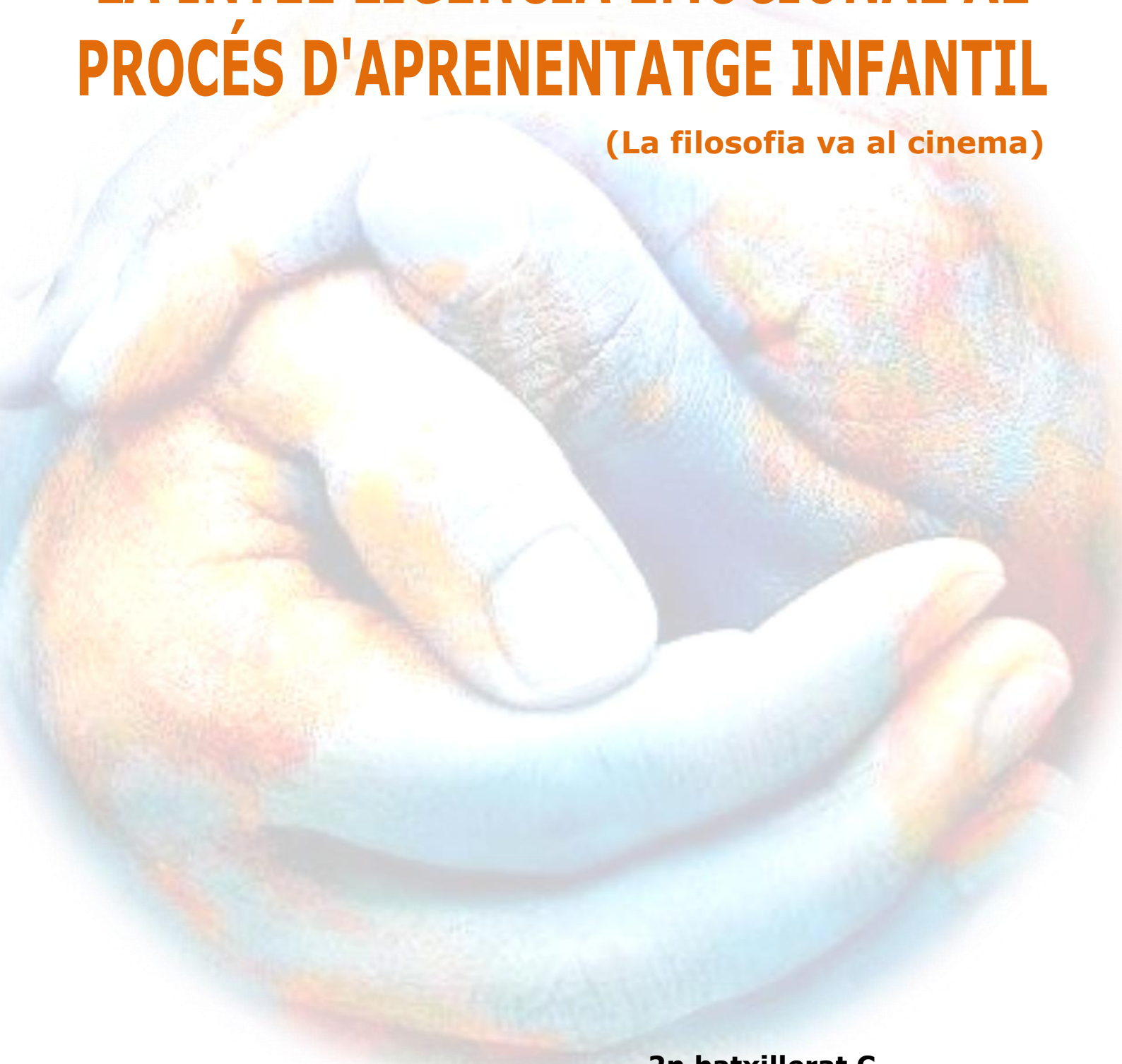


LA IMPORTÀNCIA D'INTRODUIR LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL AL PROCÉS D'APRENTATGE INFANTIL

(La filosofia va al cinema)



2n batxillerat C
IES Jaume Callís
Curs 2011-12

INDEX

0. INTRODUCCIÓ.....	6
1. LA INTEL·LIGÈNCIA.....	8
1.1 Definició general intel·ligència.....	8
2. ORÍGENS INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL.....	8
2.1 Les primeres idees de Gardner (1983).....	8
2.2 Evolució idees Gardner (1990-1997).....	9
2.2.1 Cinc competències principals de la IE.....	9
2. 2.3 Goleman difusor de la IE.....	10
2.4 Altres experts que tracten el tema.....	11
2.4.1 Bar-On.....	11
2.4.2 Saarni.....	12
3. ACTUALITAT DE LA IE.....	12
4. L'APRENTATGE.....	14
4.1 Definició.....	14
4.2 Tipus aprenentatge.....	14
4.2.1 L'aprenentatge significatiu.....	15
5. LA IE A L'APRENTATGE I L'EDUCACIÓ.....	16
5.1 Educació emocional.....	16
5.2 Descripció qualitats emocionals.....	16
5.3 Introducció i metodologia qualitats emocionals.....	17
5.4 Objectius educació emocional.....	18
6. PRÀCTICA: EMOCIONS A L'APRENTATGE.....	20
6.1 Recerca i creació part pràctica.....	20
6.2 Presentació de l'escola.....	20
6.3 Justificació cursos.....	20
6.4 Presentació activitats.....	21
6.4.1 Exercicis matemàtiques.....	21
6.4.2 Exercicis llengua catalana.....	21
6.5 Cinquè de primària.....	22
6.5.1 Matemàtiques.....	22

6.5.2 Llengua catalana.....	24
6.6 Sisè de primària	26
6.6.1 Matemàtiques.....	26
6.6.2 Llengua catalana.....	27
6.7 Anàlisi conjunt de les diferents pràctiques.....	29
7. CONCLUSIONS I RECULL DEL TREBALL.....	31
8. BIBLIOGRAFIA.....	33
9. ANNEXOS.....	35
A. Intel·ligències múltiples.....	36
B. Activitats matemàtiques.....	37
C. Activitats llengua catalana.....	38
D. Resultats pràctica matemàtiques 5è de primària.....	51
E. Resultats pràctica català 5è de primària.....	54
F. Resultats pràctica matemàtiques 6è de primària.....	57
G. Resultats pràctica català 6è de primària.....	60
H. Entrevistes.....	63

AGRAÏMENTS

Vull començar donant les gràcies a totes aquelles persones que han fet possible aquesta recerca.

En primer lloc agrair a tots aquells que han estat al meu costat durant aquest mesos, llegint i rellegint el treball, donant-me consells, ensenyant-me i guiant-me en aquest nou procés.

Donar les gràcies, per començar, a la Lídia Pujol Mayans llicenciada en coach personal i experta en intel·ligència emocional i a la Núria Arimany Suriñach llicenciada en magisteri d'Educació Física i en Psicopedagogia, per dedicar-me part del seu temps en concedir-me una entrevista i, com a punt important, ajudar-me a enriquir-me amb nous coneixements sobre intel·ligència emocional.

També un agraïment molt sincer a l'Aloma Cuiné, professora d'escola pública, qui em van apropar a la part pràctica, ajudant-me a crear una estructura bastant sòlida de les activitats a realitzar per completar el meu treball de recerca. Al mateix temps donar les gràcies a l'escola Santa Caterina de Siena per donar-me l'oportunitat de realitzar part del meu treball a les seves instal·lacions. Molt especialment donar les gràcies a la Maria Àngels Salvans, directora i professora de Santa Caterina, qui em va facilitar la possibilitat d'entrar a la seva escola, obrint-me les portes i posant-me facilitats per realitzar una pràctica amb èxit. Alhora agrair la col·laboració de la Mireia, professora de 6è de primària i la Sussana, professora de 5è de primària de Santa Caterina per acceptar l'idea de fer l'activitat a les seves aules i oferir-me l'oportunitat de gaudir de la seva professionalitat.

Per altra banda, donar les gràcies a la meva germana, la Montse Serra, professora d'educació infantil i primària, qui des del primer moment em va ajudar a guiar, com a visió externa el meu treball, aconsellant-me i facilitant-me gent amb la què parlar per enriquir el projecte.

També donar les gràcies al meu tutor de treball de recerca, en Joan Carles Rovira, qui ha fet durant tots aquest mesos el seguiment del meu

treball.

Per últim, i no menys important, agrair a tots els alumnes de l'escola Santa Caterina de Siena la seva col·laboració.

Moltes gràcies a tots.

0. INTRODUCCIÓ

El moment que em vaig plantejar per primera vegada sobre què seria el meu treball de recerca no vaig dubtar el tema a escollir.

L'educació i la psicologia són dos àmbits que sovint m'han cridat l'atenció i em semblen molt interessants, d'aquí l'idea de plantejar-me el meu futur laboral cap aquesta direcció. El meu interès cap aquests dos àmbits no es pura coincidència, cal destacar que el fet de tenir familiars propers que es dediquen al món de l'educació influeix a la motivació per conèixer l'ofici dels que t'envolten. Per altre banda, el món de la psicologia, que fins fa un temps m'era totalment desconegut, va convertir-se en punt d'interès gràcies a l'assignatura escolar de batxillerat, a més d'un curset escollit per curiositat pròpia sobre intel·ligència emocional, tema principal al meu treball de recerca.

Tenint en ment, per tant, aquests dos móns, no vaig dubtar en escollir un estudi que hi tingués relació. Fortuïtament en aquelles dates estava realitzant un curset, que com he citat anteriorment, tractava la intel·ligència emocional, un tema quotidià però alhora oblidat per molta gent. Va ser a partir d'aquí quan em va sorgir la possible idea d'unir la intel·ligència emocional amb l'aprenentatge, però no tenia molt clar com fer-ho, ni si era un bon tema a treballar. Durant aquells dies, de manera inconscient vaig arribar a plantejar-me la següent pregunta: Com n'és d'important a la vida l'educació emocional?. Tenia clar que ho era, però no sabia fins a quin punt, va ser en aquest moment que vaig decidir que aquest seria el punt principal de la meva recerca.

L'objectiu principal, el qual he tingut clar des del moment en què vaig tenir enfocat el tema, i m'ha conduit posteriorment a tota la recerca del meu treball, és corroborar la meva hipòtesi, demostrant així que la intel·ligència emocional juga un paper molt important a l'aprenentatge dels estudiants, afirmant que la diferència en les notes d'un alumne pot ser causada en molts casos per les pròpies emocions, perquè des del meu previ coneixement, just abans de començar la recerca, considero que un entorn relaxat i tranquil pot

ser causa de bons resultats, amb una diferència molt notable respecte un entorn neguitós i desconcertant.

Un cop centrada la hipòtesi em sentia orgullosa del tema escollit i amb ganes de treballar-lo. Sabia que el que estava fent era plantejar-me un repte personal molt interessant, i així espero que en sigui el resultat.

El treball consta de dues parts diferenciades. Com a tall d'anècdota ressaltar que cada apartat principal està introduït per una citació, en molts casos de personatges importants del llarg de la història. El primer bloc consta de la part estrictament teòrica. Aquest està format per cinc apartats, cada un format per subgrups. Aquest primer bloc engloba la intel·ligència en si, els orígens de la intel·ligència emocional, l'evolució d'aquesta, l'aprenentatge i l'ús de la intel·ligència emocional a l'aprenentatge. El segon bloc consta de la part pràctica, punt sisè en el treball. Aquest recull la presentació de les activitats, el lloc, els resultats i les conclusions finals.

1. LA INTEL·LIGÈNCIA

La intel·ligència consisteix no només en el coneixement, sinó també en la destresa d'aplicar els coneixements a la pràctica (Aristòtil)

1.1 Definició intel·ligència

La intel·ligència d'una persona està formada per un conjunt de variables com l'atenció, la capacitat d'observació, la memòria, l'aprenentatge, les habilitats socials, etc., que li permeten enfrontar-se al món de manera diària, per tant, val a dir que es tracta de la capacitat d'assimilar, guardar, elaborar informació i utilitzar-la per a resoldre problemes.

2. ORÍGENS INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

Provem mitjançant la lògica, però descobrim mitjançant la intuïció (Henri Poincaré)

2.1 Les primeres idees de Gardner

Una il·lustració anterior a la Intel·ligència Emocional és la teoria de les *intel·ligències múltiples*¹ del Dr. Howard Gardner², qui planteja per primera vegada que les persones tenim set tipus d'intel·ligència que ens relacionen amb el món. Gardner parla de la Intel·ligència Lingüística, Lògica, Musical, Visual, Kinestèsica o Corporal i per últim i no les menys importants, la Intel·ligència Interpersonal i la Intrapersonal les quals tenen molta relació amb la competència social i fins un cert punt emocional.

Gardner va definir ambdós de la següent manera:

¹ Vegeu annex apartat A

² Howard Gardner (Estats Units 1943). Psicòleg, investigador i professor de la universitat de Harvard.

“La intel·ligència Interpersonal és la capacitat de discernir i respondre apropiadament als estats d'ànim, temperaments, motivacions i desigs de les altres persones”³

“La intel·ligència Intrapersonal és la capacitat d'establir contactes amb els sentiments propis, discernir-los i aprofitar aquest coneixement per orientar la nostra conducta”⁴

2.2 Evolució de les idees de Gardner

Un grup de psicòlegs, amb Mayer i Salovey com a capdavanters, el 1990 van adoptar una visió més ampla de la intel·ligència. Ells van considerar que parlar de la intel·ligència personal o emocional era un fet essencial. Va ser Salovey qui va assumir les intel·ligències personals de Gardner i les va organitzar fins el punt d'arribar a comprendre cinc competències principals.

2.2.1 Les cinc competències principals de la IE

- Coneixement de les pròpies emocions: Es tracta del coneixement d'un mateix, és a dir, la capacitat de reconèixer els nostres estats d'ànim i dels pensaments que tenim sobre aquests estats d'ànim. Podem dir, per tant, que es tracta de la consciència emocional, l'autovaloració i la confiança en un mateix, el que ens indica que es tracta de l'habilitat emocional fonamental ja que la resta de competències principals es recolzen fonamentalment en aquesta.
- La capacitat de controlar les emocions: Consisteix en la habilitat bàsica de controlar els nostres sentiments, és a dir, la capacitat de tranquil·litzar-se un mateix: deslliurar-se de l'ansietat, la tristesa... Tota aquella gent que disposa d'aquesta qualitat és capaç de recuperar-se molt més ràpid dels contratemps de la vida, per tant, podem dir que aquesta habilitat és la clau

³ Goleman, Daniel. *Intel·ligència emocional*. 1a ed. Barcelona: Ed. Kairós, 2000.

⁴ Goleman, Daniel. *Intel·ligència emocional*. 1a ed. Barcelona: Ed. Kairós, 2000.

del benestar emocional.

- La capacitat de motivar-se un mateix: Consisteix a canalitzar les emocions cap a una finalitat més productiva. Aquesta finalitat pot consistir en controlar els impulsos, regular els nostres estats d'ànim... tot amb l'objectiu de motivar-nos a nosaltres mateixos a fer front als contratemps. Sentiments com ara l'entusiasme, la perseverança i la confiança també van molt lligats amb aquesta capacitat.
- El reconeixement de les emocions dels altres: Parlem de l'empatia, una capacitat que es fonamenta principalment en la consciència emocional d'un mateix per entendre després com es senten els altres.
- El control de les relacions: Es tracta de saber relacionar-se adequadament amb les emocions dels altres. Parlem de les habilitats interpersonals, aquelles aptituds socials que garanteixen l'eficàcia en el tracte amb els altres gràcies a l'autocontrol i l'empatia. Les persones que sobresurten en aquesta habilitat esdevenen persones amb èxit en totes les activitats vinculades a la relació interpersonal, com per exemple la popularitat i el lideratge.

2.3 Goleman difusor de la intel·ligència emocional

Daniel Goleman, psicòleg nord-americà nascut a Califòrnia el 1947, després d'estudiar els principis de la intel·ligència emocional proposats per científics com Gardner i sobretot Salovey és capaç de completar el trencaclosques arribant a la seva pròpia definició.

Gràcies a la publicació del seu llibre titulat *Intel·ligència Emocional* el 1995 el concepte de IE sortí a la llum i agafà una popularitat molt important que arriba fins els nostres dies.

Daniel Goleman va reivindicar la importància de les emocions a la vida personal i professional, fins al punt que arriba a parlar d'intel·ligència emocional

com:

Una capacitat de reconèixer els nostres propis sentiments i la dels altres, de motivar-nos i controlar les emocions.

Amb aquesta definició Goleman va tenir en compte cinc aptituds emocionals, de les quals ja havia parlat abans Gardner, i les va classificar en dos grups com són l'aptitud personal, que determina el domini d'un mateix (autoconeixement, autoregulació i motivació) i l'aptitud social, que determina el control de les relacions (empatia i habilitats socials).

2.4 Altres experts que tracten el tema (1997-2000)

2.4.1 Bar-On

Reuven Bar-On va proposar una altra perspectiva de intel·ligència emocional, ell la defineix com un ventall de capacitats, competències i habilitats no cognitives que influeixen en la pròpia habilitat per a afrontar amb èxit les demandes ambientals i les pressions.

Bar-On considera que la intel·ligència emocional té cinc tipus de components:

- Components intrapersonals: habilitats com la consciència de les pròpies emocions, consideració cap a un mateix i independència.
- Comportaments interpersonals: l'empatia, la responsabilitat social i les relacions interpersonals.
- Components d'adaptabilitat: la solució de problemes, l'avaluació de la realitat i la flexibilitat.
- Components generals de l'estat afectiu: són la felicitat i l'optimisme.
- Components de la gestió de l'estrès: inclou la tolerància a l'estrès i el control dels impulsos.

2.4.2 Saarni

Saarni distingeix com a punt bàsic la intel·ligència emocional de la competència emocional. Ella defineix la competència emocional com la demostració d'autoeficàcia d'expressar emocions en les transaccions socials.

Segons aquesta perspectiva considera que les habilitats que engloba la competència emocional són la consciència del propi estat emocional, l'habilitat per a destriar les emocions dels altres, l'habilitat per a utilitzar el vocabulari emocional, la capacitat d'utilitzar l'empatia, l'habilitat per saber separar un estat emocional interior d'una expressió externa, la capacitat per afrontar les emocions estressants, la consciència de la necessitat de la comunicació emocional i la capacitat per a l'autoeficàcia emocional, un conjunt d'habilitats que per altres experts s'engloben dins la intel·ligència emocional.

