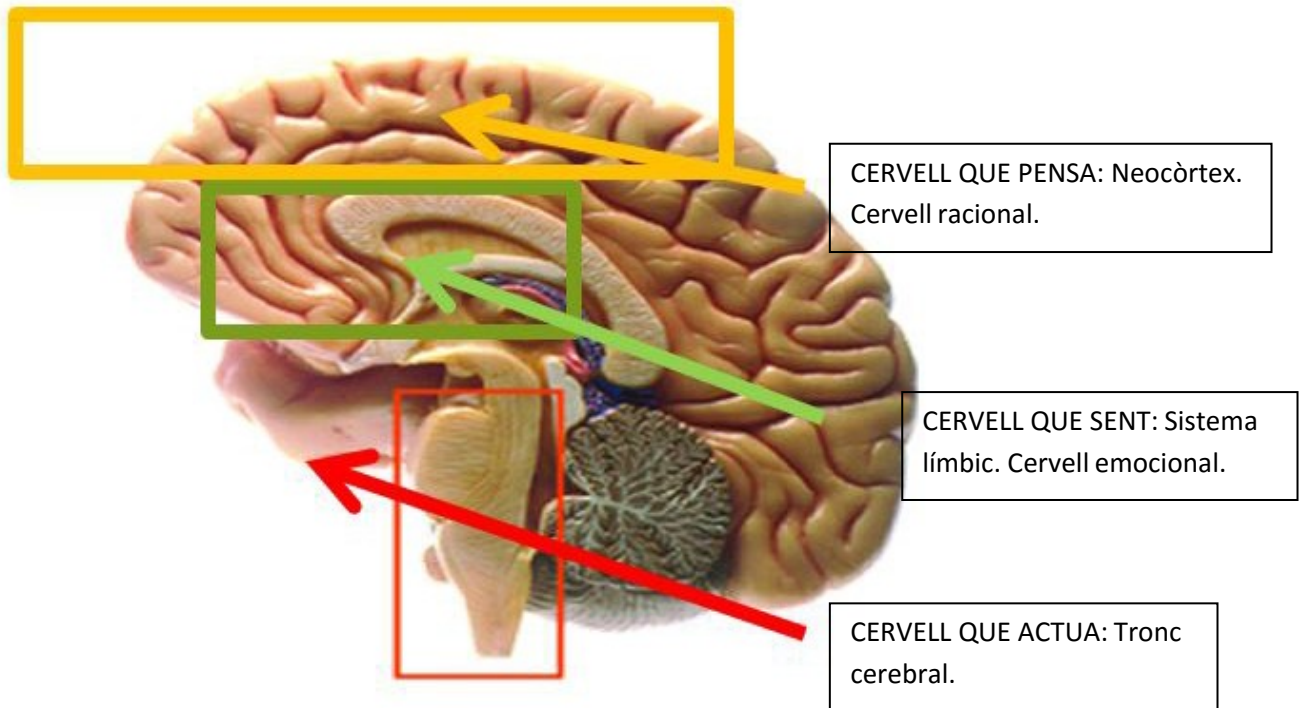
Segons L. Davidoff, són tres els subsistemes fisiològics relacionats amb les emocions: el SNC, el sistema límbic i el Sistema Nerviós Autònom (SNA). Durant els processos emocionals es consideren actius als següents centres del SNC:

- L'escorça cerebral, que forma part del SNC. Tant L. Davidoff com A. Sloman, coincideixen que l'escorça cerebral activa, regula i integra les reaccions relacionades amb les emocions.
- L'hipotàlem, que forma part del sistema límbic i que es relaciona amb l'activació del Sistema Nerviós Simpàtic (SNS). Aquest centre té a veure amb emocions, com el temor, l'enuig, a més de participar com a activador de la set i de l'activitat sexual.
- L'amígdala, que s'activa per estímuls externs, apareixent sensacions com l'ira, la desconfiança, el plaer i el temor. És una petita estructura subcortical amb forma d'ametlla que es troba a l'interior del lòbul temporal. Aquesta estructura envia informació a l'hipotàlem i al tronc de l'encèfal per activar els tres components d'una emoció (conductual, anatòmic i endocrí) com a resposta a situacions d'índole variada. L'amígdala rep informació del tàlem i de l'escorça sensorial. Així mateix, l'amígdala envia connexions a l'escorça sensorial, a l'escorça frontal, a la formació de l'hipocamp, a l'hipotàlem i a diferents nuclis del tronc de l'encèfal. L'extirpació de l'amígdala provoca complexos canvis en la conducta.



Imatge 1. Localització de l'amígdala en imatge real de ressonància magnètica estructural.

- La medulla espinal. És possible que les reaccions emocionals estiguin relacionades amb canvis fisiològics necessaris perquè l'individu pugui enfrontar-se a determinades situacions o perquè pugui transmetre missatges o senyals de resposta a altres individus.



Imatge 2. Anatomia d'un cervell que pensa, sent i actua

Una mostra pràctica per a veure com funcionen les emocions bàsiques en la ment de les persones és la recent pel·lícula de Pixar, *'Inside Out'*, resultant molt interessant el seu anàlisi des d'una perspectiva psicològica.

2.3 Fitxa tècnica de la pel·lícula *'Inside Out'*

Títol original: *'Inside Out'* (*Del revés*)

Any: 2015

Durada: 94 min

País: Estats Units

Director: Peter Docter, Ronnie Del Carmen

Guió: Michael Arndt (Història: Peter Docter)

Música: Michael Giacchino

Productora: Pixar Animation Studios / Walt Disney Pictures

Gènere: Animació. Fantasia. Aventures. Comèdia / Infància. Família

2.4 Intel·ligència emocional a partir de la pel·lícula *'Inside Out'*

La pel·lícula *'Inside Out'* (juliol de 2015) és una bona representació de les emocions i del que succeeix dins la ment humana. Es centra en l'època de la preadolescència, quan una persona deixa de ser infant per passar a una fase més madura, mostrant tot el procés que això comporta, tant a nivell de relació amb els altres com d'acceptació i control dels canvis emocionals en un mateix.



2.4.1 Pixar

Des del salt a la fama el 1995 amb Toy Story, Pixar ha anat captivant al públic fins ara. El 17 de juliol de 2015, va presentar a la gran pantalla una de les millors pel·lícules realitzades per l'estudi cinematogràfic: *'Inside Out' (Del revés)*.



2.4.2 Els canvis emocionals en adolescents: Peter Docter

La idea d'aquest llargmetratge va ser obra del director Peter Docter qui, a l'observar un canvi d'actitud en la seva filla d'onze anys, es va començar a preguntar què passava dins la ment humana. El cinema d'aquest director és famós per plasmar la vida de la seva filla, i això fa les pel·lícules més especials, les quals l'han proclamat guanyador d'Oscars per *"Monsters, INC."* i *"Up"*.

Cal tenir en compte que l'adolescència constitueix un període de trànsit entre la infància i l'edat adulta, i és en aquesta etapa quan es produeixen canvis profunds en tots els àmbits de la personalitat. Possiblement, la inestabilitat emocional o dels estats d'ànim, sigui la característica més definitiva de l'adolescent, que es manifesta a través de canvis d'humor sobtats i que, unida a una sensibilitat extrema, serà la causa de les preocupacions excessives per coses poc importants, així com de les inhibicions, els enrojaments i els bloqueigs afectius.

Des del començament de l'adolescència augmenta la consciència del jo, que permetrà als adolescents controlar més les pròpies accions i experiències. Ara tenen més coneixement sobre l'efecte dels seus estats afectius, negatius i positius, en la manera de percebre la gent i en la realització de tasques i activitats. És en aquest moment on es poden trobar diferents graus d'autoestima relacionats amb l'autoconfiança, sent un moment crític per a la formació de la pròpia identitat.

El seu poder reflexiu i la seva gran imaginació porten a l'adolescent a una sobreestimació i a l'exaltació del jo, manifestant-se a través de la preocupació pel seu aspecte extern. Però aquest és un jo dèbil, insegur, per la qual cosa adopta el jo dels altres, especialment el dels adults, com si fos el seu propi. La seguretat amb què defensa les seves idees no és més que la màscara que encobreix la seva inseguretat. Aquest fet s'anomena "crisi d'originalitat".

L'adolescent ha de realitzar un ajustament entre els canvis físics i els puberals, per arribar a un desenvolupament de sentiments i actituds equilibrades. Això fa que se senti incomprès i s'arregui en el seu món interior, mostrant sentiments com: avorriment (manca d'interès, apatia i desgana pels estudis), enuig i por (quan es veuen amenaçats els seus desigs, quan l'adult l'imposa normes), angoixa (a l'hora de fer una tria, amb les relacions interpersonals), alegria (quan se sent acceptat i valorat). Tots els conflictes d'aquesta etapa fan d'ell una persona contradictòria, impulsiva i hipersensible, però només aparentment. La resolució dels mateixos l'haurà de trobar per la via de l'amistat i per la possibilitat d'unir-se a un grup. Els subjectes que no s'integren en el grup poden adoptar formes de conducta com la introversió, l'aïllament, les ganes de sobresortir, etc.

Una altra característica és el despertar de la consciència social, sentint una gran sensibilitat davant les injustícies dels altres, encara que és insensible a les que ell fa.

En aquesta etapa, els nois i les noies reconeixen que els altres tenen diferents pensaments i preocupacions però, a causa del seu egocentrisme, estan tan preocupats per ells mateixos que tendeixen a no considerar la perspectiva dels altres. Per altra banda, les relacions entre iguals adquireixen molta importància. Aquesta vinculació amb els companys és potenciada pel procés de desvinculació dels pares.

Quan es parla de la regulació de les seves emocions es destaca una manca de flexibilitat emocional. L'adolescent és radical en la seva regulació de les emocions, emmascarant-les o ignorant el significat del que les ha causat.

Aquestes estratègies de l'adolescent van disminuint progressivament per donar pas a estratègies més madures, com valorar i avaluar els esdeveniments negatius.

Tal i com diu, a la seva entrevista, la psicòloga Marta Lloret, *"Si les nostres emocions són positives, la nostra vida i el nostre entorn també seran positius; i d'aquesta manera podrem aconseguir un major benestar físic i psicològic."*.(Veure Annex 2, pregunta 8, pàg.77)

'Inside Out' (Del revés) ens transporta a l'interior de la ment de les persones, on es pot veure com funciona. La pel·lícula es basa en les emocions bàsiques, les quals, després de molts estudis, s'ha determinat que en són sis: joia, tristesa, por, fàstic, ira i sorpresa. Tot i així, en

aquest film no hi apareix la sorpresa ja que segons Paul Ekman i Dacher Keltner, prestigiosos psicòlegs en el tema de les emocions, la sorpresa és l'emoció més curta, només apareix puntualment per a orientar l'atenció i deixar pas a les altres emocions.

Peter Docter (Bloomington, Minnesota, 10 d'agost de 1968) és un animador, guionista i director de cinema estatunidenc.



2.4.3 Argument de la pel·lícula

La pel·lícula comença amb el naixement de la Riley Andersen. En aquest moment, s'escolta una veu en off que pertany a la Joia, la primera emoció de la nena. Just després en van apareixent les altres: la Tristesa, el Por, la Fàstic i l'Ira.

Quan la Riley té onze anys ha de deixar la seva ciutat, Minnesota, per a instal·lar-se a San Francisco per la feina del seu pare. Aquest canvi tan brusc té uns efectes negatius sobre ella. La Riley intenta habitar-se a aquesta nova vida, guiada per les seves emocions, però el cert és que no aconsegueix integrar-se a l'escola, ni s'acostuma a viure en una altra ciutat i, a més a més, és incapaç de passar-ho bé amb allò que abans la feia feliç, l'hoquei. És des de la "Central d'Operacions", el centre de control de la ment de la noia, des d'on les emocions l'aconsellen en la vida de cada dia. Tanmateix, la Tristesa i la Joia, discutint per un record, en queden expulsades per accident, deixant la Riley entre l'actitud rebel de la Fàstic i de l'Ira, i el comportament pessimista del Por. La Tristesa i la Joia han de recórrer la ment de la Riley per salvar-la del caos emocional que està transformant el seu caràcter, mentre que els altres tres es deixen submergir per la discòrdia. L'Ira implanta una idea en la ment de la Riley: anar-se'n amb la targeta de crèdit de la seva mare i agafar un autobús per tornar a Minnesota. Mentre executa el seu pla, la Joia i la Tristesa aconsegueixen tornar a la Central d'Operacions per portar-hi l'equilibri emocional.

2.4.4 Personatges

El personatge principal, la Riley Andersen, és una nena d'onze anys, optimista i honesta. No obstant això, en l'adolescència, es torna més vulnerable emocionalment i insegura de sí mateixa, entrant en una mena de depressió apàtica, fins al punt que tracta de fugir de la seva pròpia personalitat. Al final, s'adona de què és el més important a la vida i s'adapta a la seva nova etapa madurativa.



A l'inici de la pel·lícula, la Joia parla amb veu en off i presenta la resta d'emocions presents en aquest llargmetratge, cadascuna identificables pel seu color i forma.

- La Joia: És ella qui s'encarrega de mantenir, en tot moment, el somriure de la Riley, celebrar els èxits i estar de bon humor, tot i les derrotes o equivocacions. Aconsegueix que la noia sigui feliç i passi bones estones, tant amb la Meg, la seva millor amiga, com amb els seus pares. És qui té més protagonisme en la infància de la Riley, ja que la majoria dels seus records són alegres.

El personatge de la Joia és identificat amb el color groc i la forma d'estrella, alta, esvelta i femenina.



- La Tristesa: És una de les emocions més importants i un pilar fonamental pel creixement personal. És veritat que al principi de la pel·lícula és la "rara" i la deixen una mica de banda. Ella creu que estar content és bo però intenta que la Riley vegi també el costat trist de les situacions, cosa que l'ajuda a créixer i a madurar. Al final del film s'observa com agafa un paper més important en l'etapa de l'adolescència de la noia.

S'identifica amb el color blau i la forma d'una llàgrima.



Tot i que el director vol mostrar la funció positiva de la tristesa, li dóna uns atributs físics que no ajuden en el trencament amb els estereotips, com ser grassoneta, baixeta i amb ulleres.

- El Por: S'encarrega de la supervivència de la Riley. Marca quin és el límit entre el que és segur i el perill que hi ha en les diferents situacions de la vida, sigui real o imaginari.

El color violeta i la forma de nervi són els seus identificadors.



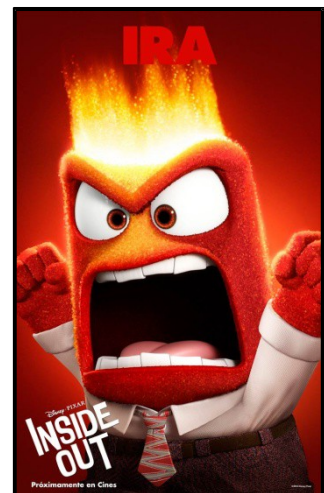
- La Fàstic: S'encarrega de l'aspecte físic, que no es mengin coses en mal estat, i de les situacions d'indiferència. És qui influeix en els gustos personals d'una persona i qui la protegeix davant males olors o gustos repugnants.

El seu color és el verd, fent referència a la seva forma de bròquil.



- L'Ira: És l'encarregat de defensar el que és personal, tant els objectes com els interessos. Entra en escena quan es vulnereu els límits d'una persona. És també qui defensa la integritat i la coherència.

El seu color vermell permet identificar-lo, juntament amb la forma de totxana, potser fent al·lusió a un cap quadrat que s'incendia quan s'enfada (= "Treure foc pels queixals").

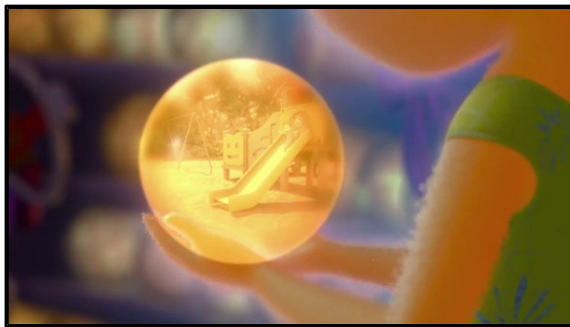


2.4.5 Conceptes psicològics de la pel·lícula

'*Inside Out*' escenifica d'una forma metafòrica què passa dins el cervell en l'etapa de la infància. Fa incís en com es forma la personalitat, els records i les creences, ja que això determina tot el que una persona és.

2.4.5.1 Els records

Els records de la Riley són posats en evidència com a esferes lluminoses d'un determinat color (groc, blau, verd, vermell o violeta), depenent de l'emoció amb què s'ha forjat, entenent el paper fonamental que fan les emocions en la seva creació. A més a més, en la pel·lícula, hi ha el que s'anomenen els records essencials, molt més importants que la resta, ja que són els formats quan l'empremta emocional és més forta.



Imatge 3. Els records de la Riley



Imatge 4. Els records essencials

(Localització en el film: 4'36" – 4'58")

2.4.5.2 La personalitat

Els records essencials formen les anomenades Illes de la personalitat. Un record suficientment potent pot marcar un abans i un després en la vida i passar a formar una illa de la personalitat, que en el fons, són les que fan que la Riley sigui ella mateixa.

La personalitat, però, canvia a mesura que la noia creix i viu experiències diferents, quedant molt ben reflectit en '*Inside Out*'.

En referència a aquest canvi en la formació de tota persona, la psicòloga Maria Gómez ens exposa la necessitat d'anar desenvolupant la IE al llarg de la vida, sobretot en els primers anys d'un infant, quan *“en el cervell existeix una plasticitat màxima i una motivació innata per tot el que ens envolta.”*(Veure Annex 1, pregunta 3, pàg.71)

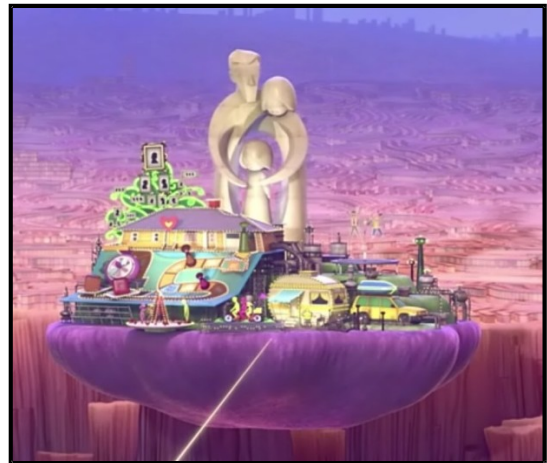
A l'inici del llargmetratge es pot veure com la ment de la nena és formada per cinc Illes de la personalitat: l'Illa de la Família, l'Illa de l'Amistat, l'Illa Pallassada, l'Illa de l'Hoquei i l'Illa de la Sinceritat. Aquestes, degut als canvis que pateix la Riley, es van destruir, tot submergint la noia en una depressió i canvis de personalitat.



Imatge 5. Vista de quatre de les Illes de la personalitat

Les cinc illes de la personalitat i els records essencials que les han configurat són:
(Localització en el film: 4'47" – 6'38")

- L'Illa de la Família: Representada per una enorme estàtua de la família unida i els seus passatemps i records més apreciats, com la casa de Minnesota, l'arbre de Nadal, el cotxe amb el que han fet un llarg viatge o un joc de taula. Aquesta s'activa quan la família està unida i es recolzen els uns als altres.

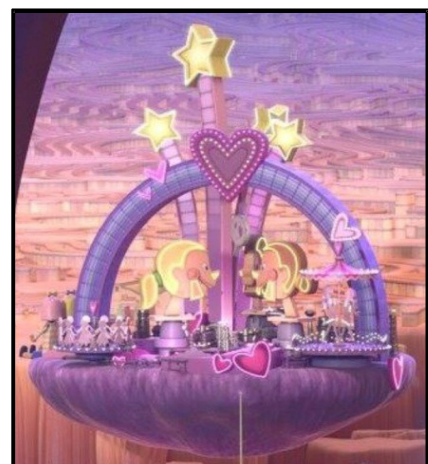


El record més important de la Riley amb la seva família és el de fer galetes tots tres junts.



