



Treball de fi de màster

Títol: Intel·ligència emocional a la formació del professorat de tecnologia.

Cognoms: Mas Fullana

Nom: Joan

Titulació: Màster en Formació del Professorat d'Educació Secundària Obligatòria i Batxillerat,
Formació Professional i Ensenyament d'Idiomes

Especialitat: Tecnologia

Director/a: Manuel Fernández López

Data de lectura: 7 de juny de 2021

Agraïments

En primer lloc, vull donar les gràcies al Manuel Fernández López, director d'aquest treball de fi de màster, per l'aportació de l'enunciat a partir del qual s'ha desenvolupat aquesta investigació, així com per la seva ajuda i les seves recomanacions durant tot el procés de plantejament, recerca i redacció d'aquest treball.

També vull dirigir un agraïment a tots els companys i companyes del Màster en Formació del Professorat que han participat en aquesta investigació, sense els quals la realització d'aquest treball no hauria estat possible.

Finalment, vull donar les gràcies als meus pares, Maria Isabel Fullana i Joan Martí Mas, així com a la Júlia Farran, per els consells i el suport que m'han ofert durant tot aquest procés.

Moltes gràcies a tots i a totes.

Resum

En els darrers anys, l'estudi de la intel·ligència emocional i les seves nombroses implicacions de cara a l'ensenyament han fet que aquesta es comenci a veure com una àrea de competència clau a l'avaluació de la qualitat del professorat.

L'objectiu d'aquest treball és fer una valoració orientativa de la intel·ligència emocional dels alumnes del Màster en Formació del Professorat de Secundària a la Universitat Politècnica de Catalunya, per tal d'avaluar si compten amb competències emocionals que podrien ser claus en el desenvolupament de la seva futura feina com a docents. El treball es dugué a terme partint d'una fase de recerca bibliogràfica que permetés establir una idea general sobre les diverses teories proposades per definir el concepte d'intel·ligència emocional i les seves principals implicacions de cara a l'ensenyament. Seguidament, es procedí a l'estudi de la intel·ligència emocional de l'alumnat, mitjançant la utilització de dos instruments de mesura reconeguts internacionalment (el SSEIT i el TEIQue-SF).

Els resultats obtinguts van indicar un nivell de desenvolupament adequat a la majoria de trets i habilitats relacionats amb la intel·ligència emocional, tot i que també es van detectar possibles àrees de millora, particularment en àmbits com l'assertivitat i la percepció d'emocions dels altres. Tenint en compte aquests resultats, es recomana el reforç d'aquestes competències a través de la implementació d'un programa d'entrenament d'intel·ligència emocional a la futura programació d'aquest Màster.

Resumen

En los últimos años, el estudio de la inteligencia emocional y sus numerosas implicaciones en cuanto a la enseñanza han hecho que esta se empiece a ver como un área de competencia clave en la evaluación de la calidad del profesorado.

El objetivo de este trabajo es hacer una valoración orientativa de la inteligencia emocional de los alumnos del Máster en Formación del Profesorado de Secundaria en la Universidad Politècnica de Cataluña, con el fin de evaluar si cuentan con competencias emocionales que podrían ser claves en el desarrollo de su futuro trabajo como docentes. El trabajo se llevó a cabo partiendo de una fase de investigación bibliográfica que permitiera establecer una idea general sobre las diversas teorías propuestas para definir el concepto de inteligencia emocional y sus principales implicaciones de cara a la enseñanza. Seguidamente, se procedió al estudio de la inteligencia emocional del alumnado, mediante la utilización de dos instrumentos de medida reconocidos internacionalmente (el SSEIT y el TEIQue-SF).

Los resultados obtenidos indicaron un nivel de desarrollo adecuado en la mayoría de rasgos y habilidades relacionadas con la inteligencia emocional, aunque también se detectaron posibles áreas de mejora, especialmente en ámbitos como el asertividad y la percepción de las emociones de los demás. En base a estos resultados, se recomienda el refuerzo de estas competencias a través de la implementación de un programa de entrenamiento de inteligencia emocional en la futura programación de este Máster.

Abstract

In recent years, the study of emotional intelligence and its many implications for teaching has led it to be seen as an increasingly key area of competence in teacher quality assessment.

The aim of this project is to make an indicative assessment of the emotional intelligence of the students in the Master's Degree in Secondary School Teacher Training at the Polytechnic University of Catalonia, in order to assess whether they possess emotional skills that could prove essential in the development of their future work as teachers. The project was carried out starting from a bibliographic research phase that allowed for the establishment of a general framework on the various theories proposed to define the concept of emotional intelligence as well as its main implications regarding teaching. Once this was done, the study of the emotional intelligence of the students was carried out through the use two internationally recognized measuring instruments (the SSEIT and the TEIQue-SF).

The resulting data indicated an adequate level of development in most traits and abilities related to emotional intelligence, although possible areas of improvement were also detected, especially in areas such as assertiveness and the perception of others' emotions. Based on these results, it would be advisable to strengthen these competencies through the implementation of an emotional intelligence training program in the future planning of this Master's Degree.

Taula de continguts

1. Introducció	7
2. Proposta d'investigació	8
3. Objectius	8
4. Justificació del treball	8
5. Planificació del treball	8
6. Marc teòric.....	10
6.1. Intel·ligència emocional	10
6.2. Definicions	10
6.2.1. Model d'habilitats	11
6.2.2. Model mixt	12
6.2.3. Model de trets	13
6.3. El paper de la intel·ligència emocional a la docència	15
6.3.1. Autoeficàcia del professorat	15
6.3.2. Resistència a l'esgotament professional.....	15
6.3.3. Motivació del professorat i l'alumnat.....	16
6.3.4. Resolució de conflictes a l'aula.....	16
6.4. Entrenament de la intel·ligència emocional	16
7. Metodologia	20
7.1. Instruments	20
7.1.1. SSEIT (Schutte Self Report Emotional Intelligence Test)	20
7.1.2. TEIQue-SF (Trait Emotional Intelligence Questionnaire – Short Form)	21
7.2. Mostra	21
7.3. Aplicació dels qüestionaris	22
7.4. Anàlisi de dades	22
8. Resultats	23
8.1. Fiabilitat	23
8.2. Resultats obtinguts	23
8.2.1. Diferències en funció del sexe	28
8.2.2. Diferències en funció de l'edat	32
9. Discussió.....	34
10. Conclusions	36
11. Treball futur	38
12. Referències	40
13. Annexes	44

Llistat de figures i taules

Figures

Figura 1. Distribució de les puntuacions mitjanes per àrees del model d'habilitats	26
Figura 2. Distribució de les puntuacions mitjanes per dimensions del model de trets	28
Figura 3. Diferències de puntuacions mitjanes per àrees, en funció del sexe.....	30
Figura 4. Diferències de puntuacions mitjanes per dimensions, en funció del sexe	31
Figura 5. Diferències de puntuacions mitjanes per dimensions, en funció de l'edat.....	34

Taules

Taula 1. Àrees de la intel·ligència emocional segons Mayer i Salovey	11
Taula 2. Àrees de la intel·ligència emocional segons Goleman	13
Taula 3. Dimensions i facetes del model de trets de la intel·ligència emocional.....	14
Taula 4. Modalitats metodològiques de l'EITP	18
Taula 5. Estructura bàsica de l'EITP.....	19
Taula 6. Coeficient de fiabilitat per els qüestionaris SSEIT i TEIQue-SF.....	23
Taula 7. Puntuacions mitjanes del SSEIT	24
Taula 8. Puntuacions mitjanes del TEIQue-SF	26
Taula 9. Resum de diferències de puntuacions del SSEIT en funció del sexe	29
Taula 10. Resum de diferències de puntuacions del TEIQue-SF en funció del sexe.....	30
Taula 11. Resum de diferències de puntuacions del SSEIT en funció de l'edat	32
Taula 12. Resum de diferències de puntuacions del TEIQue-SF en funció de l'edat	33

1. Introducció

El concepte d'Intel·ligència Emocional va ser popularitzat l'any 1995 per l'autor nord-americà Daniel Goleman, a través del seu llibre *Emotional Intelligence* (Intel·ligència Emocional). En aquesta obra, Goleman defensa l'existència d'una intel·ligència emocional distinta però igual d'important que la intel·ligència intel·lectual. Segons Goleman (2005), de la mateixa manera que la intel·ligència intel·lectual ens permet pensar, la intel·ligència emocional ens permetria reconèixer i gestionar els sentiments, tant en nosaltres mateixos com en els altres. Goleman no va ser el primer a proposar l'existència d'una "intel·ligència emocional" separada de la intel·ligència "tradicional". Ara bé, tot i que aquesta perspectiva és compartida amb alguns dels principals investigadors en aquest àmbit (Mayer i Peter Salovey, 1997), també ha estat qüestionada per diversos crítics al llarg dels anys (p. ex. Locke, 2005; Petrides, 2010), i la naturalesa exacta de la intel·ligència emocional continua sent una qüestió considerablement divisiva dins la comunitat científica.

Ara bé, malgrat la manca de consens pel que fa a la seva definició teòrica, la majoria d'autors coincideixen en la importància pràctica de la intel·ligència emocional, no necessàriament interpretada com una intel·ligència distinta i separada de la definició tradicional d'intel·ligència, sinó com un conjunt de trets i habilitats que ens permeten percebre, reconèixer i gestionar les emocions humanes. Segons Goleman (2005), "la noció que existeix el pensament pur, lliure de sentiment" és "una ficció". Si aquesta afirmació té cap mèrit, la nostra habilitat per gestionar les nostres emocions podria ser igual d'important que el desenvolupament de les nostres capacitats intel·lectuals. Aquestes habilitats, segons Goleman (2005) no són innates, sinó que són desenvolupades al llarg de la nostra vida i a través de les nostres experiències.

Aquest procés d'aprenentatge emocional és una part essencial del nostre creixement personal, acadèmic i professional, i la seva negligència podria tenir conseqüències nefastes en tots tres àmbits. En el context de la docència, aquesta importància és doblement rellevant: L'ensenyament és una pràctica emocional (Hargreaves, 2000), on la competència dels docents en aquesta àrea no afecta només al seu propi rendiment (Wu et al., 2019; Chan, 2006; Fiorilli et al., 2019), sinó també al dels seus alumnes (Alam i Ahmad, 2018; Valente i Lourenço, 2020). La intel·ligència emocional, per tant, es presentaria en l'actualitat com una de les competències claus a ser desenvolupades per part d'aquelles persones que tinguin interès en dur a terme la tasca docent; un fet a tenir en consideració durant el procés de formació dels futurs professors i professores del nostre país.

2. Proposta d'investigació

Aquest treball pretén estudiar el nivell d'intel·ligència emocional dels actuals alumnes del Màster en Formació del Professorat d'Educació Secundària Obligatòria i Batxillerat, Formació Professional i Ensenyament d'Idiomes (especialitat en Tecnologia) a la Universitat Politècnica de Catalunya, per tal de valorar la necessitat i els possibles beneficis d'integrar-hi continguts o activitats addicionals que promoguin el desenvolupament de la competència emocional dels futurs professors i professores de tecnologia a secundària.

3. Objectius

- Recollir informació bàsica sobre la intel·ligència emocional (IE) i els seus aspectes més rellevants en el context de l'aula de tecnologia.
- Avaluar el grau de desenvolupament dels trets d'IE en l'alumnat del Màster en Formació del professorat de tecnologia, a la Universitat Politècnica de Catalunya.

4. Justificació del treball

Aquest treball final de màster no pretén ser un estudi bibliogràfic limitat a si mateix, sinó que, a través dels resultats obtinguts, s'intentarà establir una base que serveixi per ajudar a la valoració de la necessitat d'augmentar l'èmfasi en la intel·ligència a la formació del professorat de tecnologia a la nostra universitat en particular, així com a la futura implementació d'eines, metodologies, activitats... que puguin afavorir aquest desenvolupament.

Tot i que existeixen alguns estudis enfocats a la integració de la intel·ligència emocional a l'aula de tecnologia (p. ex. Ramos, 2011; López, 2017; Pérez, 2019), no s'ha trobat cap publicació centrada en la situació de la intel·ligència emocional en el context de la mateixa formació del professorat d'aquesta especialitat. Aquesta aparent manca d'antecedents immediats, així com la meua pròpia curiositat sobre el tema i la potencial utilitat que aquest tipus d'estudi podria tenir de cara a la millora de l'efectivitat del Màster, han estat alguns dels factors que han motivat l'enfocament d'aquest treball.