3. ACTUALITAT DE LA IE

Una persona intel·ligent és la que sap què dir a cada moment, una persona sabia sap si té que dir-ho o no (Anònim)

Avui en dia hi ha un ampli ventall d'experts que tracten el tema de la intel·ligència emocional.⁵

Un expert força conegut és Eduard Punset⁶, a part d'ell però, hi ha altres coneguts importants per la seva trajectòria, com per exemple, el formador Raimon Samsó⁷. De la mateixa talla podríem parlar d'Àlex Rovira⁸ i a nivell comarcal osonenc podem tractar Lourdes Tebé⁹, entre d'altres. Tots ells han dedicat part de la seva formació a la intel·ligència emocional, i fins i tot, alguns han escullit un professió relacionada directament amb el tracte de les emocions.

⁵ Referència annex apartat H.1

⁶ Eduard Punset. Advocat, economista i divulgador científic català

⁷ Raimon Samsó. Llicenciat en Ciències Econòmiques, coach financer, escriptor i conferenciant.

⁸ Àlex Rovira (1969). Economista, escriptor i conferenciant sobre temes filosòfics, sociològics i psicològics.

⁹ Lourdes Tebé. Màster en Coaching de Constructivisme Social i escriptora.

Avui en dia hi ha moltes persones especialitzades en el tema ja que la vida així ho requereix, per tant podem dir que les emocions són part important a la vida diària de tothom ja que elles poden ser les causants dels nostres èxits o tot el contrari, les causants dels nostres màxims fracassos tant en la vida personal com professional. Sabent això, està clar que podem parlar de grans *coach emocionals*¹⁰ com els citats anteriorment, que treballen amb el gran impacte que han tingut les emocions sobre les persones. Tots ells avui en dia utilitzen els coneixements que es té de la intel·ligència emocional per aplicar-los sobre grups de persones que ho necessiten, com poden ser les empreses, les escoles i les famílies entre d'altres. A més a més també ofereixen els seus serveis de forma personal; ajuden a les persones a formular els seus objectius i a superar els reptes que poden aparèixer en tot procés de canvi, treballen per potenciar la motivació, ampliar el ventall de possibilitats i acceptar el desafiament de descobrir i experimentar noves formes d'actuar davant noves situacions.

En resum podem dir que el coaching emocional ajuda a identificar les emocions inadaptades i així canalitzar els objectius de la nostra vida d'una manera molt més ràpida; aquest procés avui en dia és bastant comú i poc a poc va adquirint més popularitat.

¹⁰ Entrenadors personals de les emocions.

4. L'APRENTATGE

Diguem i oblidem, ensenya'm i recordo, involucra'm i apreng (Benjamin Franklin)

4.1 Definició

L'aprenentatge consisteix en integrar nous coneixements en l'estructura cognitiva, és a dir, en els esquemes mentals. Aquest procés no és una suma lineal de coneixements, sinó que hi ha una interrelació entre els conceptes.

4.2 Tipus d'aprenentatge

Dins el món de la pedagogia podem parlar de diferents tipus d'aprenentatge que es poden classificar de la següent manera:

- **Aprenentatge memorístic:** El subjecte s'esforça molt en aprendre les coses de memòria, moltes vegades sense entendre-les.
- **Aprenentatge receptiu:** El subjecte només necessita comprendre el contingut per poder-lo reproduir. Amb aquest aprenentatge però el subjecte no descobreix res de nou.
- **Aprenentatge per descobriment:** El subjecte no rep els continguts de forma passiva sinó que ell es capaç de descobrir-los i els ordena per adaptar-los al seu esquema cognitiu.
- **Aprenentatge repetitiu:** El subjecte memoritza continguts sense entendre'ls o relacionar-los amb coneixements previs. Aquests tipus de subjectes no troben significats als continguts.
- **Aprenentatge significatiu:** El subjecte relaciona els seus coneixements previs amb els nous, dotant-los així de coherència.

4.2.1 L'aprenentatge significatiu

En el moment que parlem d'aprenentatge significatiu podem dir que estem tractant aquell aprenentatge que és contrari al repetitiu.

D'una manera general, com hem dit abans, es tracta del poder d'establir vincles entre els nous continguts i els coneixements previs, mitjançant l'actualització dels esquemes de coneixement. Es caracteritza per la funcionalitat i la memorització comprensiva.

Perquè l'aprenentatge sigui significatiu ha de complir dues condicions essencials:

- El contingut ha de ser potencialment significatiu, tant des del punt de vista de la seva estructura interna, és a dir de la part lògica (no ha de ser arbitrari ni confús) com des del punt de vista de la seva assimilació, és a dir, la part psicològica (ha d'haver-hi en l'estructura psicològica del subjecte elements apropiats i relacionables).
- El subjecte ha de tenir una actitud favorable per aprendre significativament, és a dir, el subjecte ha d'estar motivat i concentrat per relacionar el que aprèn amb el que sap.

5. LA IE A L'APRENTATGE I L'EDUCACIÓ

L'educació és la preparació a la vida completa (Spences)

5.1 Educació emocional

L'educació emocional és un procés educatiu continu i permanent que pretén potenciar el desenvolupament emocional com a complement indispensable del desenvolupament cognitiu, constituint ambdós els elements essencials del desenvolupament de la personalitat.

Aquest desenvolupament de coneixements i habilitats sobre les emocions té com a fi principal ajudar l'individu a afrontar millor els reptes que es plantegen al llarg de la vida quotidiana.

5.2 Descripció qualitats emocionals

Les qualitats emocionals són la base de l'èxit, per tant podem dir que tot individu que disposi de la majoria d'aquestes qualitats s'assegura un possible triomf a la vida.

Podem destacar les deu qualitats més ressaltants ordenades per ordre de freqüència:

- **Actitud positiva:** És aquella actitud mental adequada a qualsevol situació. Aquesta ajuda a resoldre els problemes que poden aparèixer al llarg del camí.
- **Entusiasme:** Es tracta d'aquella atenció i esforç que es dedica al desenvolupament d'una activitat o treball.
- **Determinació:** És aquella actitud que consisteix en tenir decisió, valor i

atreuiment davant de les circumstàncies que sorgeixen al llarg de la vida.

- **Motivació:** Consisteix en disposar d'uns estímuls que mouen a una persona a realitzar determinades accions i persistir en elles fins al seu total compliment. Parlem, per tant, de voluntat i interès.
- **Confiança:** Consisteix en tenir ànim, decisió i valor amb un mateix per actuar davant d'una situació.
- **Optimisme:** Consisteix en tenir una forta expectativa de que les coses sortiran bé, tot i els possibles contratemps i les frustracions.
- **Dedicació:** Es tracta d'aquell esforç i empenyo per aconseguir un objectiu.
- **Alegria:** Actuar acord amb un sentiment grat i viu provocat per un motiu que ens dóna plaer.
- **Capacitat d'escolta:** Consisteix en tenir la capacitat de prestar atenció al que diuen els altres.
- **Paciència:** És aquella capacitat per suportar amb resignació i mantenint la calma, una adversitat o una situació de necessitat.

5.3 Introducció i metodologia qualitats emocionals a l'ensenyament

Moltes vegades el problema està en com integrar l'educació emocional dins dels programes educatius, avui en dia, però, ja s'han apuntat diferents possibilitats:

- **L'orientació ocasional:** Aprofitar totes les oportunitats espontànies o

planificades per a tractar continguts d'educació emocional.

- Els programes en paral·lel: Portar a terme pràctiques relacionades amb l'educació emocional al marge de l'horari i de les assignatures curriculars formals.
- Assignatures optatives: Donar l'oportunitat a l'alumne d'escollir una assignatura que tracti sobre educació emocional.
- Assignatures de síntesis: Introduir durant un període breu una assignatura en la qual es tracta d'integrar els continguts de les diverses matèries dintre d'una unitat temàtica.
- Pla d'acció tutorial: Introduir i treballar les qualitats emocionals dels alumnes a les hores de tutoria.

Dins la metodologia, la manera més afectiva per adquirir i treballar les emocions és portar a terme diferents activitats pensades exclusivament amb la finalitat de treballar i fomentar les emocions. Totes elles tenen com a objectiu exclusiu educar emocionalment, desenvolupant així les habilitats intrapersonals i interpersonals.

La majoria d'activitats estan pensades per fer-se en grup, ja que és una bona manera d'observar directament les expressions dels altres i així les seves emocions, de incitar la participació, de treballar la comunicació i fomentar l'adopció d'acords mitjançant el consens.

5.4 Objectius educació emocional

La integració de l'educació emocional en l'ensenyament és una de les claus perquè les persones millorin la seva intel·ligència emocional des del principi dels seus dies. Si això fos així, un dels principals resultats seria que les

futures generacions gaudirien d'una situació més avantatjosa en tots els dominis de la vida; serien més eficients i més capaces de dominar els hàbits mentals.

Només pel simple fet de disposar d'una educació emocional, aquell individu tindrà un bon equilibri emocional, tant de manera individual com en el rendiment laboral. A més, disposarà d'una alineació dels seus recursos anímics com poden ser l'entusiasme i la motivació.

D'altra banda, coses tant simples com tenir desitjos i objectius a la vida, li seran més fàcils d'aconseguir a una persona que disposi de intel·ligència emocional, ja que tindrà la capacitat de utilitzar només aquelles emocions saludables com a guia per afrontar els problemes i dirigir-se als seus reptes. Podem dir, per tant, que la intel·ligència emocional pot portar a l'èxit personal.

6. PRÀCTICA: EMOCIONS A L'APRENTATGE

Nosaltres som emocions i les emocions som nosaltres
(Anònim)

6.1 Recerca i creació de la part pràctica

El primer pas necessari per duu a terme la pràctica consistia en elaborar una activitat relacionada amb l'aprenentatge que alhora tingués en compte les emocions. Un cop fet aquest pas calia cercar l'espai adient on realitzar-la, en aquest cas un centre d'educació primària.

Després de buscar l'escola, el següent punt consistia en plantejar l'activitat al personal docent del centre per tal que amb la seva ajuda es pogués fixar una pràctica definitiva, la qual s'aplicaria a la mateixa escola com una activitat acadèmica més a l'aprenentatge de l'alumnat.

6.2 Presentació de l'escola

El centre educatiu escollit per realitzar l'activitat avarca part de l'educació obligatòria d'un estudiant, concretament l'etapa primària, que finalitza quan l'alumnat assoleix les competències bàsiques que es treballen fins l'últim curs de cicle superior.

Aquest centre té en compte la intel·ligència emocional dels alumnes, treballen aquesta a partir de les activitats acadèmiques usuals i donen importància als sentiments i emocions dels nens. Es caracteritza per ser una escola on es potencien activitats relacionades directament amb el treball de les emocions individuals i col·lectives, una manera pràctica per treballar tot allò que va més enllà del coeficient intel·lectual.

6.3 Justificació dels cursos

Les activitats didàctiques s'aplicarien als cursos de cinquè i sisè de

primària amb l'objectiu de veure l'impacte de les emocions a través dels exercicis plantejats.

L'elecció d'aquest dos cursos té una justificació aparent, i és que és en aquesta etapa que l'alumnat assoleix les últimes competències obligatòries de l'educació primària, a més de ser com marca l'edat, els estudiants que han adquirit més coneixements sobre intel·ligència emocional i han treballat i experimentat més vegades amb l'aplicació de les seves emocions.

6.4 Presentació activitats

Les activitats didàctiques escollides per realitzar la pràctica es poden classificar dins les competències bàsiques obligatòries que s'exigeixen durant l'aprenentatge de l'alumnat de cinquè i sisè de primària. Parlem concretament de dos àmbits o assignatures; matemàtiques i llengua catalana.

6.4.1 Exercicis matemàtiques

Dins la modalitat de matemàtiques es van plantejar dos exercicis per cada curs. Els dos del mateix estil, nivell i dificultat. Es tractava d'operacions matemàtiques basades en les taules de multiplicar, una manera senzilla de repassar els continguts ja assolits fins al moment i d'analitzar el paper de les emocions escollides a treballar en cada cas a partir dels resultats obtinguts.

6.4.2 Exercicis llengua catalana

Dins la modalitat de llengua catalana es van plantejar dos exercicis, que a l'igual que els exercicis matemàtics estaven adaptats cada un d'ells al nivell que cursaven els alumnes. Es tractava d'unes activitats del mateix estil i dificultat enfocades principalment a la comprensió lectora, concepte bàsic de l'educació dels infants. A més de ser una manera útil de repassar, millorar i

analitzar el nivell educatiu, és una activitat pràctica per enregistrar el paper de les emocions escollides a treballar.

6.5 Cinquè de primària

6.5.1 Matemàtiques¹¹

Primera pràctica:

El primer exercici es va plantejar un dia qualsevol tornant de l'hora d'esbarjo. Es van passar uns exercicis a cada alumne, se'ls va explicar què s'havia de fer i se'ls va donar aproximadament un minut de marge per realitzar l'activitat.

Anàlisi resultats:

Observant d'una manera general els resultats obtinguts de 25 alumnes diferents veiem que les notes obtingudes oscil·len entre 3 i 10. Un 88% dels alumnes de 5è de primària van aprovar l'examen mentre que el 12% restant no van superar amb més d'un 5 la prova. Dins del 88% d'aprovat, un 16% va obtenir una marca entre 5 i 7, el 16% següent va aconseguir una nota superior el 7 i inferior 9 i el 56% restant va superar el 9.¹²

Segona pràctica:

El segon exercici de matemàtiques es va plantejar a l'igual que el primer una dia qualsevol tornant de l'esbarjo, però en aquest, abans de realitzar l'examen els alumnes van treballar unes tècniques de relaxació i concentració.

Un cop fetes, es va donar l'exercici a cada alumne, se'ls va explicar què tenien que fer i se'ls va deixar aproximadament un minut per resoldre'l.

Anàlisi resultats:

Observant de manera col·lectiva els resultats obtinguts dels 25 alumnes, en aquest cas, les notes oscil·len entre 2,5 i 10. Un 92% dels alumnes va

¹¹ Vegeu annex apartat B

¹² Vegeu annex apartat D.1

aprovar l'examen, mentre que el 8% restant no va arribar al 5. Del 92% d'aprovat un 16% va obtenir un resultat entre 5 i 7, un 12% va aconseguir una nota superior el 7 i inferior al 9 i el 64% restant va obtenir una nota superior al 9.¹³

Anàlisi comparatiu

Dels resultats obtinguts amb els exercicis se'n pot realitzar una comparació fructuosa per extreure'n conclusions.

S'aprecia que entre una pràctica i l'altre hi ha dissemblances.¹⁴ En la primera, per exemple, el tant per cent de suspesos és lleugerament superior que en la segona. En la mateixa proporció també varia la mitjana de nota d'una pràctica amb l'altre. En el primer cas les notes són inferiors, la mitjana es situa en 8,06 mentre que en el segon cas la mitjana està en 8,44. Tot i no ser molta la diferència, la variació és possiblement provocada per la diferència que caracteritza una pràctica amb l'altre.

En la primera pràctica, els alumnes van realitzar l'activitat després d'una hora d'esbarjo, moment en què tendeixen a estar més exaltats, nerviosos, eufòrics i en general desconcentrats, en canvi en la segona pràctica, els alumnes van realitzar l'activitat tornant del patí, però prèviament van duu a terme un conjunt de tècniques de relaxació per estimular la concentració i afavorir la tranquil·litat. Tenint en compte això podem justificar la diferència de les dues activitats, que aparentment són iguals. De fet, això es pot fonamentar si tenim en compte alguns casos en concret. Hi ha una sèrie d'alumnes que plasmen al detall aquests aspectes. Un cas concret, per exemple, destaca per la diferència de puntuació entre una pràctica i l'altre. En la primera la nota obtinguda és un 4,5 mentre que en la segona és un 8,5. A l'igual que aquest cas, n'hi ha d'altres on la nota varia fins aproximadament 3 punts

¹³ Vegeu annex apartat D.2

¹⁴ Vegeu annex apartat D.3

6.5.2 Llengua catalana¹⁵

Primera pràctica:

La primera activitat lingüística es va plantejar un dia qualsevol després de l'hora d'esbarjo. A cada alumne se li va passar un text de comprensió lectora, i un cop explicada l'activitat se'ls va donar aproximadament uns 45 minuts per realitzar-la.

Anàlisi resultats:

Visualitzant de manera general els resultats obtinguts de 25 alumnes diferents veiem que les notes oscil·len entre 2 i 9'7. Un 92% dels alumnes de 5è de primària van aprovar l'examen amb una ponderació superior al 5, mentre que el 8% restant no va arribar a l'aprovat.

Dins el 92% dels aprovats un 32% dels alumnes va obtenir una marca entre 5 i 7, el 40% següent va aconseguir una nota superior el 7 i inferior 9 i el 20% restant va superar el 9.¹⁶

Segona pràctica:

El segon exercici de llengua va tenir un plantejament semblat al primer, un dia qualsevol tornant de l'hora del patí es va repartir als alumnes un test de comprensió lingüística, però aquesta vegada en primer lloc es van treballar unes tècniques de relaxació i concentració. Un cop fetes se'ls va explicar als alumnes l'activitat i se'ls va donar aproximadament uns 45 minuts per resoldre-la.

Anàlisi resultats:

Observant de manera col·lectiva els resultats obtinguts dels 25 alumnes, les notes oscil·len entre 4,5 i 10. Un 92% dels alumnes va aprovar l'examen, mentre que el 8% restant no va obtenir una nota superior al 5. Del 92% d'aprovats un 28% va obtenir una nota entre 5 i 7, un 40% entre 7 i 9 i el

¹⁵ Vegeu annex apartat C.1

¹⁶ Vegeu annex apartat E.1

24% restant va superar el 9.¹⁷

Anàlisi comparatiu

Dels resultats obtinguts se'n pot fer una comparació útil per extreure'n conclusions.

A primera vista s'aprecia que entre una pràctica i l'altre hi ha diferències tot i el nombre de suspesos i aprovats ser equivalent.¹⁸

En el primer cas la mitjana es situa en 7,3 mentre que en el segon, la mitjana augmenta algunes dècimes, 7,53. Tot i la diferència semblar mínima, la variació pot ser provocada per la diferència entre una pràctica i l'altre, és a dir, els resultats de la segona activitat podrien ser superior gràcies a les tècniques de relaxació i concentració utilitzades per millorar el rendiment dels estudiants, afavorint així el propi autocontrol entre altres competències emocionals.