Imatge 6. Record essencial de l'Illa de la Família

- L'Illa de l'Amistat: Activada en els moments més importants amb els amics, sobretot amb els que fan que et sentis alegre i que estan sempre al teu costat per a ajudar. L'illa és formada per estàtues en forma d'estrelles i cors, però la que més destaca és una de la Riley i la seva millor amiga.

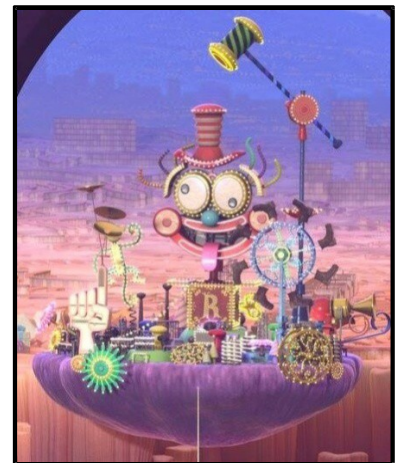


En el cas de la Riley, la seva millor amiga és la Meg, amb qui va construir el record essencial que compon aquesta illa.



Imatge 7. Record essencial de l'Illa de l'Amistat

- L'Illa Pallassada: Activada en els moments divertits de la vida de la Riley. Són moments en què s'oblida del món exterior i només s'ho passa bé. En aquesta illa es distingeixen objectes divertits com una caixa de sorpreses, un pallasso de circ, i moltes coses més.

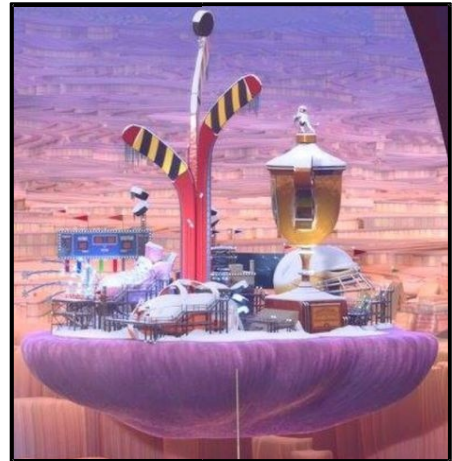


El record essencial que ha creat aquesta illa fou protagonitzat per la Riley i el seu pare en un moment de diversió després del bany.



Imatge 8. Record essencial de l'Illa Pallassada

- L'Illa de l'Hoquei: La Riley no seria ella si no practiqués aquell esport que més li agrada, com és l'hoquei sobre gel.

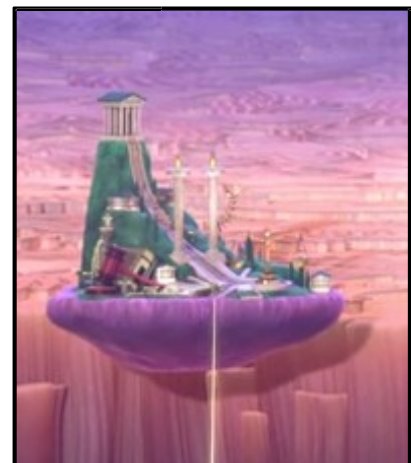


Va aprendre a jugar en el llac de darrera de casa seva quan era molt petita, amb l'ajuda dels seus pares.



Imatge 9. Record essencial de l'Illa de l'Hoquei

- L'Illa de la Sinceritat: És activada quan la Riley sap que ha fet alguna cosa malament i ho admet. S'observa la figura d'un martell de jutge al capdavant d'un Olimp.



El record essencial que va formar aquesta illa mostra la primera vegada que la Riley va ser conscient de la seva malifeta i ho va reconèixer. Es pot observar una clara al·lusió a la frase feta “Trencar un plat”.



Imatge 10. Record essencial de l'Illa de la Sinceritat

Al final del film però, després que la Tristesa fes incís en la vida de la Riley i recuperés l'equilibri emocional de la noia, es poden veure moltes més illes (algunes d'elles, una barreja de les de la infància), donant pas a una personalitat més adulta.

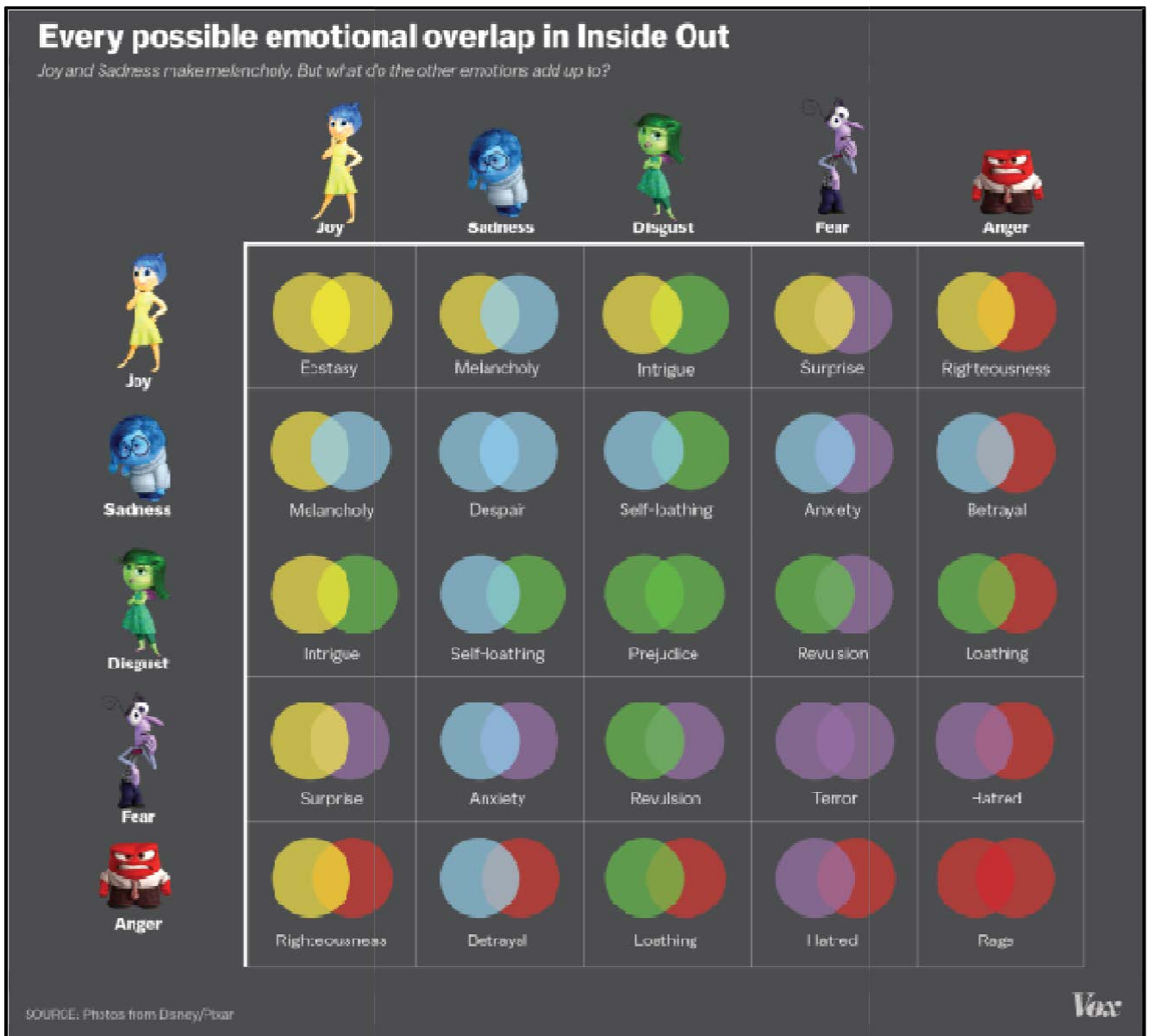
(Localització en el film: 78'45"–84'40")



Imatge 11. Records essencials al final del llargmetratge



Imatge 12. Les Illes de la personalitat al final del film



Imatge 13. Taula on es mostren les possibles combinacions d'emocions, les quals es donen a partir del moment en què es fa aquest pas d'una mentalitat infantil a una de més adulta.

2.4.5.3 Les creences

En el Tren del Pensament (veure pàg.38) hi ha dues caixes: una d'elles conté fets i l'altra opinions. En un moment de la pel·lícula, la Joia les tira al terra, barrejant-se el contingut d'ambdues. Quan intenta ordenar-les, li és impossible distingir les d'una caixa i les de l'altra, ja que els fets i les opinions tenen gran semblança. (Localització en el film: 49'48" –50')

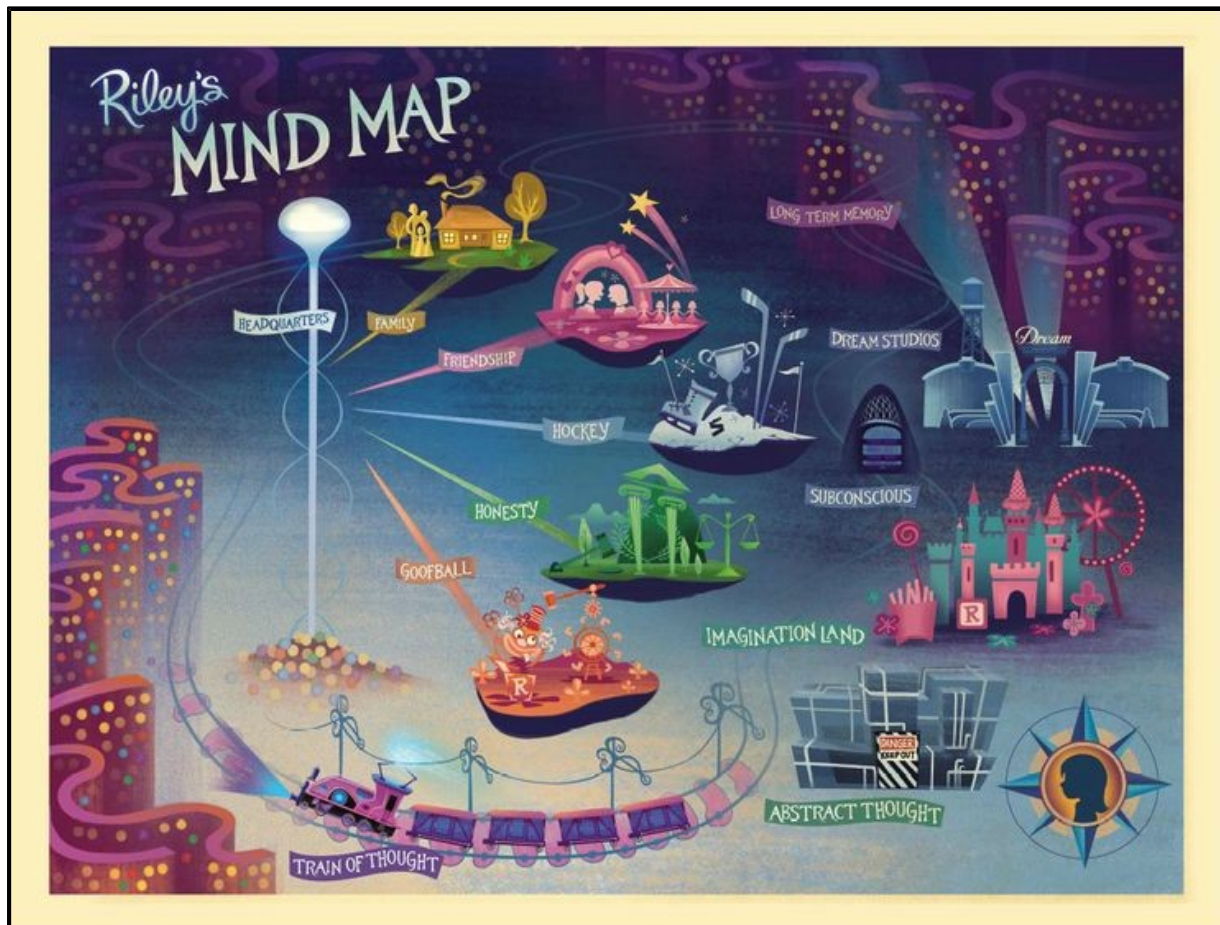
Les creences són les encarregades de guiar la vida, pensant que les opinions són en realitat fets inamovibles. A vegades costa canviar les creences perquè se'ls hi dóna veracitat absoluta, com si fossin fets universals. Però caldria adonar-se'n que realment estan basades en opinions (per exemple: "tot em surt malament", "els dies de pluja sempre ploro", etc.).



Imatge 14. Ordenant opinions i creences

2.4.6 Els racons de la ment

Al llarg de la pel·lícula, la Joia i la Tristesa fan un llarg recorregut per les àrees més importants de la ment humana, mostrant-les d'una forma còmica, però intel·ligent.



Imatge 15. Riley's Mind Map

2.4.6.1 El subconscient

És un lloc fosc, tenebrós, localitzat en les profunditats de la ment. Allí són enterrats els elements que no haurien de sortir mai a la llum, com les pors o els traumes. Ex: en Jangles (el pallasso de les festes d'aniversari), el bròquil, les escales del soterrani, o l'aspiradora de la iaia. (Localització en el film: 55'50" – 59'23")



Imatge 16. En Jangles, el pallasso de les festes d'aniversari

2.4.6.2 Produccions El Somni

Els somnis són elaborats per una companyia cinematogràfica a Produccions El Somni. Cada dia es barregen les vivències de la Riley amb pors, esperances i inquietuds. En la pel·lícula es veu com el somni es correspon amb el primer dia de classe a la nova escola, quan la fan presentar-se davant els companys i tot es complica, per exemple li cauen les dents i no porta pantalons.

L'únic moment en què es té accés a l'inconscient de la nena és quan està somiant. Però es pot dir que aquests somnis fan referència a les pors i no tant als desitjos reprimits. (Localització en el film: 51'39" – 55'36" i 59'23" – 59'40")



2.4.6.3 El pensament abstracte

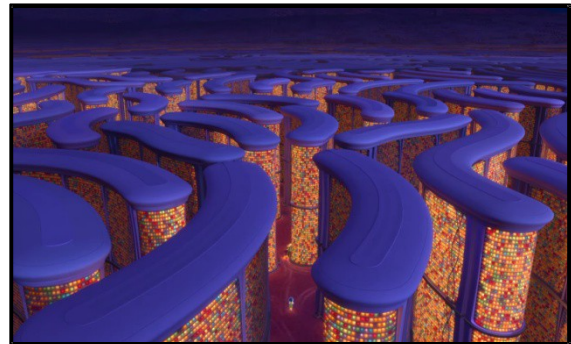
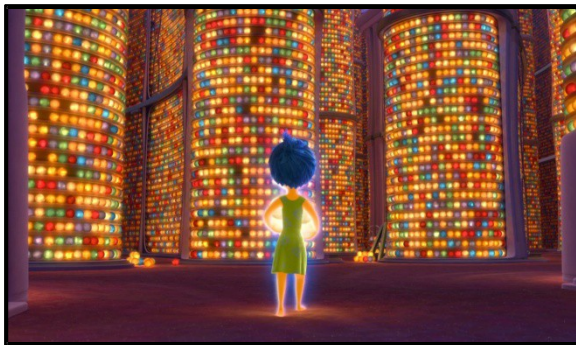
El pensament abstracte és molt complex per a un nen petit. En la pel·lícula, apareix un centre de pensament abstracte representat com una fàbrica, on s'alteren conceptes fins a fer-los més assequibles a la ment. Es mostren quatre fases: fragmentació no objectiva, desconstrucció, bidimensionalitat i no figurativa. (Localització en el film 40'35" - 43'15")



2.4.6.4 Memòria a llarg termini

Cada nit, els records viscuts durant aquell dia són enviats a la memòria a llarg termini. Aquesta és representada com un enorme laberint de prestatgeries on s'emmagatzemen els records, els quals poden tornar a ser recordats o oblidats; però això es feina dels "oblidaires". (Localització en el film: 6'39" – 7'20" , 25'20" – 25'50" i 32'20" – 36')

La Riley s'oblida dels presidents dels EE.UU, excepte dels que apareixen en els bitllets monetaris, i de les classes de piano, recordant només el "Para Elisa" de Beethoven.



Imatges 17 i 18. Memòria a llarg termini



Imatge 19. "Oblidaires"

2.4.6.5 Imaginalàndia

Un lloc on tot és possible. Només entrar-hi es pot trobar el bosc de les patates russes, ciutat trofeu, o un mar de lava, vila núvol i un enorme castell de cartes.

(Localització en el film: 43'52" – 45'10")

També és el lloc on es creen els amics imaginaris. En el cas de la Riley, el seu amic imaginari és en Bing Bong, un ésser fet d'una barreja de cotó de sucre, elefant, dofí i gat. (Localització en el film: 37'30" – 40'26"). La Riley i en Bing Bong tenen un coet que els ha de portar a la lluna i que funciona amb "cançolina" (cançons). El personatge d'en Bing Bong se sacrifica per la felicitat de la Riley, sent oblidat quan ella creix.

(Localització en el film: 66'27" – 73'30")

Un amic imaginari és tan real per a un nen com qualsevol altra fantasia, però, gairebé sempre, en l'edat preescolar, passant a l'oblit en l'adolescència.

La Riley és filla única i, encara que la relació amb els seus pares durant la infància va ser bona, no tenia amb qui compartir les seves fantasies més que amb aquest amic imaginari que actua com a objecte transicional, ajudant en la relació de la nena amb els seus pares.

A mesura que creix, es veu com cauen a l'oblit les coses amb què ella fantasiejava a Imaginalàndia, però mai es veurà buida aquesta part de la seva ment doncs sorgeixen noves fantasies, com per exemple el noi ideal canadenc, senyal de l'inici de la seva pubertat.

Aquest fet no té res a veure amb ser un somiador o amb "viure d'il·lusions". Tota persona anhela o busca allò que creu perdut o que no té, obrint el camí a aquells desitjos més profunds.



Imatge 20. Bing Bong

2.4.6.6 El Tren del Pensament

El Tren del Pensament representa el lloc per on viatgen les emocions, i fa parada en els diferents mons de la vida. Durant el viatge cal ser conscients que trobar l'equilibri emocional no requereix la jerarquia de cap dels personatges de la pel·lícula, sinó adonar-se que cada potencial arriba al màxim nivell quan treballa en la seva justa mesura.

La vida està formada de moments, però no sempre l'alegria hi estarà present. Aquest fet no farà que la vida perdi el seu valor.

El Tren del Pensament s'atura quan la Riley s'adorm, donant pas a l'inconscient, on no hi ha un raonament que freni allò que es troba amagat.

(Localització en el film: 49'36" – 49'48" i 51'32" – 51'55")



2.4.6.7 Zona preescolar

En un moment del llargmetratge es fa referència al pas de la infància de la Riley a la preadolescència, quedant plasmat d'una manera impactant amb la destrucció de tots els records de l'etapa preescolar: el Castell de galetes, la Muntanya del poni, el Castell de princeses, el Saló de la fama dels peluixos.