5. Planificació del treball

El desenvolupament d'aquest Treball Final de Màster es pot dividir en dues parts principals, que es corresponen aproximadament als objectius proposats.

La primera part consistirà en una fase de recerca bibliogràfica bàsica sobre la IE, algunes de les principals definicions i teories existents, el paper que pot tenir al desenvolupament de la tasca docent i, finalment, la possibilitat de desenvolupar-la en el context de la formació del

professorat. L'objectiu d'aquesta fase recerca és establir un marc teòric bàsic que pugui servir de punt de partida per al desenvolupament de l'estudi en si.

Un cop establert aquest marc teòric, es procedirà a avaluar el nivell de desenvolupament d'IE als actuals alumnes del Màster en Formació del Professorat d'Educació Secundària Obligatòria i Batxillerat, Formació Professional i Ensenyament d'Idiomes (Especialitat de Tecnologia), a la Universitat Politècnica de Catalunya. En aquesta fase s'utilitzaran dos instruments de mesura diferents (concretament, els qüestionaris SSEIT i TEIQue-SF) per avaluar els trets i les habilitats relacionades amb la IE de l'alumnat del Màster, estudiant possibles punts febles en aquest context i les diferències que puguin aparèixer a les puntuacions en les diverses àrees d'IE, en relació variables com l'edat o el sexe dels participants. Finalment, es valorarà la conveniència d'implementar un programa de millora de la competència en aquest context.

6. Marc teòric

En aquesta primera part del treball, es du a terme un estudi general sobre el concepte de “intel·ligència emocional” i algunes de les seves definicions més acceptades. Seguidament, s'estudia el paper que la IE podria tenir a diversos àmbits de la professió docent, així com el perquè de la seva importància en aquest àmbit. Finalment, es valora la possibilitat de millorar la competència emocional dels futurs professors i professores mitjançant un programa d'entrenament d'IE.

6.1. Intel·ligència emocional

Les nostres emocions són el producte de cents de milers d'anys d'evolució, al llarg dels quals tenien l'objectiu d'ajudar-nos a respondre ràpidament a situacions perilloses (Goleman, 2005). Aquestes respostes emocionals són generades per un conjunt d'estructures cerebrals que anomenem sistema límbic. Entre aquestes estructures podem destacar el nucli amigdaloides o amígdala, una estructura estretament lligada amb la nostra memòria emocional, és a dir, amb les respostes emocionals que associem a diferents estímuls externs (Diccionari enciclopèdic de medicina [DEMCAT], 2021b). Per altra banda, el nostre cervell també conté el neocòrtex, una estructura més recent a la línia evolutiva, i que regula funcions com la percepció, el pensament i el llenguatge (DEMCAT, 2021a).

En situacions de risc (real o imaginari) l'amígdala respon de manera "gairebé instantània, molt més ràpidament que el neocòrtex" (Goleman, 2005). Seguidament arriba la resposta del neocòrtex, que actua com amortidor, intentant controlar la resposta emocional. Quan aquest procés de control falla, experimentem el que Goleman anomena un "segrest emocional", durant el qual les nostres emocions interfereixen amb (i fins i tot arriben a impedir) el pensament racional. Aquestes interferències poden suposar un problema, i és que aquest disseny biològic, segons Goleman (2005), "és el que va funcionar millor per a les últimes 5.000 generacions humanes, no per a les últimes 500 – I certament no per a les últimes cinc".

Segons Goleman (2005), la solució a aquest problema no consistiria a eliminar les emocions, sinó aprendre a gestionar-les de manera que puguem integrar-les al nostre pensament de manera positiva. La intel·ligència emocional (IE) seria, en aquest cas, l'eina bàsica que ens permet assolir aquest objectiu.

6.2. Definicions

Tot i que la intel·ligència emocional ha estat objecte d'un nombre considerable d'estudis i publicacions al llarg dels darrers vint anys, no existeix un consens clar en relació a la seva

definició exacta. A continuació es resumeixen els tres models d'IE que compten amb un major grau de reconeixement: El model d'habilitats, el model mixt i el model de trets.

6.2.1. Model d'habilitats

Mayer i Salovey (1997) defineixen la IE com "l'habilitat de gestionar les emocions pròpies i les dels altres, de distingir-les i d'utilitzar aquesta informació per guiar el propi pensament i accions". Aquesta definició és la base del que van anomenar "model d'habilitats" de la IE. El model d'habilitats defineix la IE com un conjunt d'habilitats mentals que es poden considerar part d'una intel·ligència diferent de la intel·ligència intel·lectual (Føllesdal, 2008). Mayer i Salovey (1997) distingeixen quatre habilitats distintes (tot i que interconnectades) d'IE, basades en la percepció, utilització, enteniment i gestió de les emocions.

Taula 1

Àrees de la intel·ligència emocional segons Mayer i Salovey

Habilitats	L'individu és capaç de...
Percebre les emocions	Identificar les nostres pròpies emocions i necessitats emocionals, així com les dels altres.
Utilitzar les emocions	Aprofitar i implementar les nostres emocions per interpretar millor el món que ens envolta.
Entendre les emocions	Conèixer i saber descriure les emocions pròpies i les dels altres, les seves dinàmiques i els seus possibles efectes.
Gestionar les emocions	Poder "conduir" les emocions pròpies i les dels altres.

Nota: Howell, D., Lea, S. (2020). Main Theories of Emotional and Social Intelligence. Businessballs.

L'avaluació d'aquestes habilitats es realitza, normalment, mitjançant el *Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test*, o MSCEIT (Mayer, Salovey, Caruso i Sitarenios, 2003), un test propietari dels proponents originals d'aquest model. Tot i que aquesta mesura es descriu com un test estàndard d'habilitats emocionals, no és puntuat objectivament, sinó per consens. Així, una puntuació alta en el MSCEIT no indica l'assoliment de criteris determinats, sinó el grau de coincidència de les respostes amb les d'altres participants o amb les d'un grup d'experts.

Tot i ser un dels models més utilitzats i referenciats en l'estudi de la IE, aquest mètode d'avaluació per consens, sumat a la definició de la IE com una habilitat cognitiva, l'han fet objecte de crítiques amb relació a la seva validesa. Føllesdal (2008), per exemple, qüestiona la fiabilitat dels resultats del MSCEIT, mitjançant un estudi al qual observa una considerable

discrepància entre les puntuacions de diferents líders i la percepció que els seus empleats tenen de les seves habilitats emocionals. Segons Føllesdal (2008), aquesta discrepància podria ser causada pel mètode de puntuació per consens del MSCEIT. Aquesta metodologia també és criticada per Petrides (2010), que considera que la valoració per consens de la IE ignora la naturalesa intrínsecament subjectiva de les emocions.

6.2.2. Model mixt

Un altre model popular per descriure la IE és el definit per Daniel Goleman l'any 1995 al seu best-seller *Emotional Intelligence* (Intel·ligència Emocional). Goleman (1995) proposa l'existència de dues intel·ligències diferenciades: Una racional, que ens permet pensar i dur a terme tasques intel·lectuals, i una emocional, desenvolupada al llarg de milers d'anys d'evolució amb l'objectiu d'ajudar-nos a respondre ràpidament a situacions de risc. El problema, segons Goleman (2005), és que la ment emocional sovint interfereix amb la ment racional. En aquests casos, l'eina que ens permet regular aquestes interferències és la IE (Goleman, 2005).

El model de Goleman és un dels que s'anomenen “models mixts” d'IE. Aquest terme s'utilitza per fer referència a models que, tot i tenir punts en comú amb el model d'habilitats, inclouen característiques addicionals a les proposades per Mayer i Salovey (1997), com per exemple trets de personalitat (Føllesdal, 2008). El model de Goleman, per tant, presenta algunes similituds amb el model d'habilitats, partint de les mateixes quatre branques (Percebre les emocions, entendre-les, gestionar-les i utilitzar-les) proposades per Mayer i Salovey (1997). Aquestes habilitats clau són reformulades per Goleman (2005) com “Autoconsciència, Autoregulació, Consciència Social i Habilitats socials”, a les quals suma una cinquena característica, l'Automotivació, tal com es veu a la Taula 2.

Taula 2

Àrees de la intel·ligència emocional segons Goleman

Habilitats	L'individu és capaç de...
Autoconsciència	Conèixer de les pròpies emocions, què les causa, quins efectes tenen... Tenir una visió realista de la pròpia identitat.
Autoregulació	Regular les emocions, sent capaç de resistir impulsos i de pensar abans d'actuar. Habilitat de moderar les respostes emocionals.
Automotivació	Capacitat de motivar-se a un/a mateix/a, obtenint satisfacció intrínseca de les pròpies tasques, sense necessitat de recompenses externes.
Consciència social	Empatia, habilitat de reconèixer les emocions als altres.
Habilitats socials	Habilitat d'establir i mantenir relacions satisfactòries amb altres persones.

Nota: Howell, D., Lea, S. (2020). Main Theories of Emotional and Social Intelligence. Businessballs.

A causa de la naturalesa divulgativa de l'obra de Goleman, potser no és sorprenent que una de les crítiques més recurrents dirigides al model mixt sigui la seva aparent manca de rigor científic i d'evidències justificatives (p. ex. Føllesdal, 2008; Petrides, 2010). Locke (2005), per exemple, considera absurda la noció que "com un monstre de Frankenstein, tenim una dicotomia ment-cos innata, dos cervells enfrontats, un racional i un emocional". Per altra banda, Segons Petrides (2010), el model de Goleman sovint es basa en "terminologia imprecisa, evidències anecdòtiques i afirmacions no fonamentades" (Tot i que també admet que, tractant-se d'un model principalment divulgatiu, potser no és adient avaluar-lo des d'una perspectiva científica).

6.2.3. Model de trets

Petrides i Furnham (2001) defineixen la IE com "una constel·lació de disposicions comportamentals i autopercepcions relacionades amb les capacitats pròpies per reconèixer, processar i utilitzar les informacions amb càrrega emocional". Aquesta definició és part del que s'anomena "model de trets" d'IE.

A diferència del model de Mayer i Salovey (1997) o el de Goleman (2005), que parteixen de la definició de la IE com una intel·ligència basada en habilitats, Petrides i Furnham (2001) es distancien d'aquesta estructura, basant la seva definició d'IE en trets de personalitat de les persones i la pròpia percepció de les seves capacitats. Mitjançant aquesta perspectiva, el model

de trets pretén resoldre el que, segons Petrides (2010), són alguns dels principals problemes del model d'habilitats de Mayer i Salovey.

Un d'aquests problemes és la suposició que l'experiència emocional d'un individu pot ser traslladada a un test estandarditzat semblant a l'utilitzat per mesurar el Quocient Intel·lectual. Petrides (2010) considera que aquesta suposició és errònia, ja que sembla ignorar la subjectivitat intrínseca de les experiències emocionals humanes. El model de trets reconeix aquesta subjectivitat (Petrides, 2010; Robinson i Clore, 2002) interpretant les branques de la IE com a facetes basades en l'autoavaluació de les pròpies capacitats, tal com es veu a la Taula 3.

Taula 3

Dimensions i facetes del model de trets de la intel·ligència emocional

Dimensions / Facetes	L'individu sovint es veu a si mateix com...
<i>Automotivació i adaptabilitat</i>	
Automotivació	Motivat i amb poques probabilitats de rendir-se
Adaptabilitat	Flexible i disposat a adaptar-se a noves condicions
<i>Autocontrol</i>	
Regulació emocional	Capaç de controlar les seves pròpies emocions
Impulsivitat baixa	Reflectiu i amb menys probabilitats de cedir als seus desitjos
Maneig de l'estrès	Capaç de suportar pressió i regular l'estrès
<i>Benestar</i>	
Autoestima	Exitós i segur de sí mateix
Tret de felicitat	Alegre i satisfet amb la seva vida
Tret d'optimisme	Segur i amb més probabilitats de veure la part positiva
<i>Sociabilitat</i>	
Assertivitat	Directe, franc i disposat a defensar els seus drets
Gestió emocional	Capaç d'influir en els sentiments dels altres
Competència social	"Networker" amb habilitats socials superiors
<i>Emocionalitat</i>	
Expressió emocional	Capaç de comunicar els seus sentiments a altres
Percepció emocional	Claredat sobre els seus sentiments i els dels altres
Relacions	Capaç de mantenir relacions personals satisfactòries
Tret d'empatia	Capaç de prendre la perspectiva d'algú altre

Nota: Petrides, K. V. (2010). Trait Emotional Intelligence Theory. *Industrial and Organizational Psychology*, 3(2).