En la primera pràctica, els alumnes van duu a terme l'activitat justament després de l'esbarjo, moment en què ells tendeixen a estar més exaltats i en general desconcentrats. Per altre banda, la segona pràctica, com hem esmentat, es va realitzar tornant del patí, però aquesta vegades es van duu a terme un conjunt de tècniques de relaxació per intentar fomentar la concentració de l'alumnat. Tenint en compte això, per tant, podem justificar la diferència en els resultats, ja que les activitats en un principi semblen visiblement iguals. Si tenim en compte alguns casos concrets hi ha alumnes que reflecteixen al detall aquesta teoria. Un exemple podria ser l'alumne que aconsegueix un 7 en la primera pràctica i un 10 en la segona. Aquesta diferència bastant notable de 3 punts es pot explicar a partir de les diferents emocions experimentades a cada moment. De 25 alumnes 13 es troben en una situació semblant.

¹⁷ Vegeu annex apartat E.2

¹⁸ Vegeu annex apartat E.3

6.6 Sisè de primària

6.6.1 Matemàtiques¹⁹

Primera pràctica:

El primer exercici, semblant al realitzat a cinquè de primària però amb el nivell una mica adaptat, es va plantejar un dia qualsevol tornant de l'esbarjo.

Es va lliurar l'activitat a cada alumne, se'ls va explicar i se'ls va donar aproximadament un minut per realitzar-la.

Anàlisi resultats:

Observant d'una manera general els resultats aconseguits de 22 alumnes diferents veiem que les notes fluctuen entre 2,5 i 10. Un 86,3% dels alumnes de 6è de primària van aprovar l'examen mentre que el 13,6% restant no van superar amb més d'un 5 l'exercici. Dins del 86,3% d'aprovat, un 13,6% va obtenir una ponderació entre 5 i 7, el 40,9% següent va puntuar entre 7 i 9 i el 31,8% restant va superar el 9.²⁰

Segona pràctica:

El segon exercici matemàtic es va presentar a l'igual que el primer una dia tornant de l'hora d'esbarjo, en aquest cas, però, abans de portar-se a terme l'exercici, els alumnes van treballar algunes tècniques de relaxació i concentració. Posteriorment es va repartir l'examen a cada alumne, se'ls va explicar en què consistia i se'ls va donar un minut per resoldre'l.

Anàlisi resultats:

Visualitzant els resultats obtinguts dels 22 alumnes, en aquest cas, les notes oscil·len entre 1,5 i 10. Un 95,45% dels alumnes va aprovar l'examen, mentre que el 4,55% restant no va superar el 5. Del 95,45% d'aprovat un 27,27% va obtenir un resultat entre 5 i 7, un 27,27% va aconseguir una nota

¹⁹ Vegeu annex apartat B

²⁰ Vegeu annex apartat F.1

superior a 7 i inferior a 9 i el 40,9% restant va obtenir una nota major a 9.²¹

Anàlisi comparatiu

Entre una pràctica i l'altra hi ha dissemblances, en la primera, per exemple, el tant per cent de suspesos és lleugerament superior que en la segona.²² La mitjana de nota d'una pràctica amb l'altra també varia, en el primer cas aquesta es situa a 7'7 de mitjana, en diferència a la segona que es situa a 7'9. Tot i la dissemblança ser mínima és justificable a través de les diferents característiques de cada pràctica.

En la primera, els estudiants van resoldre l'exercici després d'una hora d'esbarjo qualsevol, moment en què tendeixen estar més exaltats, nerviosos, eufòrics i en general desconcentrats, en canvi la segona pràctica, la van realitzar un dia tornant del patí, on abans de resoldre-la van treballar un conjunt de tècniques de relaxació, concentració i tranquil·litat amb la finalitat de treballar la seva intel·ligència emocional. Tenint present aquest aspectes, per tant, la diferència dels resultats és justificable, ja que aparentment les dues activitats eren similars, però la variació de les emocions les diferenciava.

La variabilitat dels resultats es pot fonamentar si tenim en compte alguns casos particulars. Hi ha un conjunt d'alumnes que reflecteixen clarament aquestes variacions. Un exemple remarcable és aquell alumne que en la primera pràctica obté un 3,5, i en la segona aconsegueix un 8. A l'igual que aquest cas, n'hi ha d'altres on la nota també varia, entre 0,5 i 2 punts.

6.6.2 Llengua catalana²³

Primera pràctica:

La primera activitat lingüística es va plantejar un dia després del patí. A cada alumne se li va repartir un exercici que es caracteritzava per ser un text

²¹ Vegeu annex apartat F.2

²² Vegeu annex apartat F.3

²³ Vegeu annex apartat C.2

de comprensió lectora. Un cop explicada l'activitat se'ls va deixar un minuts 45 minuts per fer l'examen.

Anàlisi resultats:

Mirant de manera general els resultats aconseguits de 19 alumnes diferents veiem que les notes es mouen entorn el 3,5 i el 9,2. Un 89,5% dels alumnes van aprovar l'examen assolint una nota superior al 5, mentre que el 10,5% restant no va arribar a l'aprovat.

Dins el 89,5% dels aprovats, un 63,1% dels alumnes va obtenir una marca entre 5 i 7, el 21% següent va aconseguir una nota superior el 7 i inferior 9 i només el 5,26% va superar el 9.²⁴

Segona pràctica:

La segona activitat de llengua catalana va tenir un plantejament semblat a la primera, es va duu a terme un dia tornant de l'esbarjo, en primer lloc, però, abans de repartir als alumnes un test de comprensió lectora, es van treballar algunes tècniques de relaxació i concentració. Seguidament se'ls va explica als alumnes l'activitat a fer i se'ls va donar 45 minuts per resoldre-la.

Anàlisi resultats:

Visualitzant els resultats captats de 19 alumnes, s'observa que les notes oscil·len entre 2,8 i 8,5. Un 73,7% dels alumnes va aprovar l'examen, mentre que el 26,3% restant no va obtenir una nota superior al 5. Del 73,7% d'aprovat un 47,3% va obtenir una puntuació entre 5 i 7, un 26,3% entre 7 i 9, mentre que cap dels alumnes va aconseguir una nota superior al 9.²⁵

Anàlisi comparatiu

Contemplant les dues pràctiques s'observa que en aquest cas les desigualtats en els resultats són mínimes.²⁶ Tot i en la segona pràctica el

²⁴ Vegeu annex apartat G.1

²⁵ Vegeu annex apartat G.2

²⁶ Vegeu annex apartat G.3

nombre de suspesos ser notablement superior que en la primera, la seva mitjana es situa en un 5,9 respecta al 6 de l'altre, és a dir, la seva variació és gairebé nul·la.

En la primera pràctica, els alumnes van duu a terme l'activitat després de l'esbarjo, moment en què propendeixen a estar més desconcentrats. Per altre banda, la segona pràctica es va acomplir a l'igual que la primera tornant del patí, però aquesta vegades, just abans de fer l'activitat els alumnes van treballar un conjunt de tècniques de relaxació amb l'objectiu de fomentar la seva concentració. De manera conjunta, en aquest cas, no s'aprecia directament l'acció de les tècniques de concentració sobre els resultat, però al detall, observant algun cas concret la diferència és notable. Un exemple és aquell alumne que obté un 5,7 tornant de l'esbarjo possiblement més exaltat del normal i, un 8,5 d'un examen similar un cop treballades les tècniques de relaxació i concentració. A l'igual que aquest cas ni ha d'altres, on la diferència entre un examen i l'altre oscil·la entre 0,7 i 2,1 punts. Dels 19 alumnes analitzats 10 es troben en aquesta situació, el primer resultat és inferior al segon, i aquesta diferència, com s'ha citat, pot tenir el seu origen a les emocions.

6.7 Anàlisi conjunt de les diferents pràctiques

Si contraposem les distintes pràctiques dutes a terme als diferents cursos, de manera general i a tall d'importància cal tenir present l'actitud de l'alumne davant cada situació. Observant l'estudiant en el moment concret en què realitzava les pràctiques, es pot analitzar més enllà del que s'observa amb els resultats numèrics. Tenint present això, a l'hora de analitzar la pràctica es va sobreposar també la importància de l'estudi de l'expressió física i la reacció de l'alumnat a cada situació concreta. Com a citació important, destacar que les emocions jugaven un paper fonamental a la reacció de l'alumne, que més tard esdevindrien causa directa dels resultats

obtinguts en els exercicis.

Pràctiques sense ús de tècniques de concentració

Els alumnes reaccionaven davant els exercicis proposats de manera involuntària amb inquietud, una posició neguitosa i en general amb una concentració insuficient.

L'expressió física reflectia aquestes actituds, un posat de l'alumnat més mogut (moviments senzills i ràpids dels braços entre altres característiques), a més de la constant pèrdua de temps, causa de la falta de concentració.

Pràctiques amb ús de tècniques de concentració

Els alumnes reaccionaven davant aquests exercicis d'una manera més relaxada, amb una posició aparentment més tranquil·la i en general amb una concentració bastant bona.

L'expressió física reflectia aquest aspecte, l'alumnat tenia un posat més relaxat, amb pocs moviments físics, a més de la notable concentració davant el que s'estava fent, sense grans pèrdues de temps.

No obstant, per afirmar que les emocions són les úniques causants de la variabilitat en els resultats de cada alumne, caldria estudiar els casos un per un de manera detallada, sense menysprear l'evolució acadèmica de cada estudiant, ja que podrien haver-hi altres factors causants d'aquests canvis en els resultats, és a dir, potser en alguns casos no seria aquest l'únic factor, les emocions, el que provocaria la variació dels resultats.

Tot i tenir present això, en la majoria de casos observant l'alumne en el moment concret en què es van realitzar les pràctiques, com hem citat, es veia clarament que les emocions juguen un paper important en els seus resultats acadèmics.

7. CONCLUSIONS I RECULL DEL TREBALL

Conclusions

La recerca ha sigut un repte personal amb un objectiu, corroborar la hipòtesi, i així ha sigut. Després de l'estudi sobre: La importància de la intel·ligència emocional a l'aprenentatge per assolir l'èxit acadèmic, puc afirmar en primer lloc, que la intel·ligència emocional té existència real a la societat i, com a segon punt i més important, que les emocions juguen un paper molt important en els resultats acadèmics.

Gràcies a la recerca teòrica, primerament, he pogut veure la importància que realment tenen les emocions a l'èxit personal. Estudiant la teoria he arribat a la conclusió que la intel·ligència emocional és tan o més important que el coeficient intel·lectual, i moltes vegades no se li dóna ni la meitat d'importància o simplement no es té en compte. Tot i així, ressaltar que gràcies aquest estudi, he comprovat que la intel·ligència emocional poc a poc ha anat progressant ocupant un lloc fonamental a la societat. Les escoles i les empreses, per exemple, comencen a donar importància al tema. Dins dels seus programes, algunes escoles, seguint amb el mateix exemple, adapten el currículum relacionant-lo així amb el treball de les emocions. Tal i com he tingut el plaer de gaudir personalment l'experiència en aquesta recerca, introdueixen activitats dedicades al coneixement i al control de les emocions entre d'altres.

Gràcies a la recerca, he pogut descobrir, contactar i enriquir-me amb coneixements de professionals del tema, els quals dediquen la seva vida laboral a potenciar la intel·ligència emocional dels demés. Amb aquest contacte amb el món professional de les emocions, he pogut arribar a la conclusió que el ritme de la societat actual exigeix l'existència d'aquests professionals, els quals vetllen per enriquir la intel·ligència emocional de la població que en molts casos tendeix a ser dèbil i insuficient per enfrontar-se amb situacions tan

quotidianes com: una reunió de treball, un examen important, una presentació oral... tot d'actes que exigeixen un mínim d'autoconfiança, control de les pròpies emocions i en molts casos empatia.

En segon lloc, i com a punt principal del treball, he pogut demostrar que les emocions juguen un paper fonamental en l'aprenentatge dels estudiants. Gràcies a aquesta conclusió es poden explicar alguns fracassos escolars, amb això no vull afirmar que tots siguin causa de les emocions però si en un tant per cent elevat. Seguint amb aquest punt, i gràcies a aquesta conclusió, es poden justificar algunes variabilitats notables en els resultats d'un alumne, és a dir, gràcies al nivell emocional, es pot donar una explicació lògica a que un alumne un dia obtingui una puntuació molt bona en un examen i el dia següent totalment al contrari, per exemple.

En tercer lloc, com a conclusió personal valorant tota la recerca en general, m'agradaria afirmar que l'humà no neix sent intel·ligent, sinó que és al llarg del camí quan aquest creix intel·lectualment gràcies a les vivències i guiat per les emocions. Feta aquesta valoració, m'agradaria afegir, per tant, que les emocions guien la nostra vida més del què ens pensem, ja que són les que ens porten a prendre una decisió i no un altre, influent així en el nostre camí.

Recull del treball

En últim terme, en quan a recull dels aspectes positius del treball m'agradaria expressar la satisfacció personal, ja que haver realitzat aquest recerca ha sigut una experiència molt enriquidora i és tot un orgull.

D'aspectes negatius no en podria destacar gaires, a part d'algun petit entrebanc alhora de realitzar la part pràctica que es va resoldre amb facilitat.

Com a punt final m'agradaria corroborar que el que m'he endut d'aquesta experiència és molt més del que es troba recollit en el cos del treball.

8. BIBLIOGRAFIA

Llibres consulta:

GOLEMAN, Daniel. *Intel·ligència emocional*. Barcelona: Ed. Kairós, 1996

PUNSET, Eduard. *Per què som com som*. Barcelona: Ed. Destino, 2008

Bloc d'apunts: *Curs de tècnic en educació emocional*: Ed. PrisMa

Guia escolar Vox: *Tècniques d'estudi, Orientació professional i exercicis*. Barcelona: Ed. Credsà

Webs de consulta:

CORTENSE, Abel *Inteligencia emocional en la educación*

<[http://www.inteligencia-emocional.org/aplicaciones practicas/ie en la educacion.htm](http://www.inteligencia-emocional.org/aplicaciones_practicas/ie_en_la_educacion.htm)> [consulta: 11 Agost 2011]

SAAVEDRA, Mayte

<<http://www.inteligenciaemocional-portal.org/45839.html>> [consulta: 21-24 Juliol i 3-12 Agost 2011]

<<http://www.inteligenciaemocional-portal.org/ENTREVISTAS/ASESORES%20EMOCIONALES.pdf>>

<<http://www.inteligenciaemocional-portal.org/ENTREVISTAS/SILVINA.pdf>>

MEDINA, César. *Inteligencia, Las Emociones, Inteligencia Emocional, Las características de las capacidades de la inteligencia emocional i Implicaciones en la vida y la educación de la Inteligencia Emocional*

<<http://www.monografias.com/trabajos15/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional.shtml>> [consulta: 20-21 Juliol i 2-3 Agost 2011]

SOSA SOSA, Diego A. *Diferentes tipos de inteligencia*

<<http://www.degerencia.com/articulos.php?artid=718>> [consulta: 24 Juliol 2011]

MARS, Vicente *La inteligencia y la inteligencia emocional*

<<http://www.psicologia-online.com/autoayuda/iemocional/index.shtml>> [Consulta: 25 Juliol 2011]

GIMÉNEZ, Carme *La intel·ligència emocional*

<<http://www.cathsoft.com/carmegimenez/Articles/La%20intel%C2%B7lig%C3%A8ncia%20emocional.htm>> [consulta: 25 Juliol 2011]

Teresa. *Educació emocional*

<<http://www.xtec.es/~mmontene/web/educacioemocional.htm>> [consulta: 21-27-28 Juliol i 11-12 Agost 2011]

Aprenentatge

<<http://ca.wikipedia.org/wiki/Aprenentatge>> [consulta: 9 Agost 2011]

Intel·ligència

<<http://ca.wikipedia.org/wiki/Intel%C2%B7lig%C3%A8ncia>> [consulta: 24 Setembre 2011]

ANNEXOS

A. Intel·ligències múltiples

Tipus d'intel·ligència	Sistema simbòlic	Rendiments en adults valorats socialment	Localització cerebral	Persones rellevants
Lingüística	Llenguatges fonètics	Poetes, escriptors	Lòbuls temporal i frontal esquerra	Cervantes
Lògica matemàtica	Notacions matemàtiques	Matemàtics, científics...	Hemisferi dret	Pitàgoras, Kelvin
Musical	Notacions musicals	Músics i compositors	Lòbul temporal dret	Beethoven, Mozart
Viso-espacial	Llenguatges ideogràfics	Pintors, mariners, enginyers	Regions posteriors hemisferi dret	Miguel Àngel, Picasso
Corporal	Llenguatge de signes	Cirurgians, ballarins, artesans	Cerebel, ganglis basals	Duato
Intrapersonal	Símbols del jo	Psicòlegs, líders religiosos	Lòbuls frontals i parietals	M ^a Teresa de Calcuta
Interpersonal	Senyals socials	Líders, comercials, professors	Lòbuls frontals, i temporal Hemisferi dret	Luther King, Ghandi

B. Activitats matemàtiques

CONTROL 11 *Taules de multiplicar*

Col·legi Santa Caterina de Siena CURS.....

Nom..... Data.....

$5 \times 2 =$ $7 \times 8 =$ $5 \times 8 =$ $7 \times 2 =$

$6 \times 3 =$ $9 \times 9 =$ $6 \times 7 =$ $9 \times 2 =$

$7 \times 4 =$ $4 \times 5 =$ $7 \times 6 =$ $4 \times 3 =$

$8 \times 5 =$ $8 \times 7 =$ $8 \times 5 =$ $8 \times 9 =$

$9 \times 6 =$ $7 \times 3 =$ $9 \times 4 =$ $7 \times 7 =$

$3 \times 8 =$ $9 \times 6 =$ $3 \times 3 =$ $9 \times 3 =$

$5 \times 9 =$ $3 \times 3 =$ $5 \times 8 =$ $3 \times 2 =$

$2 \times 5 =$ $2 \times 7 =$ $2 \times 9 =$ $2 \times 8 =$

$9 \times 3 =$ $6 \times 4 =$ $9 \times 4 =$ $6 \times 9 =$

$1 \times 8 =$ $7 \times 8 =$ $1 \times 7 =$ $7 \times 5 =$

C. Activitats llengua catalana

C.1 Cinquè de primària

activitat 3

El planeta Bih

Al planeta Bih no hi ha llibres. La ciència es ven i es consumeix en ampolles.