(Localització en el film: 46'53" – 47'53")

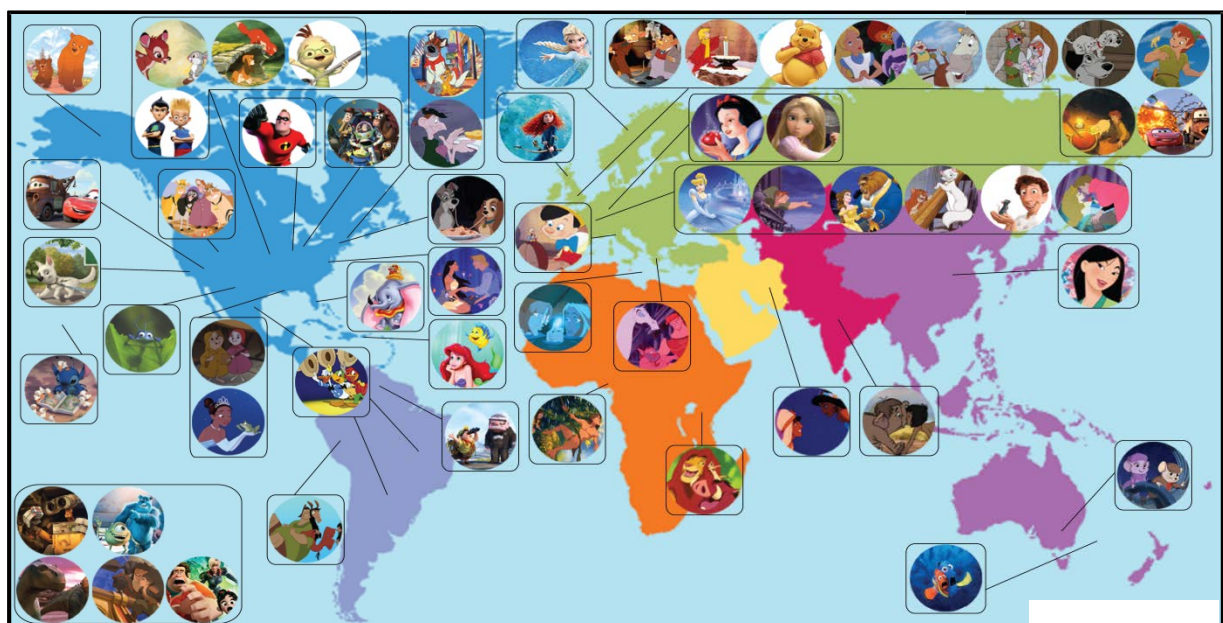
2.4.7 Conclusions

En resum, la pel·lícula tracta de l'etapa en què tot nen deixa la infància i passa a la preadolescència. Fins que la Tristesa no es fa amb el control de la situació i transmet el que realment sent la Riley, no es pot tancar l'etapa infantil i passar pàgina. Al final del film es pot veure com l'ordinador central augmenta de mida i se li afegeixen més botons (fins i tot un en el qual posa "pubertat").

La infància es caracteritza per tenir emocions pures, d'un sol color; però a mesura que creixem les emocions es barregen. En la pel·lícula això s'aprecia en el color de les esferes lluminoses. Així com al principi són monocolor, al final són barreges dels colors de les emocions. No és el mateix sentir joia, tristesa o por, que sentir nostàlgia, atracció o estrés.

En determinats fragments de la pel·lícula es pot veure què passa en la ment dels pares. La ment de la mare és presidida per la Tristesa. La ment del pare, en canvi, és presidida per l'Ira.

Les pel·lícules de Disney porten temps justificant el valor de la tristesa, com "*Dumbo*" (quan el separen de la mare), "*Bambi*" (quan maten a la mare) o "*Blancaneus*" (una nena orfe i amb una madrastra que la vol veure morta); entre altres. En la cultura occidental es tendeix a valorar molt més certs trets de personalitat extrovertits i optimistes, que sensibles o emotius. El valor de l'activitat externa i social, l'alegria i l'expressió d'"estar bé" està millor valorat que la tristesa i l'expressió de "no estar bé". Però la vida no sempre ens dóna situacions en què l'emoció apropiada seria l'alegria. Una persona ha de passar per les diferents emocions per superar cada situació. No es necessita un antidepressiu per a ser feliç, sinó permetre's estar trist per a, més tard, poder passar a les altres emocions.



Imatge 21. Mapa on es localitzen les diferents històries Disney

Actualment, el concepte d'Intel·ligència Emocional s'acostuma a relacionar amb molts àmbits de la vida on hi influeixen diferents tipus d'emocions. En el meu Treball de Recerca, he volgut enllaçar aquest concepte amb la tria del batxillerat que fem els adolescents. L'objectiu d'aquesta segona part és comprovar si aquest tipus d'intel·ligència determina l'elecció d'una branca específica i, si és així, quins alumnes presenten més IE.

3. EL BATXILLERAT

El Batxillerat és la darrera etapa de l'Educació Secundària. Té una durada de dos cursos i és de caràcter voluntari. L'edat dels estudiants és, normalment, entre els 16 i els 18 anys.

La finalitat d'aquests estudis és:

- Formació general, que aporta un major nivell intel·lectual i personal, així com una major capacitat per adquirir coneixements i habilitats.
- Preparatòria d'estudis posteriors, universitaris o de formació professional.
- Orientadora, segons preferències i interessos.

Per accedir-hi és necessari disposar del títol de Graduat en Educació Secundària Obligatòria (ESO).

L'estructura general del Batxillerat és:

- PART COMUNA
 - Matèries comunes
 - Tutoria
 - Treball de recerca
- PART DIVERSIFICADA
 - Matèries de modalitat
 - Matèries optatives

A cada matèria se li assigna un nombre setmanal d'hores de classe que va d'1 a 4 hores. Cada alumne ha de cursar un mínim de 30 hores setmanals per curs.

El Batxillerat presenta tres modalitats globals:

- Modalitat d'Arts (ofereix dues vies):
 - Arts plàstiques, imatge i disseny
 - Arts escèniques, música i dansa

- Modalitat d'Humanitats i Ciències Socials
- Modalitat de Ciències i Tecnologia

3.1 Currículum de Batxillerat 2014-2016

Matèria	1r curs	2n curs
Ciències per al món contemporani	2 h.	-
Llengua catalana i literatura	2 h.	2 h.
Llengua castellana i literatura	2 h.	2 h.
Llengua estrangera	3 h.	3 h.
Filosofia i ciutadania	2 h.	-
Història de la filosofia	-	3 h.
Història d'Espanya	-	3 h.
Educació física	2 h.	-
Religió (voluntària)	2 h.	2 h.
Matèries de modalitat	16 h.	16 h.
Tutoria	1 h.	1 h.

3.2 Currículum de Batxillerat 2015-2017

El curs 2015-2016 s'implanta un nou model de Batxillerat a primer curs, fruit de l'aplicació de la LOMCE, que tindrà continuïtat el 2016-2017 al segon curs de l'etapa.

Matèria	1r curs	2n curs
Llengua catalana i literatura	2,5 h.	3 h.
Llengua castellana i literatura	2,5 h.	3 h.
Llengua estrangera	3 h.	3 h.
Filosofia i ciutadania	3 h.	-
Història	-	4 h.
Educació física	2 h.	-
Religió (voluntària)	2 h.	2 h.
Matèries de modalitat	16 h.	16 h.
Tutoria	1 h.	1 h.

3.3 Modalitats de Batxillerat

Es pot escollir entre cinc modalitats específiques: Arts, Ciències, Tecnologia, Humanitats i Ciències Socials.

La modalitat d'Arts s'adreça a persones interessades en els fenòmens artístics, caracteritzats per la sensibilitat, l'expressió i la creativitat; un alumne amb inquietuds, tot i que no necessàriament amb un perfil d'intèrpret entorn del món audiovisual, les arts gràfiques, el disseny, el patronatge, els mitjans de comunicació, la publicitat, les arts escèniques, la producció i gestió d'empreses del sector cultural o l'animació cultural i social.

Les modalitats de Ciències i Tecnologies s'adrecen a alumnes interessats per les ciències experimentals, les matemàtiques, els estudis relacionats amb continguts científico-sanitaris i el món dels processos tecnològics i dels materials, instruments, aparells i màquines que s'utilitzen en la producció de béns i serveis.

Les modalitats d'Humanitats i Ciències Socials s'adrecen a alumnes amb inquietuds relacionades amb els estudis lingüístics i literaris, la filosofia, les manifestacions culturals, les ciències socials, jurídiques, polítiques i econòmiques, la gestió i administració pública, la comunicació, les relacions públiques, la publicitat, el turisme i altres serveis d'oci.

PART III: ESTUDI PRÀCTIC

1. HIPÒTESI

Davant del mite popular entre alumnes d'instituts i escoles on, "entre passadissos", es murmura que els estudiants del Batxillerat social tenen més intel·ligència emocional que els de la resta de modalitats; com per exemple científics i tecnòlegs (a l'utilitzar un llenguatge més rigorós i tècnic), enfoco la part pràctica del meu Treball de Recerca en aquesta idea.

La hipòtesi plantejada és: ***"Els alumnes matriculats en el Batxillerat Social tenen més Intel·ligència Emocional que els alumnes de la resta de modalitats"***.

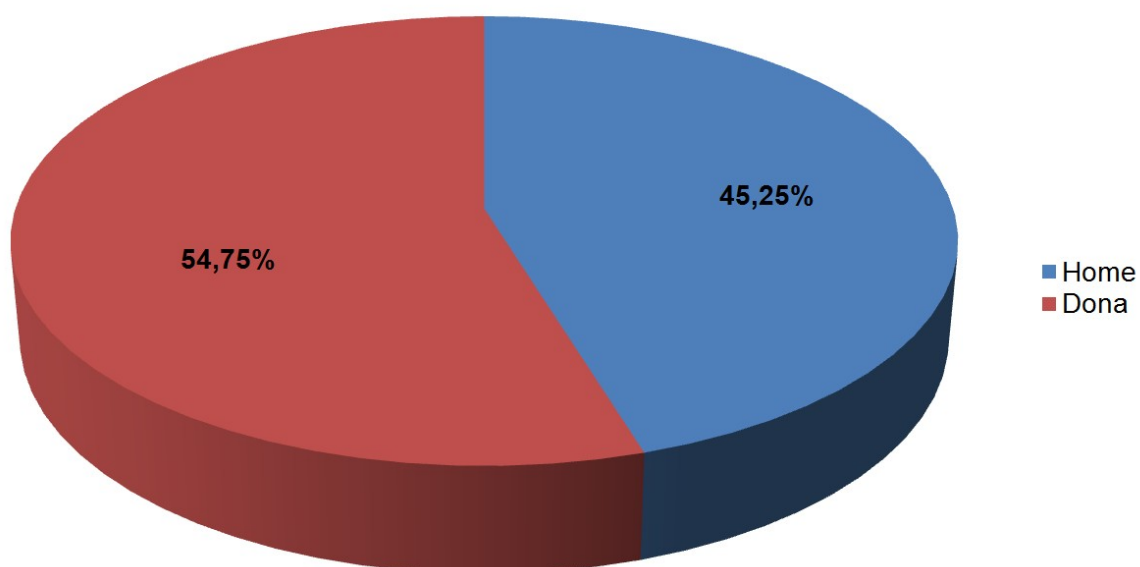
2. PLANIFICACIÓ

2.1 Mostra

La mostra total està composta per 263 estudiants de primer i segon de batxillerat de les escoles IES Alexandre Satorras, Escola Freta, Fundació Privada GEM i Col·legi Sant Antoni de Pàdua; sent una d'elles de tipologia pública, i la resta privades.

Els alumnes que han respost el test pertanyen a totes les modalitats: artística, científica, humanística, social i tecnològica.

L'edat dels enquestats està compresa entre els 15 i 20 anys, amb una edat moda de 17 anys, del quals 144 han estat dones i 119 homes.

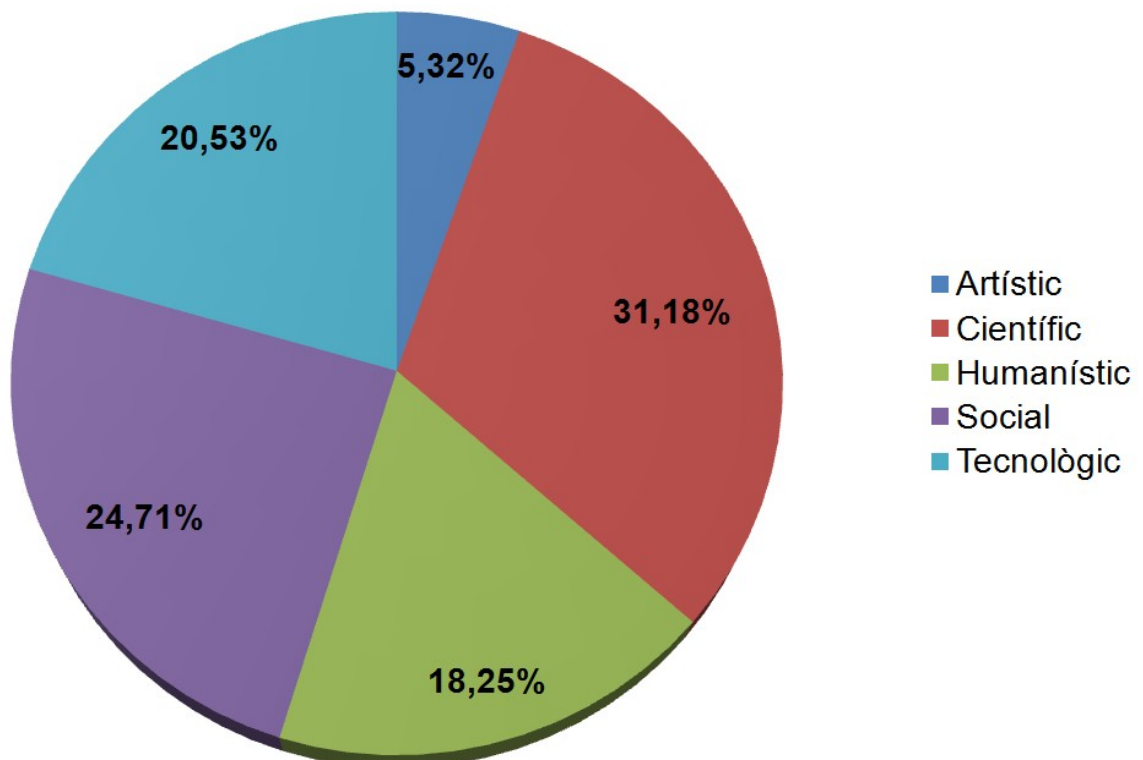


Gràfic 1. Percentatge de la mostra per sexe

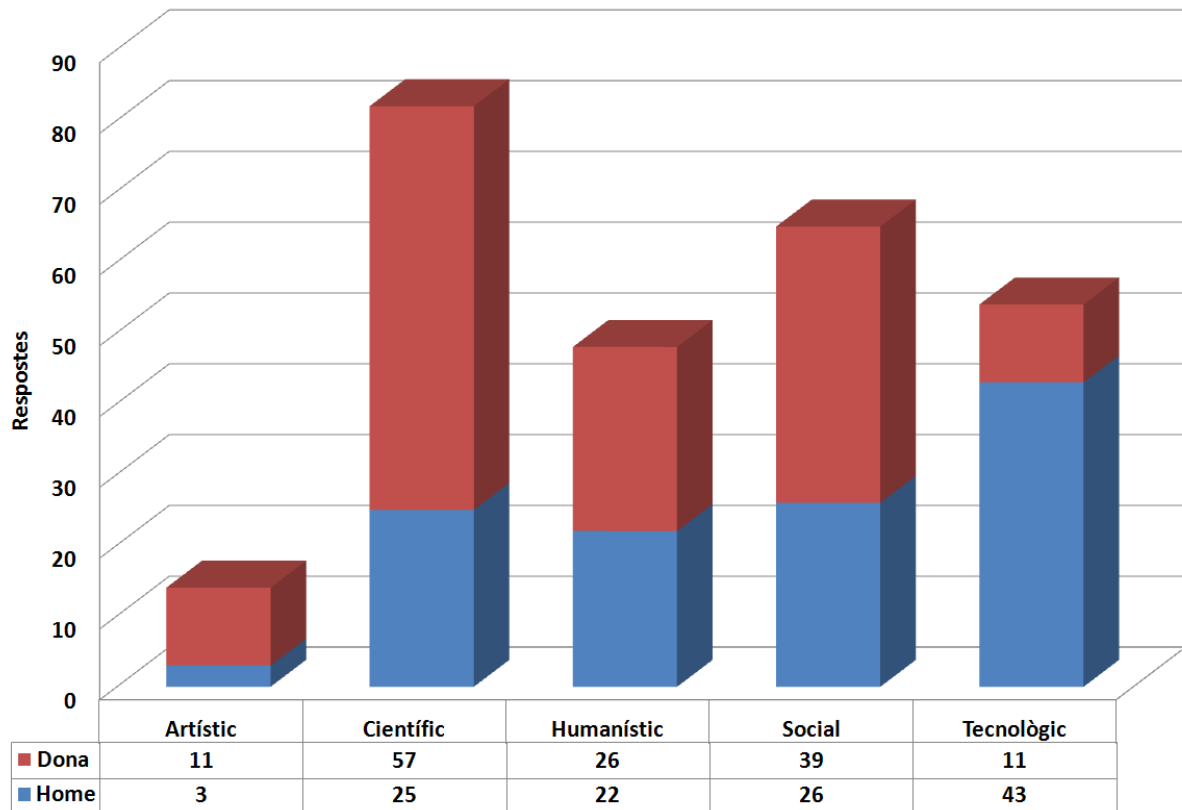
La mostra per a cadascuna de les modalitats dels batxillerats que es cursen en l'actualitat, separades segons el sexe dels alumnes, són les que queden reflectides en la taula i gràfics que tot seguit s'adjunten:

Modalitats Sexe	ARTÍSTIC	CIENTÍFIC	HUMANÍSTIC	SOCIAL	TECNOLÒGIC
DONA	11	57	26	39	11
HOME	3	25	22	26	43
TOTAL	14	82	48	65	54

Taula 1. Taula de la mostra per modalitat de Batxillerat i sexe



Gràfic 2. Percentatge de la mostra per modalitat de Batxillerat



Gràfic 3. Recompte de respostes totals de la mostra per modalitat de Batxillerat i sexe

2.2 Instrument: TMMS-24

En l'estudi s'ha utilitzat l'escala d'autoinforme denominada Trait Meta Mood State-24 (TMMS-24), desenvolupada el 1990 per Mayer i Salovey i adaptada al castellà per Fernández-Berrocal, Extremera i Ramos el 2004. Posteriorment, aquesta escala ha estat traduïda al català per Joaquim T. Limonero, Joaquim Tomás-Sábado, María José Gómez-Romero, Amor Aradilla i Jordi Fernández-Castro, el 2011.

Aquesta escala està composta per 24 ítems, valorats per una escala Likert¹¹, tenint en compte la puntuació 1 com «mai» i 5 com «molt freqüentment».

1	2	3	4	5
Mai	Rarament	Algunes vegades	Amb bastant freqüència	Molt freqüentment

11- LIKERT, R. (1903-1981), psicòleg estatunidenc qui inventà l'escala, que porta el seu nom, el 1932, per mesurar de forma més fidel les actituds de les persones.

Amb el conjunt de respostes amb aquesta escala s'avaluen tres dimensions de l'escala original:

- **Percepció (atenció als sentiments):** És la capacitat d'identificar les emocions en les persones i en un mateix, a més de saber expressar-les adequadament a fi de poder establir una comunicació adequada, i millorar en la nostra posterior presa de decisions en determinades circumstàncies.
- **Comprensió (claredat en els sentiments):** Es defineix com la capacitat de comprendre les emocions d'un mateix i dels altres, per poder entendre les causes subjacents que ens porten a sentir tals emocions i, amb la comprensió d'aquestes, fonamentar correctament els nostres pensaments que ens conduiran a accions adequades, interpersonals i intrapersonals. Així, la comprensió de les emocions esdevindrà en una millora per realitzar anàlisis d'emocions futures, com exposen en el seu recent llibre Caruso i Salovey (2005).
- **Regulació (reparació emocional):** Entesa com la capacitat de controlar les emocions, tenint en compte que actuem moguts pel pensament i que aquest està influenciat per les mateixes. És necessari que siguin tingudes en compte en el nostre raonament, la nostra manera de solucionar problemes, els nostres judicis i conducta.

Per obtenir una puntuació de cadascun dels factors d'aquest test, s'avalua sumant els ítems de l'1 al 8 per obtenir el factor percepció; els ítems del 9 al 16 per al factor comprensió; i els ítems del 17 al 24 per saber el factor regulació. Les preguntes del TMMS-24 són:

PERCEPCIÓ		COMPREENSIÓ		REGULACIÓ	
1	Poso molta atenció als sentiments.	9	Tinc clars els meus sentiments.	17	Tinc una visió optimista.
2	Em preocupo pel que sento.	10	Puc definir els meus sentiments.	18	Encara que em trobi malament, intento pensar en coses agradables.
3	Dedico temps a pensar en les meves emocions.	11	Sé com em sento.	19	Quan estic trist, penso en totes les coses agradables de la vida.
4	Penso que val la pena posar atenció a les meves emocions i estats d'ànim.	12	Conec els meus sentiments sobre les persones.	20	Intento tenir pensaments positius encara que em senti malament.
5	Deixo que els meus sentiments afectin al que penso.	13	Reconec els meus sentiments en diferents situacions.	21	Si dono massa voltes a les coses, complicant-les, intento calmar-me.
6	Penso amb freqüència en el meu estat d'ànim.	14	Moltes vegades puc dir com em sento.	22	Em preocupo per tenir un bon estat d'ànim.
7	Sovint penso en els meus sentiments.	15	Puc dir quines són les meves emocions.	23	Tinc molta energia quan em sento feliç.
8	Poso molta atenció a com em sento.	16	Puc arribar a comprendre els meus sentiments.	24	Quan estic enfadat intento canviar el meu estat d'ànim.