El model de trets de la IE no proposa l'existència d'una persona dotada d'una intel·ligència emocional "perfecta" que li permeti tenir èxit en qualsevol situació: Alguns perfils emocionals seran més avantatjosos en alguns contextos que en altres: L'assertivitat o la capacitat de gestionar les emocions dels altres, per exemple, podrien no suposar un avantatge important per un individu implicat en recerca científica (Petrides, 2010).

Per altra banda, la definició de la IE com una "constel·lació de disposicions comportamentals i autopercepcions" permet integrar el concepte d'intel·ligència emocional dins del coneixement científic establert, en comptes de proposar l'existència d'una nova intel·ligència, independent i desvinculada de la psicologia convencional (Petrides, 2010). Aquesta perspectiva podria resoldre una de les principals crítiques que diversos autors i autores (p. ex. Locke, 2005; Føllesdal, 2008; Mattiuzzi, 2008) han dirigit a altres definicions d'IE.

6.3. El paper de la intel·ligència emocional a la docència

Malgrat la diversitat de perspectives amb relació a la definició teòrica de la intel·ligència emocional, existeix un major consens pel que fa a la seva importància pràctica a la majoria d'àrees de la nostra vida (p. ex. George, 2000; Parker et al., 2004; Locke, 2005; Brackett i Katulak, 2007). L'àmbit docent no és una excepció: La gestió de les emocions és una part integral de l'ensenyament (Hargreaves, 2000), on la resiliència, automotivació, empatia i altres trets podrien ser decisius amb relació a l'habilitat dels docents per motivar i transmetre coneixements de manera efectiva a un públic que, malauradament, sovint mostra poc interès en aquest procés (Tinajero, 2008). Seguidament, s'exploraran algunes de les principals maneres en les quals la IE podria afectar a tot el procés d'ensenyament i aprenentatge, tant des de la perspectiva del docent com de l'alumet.

6.3.1. Autoeficàcia del professorat

Estudiant la relació entre la IE i l'autoeficàcia del professorat (és a dir, la seva confiança en les pròpies habilitats per assolir els seus objectius), Wu et al. (2019), conclouen que la IE (entesa, en aquest cas, com l'habilitat de treballar amb emocions) augmentaria considerablement les probabilitats d'èxit a la professió docent i, per conseqüència, el rendiment dels seus alumnes. Aquest èxit, a més de ser intrínsecament beneficiós per ambdues parts, dóna al docent una major confiança en les seves habilitats, establint una mena de retroalimentació positiva, a través de la qual l'autoeficàcia del docent millora els seus resultats, i viceversa (Wu et al., 2019).

6.3.2. Resistència a l'esgotament professional

Més enllà de les seves habilitats, la IE podria tenir un altre efecte clau sobre l'èxit i el benestar dels docents: La prevenció de l'esgotament professional; un conjunt de símptomes negatius (tant psicològics com físics) resultants de l'exposició repetida a situacions d'estrès a l'entorn laboral

(Demerouti et al., 2002). En el context de l'ensenyament, aquest problema és especialment prevalent entre els professors i les professores novells (Fiorilli et al. 2019), que poden tenir menys experiència gestionant aquesta classe de situacions. Diversos estudis (Chan, 2006; Fiorilli et al., 2019) han mostrat que els docents amb un major grau de competència emocional són més capaços/es d'enfrontar-se a les situacions d'estrès que la seva feina pot suposar, alleujant considerablement la seva càrrega emocional i reduint, així, el risc d'esgotament professional.

6.3.3. Motivació del professorat i l'alumnat

Els docents emocionalment intel·ligents són conscients dels seus punts forts i febles, així com els dels seus alumnes. Aquest autoconeixement reforça l'autoeficàcia i la motivació del docent, mentre que la seva consideració pels alumnes li permet percebre les àrees de coneixement on aquests poden trobar major dificultat, i prendre mesures per reforçar-les (Alam i Ahmad, 2018). Aquestes consideracions ajuden a motivar als alumnes a implicar-se en el procés d'aprenentatge, establint un entorn de classe on es senten més còmodes i disposats a fer preguntes i a expressar els seus dubtes i dificultats (Alam i Ahmad, 2018).

6.3.4. Resolució de conflictes a l'aula

La gestió de conflictes a l'aula també és un aspecte integral de la docència, afectant tant al rendiment del docent com a la qualitat de l'entorn d'aprenentatge i, consegüentment, al rendiment de l'alumnat. Segons Valente i Lourenço (2020), els/les docents emocionalment intel·ligents són més capaços/es de percebre i preocupar-se pels interessos de totes les parts implicades en un conflicte. Consegüentment, són més capaços/es de defensar amb assertivitat la seva posició sense deixar-se manipular, però respectant en tot moment la dels seus alumnes, mitjançant una estratègia de compromís i negociació de cara a la resolució dels conflictes, en lloc de dependre d'estratègies evasives, autoritàries o servicials (Valente i Lourenço, 2020). Aquests processos reforcen una relació positiva entre el docent i els alumnes, facilitant la prevenció i resolució de futurs conflictes i ajudant a establir un clima d'aula més favorable a l'ensenyament i l'aprenentatge (Valente i Lourenço, 2020).

6.4. Entrenament de la intel·ligència emocional

A l'anterior apartat d'aquesta memòria s'ha exposat la IE com un conjunt de trets i habilitats que no només són desitjables de cara al desenvolupament de la tasca docent, sinó que podrien arribar a considerar-se essencials en qualsevol persona que vulgui dedicar-se a l'ensenyament. Però fins i tot si les circumstàncies úniques que han guiat el nostre creixement personal no han promogut el desenvolupament de la nostra competència emocional, aquest fet no ha de ser vist com una condició limitant. La IE no és una qualitat inmutable, present de manera innata en alguns individus i absent de manera absoluta en altres (Goleman, 2005), sinó que ha demostrat

ser susceptible a millora a través de programes d'entrenament (Vesely, Saklofske i Nordstokke, 2014; Gilar-Corbi, Pozo-Rico, Sánchez i Castejón, 2018).

Un exemple destacable d'aquest tipus de programes és l'*Emotional Intelligence Training Program* (Programa d'Entrenament d'Intel·ligència Emocional) o EITP (Gilar-Corbí, Pozo-Rico, Sánchez et al., 2018), una intervenció pedagògica dissenyada per fomentar la millora de diverses competències lligades a la IE, com la percepció, reconeixement i gestió d'emocions, presa de decisions, gestió de l'estrès, etc. Seguidament, s'exploraran les principals característiques d'aquest programa, així com l'interès que podria tenir de cara a la formació del professorat de tecnologia.

Gilar-Corbí, Pozo-Rico, Sánchez et al. (2018), descriuen tres possibles modalitats metodològiques per la implementació de l'EITP: presencial, no presencial i *Coaching* (entrenament personal), tal com es veu a la Taula 4. Les tres modalitats incorporen activitats d'aprenentatge en línia a través d'un campus virtual. Aquestes activitats, així com la resta de materials del programa, estan disponibles al campus, independentment de la modalitat escollida. La modalitat no presencial es desenvolupa integralment a través d'aquesta plataforma. Les altres dues modalitats, a més, inclouen sessions presencials complementàries a les activitats del campus virtual, on el/la professor/a explica les activitats, comparteix exemples i resol dubtes (Gilar-Corbi, Pozo-Rico, Pertegal-Felices i Sanchez, 2018). En el cas de la modalitat *Coaching*, a més, s'inclou una sessió setmanal individualitzada, oferint un nivell addicional d'orientació i optimització del procés d'aprenentatge. Addicionalment, les tres modalitats poden incorporar sessions periòdiques de tutoria (cara a cara o en línia), mitjançant les quals el professor supervisa el progrés dels alumnes.

Taula 4

Modalitats metodològiques de l'EITP

Modalitat	Descripció
No Presencial	Sessions desenvolupades integralment a través d'una plataforma virtual, dinamitzades mitjançant la utilització de fòrums i activitats dialògiques.
Presencial	Sessions presencials combinades amb activitats a través d'una plataforma virtual basada en una metodologia d'aprenentatge <i>Flipped Classroom</i> .
Coaching	Sessions presencials combinades amb sessions de <i>Coaching</i> i activitats a través d'una plataforma virtual.

Nota: Gilar-Corbí, R., Pozo-Rico, T., Sánchez, B. & Castejón, J. L. (2018). Can Emotional Competence Be Taught in Higher Education? A Randomized Experimental Study of an Emotional Intelligence Training Program Using a Multimethodological Approach. *Frontiers in Psychology*, 9:1039.

Pel que fa a la temporització i organització de les sessions, el programa pot ser implementat al llarg de vuit setmanes (Gilar-Corbi, Pozo-Rico, Pertegal-Felices et al., 2018). Cada setmana es du a terme una activitat a través del campus virtual, que pot ser complementada amb una sessió setmanal de 2 hores presencials (a les modalitats presencial i Coaching), així com una sessió individualitzada setmanal de 20 minuts (a la modalitat Coaching). Els continguts treballats són idèntics independentment de la modalitat escollida, i segueixen la seqüència que es mostra a la Taula 5.

Taula 5

Estructura bàsica de l'EITP

Sessió	Continguts
1. Introducció	Introducció al programa.
2. IE Intrapersonal	Autoestima, autorealització i autoconeixement. Percepció i enteniment de les pròpies emocions.
3. IE Interpersonal	Relacions, empatia i responsabilitat social. Percepció i enteniment de les emocions dels altres
4. Adaptabilitat i presa de decisions	Reconèixer i entendre l'impacte de les emocions a la presa de decisions. Utilització de la informació emocional a la presa de decisions.
5. Expressió	Expressió emocional, assertivitat i independència. Aprendre a expressar les emocions mitjançant la resolució de casos pràctics que requereixen idees innovadores.
6. Gestió de l'estrès	Flexibilitat, tolerància a l'estrès i optimisme. Aprendre a gestionar l'estrès a través d'una discussió sobre situacions d'estrès comunes al lloc de feina.
7. Enteniment i gestió emocional	Gestió de les emocions pròpies i les dels altres. Aprendre a gestionar les emocions pròpies i a influenciar les dels altres, a través d'una exposició i discussió sobre com aplicar aquestes habilitats al dia a dia de l'àmbit professional.
8. Feedback i futur desenvolupament	Conclusions del programa. Creació d'un pla de ruta personal i professional i desenvolupament d'un compromís amb el creixement personal i acadèmic.

Nota: Gilar-Corbi, R., Pozo-Rico, T., Pertegal-Felices, M.L. & Sánchez, B. (2018). Emotional intelligence training intervention among trainee teachers: a quasi-experimental study. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 31, 33.

Seguint el model descrit per Gilar-Corbi, Pozo-Rico, Pertegal-Felices et al. (2018), totes les sessions segueixen una estructura similar: En primer lloc, es defineixen els continguts i objectius a treballar. Seguidament, es divideix la classe en grups d'entre quatre i sis estudiants i es demana als alumnes que reflexionin sobre diversos temes. Cada un dels grups escull un líder, que tindrà la tasca de recollir les principals idees discutides sobre un dels temes, durant un període d'uns 15 minuts. Passat aquest temps, s'escull un altre líder i es passa a treballar un altre dels temes proposats. Aquest procés es repeteix fins que s'han discutit tots els temes, de manera que tots els membres del grup han actuat com a líders en algun moment. Fet això, s'escull un portaveu per cada grup i es fa una posada en comú de les idees recollides per cada grup de treball durant la sessió. A partir d'aquesta discussió final, cada alumne prepara les seves conclusions

individuals, lliurant-les al professor/a per tal que aquest pugui valorar el seu progrés i preparar la següent sessió de forma corresponent.