La història és un líquid vermell, la geografia és un líquid de color verd menta, la gramàtica és incolora i té gust d'aigua mineral. No hi ha escoles, els nens i les nenes estudien a casa. Cada matí, segons l'edat, han de prendre's un got d'història, algunes cullerades de matemàtiques, i tot així.

I, oi que no ho creuríeu?, també fan el ronsa.

—Aul, sigues bon minyó —diu la mare—; ja veuràs com n'és, de bona, la zoologia. És d'allò més dolça... Pregunta-ho a la Carolina— que és el robot electrònic que fa de minyona.

La Carolina, generosament, s'ofereix per provar el contingut de l'ampolla. Se'n posa un dit al got, s'ho beu, i fa petar la llengua:

—Ui! Si és bona! —exclama, i tot seguit comença a recitar zoologia:— «La vaca és un mamífer remugant. Es nodreix d'herba i ens dóna llet amb xocolata.»

—Ho has vist? —pregunta la mare, triomfant.

L'estudiant protesta. Després, es resigna, tanca els ulls i s'empassa la seva lliçó tota de cop.

També hi ha, és clar, escolars estudiosos: fins i tot llaminers. S'aixequen de nit per pispar la història i llepen fins l'última gota del vas. Esdevenen d'allò més savis.

Per als infants de parvulari, hi ha caramels instructius: tenen gust de maduixa, de pinya, de cirera i contenen algunes poesies fàcils, els noms dels dies de la setmana i els números fins al deu.

Un amic meu, que és cosmonauta, em va dur un caramel d'aquest planeta com a record. L'he donat a la meva filla, i vet aquí que ella ha començat tot seguit a recitar una poesia tota ximple en la llengua del planeta Bih. I jo no he entès res.



Font: Gianni Rodari. *Contes per telèfon*.
Barcelona: Joventut, 1982 (text adaptat)

activitat 3

Marca amb una X la resposta correcta:

- 1** Com aprenen els nens i les nenes del planeta Bih?
- a. Prenen una pastilla de diferent sabor per a cada assignatura.
 - b. Prenen galetes de diferents colors, segons les assignatures.
 - c. Prenen líquids de diferents colors, segons les assignatures.
 - d. Prenen una fruita de cada color per a cada assignatura.
- 2** Qui és la Carolina?
- a. Una nena de la classe.
 - b. La cosina del nen.
 - c. La tieta de la mare.
 - d. Un robot electrònic.
- 3** Què aprenen els infants de parvulari amb els caramels instructius?
- a. Els mesos de l'any i els dies de la setmana.
 - b. Poesies, els dies de la setmana i els números.
 - c. Els números, els mesos de l'any i cançons.
 - d. Poesies, els números i cançons.
- 4** Fer el ronsa vol dir:
- a. Arronsar-se.
 - b. Fer l'espavilat.
 - c. Fer el gándul.
 - d. Arrossegar-se.
- 5** Per què diu la mare: «—Au!, sigues bon minyó»?
- a. Perquè vol que el seu fill sàpiga zoologia.
 - b. Perquè vol que el seu fill estigui sa.
 - c. Perquè vol que el seu fill sigui biòleg.
 - d. Perquè vol que el seu fill tasti coses dolces.

activitat 3

6 Ordena les frases que podria haver dit la Carolina de l'1 al 4.

La vaca és un mamífer remugant.

Jo la provaré abans!

Uii! Si és bona!

Mira com me la bec!

7 Què vol dir: «Se'n posa un dit al got»?

a. Posa un dit dins el got.

b. Remena el líquid amb el dit.

c. Omple el got gairebé fins dalt.

d. Omple una mica el got.

8 T'agradaria aprendre com en el planeta Bih? Per què?

.....

.....

.....

.....

activitat 2

Llegeix aquest text atentament i, a continuació, contesta a les preguntes.

La guineu i el cranc fan una carrera

La guineu estava molt orgullosa de córrer tant. De fet, es considerava l'ésser més ràpid sobre quatre potes que existia al món, i n'estava tan convençuda que es burlava de tots els animals que eren més lents que ella. Un bon dia va veure un cranc que es passejava per la riba del riu i li va dir:

—Per a l'única cosa que serveixes és per arrossegar-te! Que no corres mai, tu, per arribar als llocs?

—I és clar que sí —contestà el cranc—. Corro del fang a la riba del riu i de la riba al fang.

—Bah... —va fer la guineu—. No es pot dir que et cansis gaire. Si jo tingués tants peus i potes com tu, encara correria més ràpid, que ja és difícil. En canvi, a tu de què et serveixen tantes potes, si ets més lent que una tortuga? Em sembla que ets un bon sapastre, ja t'ho diré.

El cranc va reflexionar una estona i després va dir:

—T'agradaria fer una carrera amb mi, guineu? Com que sóc tan lent i tan estúpid, segur que em guanyaràs ben fàcilment.

La guineu era tan orgullosa i mal educada que no va voler desaprofitar l'ocasió d'exhibir-se davant del cranc. De manera que va acceptar el desafiament.

—Però guineu —afegí el cranc—, tu tens encara un altre avantatge sobre mi. Quan comences a córrer, alces la teva cua peluda i llarga, el vent l'empeny amb força, i em fa l'efecte que és per això que agafes tanta embranzida. Si em deixessis posar-t'hi algun pes per mantenir-la arran de terra, llavors sí que sortiríem en igualtat de condicions.

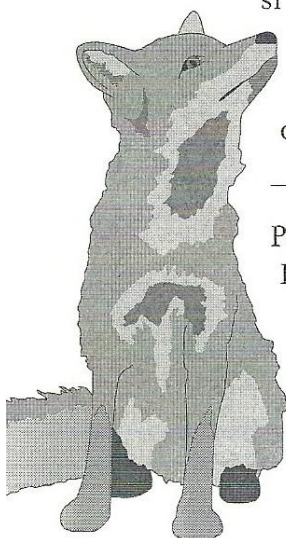
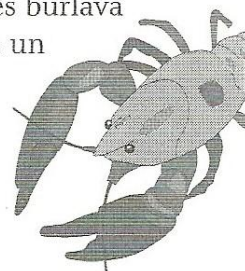
—Igualtat de condicions? —va fer la guineu, esclafint a riure—. Deus estar somiant! Però si estàs tan amoïnat per això de la cua, no pateixis, ja me la pots lligar ara mateix.

—Deixa'm només que t'hi enganxi alguna cosa —digué el cranc— i quan digui "Ja!", ja pots començar a córrer.

—Em sembla molt bé —acceptà la guineu.

Poc després la guineu sentí un lleuger pes a la cua i el cranc cridà "Ja!". La guineu començà a córrer a grans gambades, però el que no sabia era que el cranc s'havia enganxat a la seva cua amb les pinces! De manera que, per molt que la guineu corria més i més de pressa, el cranc era sempre al seu darrere, i sense fer cap mena d'esforç.

Quan la guineu començà a sentir-se cansada, va aturar-se, esbufegant, i es girà per comprovar l'avantatge que duia al cranc. Ja podeu



activitat 2

imaginar-vos quina cara va fer quan el cranc aparegué just darrera seu, saludant-la amistosament amb una de les seves pinces!

—I doncs, guineu? —preguntà el cranc—. Ja t'has cansat? Però si tot just acabem de començar la cursa!

La guineu va sentir-se ben idiota i se'n va anar amb la cua entre cames. No sabia com li havia pres el pèl el cranc. Després d'aquesta carrera, la guineu va continuar essent tan mal educada com sempre, però mai més no va tornar a presumir de la seva rapidesa.

Una estirada de cua. Mary Hoffman

Marca amb una X la resposta correcta.

1 On viu el cranc d'aquesta història?

- a. A la vora del riu.
- b. A la riba del mar.
- c. Al bosc.
- d. A la sorra.

2 La guineu compara el cranc amb:

- a. un cargol;
- b. una tortuga;
- c. un cuc de terra;
- d. un sapastre.

3 Quina raó dóna la guineu per dir-li al cranc que podria córrer més?

- a. Que vol fer una cursa.
- b. Que el cranc té més potes que ella.
- c. Que li sembla divertit.
- d. Que pesa menys que ella.

4 Com és la guineu?

- a. Orgullosa i tranquil·la.
- b. Mal educada i orgullosa.
- c. Ràpida i alegre.
- d. Presumida i malgirbada.

activitat 2

5 Digues quina paraula o expressió defineix millor el mot "sapastre".

- a. Trapella.
- b. Ximplet.
- c. Content del que fa.
- d. Enginyós.

6 Com és la cua de la guineu?

- a. Peluda i prima.
- b. Acabada en punxa.
- c. Llarga i amb molt pèl.
- d. Llarga i prima.

7 Què li diu el cranc a la guineu per poder agafar-se-li a la cua?

- a. Que la cua li pesa massa.
- b. Que el vent li infla la cua.
- c. Que la cua li fa resistència al vent.
- d. Que el vent l'empeny per la cua.

8 El cranc li proposa fer una cursa perquè:

- a. vol córrer molt, igual que la guineu;
- b. sap que guanyarà;
- c. vol fer esport;
- d. té una idea per vèncer la guineu.

9 El cranc no es cansa quan fa la cursa perquè:

- a. s'ha entrenat;
- b. va a poc a poc;
- c. de fet, no corre;
- d. només camina.

activitat 2

10 Quina cara creus que ha posat la guineu quan ha vist el cranc darrera seu?

- a. D'incredulitat i sorpresa.
- b. D'alegria i admiració.
- c. De sorpresa i alegria.
- d. D'espant i por.

11 Què vol dir que la guineu se'n va anar "amb la cua entre cames"?

- a. Que va ensopegar amb la cua.
- b. Que va arrossegar la cua.
- c. Que va anar-se'n avergonyida.
- d. Que no va aixecar la cua.

12 Quina paraula descriu millor el cranc?

- a. Curiós.
- b. Ràpid.
- c. Eixerit.
- d. Orgullós.

13 Com va canviar la guineu després de la cursa?

- a. No va córrer mai més.
- b. Ja no era mal educada.
- c. No va tornar a presumir.
- d. Ja no era tan lenta.

14 Què hauries fet si haguessis assistit a la cursa dels dos animals?

Explica el perquè.

.....

.....

.....

.....

.....

C.2 Sisè de primària

TEXT 2

Llegeix aquest text amb atenció.

ELS VÍKINGS

Els víkings van ser un poble que va viure al Nord d'Europa des de la prehistòria fins a l'any 1000.

Allà les terres són pobres i el fred fa que la feina d'agricultor i fins i tot de ramader sigui difícil. Per això molta gent es va veure obligada a espavilar-se i des de l'antiguitat va construir vaixells ràpids que van servir per a navegar i així comerciar i establir-se en noves terres.

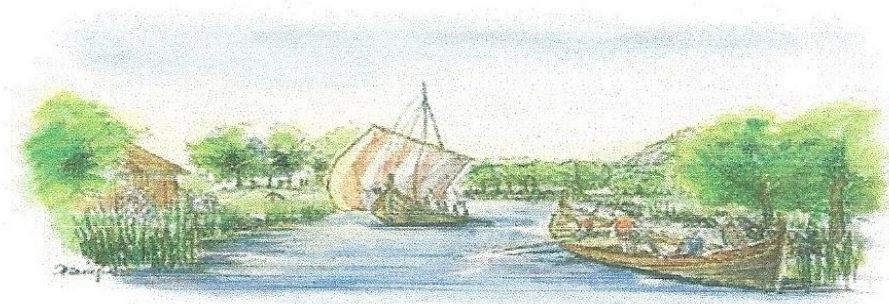
Els víkings tant podien ser noruecs com suecs o danesos, però no formaven cap estat. Alguns van viatjar cap al mar Bàltic, d'altres van fundar pobles a les illes de Gran Bretanya i Irlanda. Sempre a la recerca de noves terres, van arribar gairebé al Pol Nord. Van poblar l'illa d'Islàndia; van passar per Groenlàndia i fins i tot van posar els peus al nord d'Amèrica cinc-cents

anys abans que Cristòfor Colom. Allà van comerciar amb els indis i van fundar alguns poblats que, anys després, van abandonar. Els arqueòlegs n'han trobat les restes al cap de mil anys.

Els víkings explicaven llegendes, que s'anomenen *sagues*, sobre els seus orígens, les seves històries i aventures.

També és cert que els víkings eren gent ferotge. Molts atacaven els poblats i les ciutats i eren el terror de tot Europa: s'enduïen la gent captiva per esclavitzar-la, cremaven les poblacions i rapinyaven tot el que era de valor.

Maria Àngels Petit i Mendizàbal,
Cavall Fort, núm. 1035.
Octubre de 2005



I. Marca amb una X si és verdadera (V) o falsa (F) cada una d'aquestes frases.

	V	F
a. Els víkings van atacar els indis d'Amèrica	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Els víkings obtenen béns gràcies al pillatge	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Els víkings van habitar Islàndia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Els víkings viuen actualment a Groenlàndia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

TEXT 2

2. On han trobat els arqueòlegs restes dels víkings de fa mil anys?

- a. A Islàndia
- b. A Amèrica del Nord
- c. Al Pol Nord
- d. A Groenlàndia

3. Per què el text compara els víkings amb Cristòfor Colom?

- a. Perquè Colom vivia a Nord-amèrica quan van arribar-hi els víkings
- b. Perquè els víkings van arribar a Amèrica abans que ell
- c. Perquè Colom va anar a Amèrica per Islàndia i Groenlàndia
- d. Perquè Colom va ajudar els víkings a negociar amb els indis

4. Per quina de les frases que tens a continuació podries substituir la frase del text *Els víkings tant podrien ser noruecs, com suecs o danesos*?

- a. Els víkings tant podrien ser emigrants com immigrants
- b. Els víkings venien dels països del nord
- c. Els víkings tant podien ser rossos com morens
- d. Els víkings venien de la Gran Bretanya i d'Irlanda

5. Cristòfor Colom va arribar a Amèrica el 1492. Segons el text, en quin any hi van arribar els víkings?

- a. 1292
- b. 500
- c. 1492
- d. 992

TEXT 2

6. Els víkings vivien principalment de:

- a. Cultivar la terra i criar animals
- b. Pescar i navegar
- c. Comerciar amb altres pobles
- d. Robar altres embarcacions

7. Quina de les paraules següents és antònima de *ferotge*?

- a. Bàrbar
- b. Plàcid
- c. Salvatge
- d. Cruel

8. Quina de les frases següents està ben puntuada?

- a. Els víkings: van viatjar molt, van fundar pobles, van comerciar amb els indis
- b. Els víkings van viatjar molt, van fundar pobles i van comerciar amb els indis
- c. Els víkings van viatjar molt, van fundar, pobles i van comerciar amb els indis
- d. Els víkings van, viatjar molt, van, fundar pobles, van comerciar amb els indis

9. Tria el verb correcte perquè la frase tingui sentit.

Els víkings _____ poblats.

- a. han fundat
- b. hauran fundat
- c. haurien fundat
- d. fundarien

10. Omple els buits amb les paraules o les lletres que hi falten:

A Catalunya, _____ molts joves a qui agraden les _____ stòries de víkings.

TEXT 1

Llegeix aquest text amb atenció.

Un d'aquells dies vaig descobrir a la paret un escorpí femella gros que portava una cosa que a primer cop d'ull semblava un abric de pell de color de camell. Una inspecció més a prop em va demostrar que aquesta peça era una massa de menuts minúsculs adherits al llom de la mare. Aquesta família em va captivar i vaig decidir d'entrar-los d'amagat a casa, al meu dormitori, per poder-los guardar i veure'ls créixer. Amb compte infinit vaig moure la mare i la família perquè es fiquessin a dins una capsa de llumins i llavors vaig afanyar-me cap a casa. Vaig tenir la mala sort que just entrar estaven servint el dinar; vaig posar amb molt de compte la capsa de llumins sobre la lleixa de la xemeneia del saló.

Distret amb el menjar i escoltant com discutia la família, vaig oblidar del tot les meves apassionants captures recents. Finalment, en Larry, havent acabat, va portar les cigarretes al saló i es va reclinar a la cadira, se'n va posar una a la boca i va agafar la capsa de llumins que jo havia dut.

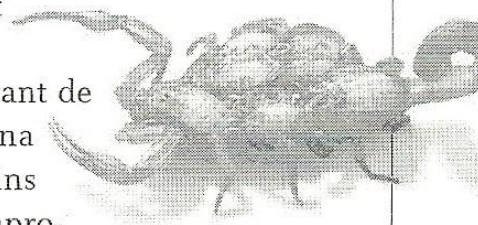
Ara afirmo, com aquell dia, que l'escorpí femella no tenia cap intenció de fer mal. Estava inquiet i un xic enfadat d'estar tancat tant de temps dins una capsa de llumins i, per això, va aprofitar la primera oportunitat per escapar-se. Es va llançar fora de la capsa molt ràpidament, amb els menuts adherits desesperadament, i va fugir corrents per sobre del dors de la mà d'en Larry.

No gaire segur del que havia de fer després, l'escorpí femella va aturar-se a la mà amb el fibló corbat enlaire i a punt. En Larry, en sentir el moviment de les seves pinces, va donar-li un cop d'ull per veure què era, i des d'aquell moment les coses es van fer més i més confuses.

Gerard Durrell,

La meva família i altres animals. 1988

(text adaptat)



1. On volia amagar la troballa el protagonista de la història?

- a. Al damunt de la xemeneia
- b. Al saló
- c. Al dormitori
- d. Al menjador

TEXT 1

2. Per què va agafar els escorpins?

- a. Perquè en feia col·lecció
- b. Perquè volia veure'ls créixer
- c. Perquè volia espantar la família
- d. Perquè tenia gana

3. Quina d'aquestes frases resumeix millor el primer paràgraf?

- a. Mentre dinava, vaig oblidar-me de la meva troballa
- b. L'escorpí se sentia a gust a la capsa de llumins
- c. La mare escorpí portava les cries adherides a l'esquena
- d. La família d'escorpins va despertar el meu interès

4. L'escorpí es va llançar fora de la capsa...

- a. perquè tenia gana
- b. perquè en Larry va cridar
- c. perquè volia fer mal
- d. perquè volia ser lliure

5. A continuació tens unes frases que s'identifiquen amb unes lletres (A, B, C, D). Segons el text, quin és l'ordre correcte en què passen els fets?