Després de sumar els 8 ítems dins de cada grup, es diferencia si l'individu és home o dona, doncs l'avaluació de la puntuació és diferent segons el sexe.

La interpretació de les puntuacions de cada grup es corresponen amb els següents resultats:

Percepció

DONES	HOMES	
≤ 24	≤ 21	Presta poca atenció
25 a 35	22 a 32	Adequada atenció
≥ 36	≥ 33	Presta massa atenció

Comprensió

DONES	HOMES	
≤ 23	≤ 25	Ha de millorar la comprensió
24 a 34	26 a 35	Adequada comprensió
≥ 35	≥ 36	Excel·lent comprensió

Regulació

DONES	HOMES	
≤ 23	≤ 23	Ha de millorar la regulació
24 a 34	24 a 35	Adequada regulació
≥ 35	≥ 36	Excel·lent regulació

Segons els principals autors de les teories de la IE, una persona emocionalment intel·ligent és aquella que presenta adequats nivells de percepció, i excel·lents nivells de comprensió i regulació.

Cal destacar, que la veracitat dels resultats obtinguts depèn de la sinceritat dels testats.

La fiabilitat d'aquest per a cada component és: Percepció (0,90), Comprensió (0,90), i Regulació (0,86).

2.3 Metodologia

Els estudiants han respost de manera anònima un qüestionari a través d'Internet amb l'aplicació Google docs:

https://docs.google.com/forms/d/1mTdq3tA9oTRG8nPslBplHhJQnEi76BOodNWZQtNUxXo/viewform?chromeless=1&edit_requested=true

Es garanteix en tot moment la confidencialitat i anonimat de les dades, així com la voluntarietat de la participació en l'estudi. Les dades s'han emmagatzemat en un full de càlcul Excel de Google Drive.

No es va facilitar informació addicional sobre els objectius de la investigació ni sobre la natura dels aspectes personals avaluats en els qüestionaris.

Les dades s'han recollit durant el primer trimestre del curs 2015-2016 en els diferents centres on s'ha obtingut la mostra. En el tercer trimestre del curs 2014-2015 també es van recollir dades, les quals s'han menyspreat per haver tingut constància que algunes s'havien duplicat durant el nou període de recollida de dades.

En un primer moment es va demanar col·laboració a l'escola concertada Cor de Maria de Mataró per a què facilitessin l'adreça web del qüestionari als alumnes de 4t d'Educació Secundària Obligatòria que finalitzaven els seus estudis al juny o setembre del 2015, però aquestes dades s'han desestimat donat que només es van contestar 13 qüestionaris, el que feia que la mostra fos insuficient per poder fer una valoració acceptable.

En el Centre d'Estudis Freta els tutors van donar les proves als estudiants en horari lectiu per ésser contestades a l'aula. A l'Institut d'Ensenyament Secundari Alexandre Satorras també es va fer d'aquesta manera en alguns grups classe. A la resta de centres on s'ha recollit la mostra, es va considerar que era suficient facilitant l'enllaç d'Internet als alumnes i que responguessin segons la seva voluntat, la qual cosa ha dificultat l'obtenció d'una mostra més nombrosa.

La Intel·ligència Emocional al Batxillerat

* Necessari

Edat *

Sexe *

Batxillerat (modalitat que curses o que cursaràs en breu) *

Si curseu optatives de diferents modalitats, trieu-ne una de les dues

TMMS-24

A continuació trobaràs algunes afirmacions sobre les teves emocions i sentiments. Llegeix atentament cada frase i decideix la freqüència amb creus que es produeix en tu cadascuna d'elles. Marca la resposta que més s'aproximi a les teves preferències.

No hi ha respostes correctes ni incorrectes, bones o dolentes.

Imatge 22. Introducció al TMMS-24 (objecte de la mostra)

2.4 Anàlisi i interpretació de resultats

Per a l'anàlisi de les dades es descarta la modalitat del Batxillerat Artístic doncs, d'acord amb la mostra recollida, tal com s'indica a la Taula1 (pàg.44), es considera que la quantitat de resultats obtinguts en aquesta modalitat són insuficients per a un estudi significativament fiable.

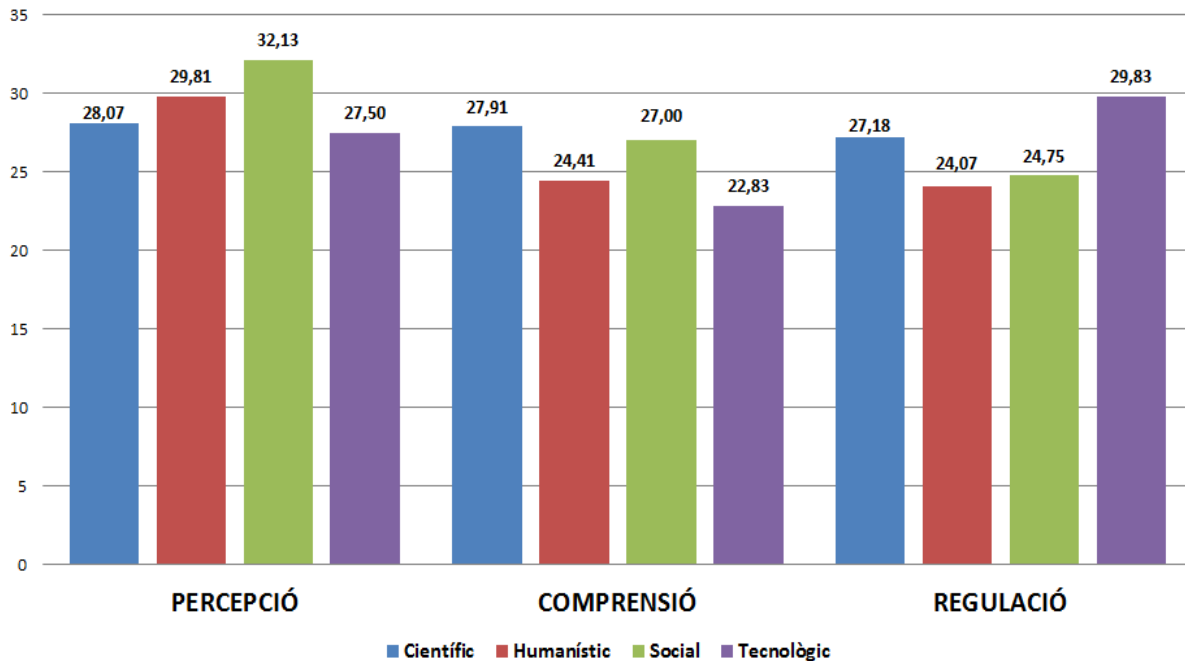
L'anàlisi de les dades es realitza mitjançant el full de càlcul Excel.

S'analitzen els tres aspectes objectes de l'estudi de manera independent, fent distinció per sexes i en el conjunt. Per això es fa un estudi descriptiu per a cada modalitat de batxillerat. A la següent taula es mostren els resultats referents a la mitjana aritmètica, desviació típica i moda.

		CIENTÍFIC			HUMANÍSTIC			SOCIAL			TECNOLÒGIC		
		Mitjana	D.típica	Moda	Mitjana	D.típica	Moda	Mitjana	D.típica	Moda	Mitjana	D.típica	Moda
ATENCIÓ	Dones	28,07	5,29	28	29,81	5,65	31	32,13	4,96	28	27,50	5,84	30
	Homes	25,92	5,39	27	30,45	4,19	26	27,88	4,85	25	25,79	6,58	32
	Total	27,42	5,38	28	30,10	5,01	31	30,48	5,31	29	26,18	6,41	32
COMPENSIÓ	Dones	27,91	5,37	24	24,41	5,93	17	27,00	5,74	28	22,83	9,21	22
	Homes	29,42	5,72	28	27,00	4,98	23	28,88	5,42	32	26,53	6,30	28
	Total	28,37	5,48	24	25,58	5,62	23	27,73	5,65	28	25,69	7,11	22
REGULACIÓ	Dones	27,18	5,38	24	24,07	6,40	28	24,75	4,99	28	29,83	2,66	31
	Homes	27,92	6,16	33	25,64	8,39	28	27,08	6,12	28	25,05	5,68	28
	Total	27,40	5,59	24	24,78	7,32	28	25,65	5,52	28	26,14	5,53	32

Taula 2. Taula de resultats

Representant gràficament els resultats anteriors es poden observar els tres gràfics que es mostren a continuació:



Gràfic 4. Puntuacions mitjanes TMMS-24 (dones)

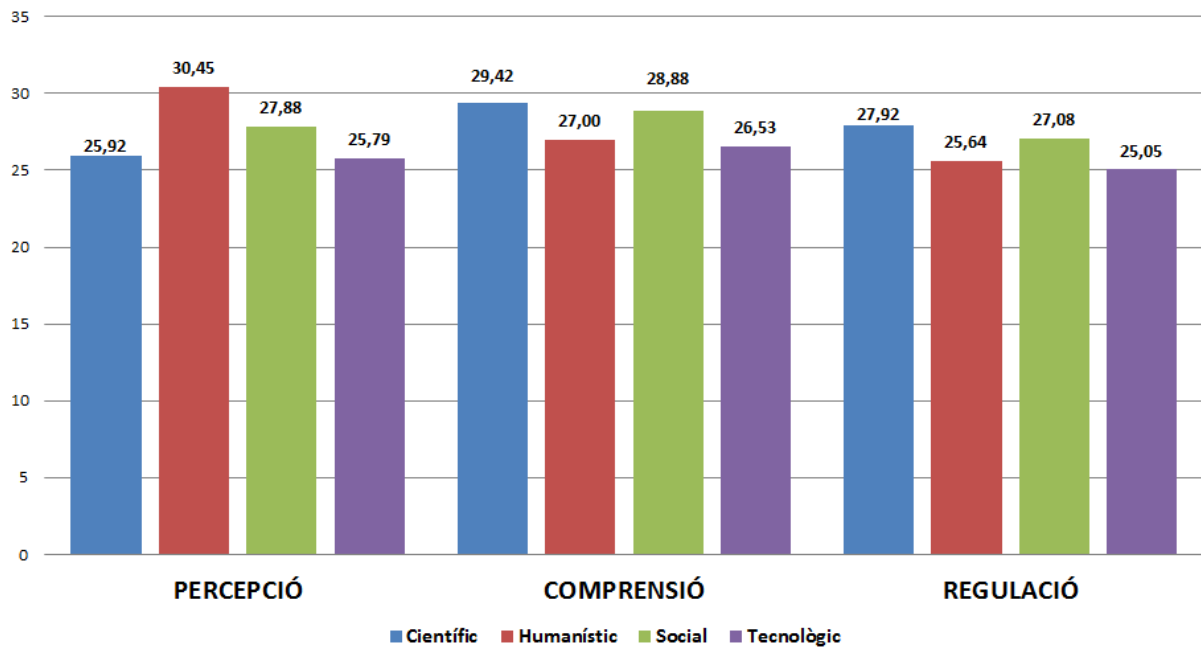
Els resultats del test revelen que les alumnes del Batxillerat Social tenen una major puntuació mitjana pel que respecta a la percepció de les seves emocions i sentiments, confirmant-se, a priori, la hipòtesi plantejada. En canvi, s'observa que les alumnes del Batxillerat Científic són les que comprenen millor els seus sentiments i emocions. I les alumnes del Batxillerat Tecnològic, les que millor les saben regular.

De l'anàlisi de les mitjanes de la mostra de dones, comparades amb els valors de les taules de puntuació, es pot inferir que les que cursen el Batxillerat Científic tenen tant una adequada percepció com comprensió i regulació de les seves emocions i sentiments.

Igualment, les alumnes de la modalitat humanística presenten una adequada percepció, comprensió i regulació, malgrat que els àmbits de comprensió i regulació estan pràcticament al límit inferior, on caldria millorar aquests aspectes.

Pel que fa a les noies del Batxillerat Social s'observen, també, unes adequades percepció, comprensió i regulació. En aquest cas, la percepció està a la banda alta, però és correcta, i la regulació, a l'igual que en el Batxillerat Humanístic, es troba a la banda inferior.

Per últim, respecte a les alumnes de la modalitat de tecnologia, es detecta una adequada percepció i regulació, però una insuficient comprensió. Cal destacar que aquestes alumnes són les que mostren un valor superior en regulació al de les altres modalitats de batxillerat.



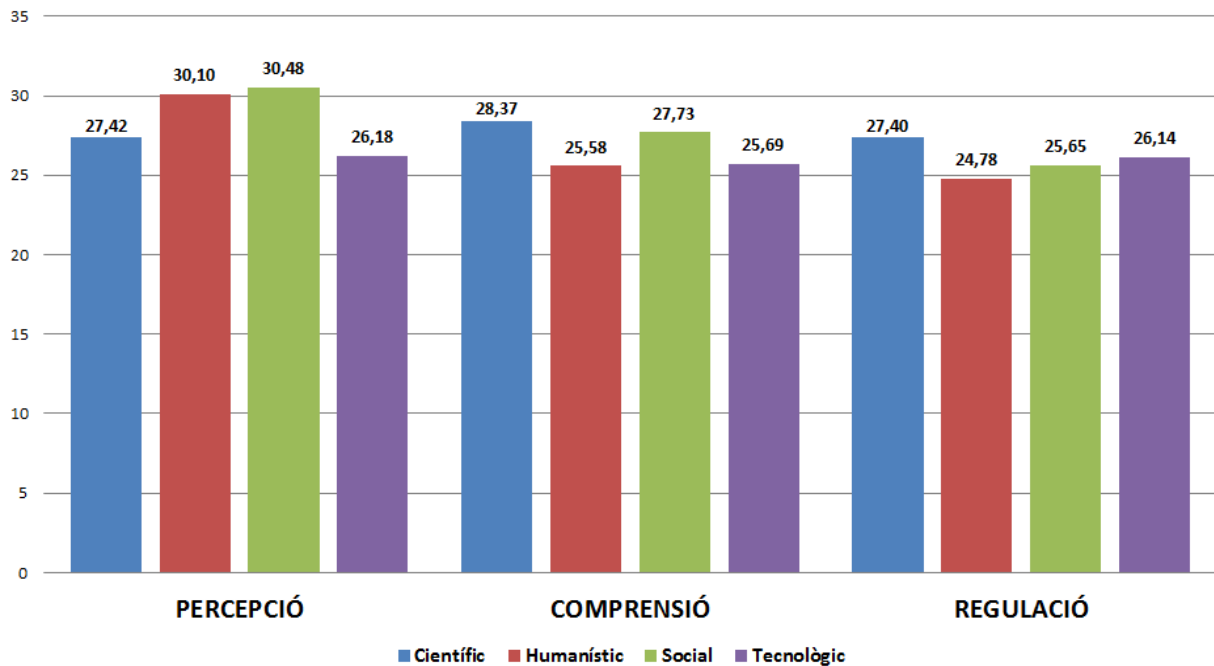
Gràfic 5. Puntuacions mitjanes TMMS-24 (homes)

De l'estudi de les mitjanes obtingudes dels alumnes masculins de les diferents modalitats de batxillerat, s'observa que són els humanistes els que obtenen una major puntuació pel que respecta a la percepció de les seves emocions i sentiments. De la mateixa manera, es pot veure que són els alumnes del Batxillerat Científic els que comprenen i regulen millor els sentiments i les emocions.

De l'anàlisi de la mostra d'homes, comparades amb els valors de les taules de puntuació, s'observa que els alumnes de les quatre modalitats presenten una adequada percepció, comprensió i regulació.

Els alumnes que cursen l'Humanístic es troben al límit de posar massa atenció a les seves emocions i, en canvi, estan al límit inferior pel que respecta a una adequada comprensió i regulació.

Els tecnòlegs també es mostren en el nivell inferior dels valors de les variables comprensió i regulació.



Gràfic 6. Puntuacions mitjanes TMMS-24 (total)

En el global de la mostra, els resultats de les mitjanes del test indiquen que són els alumnes del Batxillerat Social els que obtenen una major puntuació de percepció, i els alumnes del Científic els que presenten uns valors més elevats tant en la comprensió com en la regulació de les emocions i sentiments.

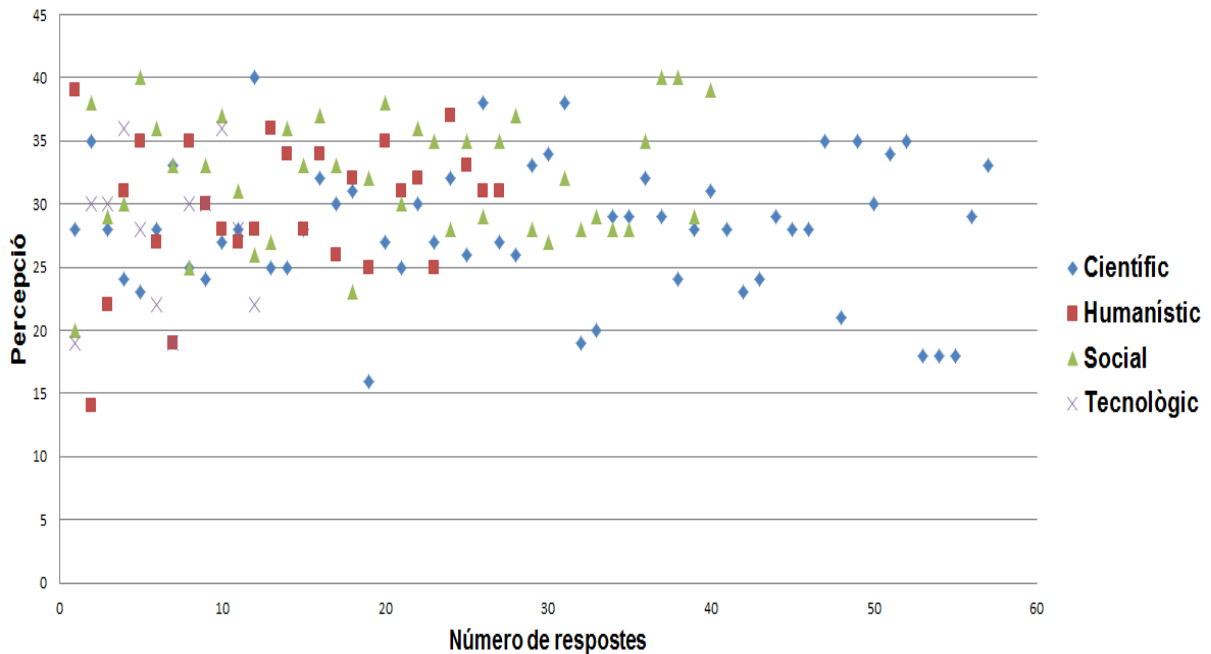
No obstant, al no existir uns intervals de puntuació per valorar a homes i dones en el seu conjunt, sinó que aquests són diferenciats per a cada sexe, tal com es pot veure a les taules de la pàgina 49, fa que l'anàlisi més rigorós sigui l'efectuat, per separat, als sectors femení i masculí de la població enquestada.

Per fer una anàlisi més acurada dels resultats obtinguts del global de la mostra, separada en funció del sexe dels enquestats, cal emprar una eina estadístico-matemàtica que permeti comparar tots els resultats en conjunt i que, finalment, possibiliti l'extrapolació a un model teòric on puguem intuir quin és, també, el comportament de la població no enquestada. L'eina que es fa servir a continuació és la distribució normal, representada mitjançant la Campana de Gauss¹².

12- GAUSS, C. F. (1777-1855), matemàtic i científic alemany. La campana que duu el seu nom és una distribució normal utilitzada en representació estadística.

2.4.1 Percepció

Per establir el primer patró de referència, es pren la totalitat de les respostes de la mostra corresponent a les alumnes que cursen les quatre modalitats de batxillerat objecte de l'estudi per a cadascun dels àmbits. A continuació es mostra la dispersió de la totalitat de les respostes obtingudes corresponents a la percepció de les emocions i sentiments de les dones.