Gilar-Corbí, Pozo-Rico, Sánchez et al. (2018), la implementació d'aquesta classe de programes podria ser especialment afavorida en l'entorn d'aprenentatge presentat en el context de l'ensenyament universitari, així com a cursos de formació del professorat (Gilar-Corbi, Pozo-Rico, Pertegal-Felices et al., 2018). En aquest context, Gilar-Corbi, Pozo-Rico, Pertegal-Felices et al. (2018) també destaquen que la càrrega de treball relativament lleugera que suposa la implementació del programa no sembla interferir en el rendiment dels estudiants de cara a la resta d'assignatures, ni sotmetre'ls a una sobrecàrrega de treball fora de l'aula. Aquests indicis semblen apuntar a la validesa de programes com l'EITP de cara a la millora de la IE i, consegüentment, podrien presentar la seva integració com una opció atractiva i viable de cara al reforç de les competències emocionals en el context de la formació del professorat.

7. Metodologia

Per tal de veure si l'aplicació d'un programa similar seria desitjable en el context del Màster, s'ha avaluat la IE de les persones que l'estan cursant actualment. Aquesta avaluació tenia l'objectiu de fer una estimació orientativa sobre la competència emocional dels alumnes del Màster, fent-ne una mesura general i detectant possibles àrees o dimensions de la IE que requerissin reforç. A continuació es pot veure una descripció detallada del procés dut a terme per realitzar aquest estudi, incloent-hi els instruments utilitzats, detalls sobre la mostra, el procediment, l'anàlisi de dades i, naturalment, els resultats que s'hi han obtingut.

7.1. Instruments

Per aconseguir una visió més completa de la competència emocional dels alumnes, es van utilitzar dos qüestionaris d'avaluació basats en diferents models d'IE i internacionalment reconeguts: El *Schutte Self Report Emotional Intelligence Test* (SSEIT), que analitza la IE des del punt de vista de les habilitats emocionals dels participants, i el *Trait Emotional Intelligence Questionnaire – Short Form* (TEIQue-SF), que ofereix una perspectiva basada en el model de trets.

7.1.1. SSEIT (Schutte Self Report Emotional Intelligence Test)

El *Schutte Self Report Emotional Intelligence Test* (Prova d'Autoinforme d'Intel·ligència Emocional de Schutte) o SSEIT és una eina de mesura d'IE desenvolupada per Schutte et al. (1998). Tot i estar basada principalment en el model d'habilitats de la IE proposat per Mayer i Salovey (1997), difereix considerablement d'altres eines de mesura basades en aquest model, ja que no s'avalua a través d'una sèrie de proves d'habilitats, sinó d'un qüestionari d'autoavaluació. En aquest sentit, la inclusió d'aquest tipus d'avaluació subjectiva podria alleujar un dels principals problemes que Petrides (2010) associa al model d'habilitats (és a dir, la manca de consideració

per la naturalesa subjectiva de les emocions). La prova consisteix en un qüestionari d'autoavaluació de la pròpia conducta, compost per 33 preguntes o ítems relacionats amb la percepció, expressió, gestió i utilització d'emocions (*Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations* [CREIO], 2021a). Cada un dels ítems es respon utilitzant una escala Likert de 5 punts, on 1 significa *Molt en desacord* i 5 *Molt d'acord*. Per calcular la puntuació total, es fa una suma dels punts de les respostes de cada ítem, tenint en compte que la puntuació d'alguns ítems (indicats amb “*” a la llista) s'ha d'invertir abans de sumar-la al total (per exemple, una resposta de 5 es converteix en una puntuació d'1). El llistat d'ítems d'aquest qüestionari es pot veure a l'Annex 1.

7.1.2. TEIQue-SF (Trait Emotional Intelligence Questionnaire – Short Form)

El *Trait Emotional Intelligence Questionnaire – Short Form* (Qüestionari d'Intel·ligència Emocional de Trets – Forma Curta) o TEIQue-SF és una eina desenvolupada per Petrides i Furnham (2006) per tal de mesurar la IE segons el model de trets. Aquest instrument és una versió curta del TEIQue (També desenvolupat per Petrides i Furnham), que compta amb un ample suport empíric pel que fa a la seva fiabilitat i utilitat (CREIO, 2021b). Molt similar en format al SSEIT, consisteix en un formulari d'autoavaluació compost per 30 ítems lligats a les dimensions i facetes d'IE definides segons model de trets (Zampetakis, 2011). Els ítems es responen seguint una escala Likert de 7 punts, on 1 significa *Completament en desacord* i 7 *Completament d'acord*. Per puntuar la prova, es sumen els valors de totes les respostes, tenint en compte que alguns ítems es puntuen inversament. El llistat d'ítems del qüestionari es pot veure a l'Annex 2.

7.2. Mostra

La mostra utilitzada per al qüestionari SSEIT està formada per 41 alumnes del Màster de formació del professorat de secundària (especialitat de tecnologia), dels quals 22 (53.7%) són dones i 19 (46.3%) homes. Pel que fa a l'edat, 13 (31.7%) són menors de 30 anys, 5 (12.2%) tenen entre 30 i 39 anys (inclosos), i 23 (56.1%) tenen 40 anys o més.

Per altra banda, per al qüestionari TEIQue-SF es va aconseguir una mostra total de 30 alumnes del mateix grup de Màster, dels quals 16 (53.3%) són dones i 14 (46.7%) són homes. Entre els participants d'aquest test, 11 (36.7%) són menors de 30 anys, 7 (23.3%) tenen entre 30 i 39 anys (inclosos), i 12 (40%) tenen 40 anys o més.

Considerant una població total de 60 alumnes al grup del Màster (especialitat tecnologia), i un nivell de confiança del 95%, s'ha treballat amb un marge d'error del 8% per al SSEIT i 13% per al TEIQue-SF. Tot i que aquests marges (especialment pel que fa al TEIQue-SF) són millorables, s'han considerat acceptables de cara a percebre tendències generals en les autopercepcions d'IE dels alumnes del Màster.

7.3. Aplicació dels qüestionaris

Un cop obtingudes les còpies en anglès d'ambdós qüestionaris, es va procedir a la seva traducció al català i l'espanyol per tal d'assegurar la seva comprensió per part de tots els participants. Seguidament, es van adaptar els qüestionaris a un format de formulari de *Google Forms* de manera que els participants hi poguessin accedir virtualment des de qualsevol lloc. Per tal d'obtenir un conjunt de dades més complet, ambdós qüestionaris també demanaven que el participant indiqués el seu sexe i la seva franja d'edat (menys de 30 anys, entre 30 i 39, entre 40 i 50 o més de 50).

A l'hora de preparar els qüestionaris, també es va haver de tenir en compte la possibilitat d'aparició de patrons de respostes "socialment desitjables" (Paulhus, 2002), on els participants intenten trobar les respostes "correctes" que els permetin ser vistos favorablement per les persones que realitza l'estudi. Per tal de reduir aquest risc, es va permetre respondre de manera anònima, disminuint la pressió social sobre els participants. Per altra banda, es va evitar l'ús d'expressions com "avaluació de competències" o "estudi d'habilitats" als qüestionaris, amb l'objectiu que els participants tinguessin una menor temptació de buscar-hi respostes "correctes" que maximitzessin la seva puntuació. Finalment, per reforçar aquesta idea també es van incorporar indicacions com "No pensis gaire temps sobre el significat exacte de les afirmacions" i "No hi ha respostes correctes o incorrectes" a les instruccions d'ambdós qüestionaris.

Els formularis van ser distribuïts mitjançant un enllaç amb els alumnes de l'actual curs del Màster de formació del professorat de secundària (especialitat de tecnologia) de la FIB. Les respostes, com ja s'ha dit, es van rebre de manera anònima, a través de la mateixa plataforma *Google Forms*.

7.4. Anàlisi de dades

Un cop recollides les respostes, es van calcular les puntuacions mitjanes globals d'ambdós tests, fent la mitjana aritmètica de les puntuacions obtingudes per tots els participants. Per tal de veure si hi havia àrees específiques d'IE que poguessin requerir reforç, també es va calcular la puntuació mitjana de cada un dels ítems individuals d'ambdós qüestionaris. Per facilitar la comprensió dels resultats, es van convertir les puntuacions del SSEIT a una escala 1 – 5 i les del TEIQue-SF a una escala 1 – 7, obtenint així resultats amb un format coherent amb les respectives escales Likert utilitzades en ambdós qüestionaris. Per comprovar la fiabilitat dels resultats, en aquesta fase també es va fer el càlcul de la consistència interna d'ambdós qüestionaris mitjançant el coeficient alfa de Cronbach.

Finalment, es procedí a estudiar possibles diferències en les puntuacions en funció del sexe i l'edat dels participants, amb l'objectiu de veure si es podia observar alguna relació entre aquestes variables i les puntuacions de la prova. Tot i que aquestes dues variables no haurien de condicionar les mesures que es prenguessin de cara a la integració de la IE a la formació del professorat, es van considerar d'interès de cara a fer un estudi més complet. Novament, es van considerar tant les puntuacions globals com les dels ítems individuals.

De cara a l'avaluació dels resultats d'ambdós qüestionaris, es va prendre un valor mitjà de referència per cada un d'ells, basat en estudis previs realitzats amb aquestes eines. Així, es va establir un valor de referència de 3.75 punts per al SSEIT (Di Lorenzo, Venturelli, Spiga i Ferri, 2019) i de 5.10 punts per al TEIQue-SF (Cooper i Petrides, 2010).

8. Resultats

8.1. Fiabilitat

Fent l'anàlisi de la consistència interna (fiabilitat) de les puntuacions obtingudes mitjançant ambdós instruments, es va obtenir un coeficient Alfa de Cronbach $\alpha = 0.88$ per al SSEIT i $\alpha = 0.86$ per al TEIQue-SF. Aquest alt nivell de consistència interna es pot considerar satisfactori de cara a l'anàlisi de resultats.

Taula 6

Coefficient de fiabilitat per els qüestionaris SSEIT i TEIQue-SF

Instrument de mesura	Fiabilitat (α)
SSEIT	0.88
TEIQue-SF	0.86

Nota: El coeficient de fiabilitat s'ha calculat mitjançant un mètode d'anàlisi de variància (ANOVA).

8.2. Resultats obtinguts

A la taula 7, es mostren les puntuacions mitjanes globals i per preguntes obtingudes mitjançant el SSEIT. Per facilitar la visualització de les dades, els ítems s'han ordenat segons les àrees del model d'habilitats d'IE a les que van lligats, seguint la plantilla utilitzada per Lane et al. (2009):

Taula 7*Puntuacions mitjanes del SSEIT*

Àrees / Ítems	Mitjana
Puntuació global (SSEIT)	3.85
<i>Percebre les pròpies emocions</i>	3.83
2. Quan em trobo amb obstacles, recordo cops que m'he trobat obstacles semblants i els he superat.	4.15
9. Sóc conscient de les meves emocions així com les sento.	4.02
15. Sóc conscient dels missatges no verbals que envio als altres.	3.32
19. Sé per què canvien les meves emocions.	3.59
22. Reconec fàcilment les emocions que sento.	4.07
<i>Percebre les emocions dels altres</i>	3.56
5. M'és difícil entendre els missatges no verbals dels altres.	3.63
18. Puc reconèixer les emocions dels altres a partir de les seves expressions facials.	3.68
25. Sóc conscient dels missatges no verbals que envia l'altra gent.	3.73
26. Quan una altra persona em conta algun esdeveniment important a la seva vida, gairebé em sento com si ho hagués experimentat jo mateix/a.	3.37
29. Em basta veure algú per saber com es sent.	3.24
32. Sé com es senten els altres a partir del seu to de veu.	3.54
33. M'és difícil entendre per què les persones es senten de la manera que ho fan.	3.71
<i>Gestionar les emocions</i>	3.96
1. Sé quan parlar amb els altres sobre els meus problemes personals.	3.83
6. Alguns dels esdeveniments més importants de la meua vida m'han portat a reavaluar el que és important i el que no ho és.	4.29
14. Busco activitats que em fan feliç.	4.22
21. Tinc control sobre les meves emocions.	3.44
23. Em motivo a mi mateix/a imaginant bons resultats per les tasques que duc a terme.	4.02
<i>Habilitats socials</i>	3.91
4. Altres persones troben fàcil confiar en mi.	4.10
11. M'agrada compartir les meves emocions amb altres.	3.59
13. Organitzo esdeveniments que agraden als altres.	3.46
24. Felicito els altres quan fan alguna cosa bé.	4.51
30. Ajudo als altres a sentir-se millor quan es troben deprimits.	3.90
<i>Utilitzar les emocions</i>	3.84
7. Quan canvia el meu estat d'ànim, veig noves possibilitats.	3.95
12. Quan experimento una emoció positiva, sé com fer-la durar.	3.24
16. Em presento d'una manera que causa una bona impressió als altres.	3.54
17. Quan em trobo en un estat d'ànim positiu, m'és fàcil resoldre problemes.	4.37
20. Quan em trobo en un estat d'ànim positiu, sóc capaç de generar noves idees.	4.37