A. Vaig posar la meva troballa en una capsa de llumins.	B. Vaig descobrir un escorpí femella.	C. Vaig veure com en Larry va agafar la capsa de llumins que jo havia deixat al saló.	D. L'escorpí va sortir ràpidament de la capsa.
---	---	---	--

- a. B → C → A → D
- b. B → A → C → D
- c. A → B → C → D
- d. D → C → A → B

TEXT 1

6. Al protagonista de la història...

- a. l'apassiona observar tot tipus d'animals
- b. li agrada jugar amb llumins
- c. li volia fer mal en Larry
- d. li agrada omplir la lleixa de la xemeneia

7. Amb quina frase el protagonista ens explica el desconcert de l'escorpí?

- a. Va enganxar-se a la paret
- b. Va fugir per sobre de la mà d'en Larry
- c. Va aturar-s'hi amb el fibló corbat enlaire i a punt
- d. Va ficar-se dins d'una capsa

8. Quan parla de *les meves apassionants captures recents* es refereix...

- a. a la seva família a punt de dinar
- b. a la seva col·lecció de caps de llumins
- c. a l'abric de color de camell
- d. a la família d'escorpins

9. Què vol dir el protagonista de la història quan diu *aquesta família em va captivar*?

- a. Que el va encantar
- b. Que el va espantar
- c. Que el va capturar
- d. Que el va inquietar

10. L'escorpí femella portava una *massa de menuts minúsculs adherits al llom*. Els *menuts minúsculs* són:

- a. Taques a la pell
- b. Les seves cries
- c. Petits animals paràsits
- d. Granets de sorra

TEXT 1

11. Una història *confusa* és el CONTRARI d'una història...

- a. complicada
- b. tèrbola
- c. embolicada
- d. precisa

12. Una de les paraules següents NO té relació amb les altres. Quina és?

- a. Corba
- b. Curvatura
- c. Corbar
- d. Corbata

13. Tria el verb correcte perquè la frase tingui sentit.

L'escorpí estava inquiet perquè _____ dins una capsa de llumins.

- a. havia estat tancat
- b. haurà estat
- c. està tancat
- d. estaria tancat

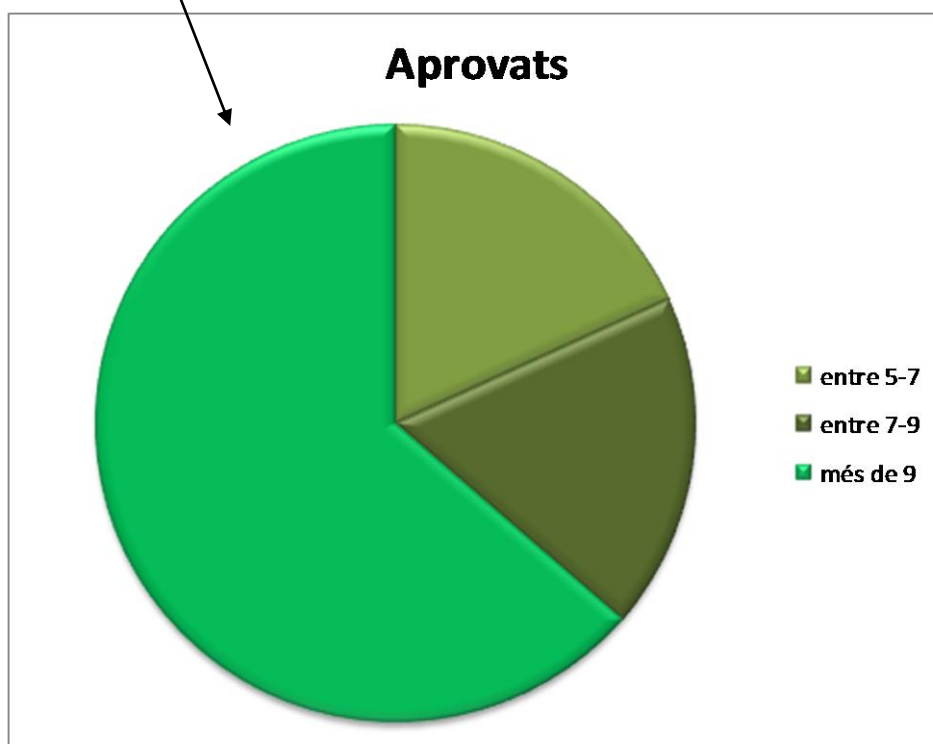
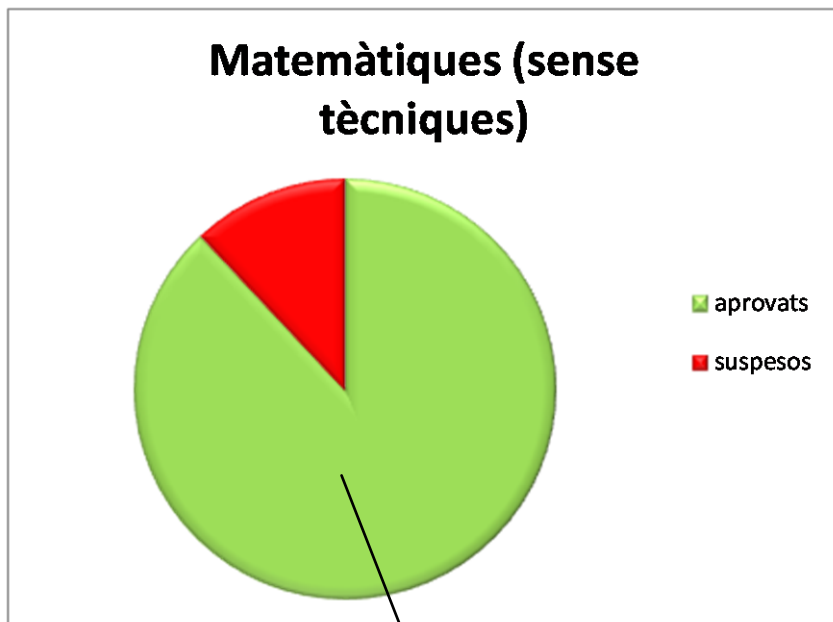
14. Senyala l'oració que triaries per continuar la frase:

L'escorpí femella li va clavar el fibló al dit gros...

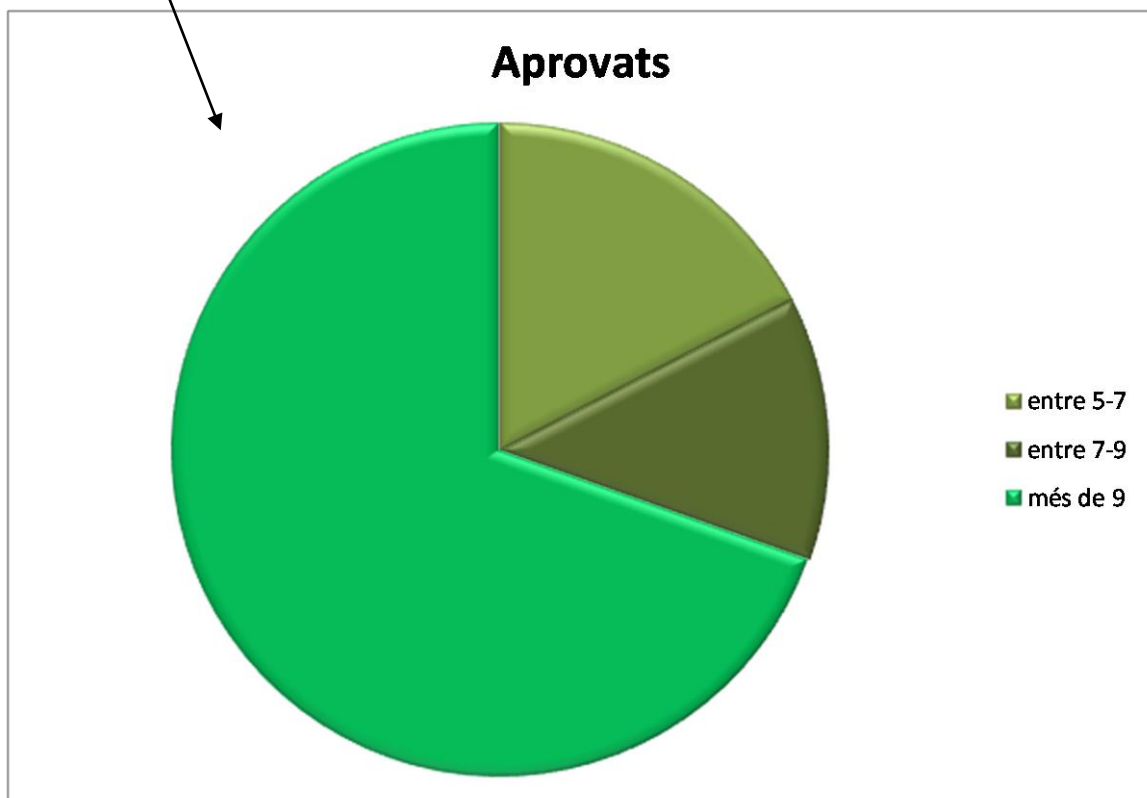
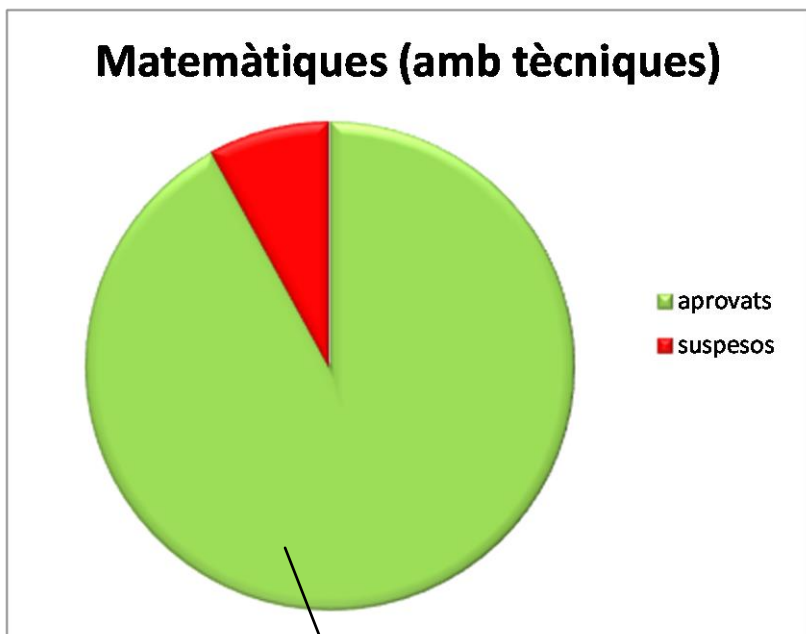
- a. perquè tota la família havia estat contemplant l'escena
- b. i en Larry va sentir un dolor terrible
- c. quan en Larry sentia un dolor terrible
- d. i en Larry se'l treu del damunt amb una plantofada

D. Resultats de la pràctica de matemàtiques a cinquè de primària

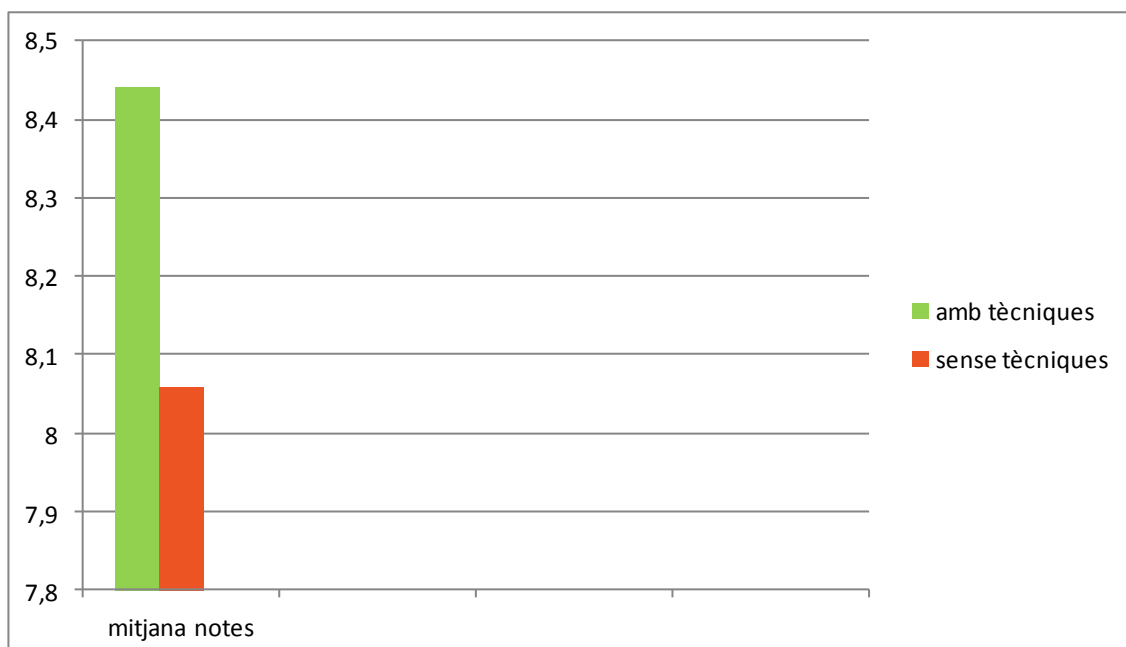
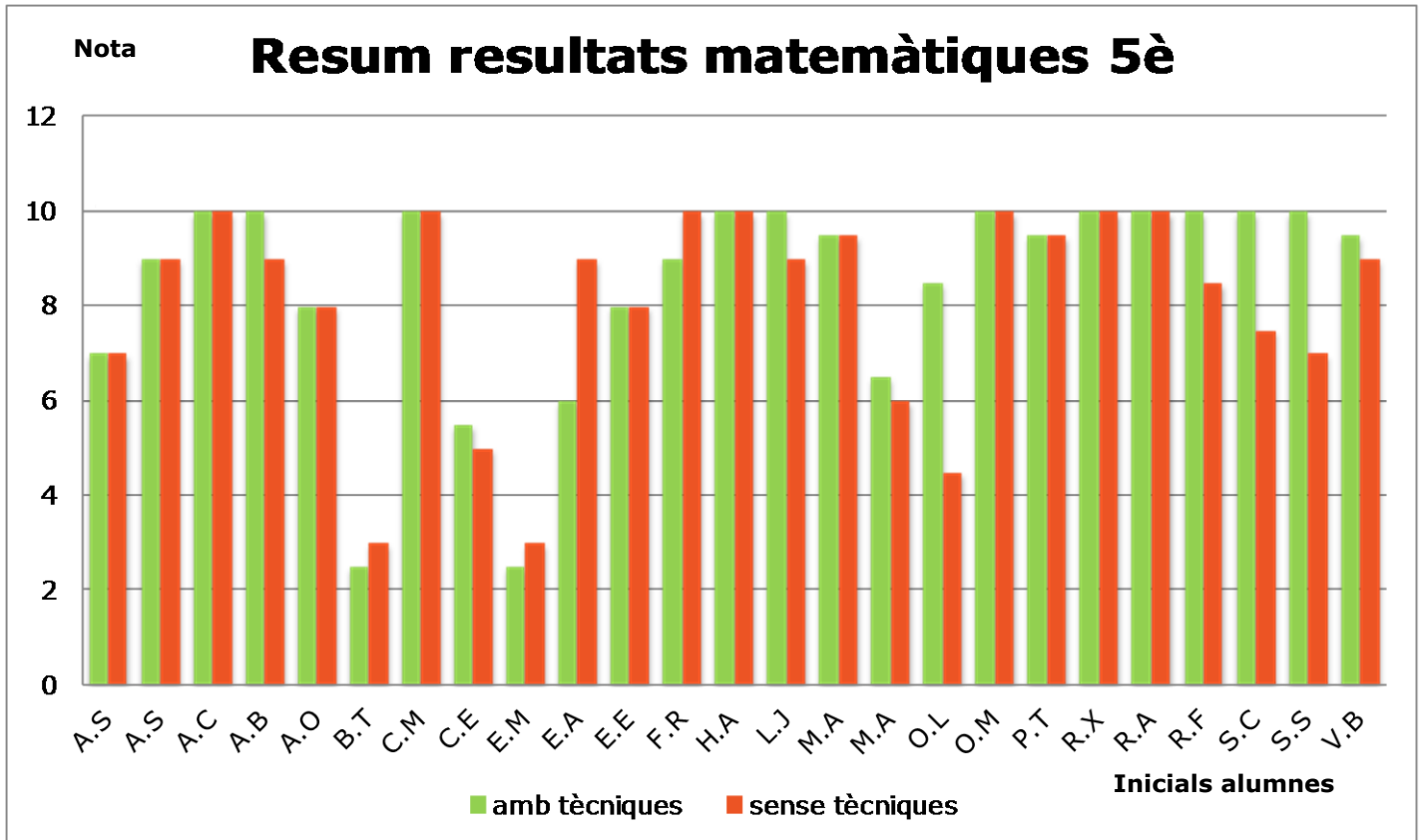
D.1 Primera pràctica