Gràfic 7. PERCEPCIÓ- Desviació per tipus de Batxillerat (dones)

Es pot observar que la majoria de respostes es troben compreses entre els valors 25 i 35, els quals es corresponen amb una adequada percepció.

Per construir la Campana de Gauss es pren la totalitat de la mostra. A la taula següent s'observen els valors de les respostes a l'àrea de percepció, facilitades per les noies enquestades, endreçades de més petita a més gran. A més, s'indica també el valor relatiu a la desviació normal.

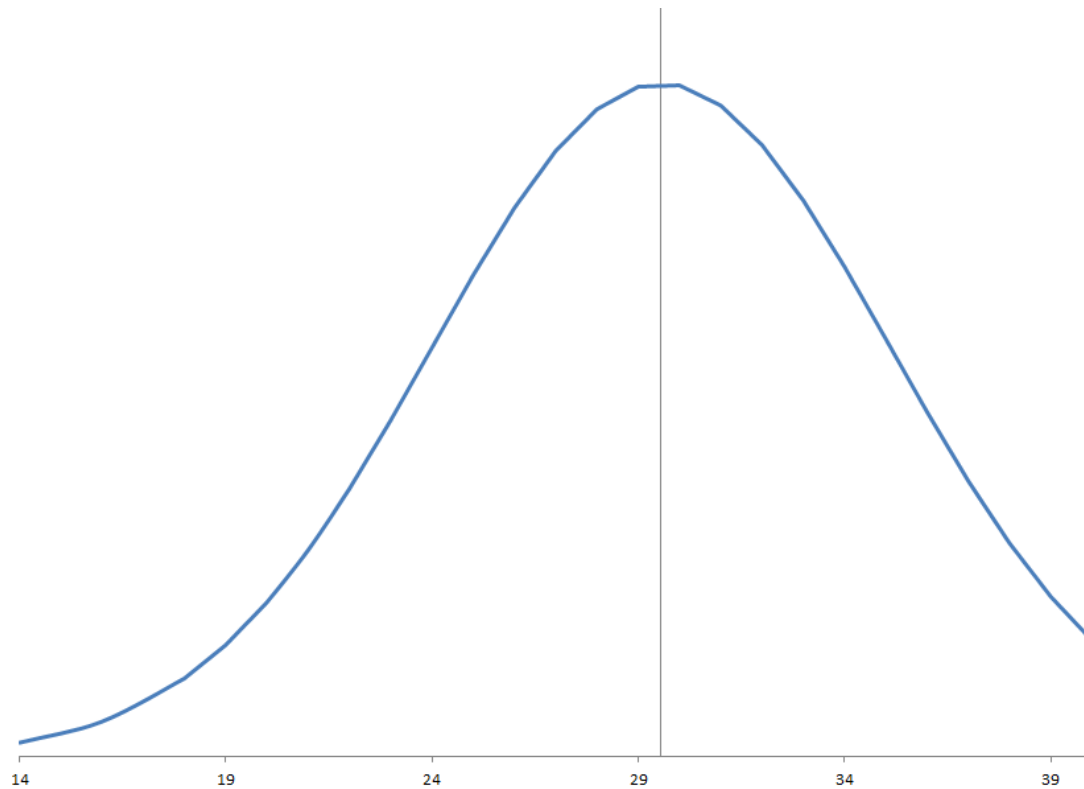
DONES					
Percepció	Desviació Normal	Percepció	Desviació Normal	Percepció	Desviació Normal
14	0,00143515	28	0,06895499	32	0,06513266
16	0,00367747	28	0,06895499	33	0,05922714
18	0,00828065	28	0,06895499	33	0,05922714
18	0,00828065	28	0,06895499	33	0,05922714
18	0,00828065	28	0,06895499	33	0,05922714
19	0,01183777	28	0,06895499	33	0,05922714
19	0,01183777	28	0,06895499	33	0,05922714
19	0,01183777	28	0,06895499	33	0,05922714
19	0,01183777	28	0,06895499	33	0,05922714
20	0,01638479	28	0,06895499	34	0,05214445
20	0,01638479	28	0,06895499	34	0,05214445
21	0,02195722	28	0,06895499	34	0,05214445
22	0,02848914	28	0,06895499	34	0,05214445
22	0,02848914	28	0,06895499	35	0,04444889
22	0,02848914	29	0,07135523	35	0,04444889
23	0,03578878	29	0,07135523	35	0,04444889
23	0,03578878	29	0,07135523	35	0,04444889
23	0,03578878	29	0,07135523	35	0,04444889
24	0,0435291	29	0,07135523	35	0,04444889
24	0,0435291	29	0,07135523	35	0,04444889
24	0,0435291	29	0,07135523	35	0,04444889
24	0,0435291	29	0,07135523	35	0,04444889
25	0,05125993	29	0,07135523	35	0,04444889
25	0,05125993	30	0,071491	35	0,04444889
25	0,05125993	30	0,071491	36	0,03668421
25	0,05125993	30	0,071491	36	0,03668421
25	0,05125993	30	0,071491	36	0,03668421
25	0,05125993	30	0,071491	36	0,03668421
25	0,05125993	30	0,071491	36	0,03668421
26	0,05844425	30	0,071491	36	0,03668421
26	0,05844425	30	0,071491	37	0,02931317
26	0,05844425	30	0,071491	37	0,02931317
26	0,05844425	30	0,071491	37	0,02931317
27	0,06451653	31	0,06934935	37	0,02931317
27	0,06451653	31	0,06934935	38	0,02267838
27	0,06451653	31	0,06934935	38	0,02267838
27	0,06451653	31	0,06934935	38	0,02267838
27	0,06451653	31	0,06934935	38	0,02267838
27	0,06451653	31	0,06934935	39	0,01698739
27	0,06451653	31	0,06934935	39	0,01698739
27	0,06451653	32	0,06513266	40	0,01231988
28	0,06895499	32	0,06513266	40	0,01231988
28	0,06895499	32	0,06513266	40	0,01231988
28	0,06895499	32	0,06513266	40	0,01231988
28	0,06895499	32	0,06513266		
28	0,06895499	32	0,06513266		

Taula 3. Valor de les respostes a l'àrea de PERCEPCIÓ i desviació normal (dones)

Desviació normal
 Segona desviació
 Tercera desviació

Per a trobar la desviació normal, primer s'ha d'obtenir la mitjana de la mostra, que dóna un valor de 29,56; i, posteriorment, es calcula el valor de la desviació estàndard, la qual té un valor de 5,56.

Un cop calculades les variables estadístiques referides anteriorment, s'està en disposició de representar-les gràficament, obtenint la Campana de Gauss de la mostra.



Gràfic 8. Campana de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en les dones

Tot seguit es calculen els valors entre els quals quedaran compresos els resultats de la desviació normal, o primera desviació, i els de la segona i tercera desviació. A partir d'aquests resultats es troba el percentatge de respostes compreses en cadascun dels intervals.

	Valor mínim	Valor màxim	Percentatge de respostes
Desviació normal	24	35	72,06 %
Segona desviació	18 - 23	36 - 40	25,74 %
Tercera desviació	12 - 17		2,74 %

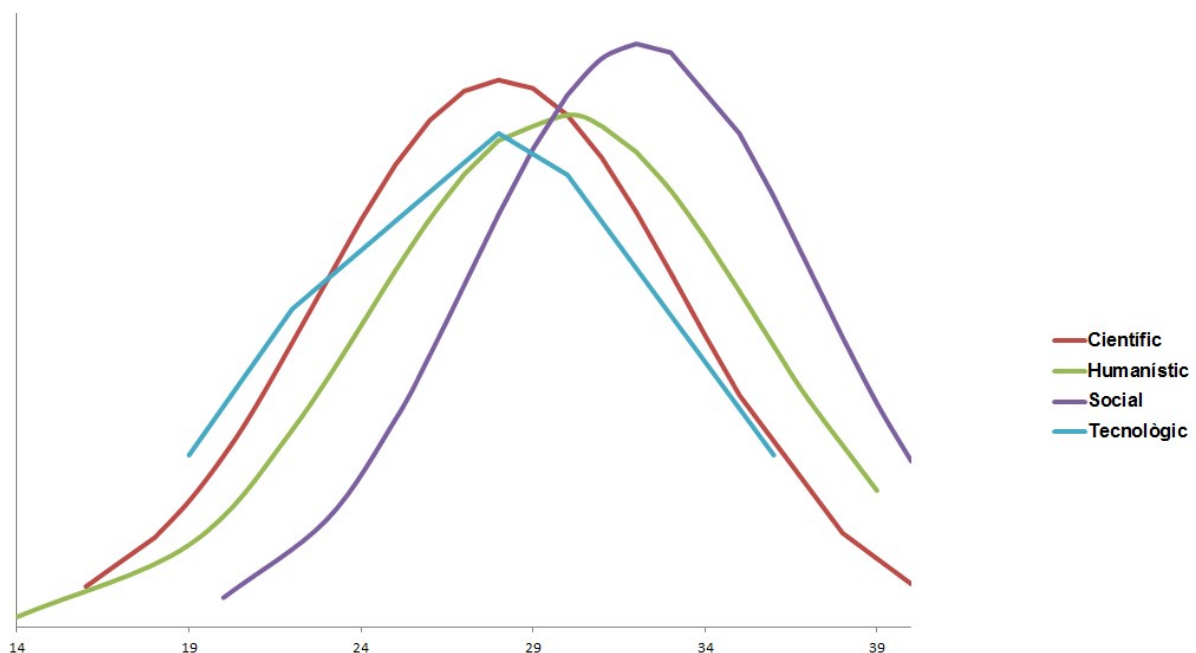
Taula 4. Intervals de desviació i percentatge de respostes a cada interval(dones)

Els valors teòrics a la desviació normal són el 68,3 % de les respostes, el 95,4 % per a la segona desviació, i el 99,7 % per a la tercera.

Si es comparen els valors teòrics referits al paràgraf anterior, amb els valors obtinguts a l'estudi realitzat, s'observa que es compleix la relació i que, com a mínim, el 68,3 % de les respostes es troben dins del marge establert per a la desviació normal de la mostra. Al mateix temps, més del 95,5 % d'aquests valors, es localitzen entre la desviació normal i la segona desviació. El 100 % de la mostra està dins de la tercera desviació.

Si es confronten els valors entre els quals queda establerta la desviació normal, es comprova que aquests coincideixen amb els donats anteriorment com a valors d'adequada atenció a les emocions; i els situats en la segona i tercera desviació són considerats com els alumnes que presten poca o massa atenció a les emocions i sentiments, segons es miri per la banda inferior o per la superior de les desviacions.

Seguidament, per poder fer la comparativa per a cadascuna de les modalitats de batxillerat, es calculen les campanes d'aquestes, procedint de la mateixa manera que s'ha fet per a l'anterior, superposant-les primer entre elles i, posteriorment, amb la total per poder fer una valoració respecte del conjunt.



Gràfic 9. Campanes de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en les dones per modalitat de batxillerat

En l'Annex 3 es poden veure diferents taules amb els valors corresponents a la mostra, separades per modalitat de batxillerat i sexe, així com el valor de la desviació normal corresponent a cada resposta.

Igualment es calculen els valors entre els quals queden compresos els resultats dins de la desviació normal, la segona i la tercera desviació, i el percentatge de les respostes en cada interval:

	Científic		Humanístic		Social		Tecnològic	
	Interval	%	Interval	%	Interval	%	Interval	%
Desviació normal	23 - 33	71,93	24 - 35	77,78	27 - 37	75,00	22 - 33	66,67
Segona desviació	18 - 22	24,56	18 - 23	14,81	22 - 26	22,50	16 - 21	33,33
	34 - 38		36 - 40		38 - 40		34 - 39	
Tercera desviació	13 - 17	3,51	12 - 17	7,41	17 - 21	2,50	10 - 15	0,00
	39 - 40						40	

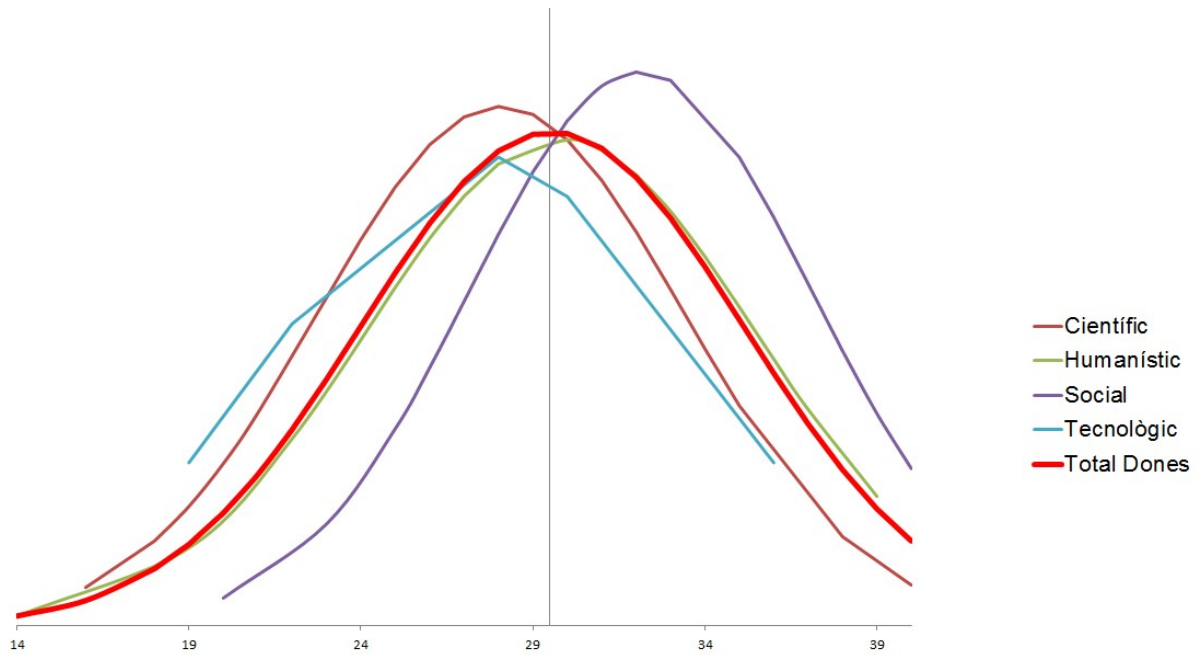
Taula 5. Interval de desviació i percentatge de respostes a cada interval per modalitat de batxillerat (dones)

Els resultats de la taula anterior s'han calculat en base a les respostes obtingudes per cada modalitat de batxillerat quedant recollides en l'Annex 3. Les mitjanes i desviacions estàndards es poden veure en la Taula 2 (pàg.50).

Si s'observen els resultats obtinguts es pot concloure que les modalitats Científic, Social i Tecnològic estan dins dels valors teòrics donats per a una mostra, i que el Batxillerat Humanístic queda comprès per la desviació normal i es troba al límit per a complir la teoria de la segona.

Comparant els intervals obtinguts en la nostra mostra amb els teòrics s'observa que en el Científic i en el Tecnològic les alumnes presenten uns valors inferiors a la adequada percepció, mentre que els intervals de les alumnes del Social indiquen, en el seu valor superior, una excessiva percepció. Les humanistes presenten uns valors que es corresponen amb els de la totalitat de la mostra, els quals, alhora, coincideixen amb els valors teòrics per una adequada percepció.

D'aquests resultats es dedueix que les alumnes del Batxillerat Social són les que presten més atenció a les seves emocions i sentiments, però que les de l'Humanístic són les que ho fan d'una manera més adequada, al trobar-se la majoria de valors de la mostra compresos entre els límits establerts.

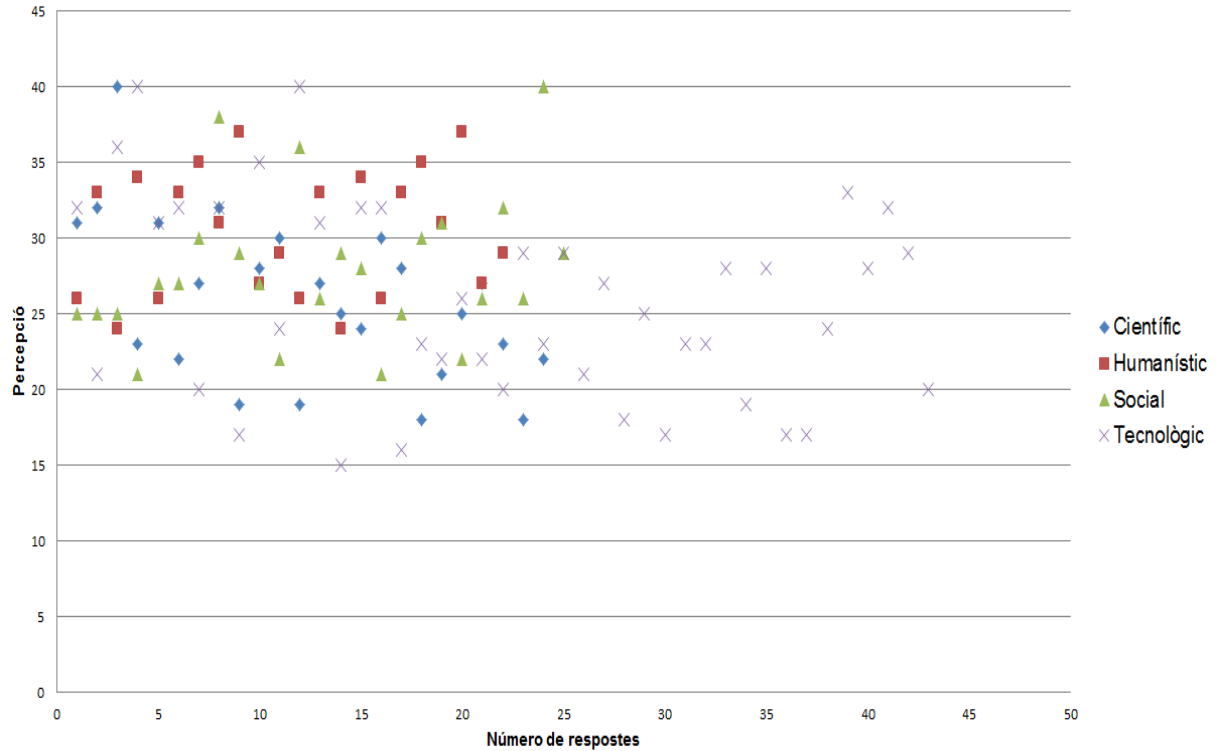


Gràfic 10. Campanes de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en les dones per modalitat de batxillerat i total de la mostra

Comparats amb la totalitat de la mostra, s'observa, tal com hem indicat anteriorment, que les alumnes del Batxillerat Humanístic coincideixen amb la totalitat de la mostra recollida, mentre que les alumnes de les modalitats Científic i Tecnològic presenten una percepció menor de les seves emocions (campanes al costat esquerra de la total) i les del Social presenten una percepció major (campana al costat dret de la total).

A continuació, es fa una anàlisi similar sobre la població masculina de la mostra recollida.

Així, es pren la totalitat de les respostes dels alumnes enquestats i es mostra la dispersió obtinguda a partir dels corresponents resultats de percepció d'emocions i sentiments.



Gràfic 11. PERCEPCIÓ- Desviació per tipus de Batxillerat (homes)

Es pot observar que la majoria de respostes es troben compreses entre els valors 20 i 35, els quals es corresponen amb una baixa i una adequada percepció.

Per construir la Campana de Gauss s'agafa la totalitat de la mostra masculina. A la taula següent es poden veure les respostes de l'àrea de percepció, facilitades pels enquestats, endreçades del valor menor al més gran. També s'indica el valor relatiu de la desviació normal.