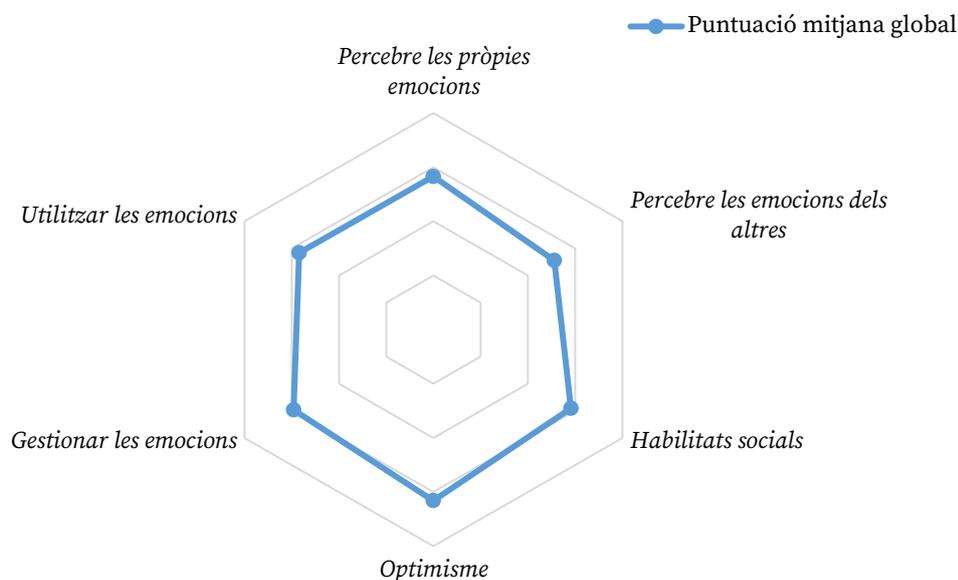
Àrees / Ítems	Mitjana
27. Quan sento un canvi d'emocions, sovint se m'ocorren noves idees.	3.54
31. Utilitzo estats d'ànim positius per ajudar-me a seguir intentant-ho enfront dels obstacles.	3.93
<i>Optimisme</i>	4.16
3. Espero bons resultats en la majoria de coses que provo.	4.20
8. Les emocions són una de les coses que fa que la meua vida valgui la pena.	4.24
10. Espero que passin coses bones	4.05
28. Quan em trobo amb un repte, em rendeixo perquè crec que fracassaré.	4.15

Nota: Ítems ordenats segons les seves àrees corresponents. Totes les puntuacions apareixen anotades en una escala numèrica 1 - 5 (on 1 i 5 són les puntuacions mínima i màxima possibles, respectivament).

Els resultats obtinguts indiquen una puntuació mitjana global acceptable (3.85), amb una variació considerable en funció dels ítems: Per una part, s'han obtingut resultats superiors a la mitjana en ítems lligats a la percepció i gestió de les pròpies emocions (ítem 4 = 4.15, ítem 6 = 4.29, ítem 14 = 4.22), la propensió a oferir reforçament positiu als altres (ítem 24 = 4.51), la utilització d'emocions positives per impulsar la creativitat i la resolució de problemes (ítems 17 i 20 = 4.37) i, sobretot, l'optimisme general amb la vida (ítem 3 = 4.20, ítem 8 = 4.24, ítem 10 = 4.15). Per altra banda, també s'han obtingut resultats significativament inferiors a la mitjana en algunes àrees. Això es pot veure sobretot amb relació a la percepció del propi llenguatge no verbal (ítem 15 = 3.32), la empatia (ítem 26 = 3.37) i la percepció d'estats d'ànim (ítem 29 = 3.24), i la gestió de les emocions (ítem 21 = 3.44, ítem 12 = 3.24). Així, malgrat que els participants mostren un grau adequat de competència emocional, s'hi poden percebre àrees amb un marge de millora significatiu, especialment amb relació a la percepció o la gestió d'emocions.

Figura 1

Distribució de les puntuacions mitjanes per àrees del model d'habilitats



A la Taula 8 es poden veure els resultats obtinguts al TEIQue-SF. Per facilitar la visualització de les dades, els ítems del TEIQue-SF s'han ordenat segons les dimensions del model de trets d'IE a les que van lligats (Zampetakis, 2011):

Taula 8

Puntuacions mitjanes del TEIQue-SF

Dimensions / Ítems	Mitjana
Puntuació global (TEIQue-SF)	5.00
<i>Automotivació i adaptabilitat</i>	5.15
3. En general, sóc una persona molt motivada.	5.20
14. Sovint trobo difícil ajustar la meva vida en funció de les circumstàncies.	6.63
18. Normalment em costa mantenir-me motivat/da.	5.00
29. Generalment, sóc capaç d'adaptar-me a entorns nous.	5.77
<i>Autocontrol</i>	4.68
4. En general, trobo difícil regular les meves emocions.	5.23
7. Tendeixo a canviar d'opinió freqüentment.	4.47
15. Generalment, sóc capaç d'afrontar l'estrès.	5.20
19. Normalment sóc capaç de trobar formes de controlar les meves emocions quan vull fer-ho.	5.23
22. Tendeixo a involucrar-me en coses de les quals més tard voldria sortir.	3.67
30. Els altres m'admiren per estar relaxat/da.	4.30

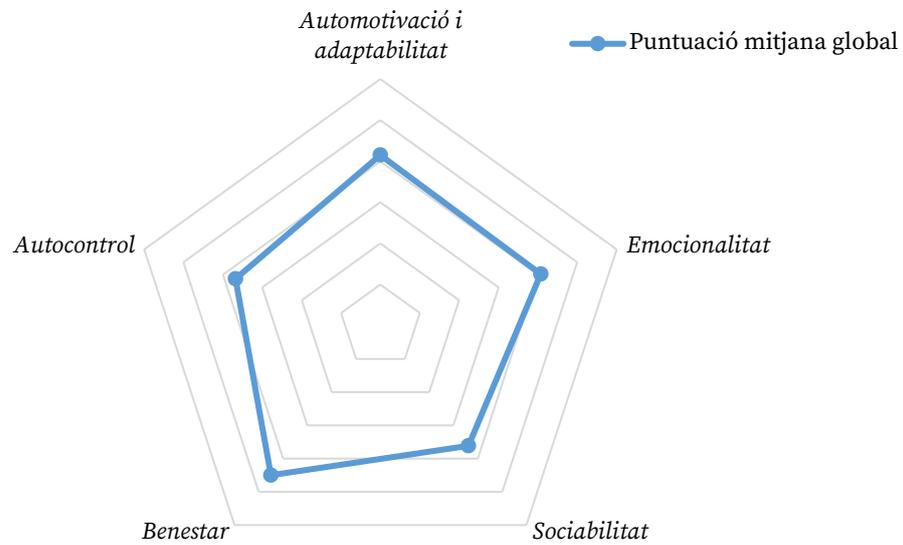
Dimensions / Ítems	Mitjana
<i>Benestar</i>	5.50
5. Generalment, no trobo que la vida sigui agradable.	5.73
9. Crec que tinc diverses qualitats positives.	6.13
12. En general, tinc una perspectiva pessimista sobre la majoria de coses.	5.13
20. Generalment, estic satisfet/a amb la meua vida.	5.60
24. Crec que estic ple/na de fortaleces personals.	5.07
27. Generalment crec que les coses aniran bé a la meua vida.	5.33
<i>Sociabilitat</i>	4.62
6. Puc tractar amb gent de manera efectiva.	5.67
10. Sovint trobo difícil defensar els meus drets.	3.80
11. Normalment sóc capaç d'influir en com es senten els altres.	4.47
21. Em descriuria a mi mateix/a com un/a bon/a negociador/a.	4.73
25. Tendeixo a "retrocedir" fins i tot si sé que tinc raó.	4.57
26. No semblo tenir cap poder sobre els sentiments dels altres.	4.50
<i>Emocionalitat</i>	5.07
1. Expressar les meves emocions amb paraules no és un problema per mi.	4.97
2. Sovint trobo difícil veure les coses des del punt de vista d'una altra persona.	4.90
8. Molts cops, no puc entendre quina emoció sento.	4.90
13. Les persones properes a mi sovint es queixen de què no les tracto bé.	6.00
16. Sovint trobo difícil mostrar afecte a les persones properes a mi.	4.80
17. Normalment sóc capaç de "ficar-me a lloc dels altres" i experimentar les seves emocions.	5.63
23. Sovint faig una pausa i penso en els meus sentiments.	4.20
28. Trobo difícil establir llaços, fins i tot amb les persones més properes a mi.	5.13

Nota: Ítems ordenats segons les seves dimensions corresponents. Totes les puntuacions apareixen anotades en una escala numèrica 1 - 7 (on 1 i 7 són les puntuacions mínima i màxima possibles, respectivament).

Els resultats obtinguts al TEIQue-SF mostren una puntuació mitjana global acceptable (5.00), tot i que lleugerament inferior a la mitjana de referència d'aquest qüestionari (5.10 [Cooper i Petrides, 2010]). Novament, trobem diferències considerables entre els diferents ítems del qüestionari: S'han obtingut resultats significativament superiors a la mitjana en ítems lligats a l'adaptabilitat (ítem 14 = 6.63, ítem 29 = 5.77), l'optimisme (ítem 5 = 5.73), l'autoestima (ítem 9 = 6.13) i les relacions personals (ítem 13 = 6.00). Per altra banda, s'han observat resultats inferiors a la mitjana en ítems relacionats amb la impulsivitat (ítem 7 = 4.47), ítem 22 = 3.67, ítem 30 = 4.30), l'autoreflexió (ítem 23 = 4.20), l'assertivitat (ítem 10 = 3.80, ítem 25 = 4.57) i la gestió de les emocions dels altres (ítem 11 = 4.47, ítem 26 = 4.50).

Figura 2

Distribució de les puntuacions mitjanes per dimensions del model de trets



Els participants, per tant, semblen tenir una imatge positiva pel que fa al seu desenvolupament de trets com l'optimisme, l'adaptabilitat, la resiliència i la capacitat d'automotivació. Tot i que aquests trets són molt positius de cara a promoure l'autoeficàcia i el rendiment docent, aquest seu efecte podria ser atenuat per possibles deficiències en alguns trets i habilitats importants en aquest àmbit, com per exemple l'autocontrol, l'autoreflexió, l'assertivitat i la gestió emocional.