D.2 Segona pràctica

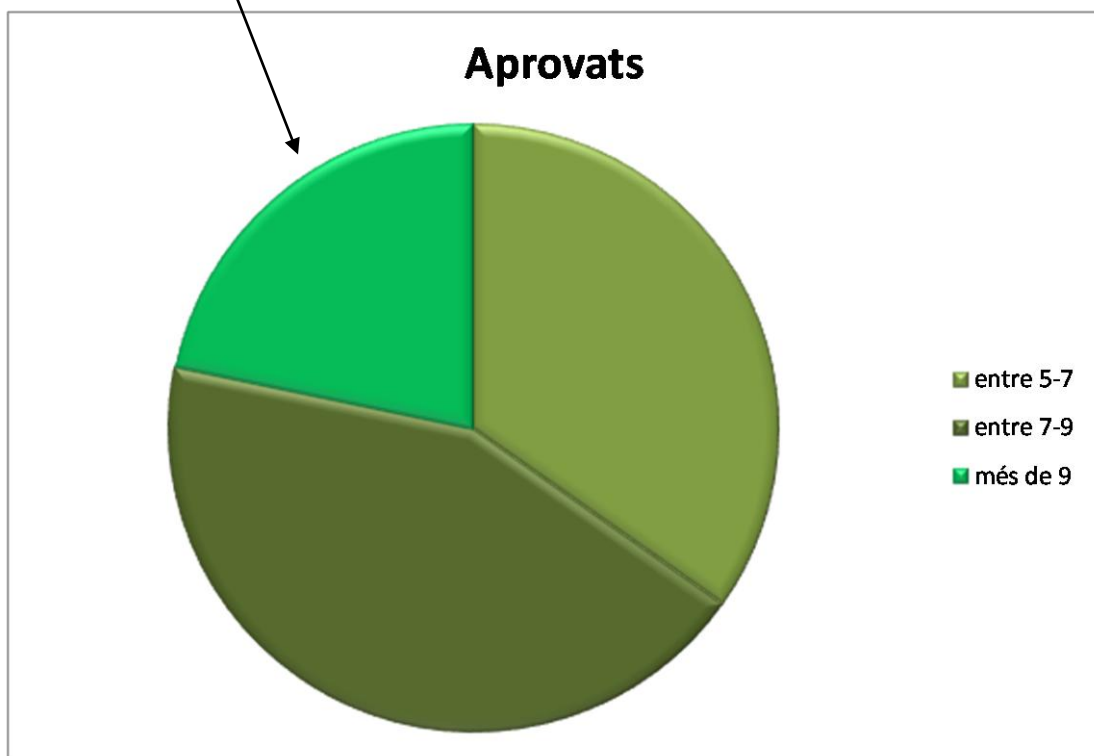
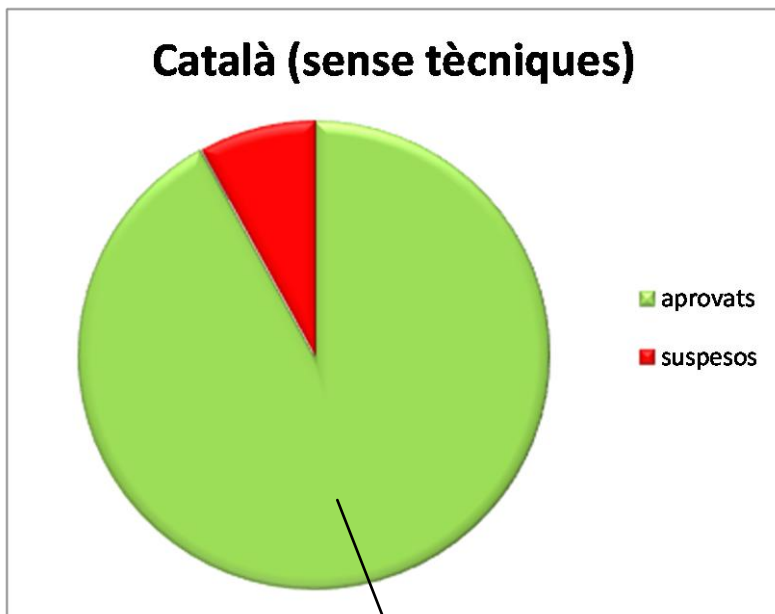


D.3 Comparació

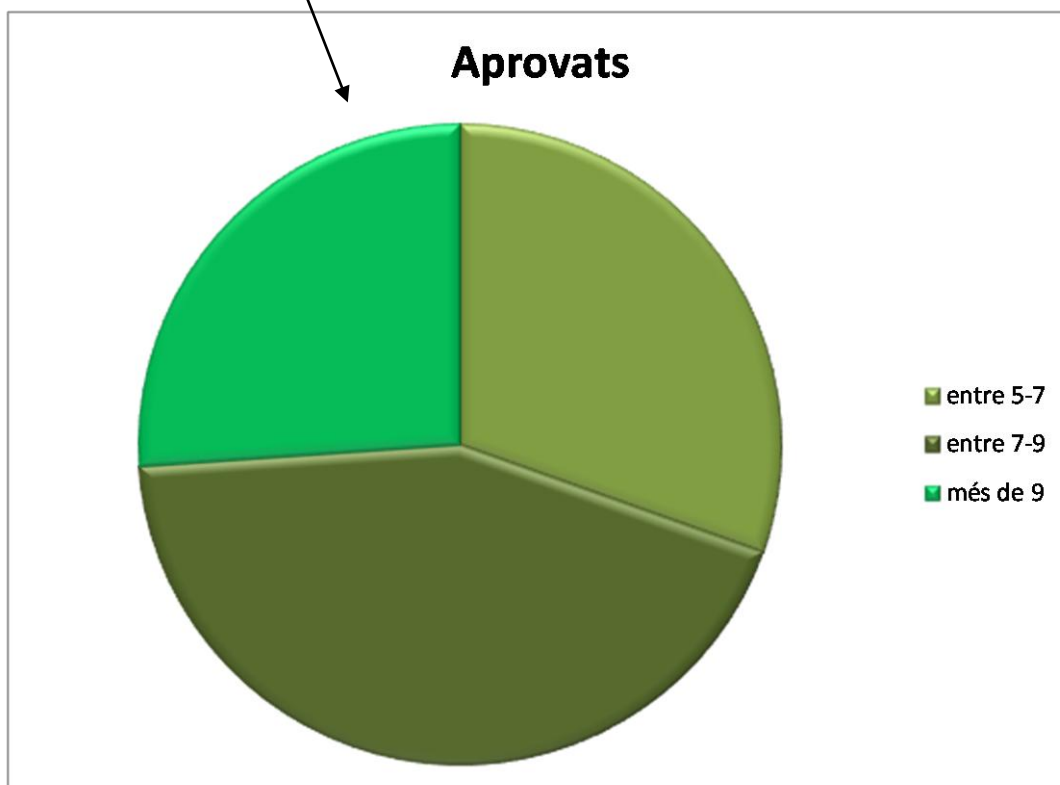


E. Resultats de la pràctica de català a 5è de primària

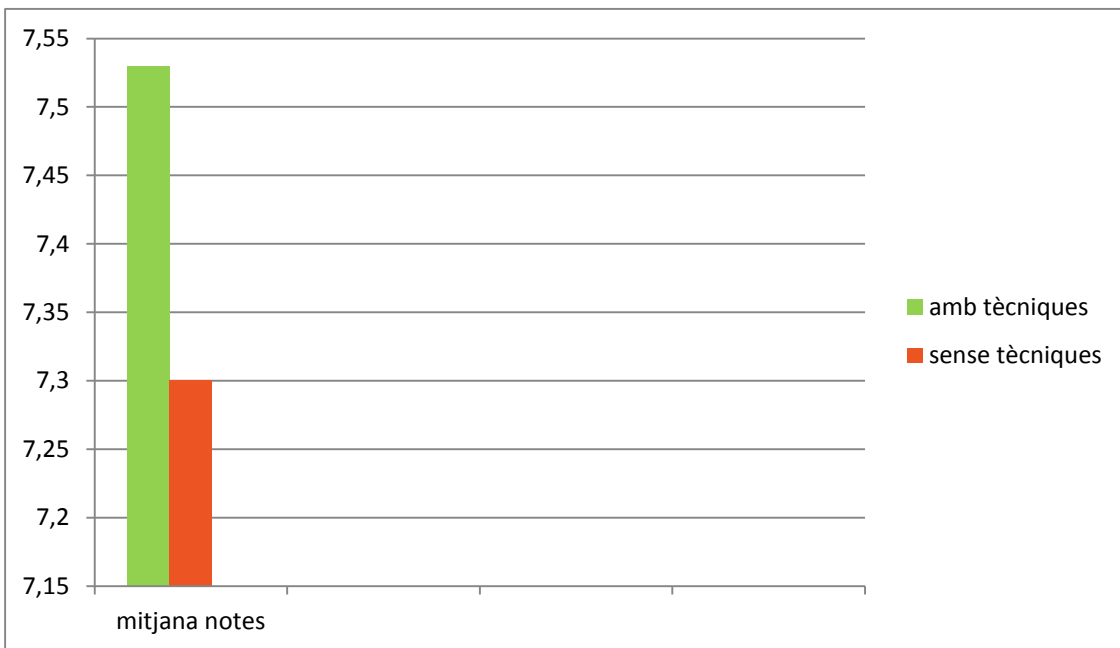
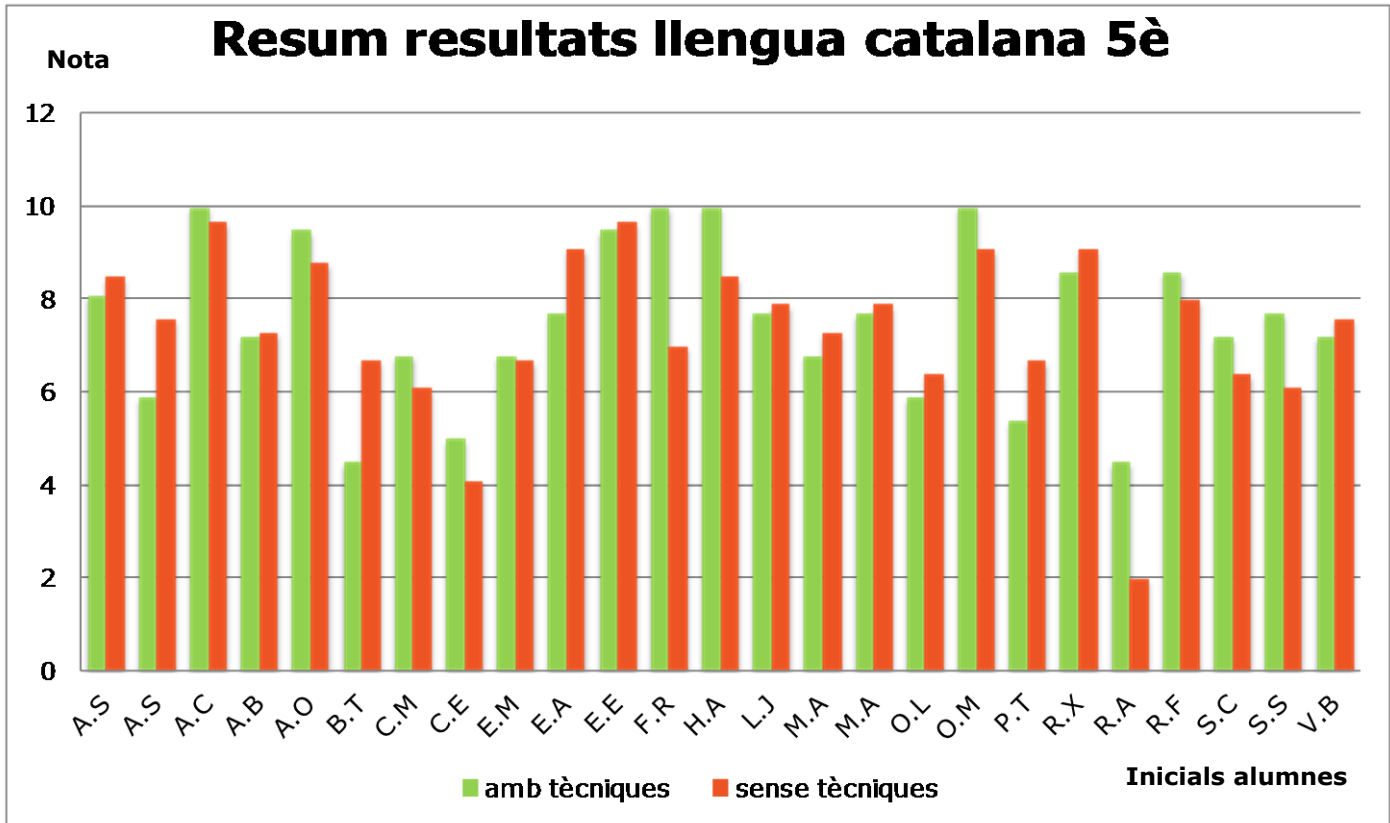
E.1 Primera pràctica



E.2 Segona pràctica

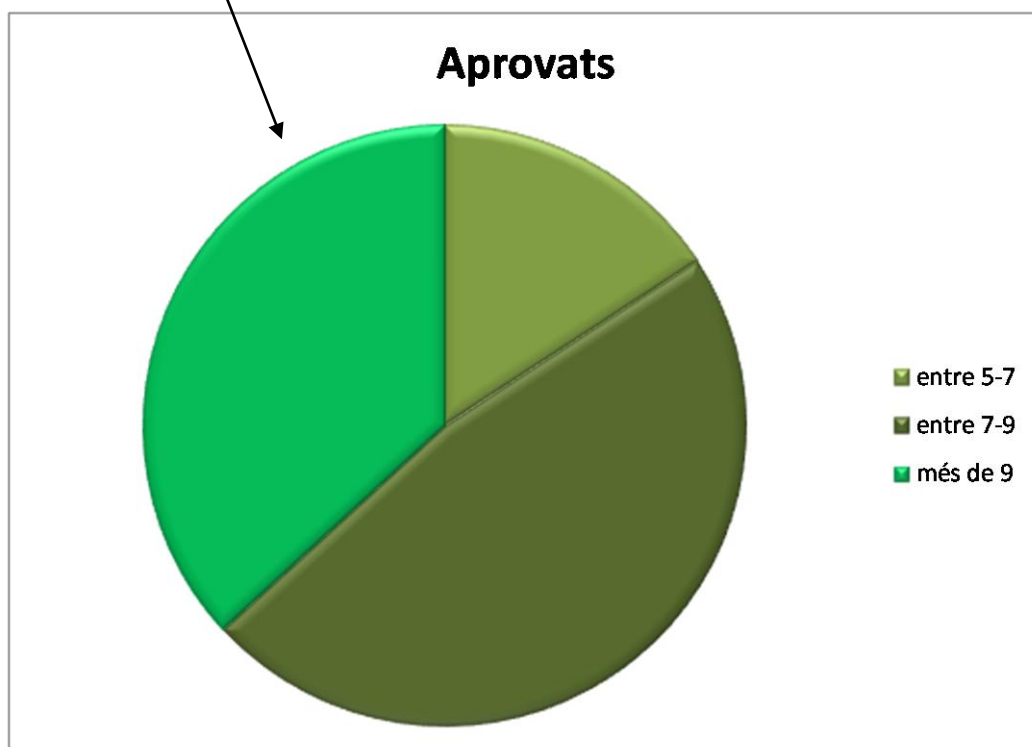
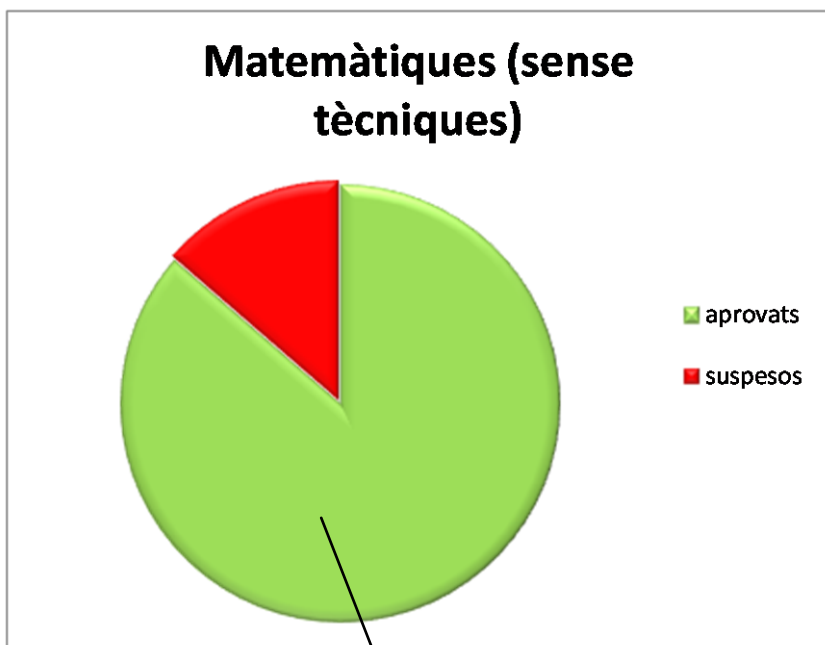


E.3 Comparació

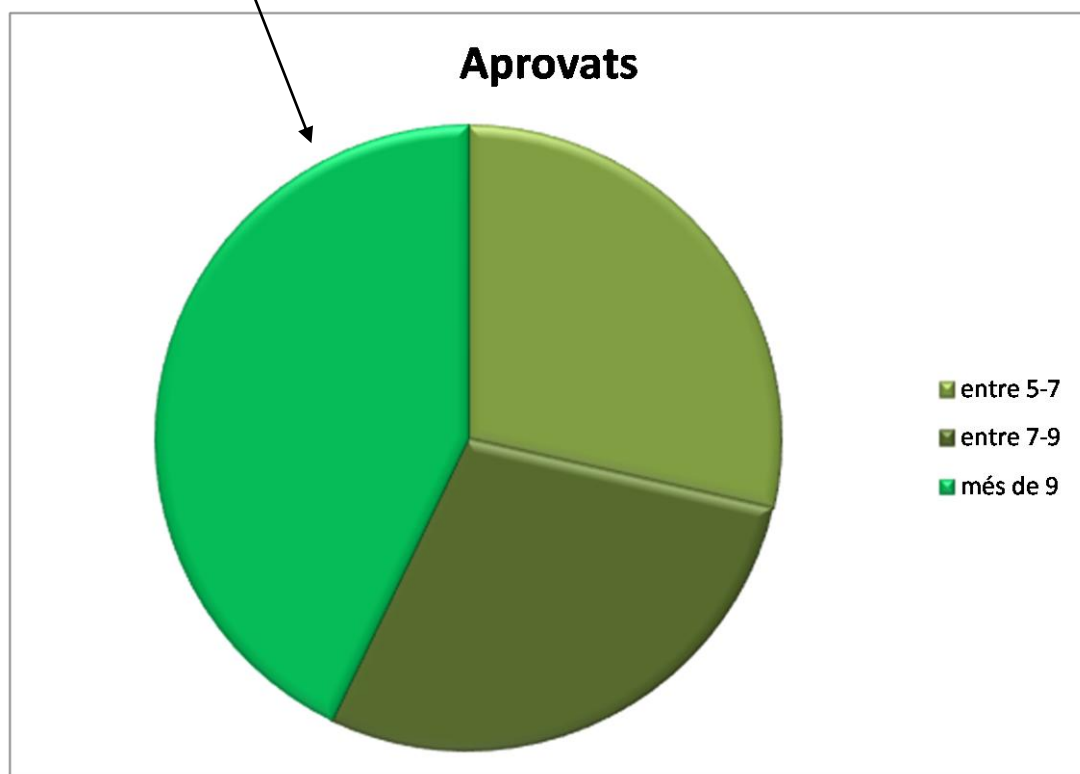
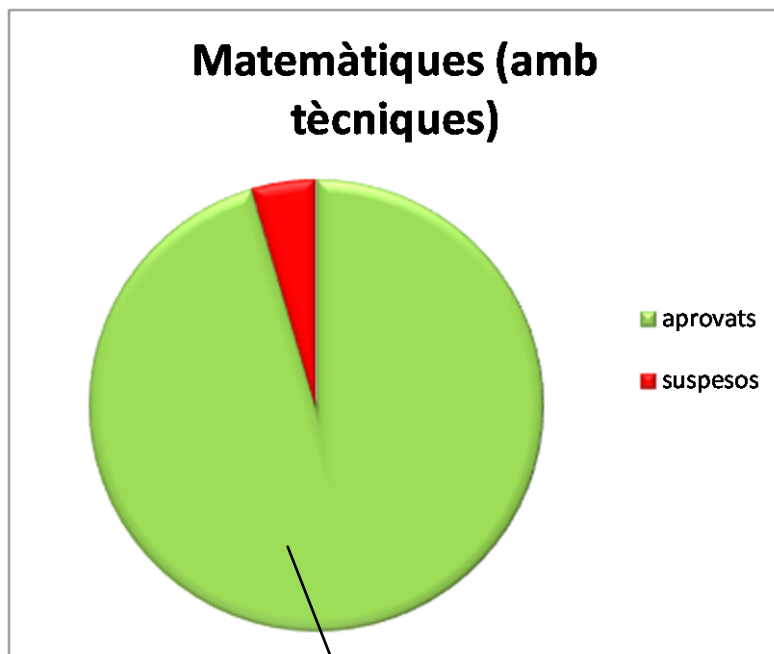