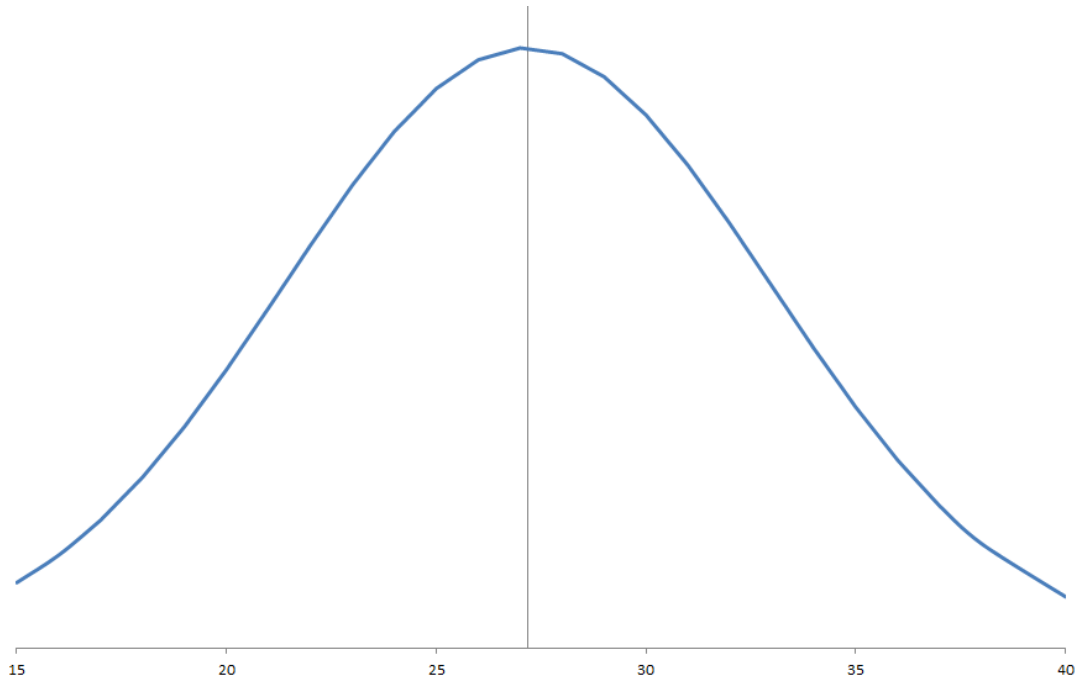
HOMES					
Percepció	Desviació Normal	Percepció	Desviació Normal	Percepció	Desviació Normal
15	0,00755902	25	0,06418974	30	0,06115828
16	0,01070599	25	0,06418974	30	0,06115828
17	0,01471774	25	0,06418974	30	0,06115828
17	0,01471774	25	0,06418974	31	0,05538757
17	0,01471774	25	0,06418974	31	0,05538757
17	0,01471774	25	0,06418974	31	0,05538757
18	0,01963851	26	0,06747726	31	0,05538757
18	0,01963851	26	0,06747726	31	0,05538757
18	0,01963851	26	0,06747726	31	0,05538757
19	0,02543484	26	0,06747726	31	0,05538757
19	0,02543484	26	0,06747726	32	0,04868806
19	0,02543484	26	0,06747726	32	0,04868806
20	0,0319744	26	0,06747726	32	0,04868806
20	0,0319744	26	0,06747726	32	0,04868806
20	0,0319744	27	0,06884974	32	0,04868806
21	0,03901476	27	0,06884974	32	0,04868806
21	0,03901476	27	0,06884974	32	0,04868806
21	0,03901476	27	0,06884974	32	0,04868806
21	0,03901476	27	0,06884974	32	0,04868806
21	0,03901476	27	0,06884974	33	0,04154183
22	0,04620708	27	0,06884974	33	0,04154183
22	0,04620708	27	0,06884974	33	0,04154183
22	0,04620708	27	0,06884974	33	0,04154183
22	0,04620708	28	0,06818679	33	0,04154183
22	0,04620708	28	0,06818679	34	0,03440344
22	0,04620708	28	0,06818679	34	0,03440344
23	0,05311793	28	0,06818679	35	0,02765485
23	0,05311793	28	0,06818679	35	0,02765485
23	0,05311793	28	0,06818679	35	0,02765485
23	0,05311793	29	0,06554675	36	0,02157713
23	0,05311793	29	0,06554675	36	0,02157713
23	0,05311793	29	0,06554675	37	0,01634064
24	0,0592689	29	0,06554675	37	0,01634064
24	0,0592689	29	0,06554675	38	0,01201151
24	0,0592689	29	0,06554675	40	0,0059349
24	0,0592689	29	0,06554675	40	0,0059349
24	0,0592689	29	0,06554675	40	0,0059349
25	0,06418974	30	0,06115828	40	0,0059349

Taula 6. Valor de les respostes a l'àrea de PERCEPCIÓ i desviació normal(homes)

Desviació normal
 Segona desviació
 Tercera desviació

Els valors de la desviació normal s'han calculat a partir de la mitjana de la mostra i de la desviació estàndard, els quals són 27,18 i 5,79 , respectivament.

Un cop calculades les desviacions normals es construeix la Campana de Gauss corresponent.



Gràfic 12. Campana de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en els homes

Prenent com a base la mitjana i el valor de la desviació estàndard, es calculen els intervals on queden compresos els resultats de la desviació normal, i els de la segona i tercera desviació. També, es troba el percentatge de respostes compreses en cadascun dels intervals.

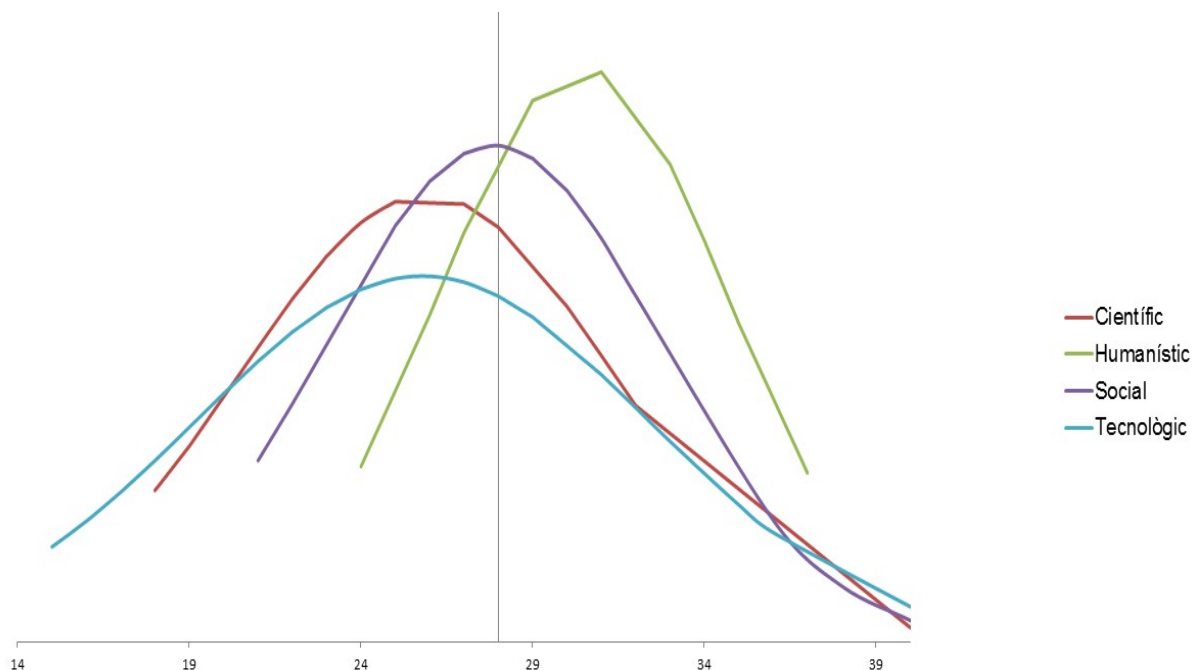
	Valor mínim	Valor màxim	Percentatge de respostes
Desviació normal	21	33	74,56 %
Segona desviació	15 - 20	34 - 39	21,93 %
Tercera desviació	9 - 15	40	3,51 %

Taula 7. Intervals de desviació i percentatge de respostes a cada interval(homes)

Si es comparen els valors teòrics referits quan s'han analitzats els resultats de les dones (pàg. 57), amb els valors obtinguts a l'estudi realitzat sobre els homes, s'observa que en aquest cas també es compleix la relació establerta i que més d'un 68,3 % de les respostes són dins del marge corresponent a la desviació normal de la mostra, i més del 95,5 %, queden compresos entre la desviació normal i la segona desviació. El 100 % de la mostra està dins de la tercera desviació.

En aquest cas, es pot comprovar que els valors mínim i màxim de l'interval corresponent a la desviació normal es troben fora del rang teòric d'una adequada percepció de les emocions. Això indica una major dispersió en el conjunt de les respostes de la mostra.

A continuació es fa la comparativa per a les diferents modalitats de batxillerat, elaborant les Campanes de Gauss per a cadascuna d'elles.



Gràfic 13. Campanes de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en els homes per modalitat de batxillerat

Seguidament, es mostren els valors entre els quals queden compresos els resultats de les tres desviacions i el percentatge de respostes en cadascun dels intervals.

	Científic		Humanístic		Social		Tecnològic	
	Interval	%	Interval	%	Interval	%	Interval	%
Desviació normal	21 - 31	70,83	26 - 35	81,82	23 - 33	72,00	19 - 32	72,09
Segona desviació	15 - 20	25,00	22 - 25	18,18	18 - 22	20,00	13 - 18	23,26
	32 - 36		36 - 39		34 - 38		33 - 39	
Tercera desviació	10 - 14	4,17	18 - 21	0,00	13 - 17	8,00	8 - 12	4,65
	37 - 40		40		39 - 40		40	

Taula 8. Intervals de desviació i percentatge de respostes a cada interval per modalitat de batxillerat (homes)

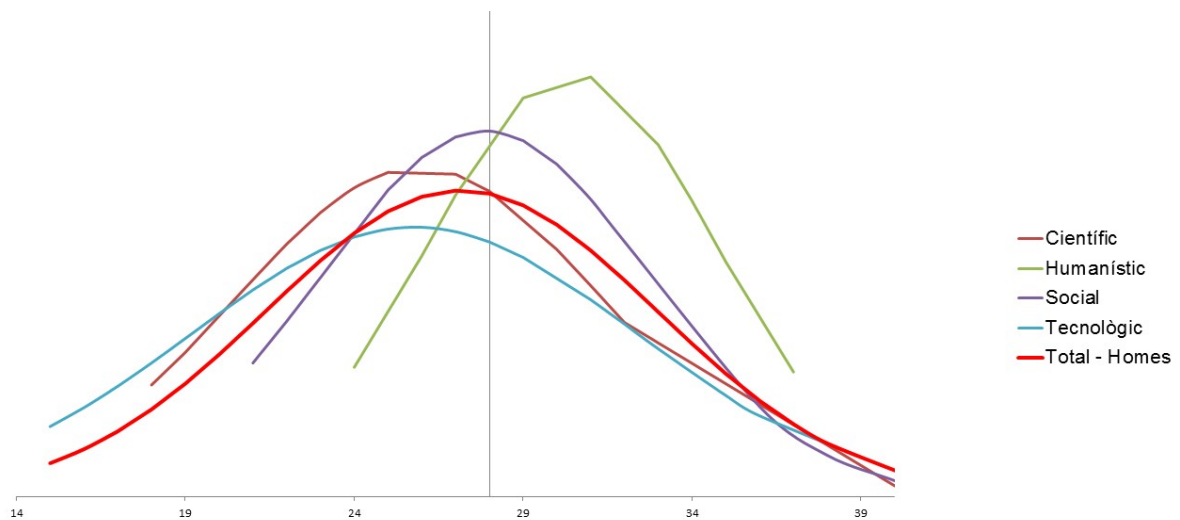
Com en el cas de la població femenina, els resultats de la taula anterior han estat calculats en base a les dades recollides a les taules de l'Annex 3, així com amb les mitjanes i desviacions estàndards de la Taula 2 (pàg. 50).

Al comprovar els resultats s'arriba a la conclusió que els alumnes dels batxillerats Científic, Humanístic i Tecnològic mostren uns valors compresos dins dels teòrics, amb un mínim del 95 % de les respostes entre la desviació normal i la segona desviació. En el cas del Batxillerat Social, el nombre de respostes es queda en el 92 %, molt a prop del valor teòric, pel que es podria concloure que, pràcticament, presenta uns valors normalitzats.

De la comparació dels intervals calculats a partir de la mitjana i de la desviació estàndard, s'observa que cap de les modalitats es troba compresa al cent per cent a la franja establerta com d'adequada percepció de les emocions i sentiments. Però, tant el Científic, com el Social i el Tecnològic presenten valors molt propers, essent el Tecnològic el que presenta un valor relatiu més alt de respostes en aquest interval.

Pel que respecta a la modalitat humanística, tot i que mostren un percentatge molt elevat de respostes (del 81,82 %) dins del rang de la desviació normal, els valors en els que es mou queden en l'interval on els alumnes presten massa atenció a les seves emocions.

Analitzant els resultats per aquesta metodologia estadística, es pot deduir que els alumnes del Batxillerat Tecnològic són els que presenten un comportament més adequat en la percepció de les emocions. En canvi, de les dades reflectides al Gràfic 5 (pàg. 52) es deduïa una major adequada percepció en les modalitats humanística i social, respectivament, però presenten un percentatge superior de resultats en el rang de massa atenció.



Gràfic 14. Campanes de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en els homes per modalitat de batxillerat i total de la mostra

En la comparativa de la campana de la totalitat de la mostra amb la de les diferents modalitats de batxillerats, s'observa, a diferència del que passa en el cas de les dones, que no hi ha cap tipologia que coincideixi amb la corba que representa el total. En aquest cas els que més s'acosten són els alumnes que cursen la modalitat científica i la tecnològica.

Igualment, es pot inferir que els nois que cursen el Batxillerat Humanístic presten una excessiva atenció a la percepció de les emocions.

2.4.2 Comprensió

Per efectuar l'estudi de les àrees de comprensió i regulació, al no presentar valors negatius en el rang inferior i superior al que es considera com a adequat, sinó que el rang superior es considera com a excel·lència, no es farà servir l'eina estadística de la distribució normal (Campana de Gauss); fent-se una comparativa de les respostes de la mostra que consten en cadascun dels intervals teòrics de: Ha de millorar, Adequada i Excel·lent comprensió i regulació.

En primer lloc, s'ha classificat la mostra per sexe, i dins de cada sexe per modalitat de batxillerat. Seguidament s'han ordenat els valors de més petit a més gran i s'han agrupat segons els intervals teòrics que es poden veure a la pàgina 47. Els valors de les respostes ja classificades es poden veure en diverses taules a l'Annex 3 (pàg. 79).

Un cop classificats i ordenats es procedeix al recompte de les respostes i es calcula el percentatge comprès a cadascuna de les franges. A les taules següents es poden visualitzar els resultats obtinguts.

COMPRESIÓ - MOSTRA DONES										
	Total		Científic		Humanístic		Social		Tecnològic	
Cal millorar	40	29,41 %	11	19,30 %	10	37,04 %	11	27,50 %	8	66,67 %
Adequada	81	59,56 %	39	68,42 %	16	59,26 %	24	60,00 %	2	16,67 %
Excel·lent	15	11,03 %	7	12,28 %	1	3,70 %	5	12,50 %	2	16,67 %
	136		57		27		40		12	

Taula 9. Percentatge de respostes de l'àrea COMPRESIÓ per modalitat (dones)

De les dades recollides en aquesta taula es pot observar que les alumnes del Batxillerat Tecnològic són les que tenen un percentatge més alt de respostes corresponents a una excel·lent comprensió, però alhora són les que tenen un percentatge clamorosament elevat en l'apartat de millora. Aquests valors de la modalitat tecnològica són motiu de les poques respostes obtingudes a la mostra, el que fa que l'anàlisi d'aquest batxillerat no pugui ser cent per cent fiable.

De les dades de les altres tres modalitats podem deduir que, tot i que les alumnes del Batxillerat Social tenen un percentatge de respostes excel·lents una mica superior a les del Científic, aquestes tenen un percentatge de respostes adequades superior en més de vuit punts a les del Social, el que porta a deduir que són les alumnes que cursen el Batxillerat Científic les que millor comprenen els seus sentiments.

COMPRESIÓ - MOSTRA HOMES										
	Total		Científic		Humanístic		Social		Tecnològic	
Cal millorar	38	33,63 %	6	25,00 %	10	45,45 %	5	20,00 %	17	39,53 %
Adequada	68	60,18 %	14	58,33 %	10	45,45 %	19	76,00 %	25	58,14 %
Excel·lent	7	6,19 %	4	16,67 %	2	9,09 %	1	4,00 %	1	2,33 %
	113		24		22		25		43	

Taula 10. Percentatge de respostes de l'àrea COMPRESIÓ per modalitat (homes)

Fent una anàlisi anàloga a l'efectuada per a les dones, es comprova que són els alumnes de la modalitat social aquells que presenten un percentatge de respostes més elevat a una adequada i excel·lent comprensió de les emocions, tot i que són els científics els que obtenen un valor superior de respostes excel·lents.

En contraposició, els alumnes de la modalitat humanística són els que donen uns pitjors resultats i aquells als que més els hi cal millorar. També els tecnòlegs, en el seu conjunt, cal que millorin la seva comprensió sobre les emocions que els afecten.

2.4.3 Regulació

REGULACIÓ - MOSTRA DONES										
	Total		Científic		Humanístic		Social		Tecnològic	
Cal Millorar	43	31,62 %	14	24,56 %	13	48,15 %	16	40,00 %	0	0,00 %
Adequada	87	63,97 %	38	66,67 %	13	48,15 %	24	60,00 %	12	100,00 %
Excel·lent	6	4,41 %	5	8,77 %	1	3,70 %	0	0,00 %	0	0,00 %
	136		57		27		40		12	

Taula 11. Percentatge de respostes de l'àrea REGULACIÓ per modalitat (dones)

En primer lloc, tot i que la totalitat de la població femenina que ha respost al Batxillerat Tecnològic presenta una adequada regulació de les emocions i sentiments, tal i com s'ha indicat anteriorment, l'escàs nombre de respostes fa que no es pugui asseverar una fiabilitat en aquests resultats.

Centrant l'estudi en les altres tres modalitats, s'observa que les científiques són les que millor regulen les emocions amb el percentatge més elevat tant en adequada com en excel·lent regulació. En segon lloc, es trobarien les alumnes que cursen estudis de la branca social, malgrat que cap d'elles ha mostrat un nivell excel·lent.

Pel que respecta a les alumnes humanistes, gairebé el 50 % de les mateixes presenten uns resultats negatius i els hi cal millorar la regulació.

REGULACIÓ - MOSTRA HOMES										
	Total		Científic		Humanístic		Social		Tecnològic	
Cal Millorar	38	33,63 %	3	12,50 %	10	45,45 %	8	32,00 %	17	39,53 %
Adequada	68	60,18 %	19	79,17 %	10	45,45 %	15	60,00 %	25	58,14 %
Excel·lent	7	6,19 %	2	8,33 %	2	9,09 %	2	8,00 %	1	2,33 %
	113		24		22		25		43	

Taula 12. Percentatge de respostes de l'àrea REGULACIÓ per modalitat (homes)

Finalment, queda per estudiar la regulació de la mostra masculina. Novament, són els nois del Batxillerat Científic els que obtenen, amb diferència, uns millors resultats pel que fa a una adequada i excel·lent regulació. Si bé, els humanistes donen uns percentatges

lleugerament superiors en respostes excel·lents, són alhora els que presenten uns valors més negatius en l'apartat de millora.

En segon lloc, es podria considerar que, es posicionen els alumnes de la modalitat social, amb un alt percentatge d'adequada regulació, i un percentatge molt proper al d'alumnes del científic pel que fa a respostes excel·lents.

En el cas dels tecnòlegs, gairebé el 40 % ha de millorar la seva regulació d'emocions, alhora que obtenen el percentatge més baix de respostes excel·lents.

PART IV: CONCLUSIONS

1. REALITAT O MITE?

Vaig iniciar el meu Treball de Recerca amb l'objectiu de comprovar si la hipòtesi: ***“Els alumnes matriculats en el Batxillerat Social tenen més Intel·ligència Emocional que els alumnes de la resta de modalitats”***, era certa o falsa.

He dut a terme una primera part teòrica, on he desenvolupat el concepte d'Intel·ligència Emocional i l'estudi de les diferents emocions, ampliant així els meus coneixements sobre el tema.

En la segona part del treball, he analitzat els resultats de la mostra obtinguda, mitjançant el model de test TMMS-24, facilitat als alumnes de batxillerat a través de l'aplicació web de Google Docs.