8.2.1. Diferències en funció del sexe

S'han observat lleugeres diferències de puntuacions en funció del sexe en ambdós qüestionaris. En primer lloc, a la Taula 9 es mostren els ítems de la prova SSEIT en els quals s'ha observat més diferència (0.5 punts o més) en funció del sexe:

Taula 9

Resum de diferències de puntuacions del SSEIT en funció del sexe

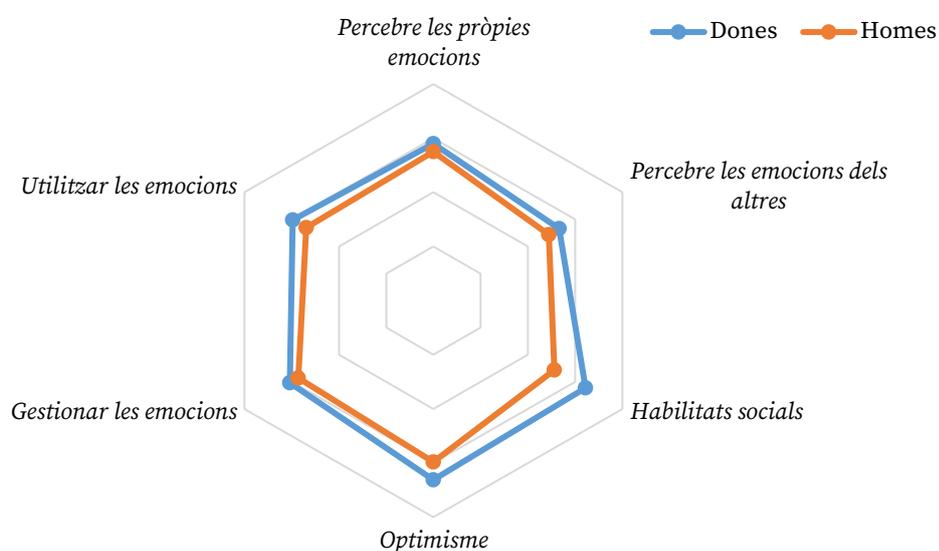
Ítems	Dones	Homes
Puntuació mitjana global (SSEIT)	4.00	3.70
<i>Percebre les pròpies emocions</i>	3.90	3.75
<i>Percebre les emocions dels altres</i>	3.66	3.44
26. Quan una altra persona em conta algun esdeveniment important a la seva vida, gairebé em sento com si ho hagués experimentat jo mateix/a.	3.73	2.95
<i>Gestionar les emocions</i>	4.04	3.86
23. Em motivo a mi mateix/a imaginant bons resultats per les tasques que duc a terme.	4.27	3.74
<i>Habilitats socials</i>	4.22	3.56
11. M'agrada compartir les meves emocions amb altres.	4.09	3.00
13. Organitzo esdeveniments que agraden als altres.	3.86	3.00
24. Felicito els altres quan fan alguna cosa bé.	4.82	4.12
<i>Utilitzar les emocions</i>	3.98	3.69
7. Quan canvia el meu estat d'ànim, veig noves possibilitats.	4.27	3.58
<i>Optimisme</i>	4.31	3.98
10. Espero que passin coses bones.	4.41	3.63

Nota: Ítems ordenats segons les seves àrees corresponents. Totes les puntuacions apareixen anotades en una escala numèrica 1 – 5 (on 1 i 5 són les puntuacions mínima i màxima possibles, respectivament). La comparativa completa amb tots els ítems es pot veure als Annexos.

Com es pot veure, les participants que s'han identificat com dones han obtingut una puntuació mitjana global (4.00) més alta que els que s'han identificat com homes (3.70). Aquestes diferències també es poden veure a la majoria d'ítems individuals, especialment a aquells lligats a habilitats com l'empatia (ítem 26 = 0.78 punts de diferència), les habilitats socials (ítem 11 = 1.09, ítem 13 = 0.86, ítem 24 = 0.70 pt. de diferència) i l'optimisme (ítem 10 = 0.78 pt. de diferència).

Figura 3

Diferències de puntuacions mitjanes per àrees, en funció del sexe



Seguidament, a la Taula 10 es poden veure els ítems en els quals s'ha observat més diferència (0,5 punts o més), així com les dimensions d'IE associades a aquests:

Taula 10

Resum de diferències de puntuacions del TEIQue-SF en funció del sexe

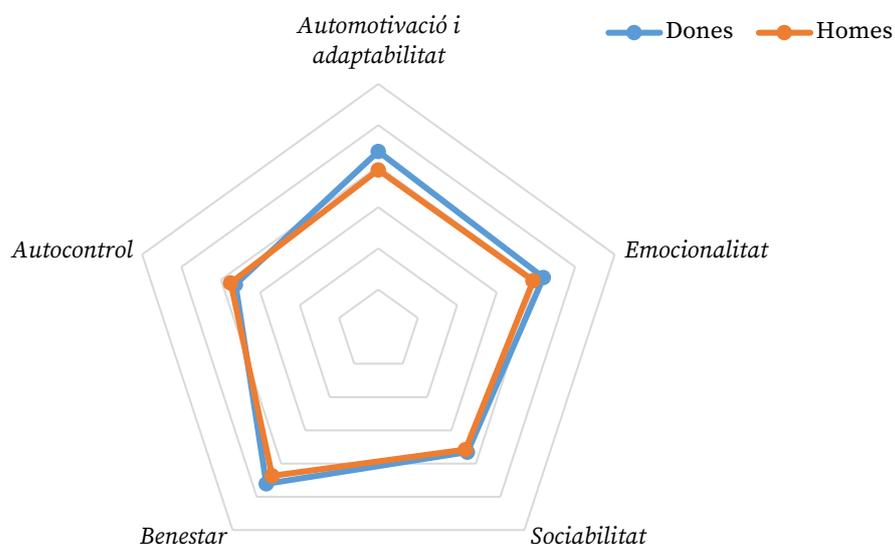
Dimensions / Ítems	Dones	Homes
Puntuació mitjana global (TEIQue-SF)	5.08	4.91
<i>Automotivació i Adaptabilitat</i>	5.36	4.91
3. En general, sóc una persona molt motivada.	5.50	4.86
14. Sovint trobo difícil ajustar la meva vida en funció de les circumstàncies.	4.88	4.36
<i>Autocontrol</i>	4.63	4.75
7. Tendeixo a canviar d'opinió freqüentment.	4.19	4.79
22. Tendeixo a involucrar-me en coses de les quals més tard voldria sortir.	3.13	4.29
<i>Benestar</i>	5.61	5.37
12. En general, tinc una perspectiva pessimista sobre la majoria de coses.	5.38	4.86
<i>Sociabilitat</i>	4.66	4.58
6. Puc tractar amb gent de manera efectiva.	6.00	5.29
21. Em descriuria a mi mateix/a com un/a bon/a negociador/a.	5.13	4.29
25. Tendeixo a "retrocedir" fins i tot si sé que tinc raó.	4.25	4.93
<i>Emocionalitat</i>	5.19	4.93
8. Molts cops, no puc entendre quina emoció sento.	4.63	5.21
23. Sovint faig una pausa i penso en els meus sentiments.	4.63	3.71

Nota: Ítems ordenats segons les seves dimensions corresponents. Totes les puntuacions apareixen anotades en una escala numèrica 1 - 7 (on 1 i 7 són les puntuacions mínima i màxima possibles, respectivament). La comparativa completa amb tots els ítems es pot veure als Annexos.

Novament, les persones que s'han identificat com dones han obtingut una puntuació mitjana (5.08) generalment més alta que els identificats com homes (4.91). Les participants que s'han identificat com dones també han obtingut una major puntuació en la majoria d'ítems individuals, especialment en aquells lligats a la motivació (ítem 7 = 0.64 pt. de diferència), l'optimisme (ítem 12 = 0.52 pt. de diferència), la competència social (ítem 6 = 0.71 pt. de diferència), les habilitats de negociació (ítem 21 = 0.84 pt. de diferència) i l'autoreflexió (ítem 23 = 0.92 punts de diferència). Els individus que s'han identificat com homes, per altra banda, han obtingut puntuacions més altes en alguns ítems del qüestionari, entre els quals podem destacar aquells que estan relacionats amb trets com l'autocontrol (ítem 7 = 0.60 pt. de diferència, ítem 22 = 1.13 pt. de diferència), l'assertivitat (ítem 25 = 0.68 pt. de diferència) i la percepció de les pròpies emocions (ítem 8 = 0.58 pt. de diferència).

Figura 4

Diferències de puntuacions mitjanes per dimensions, en funció del sexe



Per ambdós qüestionaris, les participants que s'han identificat com dones han obtingut una puntuació major als que s'han identificat com homes. Aquesta diferència, tot i ser relativament petita, és coherent amb els resultats obtinguts per Cooper i Petrides (2010) a través d'un estudi amb una mostra molt més gran. Per altra banda, les diferències trobades en els ítems individuals dels qüestionaris, tot i ser interessants, no són prou significatives (tenint en compte la mida de mostra) per a concloure que existeixi una relació entre el sexe i la propensitat o facilitat de cara

al desenvolupament de determinades habilitats o trets relacionats amb la IE, i és possible que no deixin de ser casuals.

8.2.2. Diferències en funció de l'edat

Pel que fa a les diferències en funció de l'edat, els resultats del SSEIT no han mostrat cap relació entre aquest factor i la puntuació obtinguda. Tot i que hi ha lleugeres diferències a les puntuacions dels ítems individuals, les mitjanes globals de cada franja d'edat han estat molt similars, tal com es veu a la taula 11.

Taula 11

Resum de diferències de puntuacions del SSEIT en funció de l'edat

Ítem	< 30 anys	30 – 39 anys	≥ 40 anys
Puntuació global	3,85	3,80	3,85

Nota: Totes les puntuacions apareixen anotades en una escala numèrica 1 – 5 (on 1 i 5 són les puntuacions mínima i màxima possibles, respectivament). La comparativa completa amb tots els ítems es pot veure als Annexos.

Els resultats del TEIQue-SF, per altra banda, han mostrat considerablement més diferències en aquest sentit, tal com es veu a la Taula 12.

Taula 12

Resum de diferències de puntuacions del TEIQue-SF en funció de l'edat

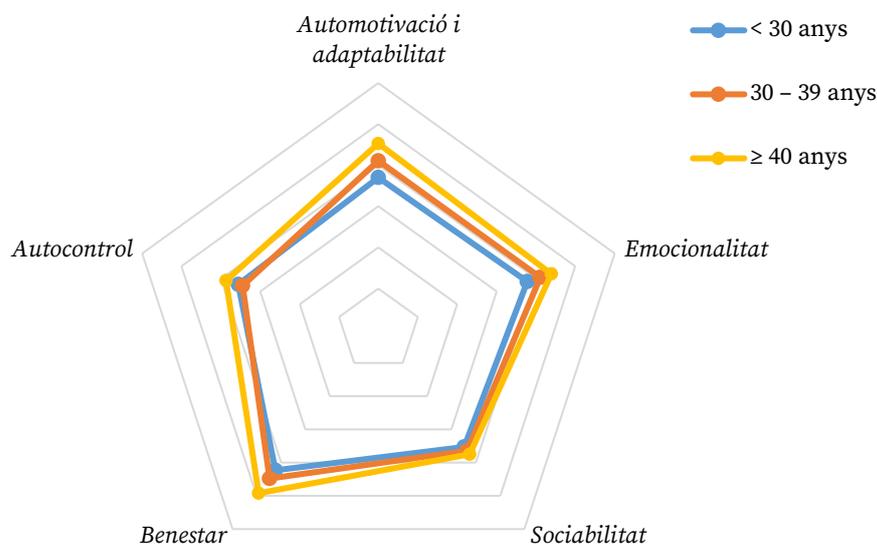
Dimensions / Ítems	< 30 anys	30 – 39 anys	≥ 40 anys
<i>Puntuació global de trets d'IE</i>	4.77	4.96	5.28
<i>Automotivació i adaptabilitat</i>	4.70	5.11	5.53
14. Sovint trobo difícil ajustar la meua vida en funció de les circumstàncies.	4.09	4.43	5.10
29. Generalment, sóc capaç d'adaptar-me a entorns nous.	5.18	5.71	6.30
<i>Autocontrol</i>	4.56	4.45	4.87
15. Generalment, sóc capaç d'afrontar l'estrès.	4.64	5.14	5.90
<i>Benestar</i>	5.23	5.48	5.92
12. En general, tinc una perspectiva pessimista sobre la majoria de coses.	4.36	4.43	6.40
20. Generalment, estic satisfet/a amb la meua vida.	5.27	6.29	5.60
<i>Sociabilitat</i>	4.53	4.64	4.75
<i>Emocionalitat</i>	4.78	5.11	5.39
8. Molts cops, no puc entendre quina emoció sento.	4.45	4.43	5.50
16. Sovint trobo difícil mostrar afecte a les persones properes a mi.	3.91	5.43	5.50
28. Trobo difícil establir llaços, fins i tot amb les persones més properes a mi.	4.09	5.00	6.30

Nota: Ítems ordenats segons les seves dimensions corresponents. Totes les puntuacions apareixen anotades en una escala numèrica 1 – 7 (on 1 i 7 són les puntuacions mínima i màxima possibles, respectivament). La comparativa completa amb tots els ítems es pot veure als Annexos.