F. Resultats de la pràctica de matemàtiques a 6è de primària

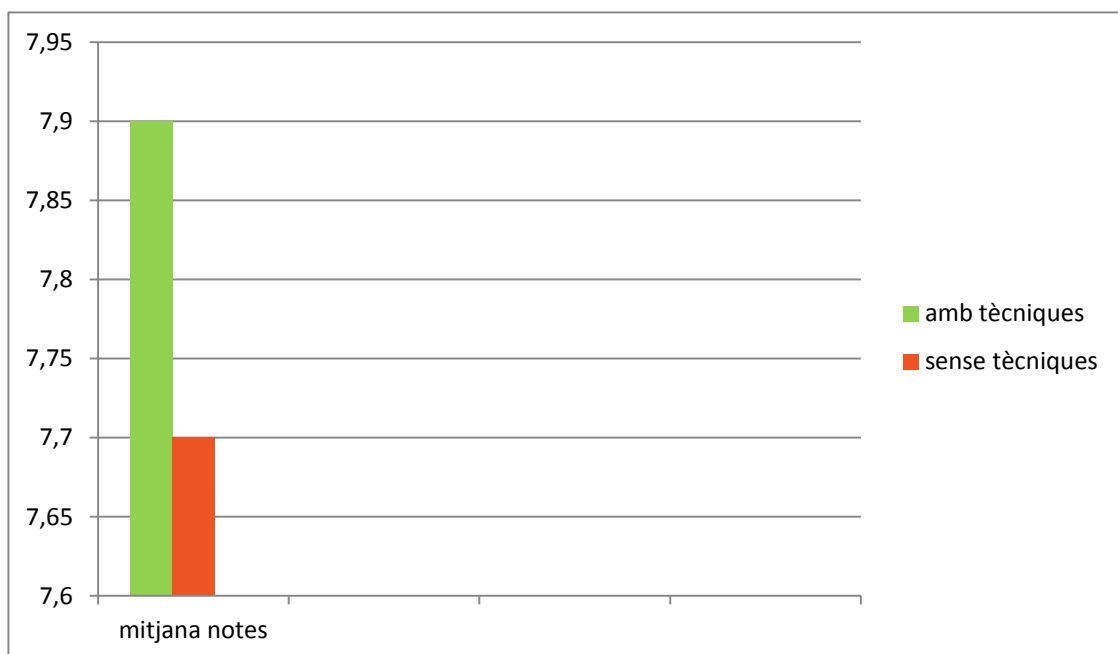
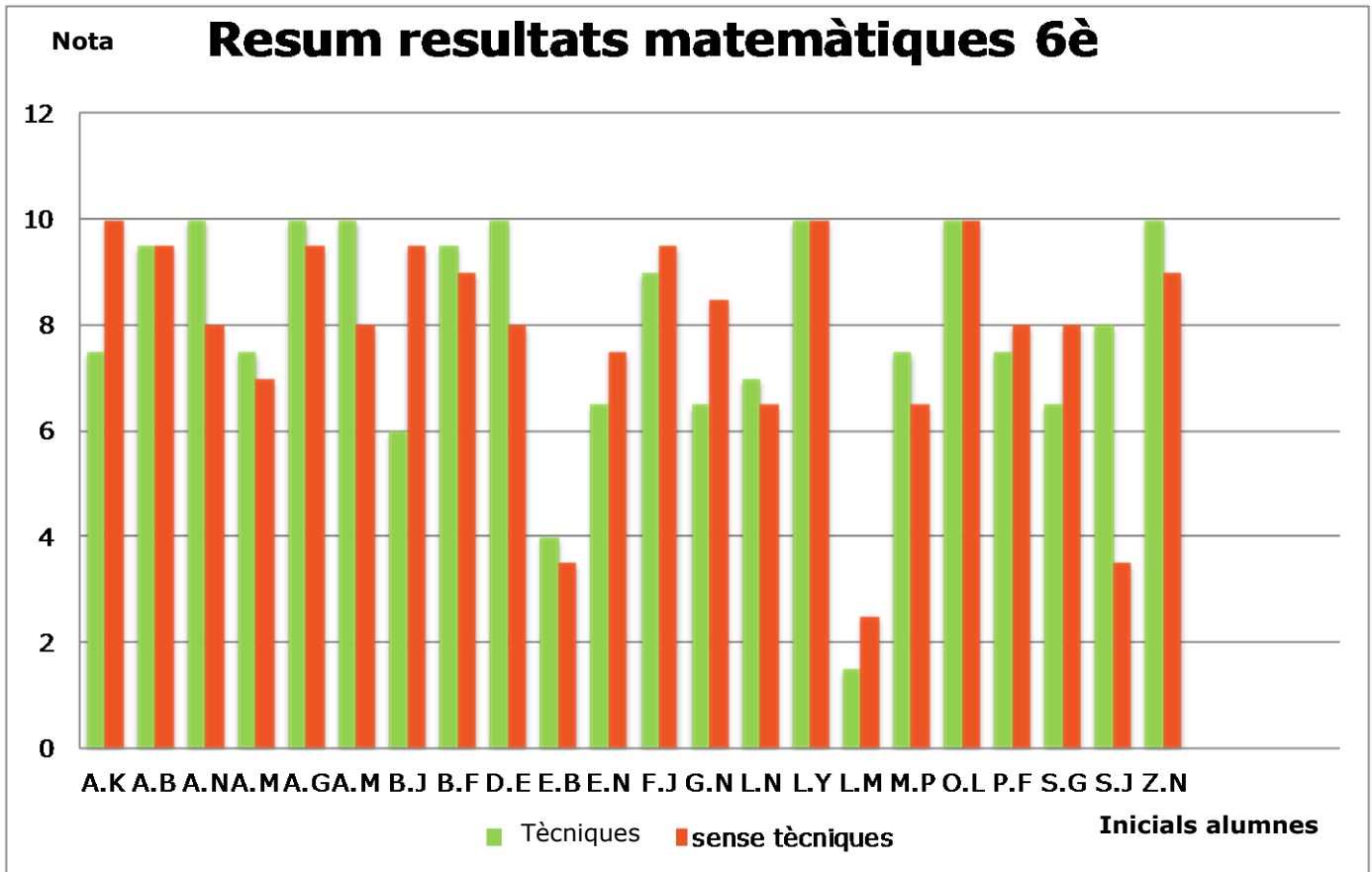
F.1 Primera pràctica



F.2 Segona pràctica

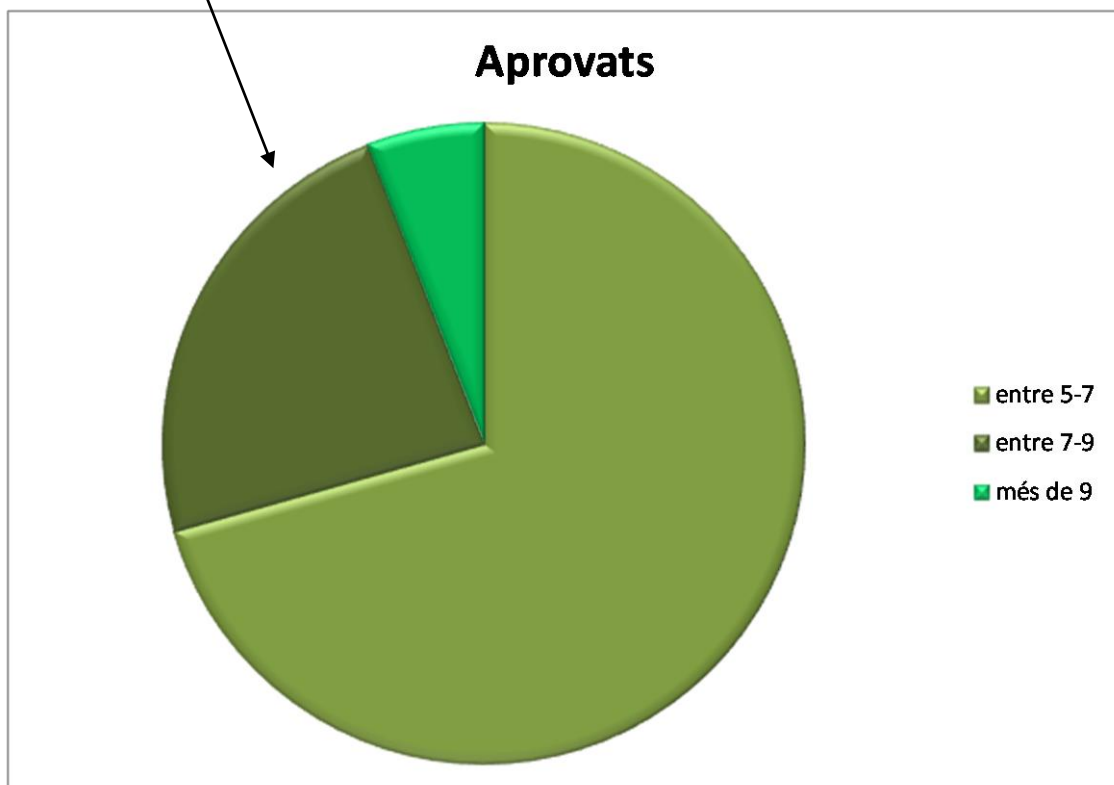
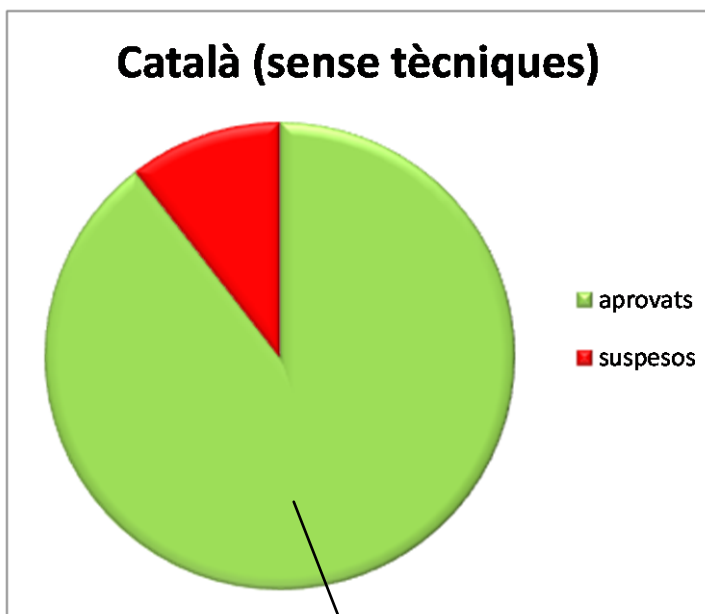


F.3 Comparació

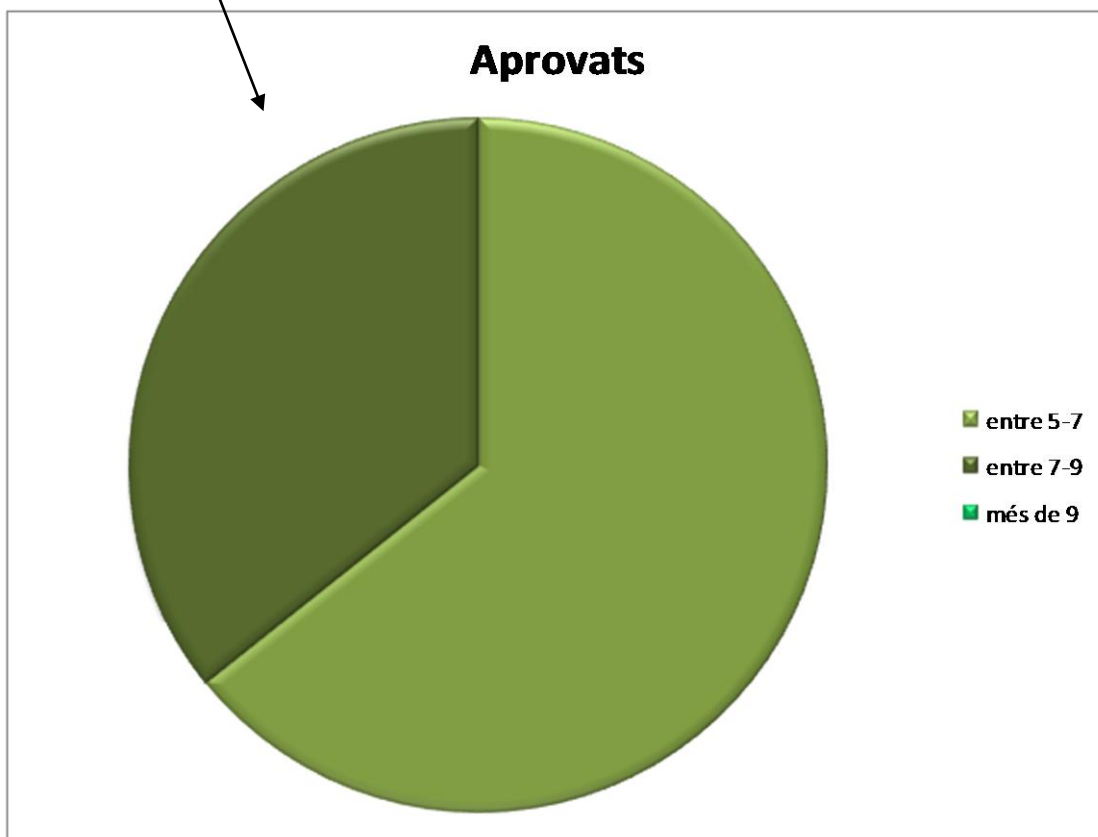
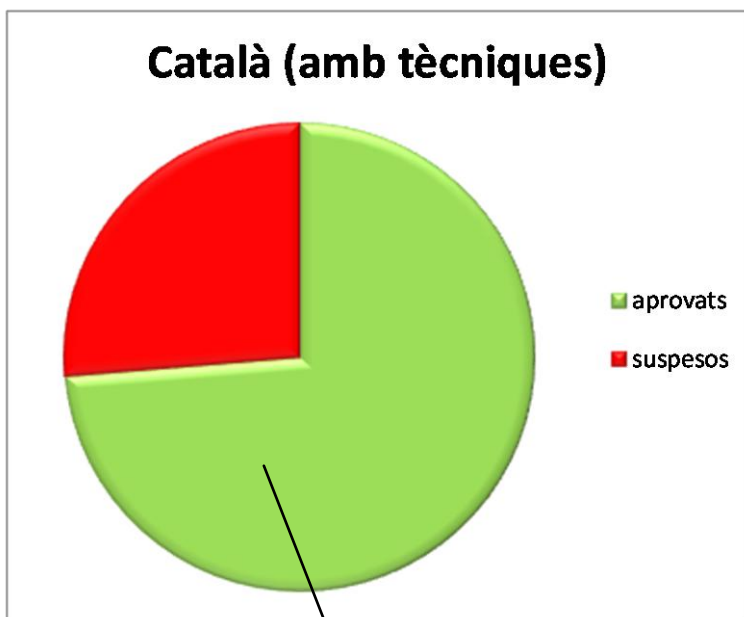