Ara, després d'estudiar amb deteniment les tres dimensions que componen la IE (percepció, comprensió i regulació), puc afirmar que la meva hipòtesi no era certa; per tant, se'n pot asseverar que, realment, quan s'assegura que les persones que cursen estudis de la branca social són més intel·ligents, emocionalment parlant, es tracta d'un mite.

A mesura que he anat avançant en el treball, he pogut observar com cada modalitat de batxillerat destaca més o menys en una de les dimensions de la IE. Així, he comprovat que els alumnes de la branca humanística obtenen millors resultats en una adequada percepció de les emocions. Igualment, he observat que les alumnes del Batxillerat Científic tenen una major comprensió. Els nois que cursen aquesta mateixa modalitat mostren una comprensió equivalent als de la modalitat social. Pel que fa a la regulació, són els alumnes d'ambdós sexes de la modalitat científica els que regulen millor les seves emocions.

Això, fa pensar que, si bé tradicionalment la tria dels estudis podia haver estat regida pel factor emocional, i de la manera en la qual es plantejava la hipòtesi, el treball fet a les escoles en els últims anys, aprofundint molt més en els aspectes de la IE i en les emocions amb l'alumnat, ha acabat provocant un “equilibri emocional” entre els nois i les noies que cursen una modalitat o una altra de batxillerat. Tot i així, malgrat que la majoria d'alumnes tenen una adequada o excel·lent IE, encara hi ha molts adolescents que en necessiten millorar. Per aquesta raó, felicito i animo a les escoles a seguir treballant en aquest aspecte amb els seus alumnes, alhora que van madurant.

Potser sí que la decisió de triar una modalitat de batxillerat és emocionalment difícil, però actualment no és l'únic factor que hi influeix.

Una vegada enllestit el cos del treball m'he adonat que he après molt i he assolit nova informació amb la seva realització. La lectura de llibres i de material relacionats amb el tema com la pel·lícula *'Inside out'*, les entrevistes fetes a especialistes i el guiatge del meu tutor de recerca, m'han aportat un gran bagatge i millora personal, fent créixer la meva Intel·ligència Emocional.

A més, he pogut constatar que cal anar deixant enrere la idea que la intel·ligència es limita a tenir coneixement de les coses i capacitats per assimilar conceptes, sinó que el més important és saber manejar la informació i la pràctica de la IE. Puc dir que, a la vida, no serveix ser intel·ligent si no s'és llest.

"Tots els èxits comencen quan ens atrevim a prendre la decisió". – Anònim.

ANNEXOS

Annex 1. Entrevista a una llicenciada en psicologia – Maria Gómez Fernández

La Maria Gómez Fernández, llicenciada en Psicologia per la Universitat de Barcelona, treballa com a psicòloga des de fa 18 anys en una consulta privada i com a directora d'escola bressol des de fa 10 anys a escoles bressols municipals. Les seves funcions en la feina són:

A la consulta: atendre les demandes dels pacients fent diagnòstics i aplicant les actuacions corresponents segons les necessitats de cada persona.

A l'escola bressol les funcions principals són la planificació, coordinació, direcció i control de les activitats pedagògiques i administratives del centre.

1.-Què és per a tu la Intel·ligència Emocional (IE)?

La Intel·ligència Emocional integraria la part més important de l'ésser humà, aquella que fa que la persona sigui persona, a la vegada, única i social.

2.-Per què és tan important la IE en les nostres vides?

La IE és tant important a les nostres vides perquè és la vida mateixa. Una persona amb mancances en aquest àmbit serà una persona amb moltes dificultats per a acceptar-se a ella mateixa i per relacionar-se de forma positiva amb la resta de persones i situacions que l'envolten.

3.-La IE es pot ensenyar? Es pot desenvolupar?

Com en totes les àrees que defineixen la nostra existència hi ha una part d'herència genètica i una part que sempre es pot adquirir i anar perfeccionant al llarg de la vida. Dit això és summament important, com en tot, els primers anys de vida, quan el cervell encara està en desenvolupament ja que existeix una plasticitat màxima i una motivació innata per tot el que ens envolta. És llavors quan més importància adquireixen tots els aprenentatges, i molt especialment els que tenen a veure amb la Intel·ligència Emocional.

4.-Creus que se li dóna prou importància a la IE en el nostre sistema educatiu?

Mirant cap al passat més immediat, aquell en el que jo vaig estudiar, i comparant-lo amb el present, crec que hi ha hagut un gran avenç. Però això no vol dir que estigui tot el camí recorregut; hi ha molta feina a fer. Encara hi ha cercles relacionats amb l'educació, i parlo des de mestres a polítics que creuen que la intel·ligència emocional és quelcom secundari, o pitjor encara, que no és important. Aquests grups encara creuen que el principal i important del sistema educatiu, l'OBJECTIU, continua sent els aprenentatges formals.

5.-Som conscients de les nostres emocions?

Jo crec que més que si som conscients de les nostres emocions o no (doncs tothom o una gran majoria, entén i sap que té emocions) és si som conscients de com les nostres emocions poden influenciar en la nostra vida.

Crec, sincerament, que tot i que sabem que ens podem enfadar, estar estressats, eufòrics, etc., això influeix en una determinada actuació puntual. No estic tant segura que la majoria de persones siguin conscients que aquestes emocions influeixin en la seva vida professional, per exemple que estigui influenciant o hagi influenciat en el tipus de feina que desenvolupen o en el nivell d'èxit assolit.

6.-Es pot aprendre a gestionar les emocions a l'escola?

I tant que sí, a més, segons la meva opinió hauria de ser una "assignatura" obligatòria, però com amb tot, la persona que està davant d'aquest projecte ha de ser el primer en ser una bona gestora de la seva pròpia Intel·ligència Emocional. Igual que es demana que un professor/a de llengua, mates o qualsevol matèria curricular en sigui expert, les persones encarregades de portar a terme aquesta fascinant tasca també han de ser experts. Si tu no posseeixes una bona intel·ligència emocional interpersonal i intrapersonal, difícilment podràs ajudar a la resta a que n'assoleixin la seva pròpia.

7.-Episodis de violència o assetjament, com els que passen últimament a les escoles, poden explicar-se per la falta d'IE?

Evidentment, tant els que passen a les escoles com els que vivim diàriament: violència de gènere, violència als estadis esportius, assetjament a les empreses, etc. Per això és molt important el tractar la Intel·ligència Emocional com quelcom molt important en les vides de les persones.

8.-Ser intel·ligent emocionalment ens fa ser més feliços?

Primer s'hauria de definir el concepte felicitat. Si preguntem què és la felicitat, ens trobarem tantes respostes com persones haguem preguntat. Per a uns la felicitat és tenir feina, per altres és tenir salut, tenir la família a prop, etc. Però, si que és veritat que sigui quin sigui el nostre concepte de felicitat, tots passem per tenir una intel·ligència emocional.

9.-Creus que els nois que trien un batxillerat social tenen més IE que els que s'orienten cap al batxillerat científic o tecnològic, o artístic?

No crec que les preferències professionals estiguin relacionades amb la IE, si més no, en la immensa majoria.

Tenim la tendència a creure que les persones que opten per professions catalogades com a més socials, són persones més sensibles, amb més empatia etc., i les persones que escullen professions més científiques tenen personalitats més "fredes", no tan "socials" o "sociables".

La Intel·ligència Emocional va més enllà. Quan en parlem estem abastant moltes capacitats com per exemple: la capacitat de controlar l'angoixa, la capacitat d'empatitzar, la de gestionar la frustració, la de controlar els impulsos, la de regular els estats d'ànim, la de poder confeccionar una auto imatge verdadera d'un mateix, etc.

Sincerament, cada dia podem veure professionals de les tres branques: social, científic o tecnològic amb molta o poca Intel·ligència Emocional. Qui no ha vist o escoltat a un professional de l'educació fent un crit quan es sent frustrat perquè els seus alumnes no li fan cas o un metge explicant a un pacient que té una malaltia irreversible amb una tendresa i empatia extraordinària cap al malalt, o un directiu estressat perquè no sap gestionar el seu equip de professionals?

10.-Penses que una persona que no controli les seves emocions pot arribar a l'èxit professional?

És molt més difícil tenir un èxit professional mantingut en el temps si tens mancances a nivell emocional, es evident. Això no treu que a dia d'avui hi hagi moltes persones amb èxit que si les observéssim detingudament segur que la seva IE hauria de millorar molt; però aquestes persones d'èxit són aquelles que els ansiolítics i el mal humor són la seva forma de vida. Són persones que, tot i tenir èxit, tots aquells entrebancs que es van trobant: un empleat que no treballa com ell voldria, un negoci que no s'ha consolidat, un client insatisfet, etc., sempre són per culpa dels altres o de la mala sort. Això ens ha de fer pensar.

11.-Es pot descobrir si una persona té IE quan es presenta a una entrevista laboral?

En una entrevista laboral ben feta es poden descobrir moltes coses, i entre elles la IE. La qüestió es saber fer les preguntes adequades.



Imatge 23. Maria Gómez Fernández (psicòloga) i jo

Annex 2. Entrevista a una llicenciada en psicologia – Marta Lloret i Masvidal

La Marta Lloret i Masvidal, llicenciada en pedagogia per la Universitat Ramon Llull (Blanquerna). Treballa com a psicopedagoga des de fa 9 anys a l'escola Cor de Maria de Mataró.

Les seves funcions en la tasca docent són:

- Assessorament i orientació psicopedagògica.
- Coordinacions amb EAP, SS i especialistes externs.
- Intervenció i seguiment amb els alumnes de NEE i les seves famílies.
- Orientació Professional.
- Coordinació de programes com: Salut i Escola, Comissió de Drogues, Xarxa Infància, Consell d'Infants.

1.-Què és per a tu la Intel·ligència Emocional (IE)?

La Intel·ligència Emocional és la capacitat que tenim les persones de percebre, expressar, entendre i regular de manera positiva les emocions i sentiments propis i també reconèixer i diferenciar els de les altres persones; i així poder-nos adaptar favorablement a diferents situacions.

2.-Per què és tan important la IE en les nostres vides?

Penso que tenir unes bones habilitats socials i emocionals és essencial per a sobreviure i millorar com a persones i poder fer front de manera més assertiva a les adversitats que la vida et posa al davant.

3.-La IE es pot ensenyar? Es pot desenvolupar?

L'educació emocional representa un aprenentatge potencialment educatiu i no únicament innat. Per tant, si que es pot ensenyar, aprendre i estimular. Tanmateix és de gran importància treballar les emocions no només des d'edats primerenques sinó al llarg del període educatiu i fins i tot al llarg de tota la vida per tal d'aconseguir unes òptimes competències socials.

4.-Creus que se li dóna prou importància a la IE en el nostre sistema educatiu?

Penso que el nostre sistema educatiu tendeix cap a una educació integral. L'educació integral es desenvolupa tenint en compte els trets individuals i socials de l'alumne. L'assoliment d'una educació global busca l'equilibri entre coneixements, hàbits i actituds, educació emocional i valors.

5.-Som conscients de les nostres emocions?

L'emoció condiciona la ment i li fa adoptar determinades perspectives; de fet, l'emoció i el pensament van junts. Un pensament acompanya a un fet i aquest fet desencadena una emoció i a aquesta emoció la segueixen altres pensaments i emocions.

Aquest conjunt de pensaments i emocions dels quals moltes vegades no som conscients constitueix el motor de les nostres accions. La repetició d'unes determinades accions és el que determina els nostres hàbits de conducta, de manera que com més realitzem una determinada acció més fortament arrelat en nosaltres estarà l'hàbit de seguir actuant de la mateixa manera. Aquests hàbits són els que acaben creant la nostra personalitat, les nostres accions ens defineixen i acaben a la llarga configurant el nostre destí.

6.-Es pot aprendre a gestionar les emocions a l'escola?

A l'escola, hem d'ajudar als infants a desenvolupar la seva competència emocional, tot aprenent a gestionar les pròpies emocions, potenciar l'autoestima, desenvolupar l'autoconeixement i el dels altres, autoregular-se, treballar l'empatia, tolerar les frustracions, esforçar-se i motivar-se, controlar la impulsivitat, respectar, millorar les relacions amb els companys i generar cohesió grupal.

7.-Episodis de violència o assetjament, com els que passen últimament a les escoles, poden explicar-se per la falta d'IE?

Les persones emocionalment més competents tenen més capacitat de: empatia, adaptació, gestionar i resoldre conflictes, persistència, cordialitat, amabilitat i respecte. En definitiva tenen més capacitat de controlar i regular els sentiments propis i utilitzar-los com a guia del pensament i de l'acció.

8.-Ser intel·ligent emocionalment ens fa ser més feliços?

El que determina la felicitat segons el meu punt de vista són les emocions. Són les emocions les que fan que les persones es protegeixin dels perills que les amenacen, i cerquin noves formes de vida i de relacions més satisfactòries. Si les nostres emocions són positives, la nostra vida i el nostre entorn també seran positius; i d'aquesta manera podrem aconseguir un major benestar físic i psicològic.

9.-Creus que els nois que trien un batxillerat social tenen més IE que els que s'orienten cap al batxillerat científic o tecnològic, o artístic?

El fet de triar un recorregut professional no fa que puguis tenir més o menys habilitats emocionals. El que és important és rebre una educació emocional de base que et permeti ser una persona competencialment emocional i social; i això afavorirà en els teus estudis independentment de la modalitat d'aquests.

10.-Penses que una persona que no controli les seves emocions pot arribar a l'èxit professional?

Tot el contrari; com deia Goleman, les persones intel·ligents emocionalment, acostumen a tenir més èxit en la seva vida professional, familiar i afectiva.

La Intel·ligència Emocional és la que ens serveix per la vida pràctica, consisteix en reconèixer les emocions, fortaleces, debilitats, tenir confiança, saber controlar-se, motivar-se, ser optimista, persuasiu. És en definitiva el que determina l'èxit o el fracàs.

11.-Es pot descobrir si una persona té IE quan es presenta a una entrevista laboral?

La IE a diferència de la cognitiva que es considera estable i mesurable, es pot millorar. Així doncs hem d'aprendre i millorar les habilitats relacionades amb la nostra Intel·ligència Emocional per millorar els nostres resultats tant a nivell professional, personal, com en el nostre procés de recerca de feina.

Les habilitats que ens poden ajudar a valorar si una persona és emocionalment intel·ligent en una entrevista laboral són:

Autoconeixement: La persona ha de conèixer-se i saber que pot oferir a qui l'ha de contractar.

Autovaloració adequada: Si la persona sap qui és, es podrà valorar de manera correcta i mesurada. És important que conegui els seus punts forts i febles.

Autocontrol: La persona ha de ser capaç de controlar-se física i mentalment davant de les frustracions o d'alguna pregunta complicada.

Motivació: S'ha de tenir una motivació adequada.

Coneixement dels altres: S'ha de saber qui està entrevistant, com comportar-se, comunicació activa i assertiva.

Valoració dels fets: S'ha de buscar i descobrir què interessa al seleccionador i a l'empresa, per poder oferir-ho i convertir-nos en el perfil buscat.



Imatge 24. Marta Lloret i Masvidal (psicòloga) i jo

Annex 3. Taules de puntuació i variables estadístiques utilitzades

Científic								
	Dones					Homes		
	Percepció	Desviació Normal	Percepció	Desviació Normal		Percepció	Desviació Normal	
3a	16	0,00558455	28	0,07540782	Desviació normal	18	0,02514656	Segona desviació
Segona desviació	18	0,01231931	28	0,07540782		18	0,02514656	
	18	0,01231931	28	0,07540782		19	0,03246376	
	18	0,01231931	29	0,07425797		19	0,03246376	
	19	0,01734229	29	0,07425797		21	0,04879696	
	20	0,0235563	29	0,07425797		22	0,05681546	
	21	0,03087367	29	0,07425797		22	0,05681546	
Desviació normal	23	0,04764233	29	0,07425797		23	0,06391334	Desviació normal
	23	0,04764233	30	0,07055868		23	0,06391334	
	24	0,05609399	30	0,07055868		24	0,06946526	
	24	0,05609399	30	0,07055868		25	0,0729449	
	24	0,05609399	31	0,06469019		25	0,0729449	
	24	0,05609399	31	0,06469019		27	0,07254428	
	25	0,06372654	32	0,05722781		27	0,07254428	
	25	0,06372654	32	0,05722781		27	0,07254428	
	25	0,06372654	32	0,05722781		28	0,06870432	
	25	0,06372654	33	0,04884909		28	0,06870432	
	26	0,06985621	33	0,04884909		30	0,05557754	
	26	0,06985621	33	0,04884909		30	0,05557754	
	27	0,07388739	34	0,04023338		31	0,04747159	
	27	0,07388739	34	0,04023338	31	0,04747159		
	27	0,07388739	35	0,03197402	32	0,03917593		
	27	0,07388739	35	0,03197402	32	0,03917593		
	28	0,07540782	35	0,03197402	40	0,00244088		
	28	0,07540782	35	0,03197402				
28	0,07540782	38	0,0129513					
28	0,07540782	38	0,0129513					
28	0,07540782	40	0,00593008	3a				
28	0,07540782							

Taula 13. Valors de les respostes de PERCEPCIÓ i desviació normal d'aquestes. Emprada per a l'elaboració de les Campanes de Gauss de la modalitat científica.

Humanístic						
	Dones		Homes			
	Percepció	Desviació Normal	Percepció	Desviació Normal		
3a	14	0,00140792	24	0,02911552	2a	
2a	19	0,01132318	24	0,02911552		
Desviació normal	22	0,02716103	26	0,0541706	Desviació normal	
	25	0,04914534	26	0,0541706		
	25	0,04914534	26	0,0541706		
	26	0,05624946	26	0,0541706		
	27	0,062395	27	0,06783859		
	27	0,062395	27	0,06783859		
	28	0,06707745	29	0,08967899		
	28	0,06707745	29	0,08967899		
	28	0,06707745	31	0,0943962		
	30	0,07056934	31	0,0943962		
	31	0,06906036	33	0,0791167		
	31	0,06906036	33	0,0791167		
	31	0,06906036	33	0,0791167		
	31	0,06906036	33	0,0791167		
	32	0,06549935	34	0,06649955		
	32	0,06549935	34	0,06649955		
	33	0,0602061	35	0,05279973		
	34	0,05363389	35	0,05279973		
	34	0,05363389	37	0,02805726		2a
	35	0,0463056	37	0,02805726		
35	0,0463056					
2a	36	0,03874566				
	37	0,03142013				
	39	0,01880891				

Taula 14. Valors de les respostes de PERCEPCIÓ i desviació normal d'aquestes. Emprada per a l'elaboració de les Campanes de Gauss de la modalitat humanística.

Social							
	Dones		Homes				
	Percepció	Desviació Normal	Percepció	Desviació Normal			
3a	20	0,00404313	21	0,03007477	Segona desviació		
Segona desv,	23	0,01478001	21	0,03007477			
	25	0,02862292	22	0,03944535			
	26	0,03747607	22	0,03944535			
Desviació normal	27	0,04711302	25	0,06896025	Desviació normal		
	27	0,04711302	25	0,06896025			
	28	0,0568689	25	0,06896025			
	28	0,0568689	25	0,06896025			
	28	0,0568689	26	0,07630283			
	28	0,0568689	26	0,07630283			
	28	0,0568689	26	0,07630283			
	29	0,06591065	27	0,08091322			
	29	0,06591065	27	0,08091322			
	29	0,06591065	27	0,08091322			
	29	0,06591065	28	0,08223097			
	30	0,07334715	29	0,08009186			
	30	0,07334715	29	0,08009186			
	31	0,07837143	29	0,08009186			
	32	0,08040429	30	0,07476157			
	32	0,08040429	30	0,07476157			
	33	0,07920408	31	0,06688142			
	33	0,07920408	32	0,05734158			
	33	0,07920408	36	0,02025335		2a	
	33	0,07920408	38	0,00932681			
	Segona desv,	35	0,06803384	40		0,00362341	3a
		35	0,06803384				
		35	0,06803384				
35		0,06803384					
36		0,05932449					
36		0,05932449					
36		0,05932449					
37		0,04966952					
37		0,04966952					
37		0,04966952					
	38	0,03992941					
	38	0,03992941					
	39	0,03082071					
	40	0,02284227					
	40	0,02284227					
	40	0,02284227					

Taula 15. Valors de les respostes de PERCEPCIÓ i desviació normal d'aquestes. Emprada per a l'elaboració de les Campanes de Gauss de la modalitat social.