Com es pot veure, les persones amb major edat han obtingut, generalment, una puntuació més alta que les persones de menor edat (5.28, 4.96 i 4.77 per els alumnes amb quaranta anys o més, els d'entre 30 i 39, i els de menys de 30 anys, respectivament), tant globalment com en els ítems individuals. Aquesta diferència és especialment significativa en ítems lligats amb les relacions interpersonals (ítem 16 = 1.59 pt. de diferència, ítem 28 = 2.21 pt. de diferència), l'adaptabilitat (ítem 14 = 1.01 pt. de diferència, ítem 29 = 1.12 pt. de diferència), l'optimisme (ítem 12 = 2.04 pt. de diferència) i la gestió de l'estrès (ítem 15 = 1.26 pt. de diferència).

Figura 5

Diferències de puntuacions mitjanes per dimensions, en funció de l'edat



En aquest cas, sembla haver-hi una correlació positiva entre l'edat dels participants i el seu grau de desenvolupament de diverses habilitats i trets propis de la IE. En aquest sentit, criden l'atenció els marges de diferència a les puntuacions dels ítems "Sovint trobo difícil mostrar afecte a les persones properes a mi" (1.59 punts) i "Trobo difícil establir llaços, fins i tot amb les persones més properes a mi" (2.21 punts). Aquests dos ítems semblen indicar una dificultat considerablement major a l'hora d'establir i mantenir llaços emocionals per part dels participants més joves. Un altre ítem amb diferències considerables és el referent a la gestió de l'estrès (2.04 punts). Aquestes diferències podrien indicar una relació directa entre l'experiència adquirida al llarg dels anys i el desenvolupament de la IE.

9. Discussió

Els resultats obtinguts mitjançant l'estudi semblen indicar un grau de desenvolupament acceptable pel que fa a la intel·ligència emocional dels participants. Notablement, aquest nivell de desenvolupament mitjà no sembla ser constant arreu de totes les àrees d'IE estudiades, sinó que mostra diferències significatives entre unes i altres. Algunes d'aquestes diferències són positives: Els participants han indicat un alt grau de confiança en habilitats estretament lligades a l'optimisme i l'adaptabilitat, la gestió de les pròpies emocions i la capacitat d'automotivació. Aquests trets i habilitats són una part integral de l'autoeficàcia dels docents, i contribueixen considerablement al seu rendiment professional (Wu et al., 2019). Per altra banda, els participants han obtingut resultats considerablement menors als esperats en àrees com

l'autocontrol, l'assertivitat, la capacitat d'autoreflexió i la percepció i gestió d'emocions dels altres. Aquestes dades semblarien indicar que, tot i que els alumnes compten amb una base sòlida de competència emocional, també mostren alguns punts febles en àrees que, sense cap dubte, seran de gran importància en el seu futur com a docents.

Curiosament, també s'han observat algunes diferències als resultats en funció del sexe dels participants: Les participants que s'han identificat com dones han obtingut puntuacions lleugerament més altes en ambdós qüestionaris que els que s'han identificat com homes. Aquestes diferències, tot i ser relativament petites, són consistents amb els resultats d'un estudi realitzat amb una mostra molt més gran (Cooper i Petrides, 2010). En aquest context, també s'han vist algunes diferències als resultats depenent de l'àrea de competència: Les participants que s'han identificat com dones han obtingut puntuacions considerablement més altes en relació amb les seves habilitats socials i de negociació, optimisme i capacitat d'autoreflexió. Els participants identificats com homes, per altra banda, també han obtingut majors puntuacions en relació amb determinades competències, entre les quals destaquen l'assertivitat, autocontrol i el reconeixement de les pròpies emocions. Ara bé, tenint en compte la mida de la mostra, així com altres factors que hi podrien influir, aquestes diferències no són prou significatives per a indicar una relació entre el sexe i la propensió a la competència en determinades àrees d'IE.

Pel que fa a la relació dels resultats amb l'edat dels participants, s'han trobat diferències més significatives. Tot i que l'avaluació de la IE segons el model d'habilitats no ha mostrat gaires diferències en funció de l'edat, els resultats obtinguts mitjançant el model de trets semblen indicar una correlació positiva entre aquesta variable i el grau de desenvolupament de les competències emocionals: Els participants de major edat han obtingut puntuacions significativament més altes que els de menor edat en la immensa majoria d'ítems, i especialment en dimensions com l'optimisme, l'adaptabilitat, la introspecció i la gestió de l'estrès. Aquestes diferències es podrien traduir en una major dificultat als docents més joves per gestionar la càrrega emocional que pot suposar la seva feina (Chan, 2006; Fiorilli et al., 2019), fent-los encara més vulnerables, com a docents novells, als efectes de l'esgotament professional (Fiorilli et al. 2019).

Aquesta correlació entre l'edat i la competència emocional és consistent amb una interpretació de la IE com un conjunt d'habilitats i trets adquirits a través de l'experiència (Goleman, 2005). Naturalment, aquest procés d'aprenentatge emocional no depèn exclusivament de l'experiència que acompanya l'edat, sinó que també ha demostrat ser viable a través de programes d'entrenament (Vesely, Saklofske i Nordstokke, 2014; Gilar-Corbí, Pozo-Rico, Sánchez et al., 2018). La implementació d'un d'aquests programes, per tant, podria ser desitjable de cara al

reforç de la competència emocional de l'alumnat del Màster en Formació del Professorat de Secundària.

El currículum del Màster ja conté un nombre considerable d'activitats dirigides a la millora d'algunes àrees de la IE, com per exemple l'empatia i l'autoreflexió. Tot que no es posa en dubte la seva efectivitat en relació amb les àrees treballades, aquestes activitats no es perceben com a parts d'un programa global de millora de la IE, sinó com intervencions puntuals i enfocades a àrees específiques. De cara a reforçar la competència general i de millorar els possibles punts febles que s'han detectat, seria recomanable implementar un programa com l'EITP (Emotional Intelligence Training Program) descrit per Gilar-Corbí, Pozo-Rico, Sánchez et al. (2018). Aquest programa es basa en la utilització del diàleg i reflexió (en grup i individual) sobre diversos temes, amb l'objectiu de treballar les competències clau que integren la IE (Gilar-Corbi, Pozo-Rico, Pertegal-Felices et al., 2018). El principal avantatge d'aquest tipus de programes, en relació amb el model que es sembla aplicar actualment al Màster, no es trobaria a la metodologia utilitzada a les sessions individuals, sinó en el fet que totes aquestes activitats formen part d'una seqüència amb una progressió i uns objectius clars i mesurables, completament centrats en el desenvolupament de la intel·ligència emocional dels alumnes. Addicionalment, la possibilitat d'implementar programes com l'EITP tant de manera presencial com no presencial, així com la seva càrrega de treball relativament baixa (dues hores setmanals durant vuit setmanes) fan que sigui compatible amb els rigors dels estudis universitaris: Segons un estudi realitzat per Gilar-Corbi, Pozo-Rico, Pertegal-Felices et al. (2018) en el context d'un curs de Màster en formació del professorat, la implementació de l'EITP no va semblar afectar el rendiment acadèmic dels participants, ni va generar-los una sensació de sobrecàrrega de treball. Tenint en compte aquesta aparent efectivitat, així com als resultats obtinguts en aquest estudi, la implementació d'un programa d'entrenament de la IE podria ser una opció tant desitjable com viable, de cara a la integració de la intel·ligència emocional a la formació del professorat de tecnologia.

10. Conclusions

La gestió de les emocions és una part integral de l'ensenyament (Hargreaves, 2000). No és sorprenent, per tant, que diversos estudis hagin mostrat una correlació positiva entre el nivell d'IE dels docents i l'eficàcia amb la qual són capaços/es de dur a terme la seva feina. La IE augmenta l'autoeficàcia del professorat (Wu et al., 2019) i la seva capacitat per gestionar l'estrès que la seva feina pot comportar ocasionalment (Chan, 2006; Fiorilli et al., 2019), contribuint al manteniment de la seva motivació, el seu rendiment professional i el seu benestar personal. Per altra banda, els docents emocionalment intel·ligents són capaços/es d'empatitzar amb els seus alumnes, adaptant el procés d'ensenyament a les seves necessitats i establint un entorn de classe on es senten més còmodes i motivats (Alam i Ahmad, 2018). Aquesta empatia, sumada a qualitats

com l'assertivitat i l'autocontrol, també els ajuda de cara a la resolució de conflictes a l'aula, permetent-los utilitzar estratègies de negociació basades en el compromís i el respecte mutu. Aquests processos reforcen l'establiment d'una relació positiva entre el docent i els alumnes, contribuint a la prevenció de futurs conflictes i establint un clima d'aula que afavoreix l'aprenentatge (Valente i Lourenço, 2020).

A través d'aquest treball, s'ha fet una valoració orientativa de les habilitats i els trets d'IE als alumnes del Màster de Formació del Professorat de Secundària a la Universitat Politècnica de Catalunya. Tot i que s'han observat resultats molt positius en àrees com l'optimisme, l'adaptabilitat i la capacitat d'automotivació, també s'han trobat àrees amb resultats inferiors a la mitjana esperada, especialment amb relació a qualitats tan importants com l'assertivitat, l'autocontrol i la percepció de les emocions als altres. Així, els resultats d'aquesta valoració semblen indicar un nivell d'IE adequat, però amb un considerable potencial de millora, especialment si es té en compte el paper que la intel·ligència emocional juga de cara a la tasca docent (Hargreaves, 2000). Aprofundint en aquest estudi, s'han descobert algunes diferències als resultats en funció del sexe, i de l'edat dels participants. En el primer cas, s'ha observat que les participants identificades com dones han obtingut puntuacions generalment majors que els identificats com homes. Aquestes diferències, tot i ser consistentes amb altres estudis (Cooper i Petrides, 2010), no han estat prou significatives per a establir una relació clara entre les dues variables. Per altra banda, l'estudi dels resultats en funció de l'edat ha estat considerablement més conclouent, i sembla indicar una correlació positiva entre l'edat de l'individu i el seu grau de competència emocional. Això semblaria corroborar que la IE no és una qualitat innata (Goleman, 2005), sinó que pot ser desenvolupada al llarg del temps, i que també ha demostrat ser susceptible a millora a través de programes d'entrenament (Vesely et al., 2014).

Tot i que el currículum del Màster ja inclou algunes activitats centrades en determinades àrees de la IE, aquestes són puntuals i no es perceben com a part d'un pla general de millora de la competència emocional. La implementació d'un programa d'entrenament d'IE, com per exemple l'EITP (Gilar-Corbí, Pozo-Rico, Sánchez et al., 2018), permetria unir aquestes actuacions sota una mateixa seqüència d'aprenentatge integrada, fent possible reforçar i desenvolupar totes les principals àrees de la IE d'una manera més holística i eficient. Aquest desenvolupament no tindria un per què anar en detriment d'altres continguts del Màster: En un estudi realitzat en el context de la formació del professorat, els alumnes que van participar a l'EITP van millorar considerablement les seves competències en IE, sense que es percebessin interferències al seu rendiment acadèmic, i sense augmentar excessivament la seva càrrega de treball fora de classe (Gilar-Corbí, Pozo-Rico, Pertegal-Felices et al., 2018).

Els resultats d'aquest treball indiquen un nivell adequat d'intel·ligència emocional entre l'alumnat del Màster en Formació del Professorat a la Universitat Politècnica de Catalunya. Tot i això, també s'ha observat un considerable potencial de millora en diverses àrees claus en el dia a dia de la professió docent. En base a aquests resultats, la implementació d'un programa com l'EITP dins del currículum del Màster es presentaria com una opció viable i recomanable de cara la millora de l'entrenament emocional en el context de la formació del professorat de tecnologia.

11. Treball futur

S'espera que els resultats obtinguts en aquest treball serveixin per fer una valoració orientativa del nivell d'IE entre els futurs professors i professores de tecnologia entrenats a través del Màster en Formació del Professorat a la UPC, així com per ajudar a la possible implementació de programes d'entrenament d'IE que ajudin a optimitzar el desenvolupament emocional en el context d'aquest Màster. Tot i això, també és important tenir en consideració les limitacions d'aquesta investigació, així com les possibles estratègies de cara a la superació d'aquestes.