G. Resultats de la pràctica de català 6è de primària

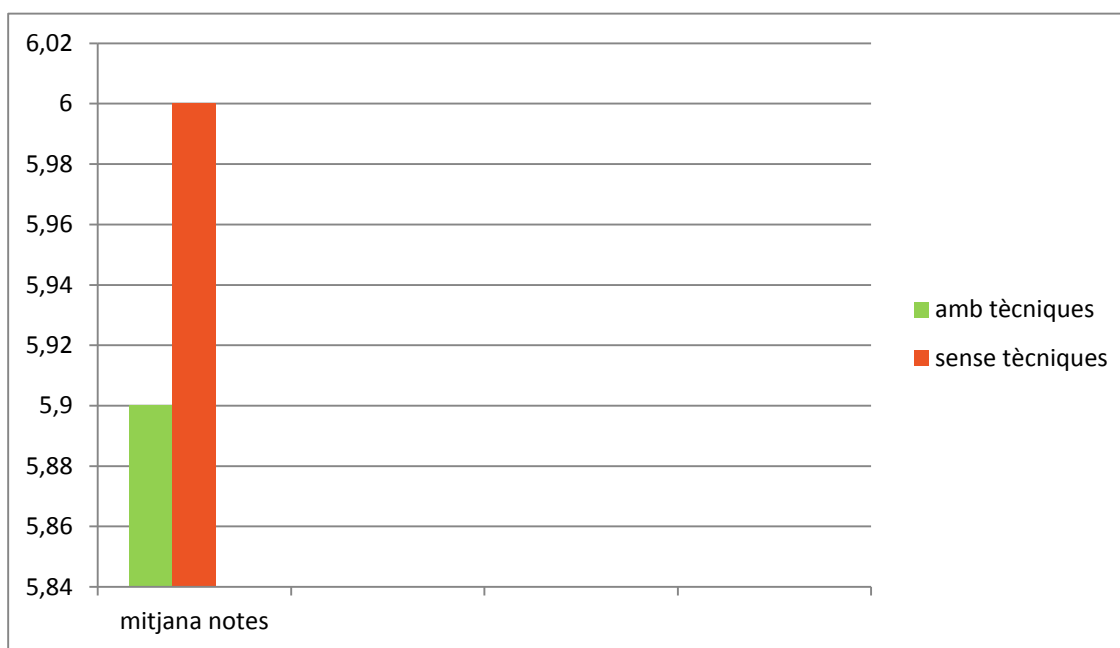
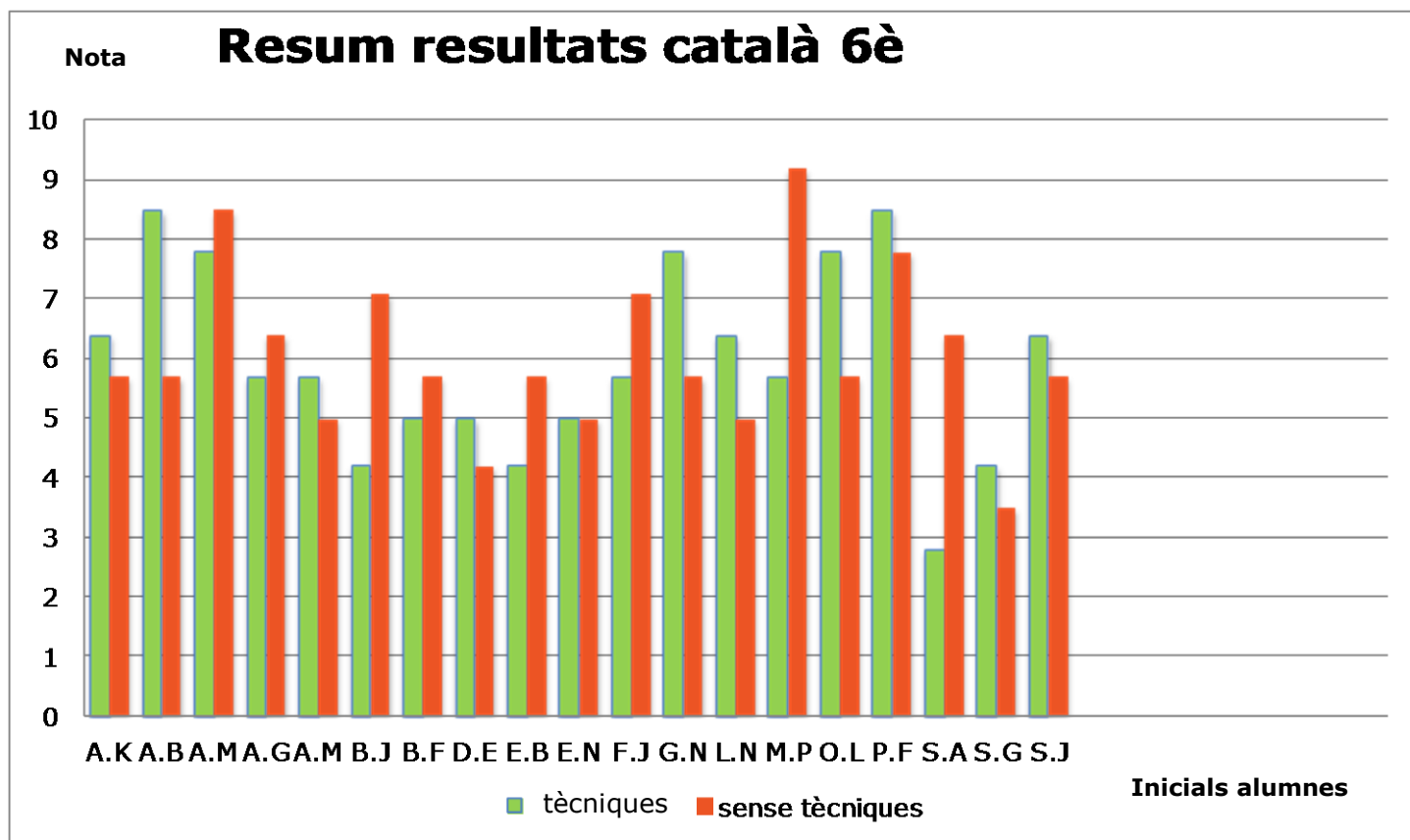
G.1 Primera pràctica



G.2 Segona pràctica



G.3 Comparació



H. ENTREVISTES

H.1

Lídia Pujol Mayans, llicenciada en coach personal a The International School of Coaching i en un post grau de programació neuro lingüística (PNL), a més a més d'haver cursat diferents tallers específics sobre intel·ligència emocional.

INTRODUCCIÓ DEL TEMA

- **En primer lloc i per començar m'agradaria que com experta en el tema em definissis el concepte d'intel·ligència emocional**

Es un conjunt d' habilitats personals que ben aplicades decididament ajuden a aconseguir una vida millor.

Es desglossa en Intel·ligència Intrapersonal i Intel·ligència Interpersonal. La primera inclou el coneixement d' un mateix, (les pròpies pors, saber motivar-se, saber respondre assertivament, etc) i la segona inclou el coneixement de les emocions dels altres i com gestionar-ho(l' empatia, la comunicació, etc...)

- **Un cop definit de què es tracta la intel·ligència emocional, en quins àmbits es pot aplicar aquesta?**

En el treball en equip, en sanitat, en RRHH, en educació, en coaching, a l' hora de negociar...en tots aquests camps , el fet de conèixer i "calibrar" qui tenim davant, ja sigui un alumne, un client, un pacient, etc, sempre ens posarà més fàcil aconseguir l' objectiu.

Sovint el fet de veure la situació des d'un altre angle ens pot proporcionar les eines justes per aconseguir acords, millor entesa, més sinceritat, etc..

- **Quin col·lectiu necessita major formació en habilitats d'intel·ligència emocional?**

Doncs no et sabia dir, segurament en el camp de la política. És cert que per una mala gestió dels propis governants, la crisi econòmica ens ha portat a una crisi de valors, on l' egoisme, la pilleria, el voler aparentar, etc...ha creat persones verdaderament infelices , amb un futur mediocre i l' autoestima per terra.

La base de la persona no pot ser mai la xifra del comte corrent, això ens faria buits i dependents, cadascú ha de triar què vol Ser i llavors sabrà què ha de Fer. Això s' aconsegueix mirant-se a l' interior d' un mateix i canviant.

- **En que consisteix la PNL?**

Són les sigles de Programació Neurolingüística, un conjunt d' eines per trobar vies més eficaces per resoldre situacions de fre.

El mateix nom defineix els components: Programació és com si cadascú de nosaltres fos un ordinador, i el que necessitem per funcionar són programes; Neuro ens indica que és a través dels 5 sentits (vista, oïda, tacte , gust i olfacte) els que ens donaran aquestes pistes que necessitem per rectificar records dolorosos, etc, i Lingüística perquè les emocions s' expressen a través del llenguatge Verbal (to de veu, costums de parla...) i el No Verbal (mirades, gestos....)

- **Quina relació hi ha entre la PNL i la intel·ligència emocional?**

Partint de la base de que les emocions pròpies un cop reconegudes es poden potenciar o minimitzar segons siguin positives o negatives, la PNL hi té un gran paper: fa de manera més física aquest canvi de negatiu a positiu, a través d' exercicis on es combina la ment i el cos, ja que tothom té els recursos que necessita per canviar, només cal descobrir-los i aplicar-los.

IE AVUI EN DIA

- **Creus que la gent té prou present aquest concepte de IE avui en dia?**

La IE està entrant amb força cada vegada més, però encara hi ha qui no coneix res o gairebé res sobre el creixement personal, que les emocions es poden reconèixer, que es poden controlar, que això ens permet millorar...

Cal anar a xerrades sobre el tema, llegir molt, o utilitzar tècniques com el Coaching, que estan contribuint de mica en mica i a través d'aconseguir millores immediates, en apropar la IE a tothom.

- **Creus que queda molt per fer i per descobrir sobre el tema?**

Per sort sempre hi ha persones involucrades en millorar la nostra qualitat de vida, com ara psicòlegs, coachs, formadors, psicopedagogs, etc, que treballen per fer arribar aquests coneixements a tothom.

Les xarxes socials també hi tenen un gran paper, doncs avui en dia tot és molt més assequible de saber. És important anar avançant contínuament en Creixement Personal, doncs és un bé no material que sempre anirà amb nosaltres....i fins i tot es pot heretar!

IE I L'EDUCACIÓ (DES DEL TEU PUNT DE VISTA)

- **Penses que és fonamentalment necessari introduir la IE a l'educació dels nens?**

Com diu Eduard Punset: "L'educació emocional proposa educar el cor igual com estem educant la ment". Per arribar a ser unes persones de profit el dia de demà, no n'hi ha prou amb estudiar les assignatures obligades. Cal aprendre a gestionar les emocions, què fer amb elles, com resoldre els nostres propis problemes amb les eines que tenim....Aquesta tasca hauria de començar a l'infància i anar-hi treballant tota la vida.

- **Si s'introdueix la IE a l'educació (des de la infància) quins avantatges consideres que hi ha?**

A l'infància és quan la persona es forma, tan cultural com emocionalment. És el moment d'"entrenar" aquestes habilitats, reforçar mancances, aprendre a ser tolerants, trobar els propis valors personals, saber

escoltar, etc. Vivim en una societat multi-cultural, es parlen diferents llengües, hi ha diferents religions....aquest fet ben gestionat pot ser enriquidor de moltes maneres.

- **Des de la teva experiència, com creus que poden els professors/educadors incorporar el component emocional a les aules?**

Pel que he vist en escoles d' aquest municipi (Vic) algunes ja estan introduint a l' hora de tutoria o de ciutadania alguns temes com els valors i les emocions, fent treballs de grup, jocs, passos de pel·lícules, etc.

Trobo molt positiu que el barem de notes escolars vingui donat per la mitjana de treball + l' actitud a la classe. S'ha d'aprendre de petits que la persona no és només segons Què sap sinó en Com actua o Què fa amb el que sap.

- **Creus que actualment està avançant la implantació de la IE a les escoles? I a les famílies?**

L'important és que hi hagi complicitat entre l'escola i la família, ja que si aquest costós treball es queda només a les aules, la feina estarà a mitges. Seria bo que es comencés des de ben petits i que es considerés l'educació emocional una assignatura més, i que a casa es seguís la pràctica. Criar fills sense barreres és crear petits dèspotes el dia de demà.

AMPLIACIÓ

- **Quin significat té per tu la intel·ligència emocional?**

Per mi, el fet de treballar amb emocions m'aporta aprendre coses diferents cada dia, observant com les persones interactuem. Estic parlant de por, ira, vergonya, amor, etc...coses que sentim des del naixement però que ningú

ens ha explicat com gestionar-les.

Un altre aspecte que trobo importantíssim és el dels pensaments positius i la força que tenen. El més fàcil és lamentar-se de tot el que passa, però curiosament poca gent hi fa res al respecte. Fins i tot quan parlem, sense adonar-nos ho fem de manera negativa.

Jo mateixa he après (i aconsello sempre que puc) que per aconseguir alguna cosa cal passar a l'acció, provocar que les coses passin....Com deia Einstein: "Si sempre fas les mateixes coses, no esperis resultats diferents".

- **Com influeixen les nostres emocions en el rendiment d'un equip de treball?**

Treballar en grup no vol dir treballar en equip. Perquè un equip funcioni hi ha d'haver sinergia, és a dir: saber escoltar les opinions dels altres, saber respondre assertivament, estar motivat i motivar als companys, definir objectius, voler assolir-los, compartir èxits i fracassos....això ens farà sentir més realitzats.

- **Per acabar, quin creus que és el secret de la felicitat?**

Crec que hem de valorar el que tenim, enlloc de lamentar el que ens falta, ja que això només ens aportarà insatisfacció personal. La felicitat pot ser un petit moment, una olor que ve de sobte, un pensament concret, una sensació determinada... La qüestió és que t'agradi ser qui ets, sigui quina sigui la "motxilla del passat" que portis i quin missatge dones al teu entorn.

Podries citar-me si tens a l'abast algun expert que tingui relació amb el tema que sigui més o menys conegut com per exemple Punset.

Un coach força mediàtic per la seva trajectòria d'escriptor i formador

és Raimon Samsó. De la mateixa talla podria anomenar Alex Rovira amb el seu motivador llibre, que a tanta gent ha ajudat "La bona sort". I a nivell de la comarca d' Osona, hi tenim una coach molt bona, Lourdes Tebé.

Tots ells aporten amb el seu propi estil un missatge comú al qual jo m' hi afegeixo:

" què t' impedeix aconseguir el que vols , i quines eines tens i no aprofites?"

Moltes Gràcies

H.2

Núria Arimany Suriñach, llicenciada en magisteri d'Educació Física a la UAB i de Psicopedagogia a la UVic. També té cursos sobre habilitats socials i intel·ligència emocional realitzats al departament d'Educació i Prisma.

INTRODUCCIÓ

- **Per introduir el tema, què significa des del teu punt de vista que una persona sigui intel·ligent emocionalment?**

Una persona intel·ligent emocionalment és aquella que és capaç d'autoregular el seu estat d'ànim. És una persona que es coneix moltíssim i que per tant té la capacitat de controlar les seves emocions en diferents situacions. Té força empatia i sap "estar" en cada moment i cada lloc. Això també l'ajuda el fet de saber comunicar-se i entendre als altres. És una persona que s'autoanalitza i això fa que pugui modificar el seu estat segons tot el que la rodeja. No es tracta de canviar la personalitat ni la manera de fer però sí de saber com gestionar la seva intel·ligència psíquica i social.

IE I L'EDUCACIÓ

- **Creus que actualment està avançant la implantació de la IE a les escoles? I a les famílies?**

Per l'experiència que tinc penso que les escoles estan fent petits passets per treballar la intel·ligència emocional tot i que d'una forma molt subtil. Tot i així en el dia a dia de l'escola, generalment, en qualsevol situació es pot treballar la intel·ligència emocional de forma implícita.

Pel que fa a les famílies penso que la majoria no s'adona de que estan treballant la intel·ligència emocional per tant ho fan de forma involuntària. No d'una forma predeterminada. I hem de tenir en compte que no tothom està format en aquest camp i per tant no en som conscients de les nostres actuacions per educar aquesta intel·ligència.

- **És o seria important que els pares col·laborin amb la IE dels seus fills? Com els pot ajudar això des del teu punt de vista?**

És bàsic i fonamental que els pares treballin la intel·ligència emocional, és la base de totes les intel·ligències dels seus fills i són els models a seguir. Des de l'escola també hi podem incidir però d'una forma més superficial.

La intel·ligència emocional és un dels puntals de tota persona i penso que com a pares hem d'intentar que els nostres fills siguin capaços de coneixes ells mateixos, però per aconseguir això és important acompanyar-los en aquest camí. Anar-los-hi donant pautes i estratègies per tal que ells sols puguin anar desenvolupant la seva intel·ligència.

- **Penses que és fonamentalment necessari introduir la IE a l'educació dels nens?**

Tal com he dit jo crec que és essencial. Si no som capaços de saber-nos controlar en determinades situacions de què ens servirà ser el més intel·ligent acadèmicament, esportivament,...?

- **Si s'introdueix la IE a l'educació (des de la infància) quins avantatges consideres que hi ha?**

La intel·ligència emocional treballa les habilitats socials entre altres i per tant a l'hora de resoldre conflictes, de saber escoltar, d'aplicar l'empatia (habilitats presents constantment a l'escola) és molt més fàcil i per tant tot el procés d'ensenyament-aprenentatge es dona d'una forma molt més fluïda ja que la relació i la comunicació entre tots els membres de la comunitat educativa és més bona.

- **Des de la teva experiència, com creus que poden els professors/educadors incorporar el component emocional a les aules?**

Un simple, "bon dia, com estàs Aida?" de bon matí, i amb un petit somriure ja és una forma de relació emocional amb els teus alumnes. Es tracta d'intentar un lligam on ells es sentin còmodes i confiïn en tu. Si tu et preocupes per ells, ells et respondran de forma positiva. Preocupar-te per ells en el sentit d'una mirada, un petit contacte (els alumnes que saps que no rebutgen el contacte), una pregunta sobre el seu estat d'ànim, sobre com ha anat el dia, sobre com està l'avi que tenen malalt,... fa que la relació mestra-alumne s'afianci.

- **Si n'és el cas, com apliques tu la IE amb els teus alumnes?**

El que he comentat a la pregunta anterior són petites actuacions que jo porto a terme a l'escola però d'una forma natural, no preparada, tu no saps si un dia un nen t'arribarà amb mala cara, per tant no es pot programar. Aquell dia, però, aprofito per donar-li el seu temps i el seu espai per poder explicar, si ell vol, el que li succeeix. És bo que sàpiguen que ens en preocupem, no només nosaltres si no també els seus companys. Tot i així i de forma més explícita en algun cas he portat a terme algun treball específic sobre habilitats diverses

- **Quina relació hi ha des del teu punt de vista entre les emocions i el resultat acadèmic?**

Una persona intel·ligent emocionalment serà capaç de buscar solucions, estratègies per tirar endavant qualsevol situació acadèmica, no vull dir que siguin molt més intel·ligents acadèmicament però sí que tenen capacitat per saber fins on arriben i com aconseguir-ho. Per tant, com tothom, també té fracassos, però gràcies a la seva intel·ligència emocional sabrà gestionar aquest fracàs.

- **Quin paper juga en l'aprenentatge la bona comunicació entre alumnes i professors?**

Facilita els processos d'aprenentatge tant acadèmic, com social, com psíquic,...

Gràcies per la teva col·laboració