Tecnològic					
	Dones		Homes		
	Percepció	Desviació Normal	Percepció	Desviació Normal	
2a	19	0,0236858	15	0,01580428	Segona desviació
	19	0,0236858	16	0,02004431	
Desviació normal	22	0,04384279	17	0,02484143	Segona desviació
	22	0,04384279	17	0,02484143	
	28	0,06806212	17	0,02484143	
	28	0,06806212	17	0,02484143	
	30	0,06233099	18	0,0300837	
	30	0,06233099	19	0,03560043	
	30	0,06233099	20	0,04116694	
	30	0,06233099	20	0,04116694	
2a	36	0,0236858	20	0,04116694	Segona desviació
	36	0,0236858	21	0,04651694	
			21	0,04651694	Desviació normal
			22	0,05136212	
			22	0,05136212	
			23	0,05541714	
			23	0,05541714	
			23	0,05541714	
			23	0,05541714	
			24	0,05842711	
			24	0,05842711	
			25	0,06019412	
			26	0,06059866	
			27	0,05961303	
			28	0,05730449	
			28	0,05730449	
			28	0,05730449	
			29	0,05382764	
			29	0,05382764	
			29	0,05382764	
			31	0,04431458	
			31	0,04431458	
			32	0,03883928	
			32	0,03883928	
			32	0,03883928	
			32	0,03883928	
			32	0,03883928	
			32	0,03883928	
			33	0,03326327	
			35	0,02276462	
			36	0,01819123	
			40	0,00588791	
			40	0,00588791	

Taula 16. Valors de les respostes de PERCEPCIÓ i desviació normal d'aquestes. Emprada per a l'elaboració de les Campanes de Gauss de la modalitat tecnològica.

DONES							
Total			Científic		Humanístic	Social	Tecnològic
9	24	29	18	33	11	16	9
9	24	29	19	33	17	17	9
11	24	30	21	33	17	18	20
16	24	30	21	34	17	19	20
17	24	30	21	35	17	19	22
17	24	30	21	36	18	20	22
17	24	30	22	36	19	21	22
17	25	30	23	39	22	22	22
17	25	30	23	39	22	22	25
18	25	30	23	40	23	23	25
18	25	31	23	40	24	23	39
18	25	31	24		24	24	39
19	25	31	24		24	24	
19	25	31	24		25	25	
19	25	31	24		25	25	
19	25	31	24		25	25	
20	25	31	24		26	25	
20	25	32	24		27	26	
20	25	32	24		28	26	
21	25	32	25		28	26	
21	25	33	25		29	27	
21	26	33	25		29	28	
21	26	33	25		30	28	
21	26	33	25		30	28	
22	26	33	26		32	28	
22	26	34	26		33	29	
22	26	34	27		37	30	
22	27	34	27			30	
22	27	34	27			30	
22	27	35	27			31	
22	27	35	28			31	
22	27	35	28			32	
22	27	35	28			34	
23	28	36	29			34	
23	28	36	29			34	
23	28	37	29			35	
23	28	37	30			35	
23	28	38	30			35	
23	28	39	30			37	
23	28	39	31			38	
24	28	39	31				
24	28	39	31				
24	29	40	31				
24	29	40	31				
24	29		32				
24	29		33				

Taula 17. Valors de les respostes de COMPRENSIÓ totals i per modalitat (dones)

Cal millorar la comprensió
 Adequada comprensió
 Excel·lent comprensió

HOMES						
Total			Científic	Humanístic	Social	Tecnològic
9	25	30	19	20	16	9
10	26	31	22	20	18	10
16	26	31	22	23	22	16
16	26	31	23	23	23	17
17	26	31	23	23	24	20
18	27	31	24	23	26	20
19	27	31	27	23	26	21
20	27	31	27	23	27	21
20	27	32	28	23	28	22
20	27	32	28	23	28	23
20	27	32	28	27	28	23
21	27	32	28	27	29	23
21	28	32	29	29	30	23
22	28	32	30	29	30	24
22	28	32	31	30	31	25
22	28	32	31	30	31	25
22	28	32	31	30	32	25
23	28	32	32	30	32	26
23	28	33	34	32	32	26
23	28	33	35	32	32	27
23	28	34	37	37	33	27
23	28	34	38	37	34	27
23	28	34	39		35	28
23	29	34	40		35	28
23	29	35			40	28
23	29	35				28
23	29	35				29
23	29	35				29
23	29	35				30
23	30	35				30
23	30	36				31
23	30	37				31
24	30	37				31
24	30	37				32
24	30	38				32
25	30	39				32
25	30	40				33
						34
						34
						35
						35
						35
						36

Taula 18. Valors de les respostes de COMPRENSIÓ totals i per modalitat(homes)

Cal millorar la comprensió
 Adequada comprensió
 Excel·lent comprensió

DONES								
Total			Científic		Humanístic		Social	Tecnològic
10	24	29	10	28	11	12	25	
11	24	29	19	28	12	15	25	
12	24	29	19	28	13	17	28	
12	24	29	20	28	18	18	28	
13	24	29	21	29	19	18	31	
15	24	29	21	29	19	19	31	
17	24	30	22	29	19	20	31	
18	25	30	22	29	20	20	31	
18	25	30	22	29	21	21	32	
18	25	30	22	29	22	21	32	
19	25	30	23	30	22	22	32	
19	25	30	23	30	23	22	32	
19	25	30	23	30	23	22	32	
19	25	30	23	30	25	23	32	
19	25	31	24	30	26	23	32	
19	25	31	24	31	27	23	32	
20	26	31	24	32	27	24	32	
20	27	31	24	32	28	24	32	
20	27	31	24	32	28	25	32	
20	27	31	24	32	28	25	32	
21	27	31	24	32	28	25	32	
21	27	31	24	32	29	25	32	
21	27	31	25	33	31	25	32	
21	27	31	27	36	31	28	32	
21	27	31	27	37	31	28	32	
22	28	32	27	37	33	28	32	
22	28	32	27	38	36	28	32	
22	28	32	27	40		28	32	
22	28	32	27			28	32	
22	28	32				29	32	
22	28	32				29	32	
22	28	32				29	32	
22	28	32				29	32	
22	28	32				30	32	
23	28	32				30	32	
23	28	33				30	32	
23	28	33				31	32	
23	28	34				31	32	
23	28	36				31	32	
23	28	36				34	32	
23	28	37					32	
23	29	37					32	
23	29	38					32	
24	29	40					32	
24	29						32	
24	29						32	

Taula 19. Valors de les respostes de REGULACIÓ totals i per modalitat (dones)

Cal millorar la comprensió
 Adequada comprensió
 Excel·lent comprensió

HOMES						
Total			Científic	Humanístic	Social	Tecnològic
8	24	30	8	14	17	15
14	24	30	18	14	18	15
14	24	30	21	15	18	15
15	24	30	24	15	19	16
15	24	31	25	17	20	17
15	25	31	25	17	22	18
15	25	31	26	20	22	18
15	25	31	26	20	23	18
16	25	31	27	23	24	19
17	26	31	27	23	24	20
17	26	32	28	26	27	21
17	26	32	28	26	28	22
17	26	32	29	28	28	22
18	26	32	29	28	28	22
18	26	32	30	32	28	23
18	27	32	31	32	30	23
18	27	33	31	33	30	23
18	27	33	32	33	31	24
18	27	33	33	34	31	24
19	27	33	33	34	33	25
19	28	33	33	40	33	25
20	28	33	34	40	34	25
20	28	33	36		35	26
20	28	34	36		36	26
20	28	34			38	27
21	28	34				27
21	28	34				28
22	28	34				28
22	28	34				28
22	28	35				28
22	28	36				29
22	28	36				29
23	29	36				29
23	29	36				30
23	29	38				30
23	29	40				31
23	29	40				31
23	30					32
						32
						32
						34
						34
						36

Taula 20. Valors de les respostes de REGULACIÓ totals i per modalitat (homes)

Cal millorar la comprensió
 Adequada comprensió
 Excel·lent comprensió

Annex 4. Índex de gràfics, imatges i taules

GRÀFICS

Gràfic 1. Percentatge de la mostra per sexe	43
Gràfic 2. Percentatge de la mostra per modalitat de Batxillerat	44
Gràfic 3. Recompte de respostes totals de la mostra per modalitat de Batxillerat i sexe	45
Gràfic 4. Puntuacions mitjanes TMMS-24 (dones).....	51
Gràfic 5. Puntuacions mitjanes TMMS-24 (homes).....	52
Gràfic 6. Puntuacions mitjanes TMMS-24 (total).....	53
Gràfic 7. PERCEPCIÓ- Desviació per tipus de Batxillerat (dones)	54
Gràfic 8. Campana de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en les dones.....	56
Gràfic 9. Campanes de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en les dones per modalitat de batxillerat.....	57
Gràfic 10. Campanes de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en les dones per modalitat de batxillerat i total de la mostra	59
Gràfic 11. PERCEPCIÓ- Desviació per tipus de Batxillerat (homes)	60
Gràfic 12. Campana de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en els homes.....	62
Gràfic 13. Campanes de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en els homes per modalitat de batxillerat.....	63
Gràfic 14. Campanes de Gauss. Dimensió de la PERCEPCIÓ en els homes per modalitat de batxillerat i total de la mostra	65

IMATGES

Imatge 1. Localització de l'amígdala en imatge real de ressonància magnètica estructural .	18
Imatge 2. Anatomia d'un cervell que pensa, sent i actua	19
Imatge 3. Els records de la Riley.....	26
Imatge 4. Els records essencials.....	26

Imatge 5. Vista de quatre de les Illes de la personalitat.....	27
Imatge 6. Record essencial de l'Il·la de la Família.....	28
Imatge 7. Record essencial de l'Il·la de l'Amistat.....	29
Imatge 8. Record essencial de l'Il·la Pallassada.....	29
Imatge 9. Record essencial de l'Il·la de l'Hoquei.....	30
Imatge 10. Record essencial de l'Il·la de la Sinceritat.....	31
Imatge 11. Records essencials al final del llargmetratge.....	31
Imatge 12. Les Illes de la personalitat al final del film.....	32
Imatge 13. Taula on es mostren les possibles combinacions d'emocions, les quals es donen a partir del moment en què es fa aquest pas d'una mentalitat infantil a una de més adulta..	32
Imatge 14. Ordenant opinions i creences.....	33
Imatge 15. Riley's Mind Map.....	34
Imatge 16. En Jangles, el pallasso de les festes d'aniversari.....	34
Imatges 17 i 18. Memòria a llarg termini.....	36
Imatge 19. "Oblidaires".....	36
Imatge 20. Bing Bong.....	37
Imatge 21. Mapa on es localitzen les diferents històries Disney.....	39
Imatge 22. Introducció al TMMS-24 (objecte de la mostra).....	49
Imatge 23. Maria Gómez Fernández (psicòloga) i jo.....	74
Imatge 24. Marta Lloret i Masvidal (psicòloga) i jo.....	78

TAULES

Taula 1. Taula de la mostra per modalitat de Batxillerat i sexe.....	44
Taula 2. Taula de resultats.....	50
Taula 3. Valor de les respostes a l'àrea de PERCEPCIÓ i desviació normal (dones).....	55

Taula 4. Interval de desviació i percentatge de respostes a cada interval (dones)	56
Taula 5. Interval de desviació i percentatge de respostes a cada interval per modalitat de batxillerat (dones)	58
Taula 6. Valor de les respostes a l'àrea de PERCEPCIÓ i desviació normal (homes)	61
Taula 7. Interval de desviació i percentatge de respostes a cada interval (homes)	62
Taula 8. Interval de desviació i percentatge de respostes a cada interval per modalitat de batxillerat (homes)	64
Taula 9. Percentatge de respostes de l'àrea COMPRENSIÓ per modalitat (dones)	66
Taula 10. Percentatge de respostes de l'àrea COMPRENSIÓ per modalitat (homes)	66
Taula 11. Percentatge de respostes de l'àrea REGULACIÓ per modalitat (dones).....	67
Taula 12. Percentatge de respostes de l'àrea REGULACIÓ per modalitat (homes).....	67
Taula 13. Valors de les respostes de PERCEPCIÓ i desviació normal d'aquestes. Emprada per a l'elaboració de les Campanes de Gauss de la modalitat científica	79
Taula 14. Valors de les respostes de PERCEPCIÓ i desviació normal d'aquestes. Emprada per a l'elaboració de les Campanes de Gauss de la modalitat humanística	80
Taula 15. Valors de les respostes de PERCEPCIÓ i desviació normal d'aquestes. Emprada per a l'elaboració de les Campanes de Gauss de la modalitat social	81
Taula 16. Valors de les respostes de PERCEPCIÓ i desviació normal d'aquestes. Emprada per a l'elaboració de les Campanes de Gauss de la modalitat tecnològica	82
Taula 17. Valors de les respostes de COMPRENSIÓ totals i per modalitat (dones)	83
Taula 18. Valors de les respostes de COMPRENSIÓ totals i per modalitat (homes)	84
Taula 19. Valors de les respostes de REGULACIÓ totals i per modalitat (dones).....	85
Taula 20. Valors de les respostes de REGULACIÓ totals i per modalitat (homes).....	86

REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

- Llibres:

- Goleman, D. *Intel·ligència Emocional*. 1a ed (versió catalana). Barcelona: Kairós, 2000. ISBN 84-7245-463-0.
- GROU (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica). *Activitats per al desenvolupament de la Intel·ligència Emocional en els nens*. 2a ed. Badalona. Parramón, 2012. ISBN 978-84-342-3398-0.
- Bach, E.: Darder, P. *Sedueix-te per seduir*. Barcelona. Edicions 62, 2004. ISBN 978-84-297-5109-3.
- Bisquerra, R. *Educación emocional y bienestar*. 6a ed. Barcelona. Wolters Kluwer, 2001. ISBN 84-7197-593-9.
- Gallifa, J. *La intel·ligència emocional i l'escola emocionalment intel·ligent*. Barcelona. Edebé, 2002. ISBN 84-236-6076-1.

- Articles de revistes i blocs:

- Extremera Pacheco, N.; Fernández-Berrocal, P. Inteligencia Emocional en adolescentes. *Padres y maestros*, nº 352, agost 2013, p. 34-39.
- González, B. ¿Qué carrera deben estudiar nuestros hijos?. *XL Semanal*. 30 de gener de 2011, p. 48. <http://www.eduardpunset.es/wp-content/uploads/2011/01/semanal20110130.pdf>
- Toro, V. Inteligencia emocional y adolescencia. <http://adolescentes.about.com/od/Psicologia/fl/Inteligencia-emocional-y-adolescencia.htm>
- Toro, V. La clave de la integración de los adolescentes en la sociedad es su capacidad para la empatía. <http://adolescentes.about.com/od/Psicologia/a/Ayuda-A-Tu-Hijo-A-Integrarse-Con-exito-En-La-Sociedad.htm>

- Toro, V. Motivar a los adolescentes.
<http://adolescentes.about.com/od/Psicologia/a/C-Omo-Motivar-A-Los-Adolescentes.htm>
- Toro, V. Seis pasos para potenciar la inteligencia emocional de tus hijos.
<http://adolescentes.about.com/od/Psicologia/fl/Seis-pasos-para-potenciar-la-inteligencia-emocional-de-tus-hijos.htm>
- Documents:
 - Bisquerra, R. *La inteligencia emocional según Salovey i Mayer*. 2015.
<http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer.html>
 - Bisquerra, R. *El modelo de Goleman: Inteligencia Emocional – Daniel Goleman*. 2015.
<http://www.rafaelbisquerra.com/ca/inteligenciahttp://sobretodolavida.com/2013/07/03/la-inteligencia-emocional-segun-goleman/-emocional/modelo-de-goleman.html>
 - Educaweb. *Orientació Acadèmica. Modalitats i estructura del batxillerat*. 2015.
<http://www.educaweb.cat/continguts/educatiu/batxillerat/modalitats-estructura-batxillerat/>
 - FAROS (Sant Joan de Déu. Observatori de Salut de la Infància i l'Adolescència). *Com educar les emocions? La intel·ligència emocional en la infància i l'adolescència*. 2012.
http://faros.hsjdbcn.org/sites/default/files/faros_6_cat.pdf
 - Fundació Escola Cristiana de Catalunya. Educació emocional a l'escola. Document 1: Fonamentació teòrica general. 2015.
 - Fundació Escola Cristiana de Catalunya. Educació emocional a l'escola. Document 2: L'evolució emocional. 2015.
 - Fundació Escola Cristiana de Catalunya. Educació emocional a l'escola. Document 3: La comunicació no verbal. 2015.

- Generalitat de Catalunya (gencat.cat). *Estudiar a Catalunya*. http://queestudiar.gencat.cat/ca/estudis/batxillerat/info_general/
- Limonero, J. T. [et al.]. *Inteligencia Emocional: 20 años de investigación y desarrollo*. Estructura factorial de la Trait Meta Mood State-24 adaptada al catalán. 2011, p. 49-53.
- PrisMa, formació psicopedagògica. *Les Intel·ligències Múltiples i la diversitat a l'aula*.
- Roca i Balasch, J.; Solà i Santesmases, J. *La branca de coneixement de ciències psicològiques i educatives*. 2013. <http://www.liceupsicologic.org/resources/AA.+La+branca...+web+Liceu.pdf>
- Documents audiovisuals:
 - Goleman, D. *La Inteligencia Emocional* [Enregistrament vídeo, conferència]. YouTube. 2013. <https://www.youtube.com/watch?v=ikHT7EVGH8E>
 - Punset, E. *Aprender a gestionar las emociones* [Enregistrament vídeo, programa de divulgació científica]. RTVE: Redes. 28 oct 2012. <http://www.rtve.es/alacarta/videos/redes/redes-aprender-gestionar-emociones/1564242/>
 - Punset, E. *El poder de las emociones positivas*. [Enregistrament vídeo]. YouTube. 2013. <https://www.youtube.com/watch?v=g7ZkCiwsp0>
 - Sala i Martín, X. *Taronja. On són els nens de desembre?* [Enregistrament vídeo, programa TV]. TV3: Economia en colors. 12 oct 2015. <http://www.ccma.cat/tv3/alacarta/economia-en-colors/taronja-on-son-els-nens-de-desembre/video/5555842/>
 - Yale University; Brackett, M. *Emotional Intelligence: From Theory to Everyday Practice* [enregistrament de vídeo, conferència]. YouTube. Octubre 2013. <https://www.youtube.com/watch?v=e8JMWtwdLQ4>

- Disney Pixar. *'Inside Out' (Del revés)* [Enregistrament vídeo]. Disney Pixar Studios. Desembre 2015

- Altres:
 - Limonero, J. T. [et al.]. TMMS-24 (Trait Meta Mood State-24) traduït al català. 2011.

 - Mayer, J. C.; Salovey, P. TMMS-24 (Trait Meta Mood State-24). 1990.

 - TMMS-24 (Google Drive) – recollida de dades
https://docs.google.com/forms/d/1mTdq3tA9oTRG8nPslBpIHhJQnEi76BOodNWZQtNUxXo/viewform?chromeless=1&edit_requested=true

AGRAÏMENTS

- A en Jordi Font, el meu tutor de recerca, qui ha estat al meu costat al llarg d'aquest procés de redacció del treball, i m'ha aclarit tots els dubtes que se m'han anat presentant.
- A en Joaquim T. Limonero, l'assessor de la UAB, a qui podia preguntar i demanar consell, sobretot per a realitzar la part pràctica del meu treball.
- A la Maria Gómez i a la Marta Lloret, les dues psicòlogues que em van concedir una entrevista i van compartir amb mi la seva opinió sobre el tema de la IE.
- A les escoles que han col·laborat amb la recollida de les dades per a què pogués realitzar el meu estudi pràctic.
- Als meus pares, els quals han estat donant-me suport en tot moment i, malgrat els nervis i les estones d'estrès que hi poguessin haver, eren allà per a fer-me una abraçada.

“Es la combinación entre talento razonable y la capacidad de perseverar ante el fracaso lo que conduce al éxito”

D. GOLEMAN