Per una part, la fiabilitat dels resultats obtinguts es podria haver vist limitada per la reduïda mida de la mostra amb la qual s'ha treballat. Per això, considero que la primera direcció a prendre, de cara al futur desenvolupament d'aquesta investigació, hauria de consistir en l'ampliació de la població total a avaluar. Aquest objectiu es podria assolir de diverses maneres.

Una possible opció consistiria en la recollida de dades al llarg d'un període més extens, de manera que fos possible avaluar diferents grups d'alumnes de la mateixa especialitat al llarg de múltiples anys acadèmics. D'aquesta manera seria possible ampliar la mida de la mostra, així com la seva diversitat. Això permetria l'obtenció de resultats més representatius de la realitat, amb un major grau de confiança i un menor marge d'error.

Alternativament, es podria expandir l'abast de l'estudi per incloure altres centres o especialitats més enllà de la tecnologia. Un avantatge de seguir aquesta segona opció seria la possibilitat de dur a terme l'estudi en un termini més curt, ja que la inclusió de participants d'altres especialitats permetria augmentar la mida de mostra, sense requerir la recollida de dades al llarg de múltiples cursos acadèmics. Si es procedís per aquest camí, per altra banda, s'haurien de tenir en compte les possibles diferències als perfils emocionals dels aspirants a la docència en funció de la seva especialitat – un tema que, per si mateix, podria justificar l'elaboració de tot un treball d'investigació.

Finalment, tot i que en aquest treball s'han emprat eines de mesura amb una ampla base de suport empíric (CREIO, 2021a; CREIO, 2021b), la utilització de qüestionaris d'autoavaluació per valorar la IE comporta algunes limitacions. La interpretació subjectiva dels ítems per part dels participants, la dificultat per reconèixer les pròpies fortaleces i debilitats, i la possibilitat d'oferir

respostes “socialment desitjables”, entre altres, són factors que poden interferir amb la fiabilitat dels resultats obtinguts. Tot i que s’han pres mesures per mitigar aquests efectes (permetre respostes anònimes, indicar que no hi ha respostes correctes o incorrectes, etc.), de cara al futur desenvolupament d’aquesta investigació, els qüestionaris d’avaluació d’IE podrien ser substituïts o complementats per altres instruments de mesura d’IE, com per exemple el MSCEIT (Mayer et al., 2003), així com per metodologies més genèriques com la realització d’entrevistes.

12. Referències

- Alam, A. & Ahmad, M. (2018). The role of teachers' emotional intelligence in enhancing Student achievement. *Journal of Asia Business Studies*, 12(1), 31-43.
<https://doi.org/10.1108/JABS-08-2015-0134>
- Brackett, M. A., & Katulak, N. A. (2007). Emotional Intelligence in the Classroom: Skill-Based Training for Teachers and Students. In J. Ciarrochi & J. D. Mayer (Eds.), *Applying emotional intelligence: A practitioner's guide* (p. 1-27). Psychology Press.
- Chan, D. W. (2004). Perceived emotional intelligence and self-efficacy among Chinese secondary school teachers in Hong Kong. *Personality and Individual Differences*, 36, 1781-1795. <https://doi.org/csg6j7>
- Chan, D. W. (2006). Emotional intelligence and components of burnout among Chinese secondary school teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education*, 22, 1042-1054. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2006.04.005>
- Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations (2021a). *The Schutte Self Report Emotional Intelligence Test (SSEIT)*. Recuperat el 30 de març de 2021, de <http://www.eiconsortium.org/measures/sreis.html>
- Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations (2021b). *Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue)*. Recuperat el 30 de març de 2021, de <http://www.eiconsortium.org/measures/teique.html>
- Cooper, A., & Petrides, K. V. (2010). A psychometric analysis of the Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form (TEIQue-SF) using item response theory. *Journal of Personality Assessment*, 92(5), 449-457. <https://doi.org/10.1080/00223891.2010.497426>
- Daniel Goleman (2005). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ* (10th Anniversary Edition). Random House.
- DEMCAT (2021a). Neocòrtex. *Diccionari Enciclopèdic de Medicina*. Recuperat el 25 de març de 2021, de <https://www.demcat.cat/ca/diccionaris-portal/183/search/neocortex?type=basic&condition=contains>
- DEMCAT (2021b). Sistema límbic. *Diccionari Enciclopèdic de Medicina*. Recuperat el 25 de març de 2021, de <https://www.demcat.cat/ca/diccionaris-portal/183/search/Sistema%20%C3%ADmbic?type=basic&condition=contains>

- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Ebbinghaus, M. (2002). From mental strain to burnout. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 11(4), 423–441. <https://doi.org/10.1080/13594320244000274>
- Di Lorenzo, R., Venturelli, G., Spiga, G., Ferri, P. (2019). Emotional intelligence, empathy and alexithymia: a cross-sectional survey on emotional competence in a group of nursing students. *Acta Bio-medica: Atenei Parmensis*, 90(4), 32-43. <https://doi.org/10.23750/abm.v90i4-s.8273>
- Fiorilli, C., Benevene, P., De Stasio, S., Buonomo, I., Romano, L., Pepe, A. & Addimando, L. (2019). *Teachers' Burnout: The Role of Trait Emotional Intelligence and Social Support*. <https://dx.doi.org/10.5539/ibr.v13n4p30>
- Føllesdal, H. (2008) *Emotional Intelligence as Ability: Assessing the Construct Validity of Scores from the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT)* (PhD thesis). University of Oslo. Recuperat de https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/18462/PhD_Follesdal_87718.pdf?sequence=1
- George, J. M. (2000). Emotions and leadership: The role of emotional intelligence. *Human Relations*, 53(8), 1027–1055. <https://doi.org/10.1177/0018726700538001>
- Gilar-Corbí, R., Pozo-Rico, T., Pertegal-Felices, M.L. & Sánchez, B. (2018). Emotional intelligence training intervention among trainee teachers: a quasi-experimental study. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 31, 33. <https://doi.org/10.1186/s41155-018-0112-1>
- Gilar-Corbí, R., Pozo-Rico, T., Sánchez, B. & Castejón, J. L. (2018). Can Emotional Competence Be Taught in Higher Education? A Randomized Experimental Study of an Emotional Intelligence Training Program Using a Multimethodological Approach. *Frontiers in Psychology*, 9:1039. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01039>
- Guzmán Juárez, J. (2019). *Diseño e implantación de una actividad en el aula para el desarrollo de la inteligencia emocional de los alumnos adolescentes* (Treball final de Màster). Universitat Politècnica de Catalunya. Recuperat de <http://hdl.handle.net/2117/168020>
- Hargreaves, A. (2000). Mixed emotions: teachers' perceptions of their interactions with students. *Teaching and Teacher Education*, 16(8), 811-826. [https://doi.org/10.1016/S0742-051X\(00\)00028-7](https://doi.org/10.1016/S0742-051X(00)00028-7)

- Howell, D., Lea, S. (2020). *Main Theories of Emotional and Social Intelligence*. Businessballs. Recuperat el 25 de març de 2021, de <https://www.businessballs.com/self-awareness/main-theories-of-emotional-and-social-intelligence-esi/>
- Lane, A. M., Meyer, B. B., Devonport, T. J., Davies, K. A., Thelwell, R., Gill, G. S., Diehl, C. D., Wilson, M., Weston, N. (2009). Validity of the emotional intelligence scale for use in sport. *Journal of Sports Science & Medicine*, 8(2):289-95. Disponible a <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24149540/>
- Locke, E. A. (2005). Why emotional intelligence is an invalid concept. *Journal of Organizational Behavior*, 26, 425–431. <https://doi.org/10.1002/job.318>
- López Acosta, R. (2017). *Col·lectius amb conductes disruptives que dificulten el seu aprenentatge, i millora dels seus resultats amb l'aprenentatge emocional aplicat a l'aula de tecnologia* (Treball final de Màster). Universitat Politècnica de Catalunya. Recuperat de <http://hdl.handle.net/2117/111217>
- Mattiuzzi, P. G. (2008). *Emotional Intelligence? I'm not feeling it*. Everyday Psychology. Recuperat el 12 d'abril de 2021, de <https://www.everydaypsychology.com/2008/12/emotional-intelligence-im-not-feeling.html>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). *What is Emotional Intelligence?. Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications*. Basic Books.
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G. (2003). Measuring emotional intelligence with the MSCEIT V2.0. *Emotion*, 3, 97-105. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.3.1.97>
- Parker, J. D. A., Creque, R. E., Barnhart, D. L., Harris, J. I., Majeski, S. A., Wood, L. M., ... Hogan, M. J. (2004). Academic achievement in high school: Does emotional Intelligence matter? *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1321–1330. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.002>
- Paulhus, D. L. (2002). Socially desirable responding: The evolution of a construct. In H. I. Braun, D. N. Jackson, & D. E. Wiley (Eds.), *The role of constructs in psychological and educational measurement* (p. 49–69). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Petrides, K. V. (2010). Trait Emotional Intelligence Theory. *Industrial and Organizational Psychology*, 3(2). doi:10.1111/j.1754-9434.2010.01213.x

- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448. <https://doi.org/10.1002/per.416>
- Petrides, K. V. & Furnham, A. (2006). The role of trait Emotional intelligence in a gender-specific model of organizational variables. *Journal of Applied Social Psychology*, 36, 552-569. <https://doi.org/10.1111/j.0021-9029.2006.00019.x>
- Ramos Pujol, M. (2011). *Educació emocional a les aules* (Treball final de Màster). Universitat Politècnica de Catalunya. Recuperat de <http://hdl.handle.net/2099.1/16828>
- Robinson, M. D., & Clore, G. L. (2002). Belief and feeling: Evidence for an accessibility model of emotional self-report. *Psychological Bulletin*, 128, 934-960. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.6.934>
- Schutte, N.S., Malouff, J.M., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, J.T., Golden, C.J., et al. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00001-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00001-4)
- Tinajero Márquez, L. (2008). Desmotivación en el aula y fracaso escolar en España desde la psicología de la educación. *La Libreta*, 2, 23-27. <http://hdl.handle.net/11162/108001>
- Valente S., Lourenço A. A. (2020). Conflict in the Classroom: How Teachers' Emotional Intelligence Influences Conflict Management. *Frontiers in Education*. <https://doi.org/10.3389/educ.2020.00005>
- Vesely, A. K., Saklofske, D. H., & Nordstokke, D. W. (2014). EI training and pre-service teacher wellbeing. *Personality and Individual Differences*, 65, 81-85. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.052>
- Wu, Y., Lian, K., Hong, P., Liu, S., Lin, R., & Lian, R. (2019). Teachers' Emotional intelligence and self-efficacy: Mediating role of teaching performance. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 47(3). <https://doi.org/10.2224/sbp.7869>
- Zampetakis, L. A. (2011) The measurement of trait emotional intelligence with TEIQue-SF: An analysis based on unfolding item response theory models. *Research on Emotion in Organizations*, 7, 289-315. [http://dx.doi.org/10.1108/S1746-9791\(2011\)0000007016](http://dx.doi.org/10.1108/S1746-9791(2011)0000007016)

13. Annexes

Annex 1. Llista d'ítems del SSEIT.....	45
Annex 2. Llista d'ítems del TEIQue-SF	46
Annex 3. Puntuacions mitjanes per ítems del SSEIT en funció del sexe	47
Annex 4. Puntuacions mitjanes per ítems del TEIQue-SF en funció del sexe	49
Annex 5. Puntuacions mitjanes per ítems del SSEIT en funció de l'edat	50
Annex 6. Puntuacions mitjanes per ítems del TEIQue-SF en funció de l'edat	52

Annex 1

Llista d'ítems del SSEIT

Ítems del Schutte Self Report Emotional Intelligence Test (SSEIT)

1. Sé quan parlar amb els altres sobre els meus problemes personals.
2. Quan em trobo amb obstacles, recordo cops que m'he trobat obstacles semblants i els he superat.
3. Espero bons resultats en la majoria de coses que provo.
4. Altres persones troben fàcil confiar en mi.
5. M'és difícil entendre els missatges no verbals dels altres.*
6. Alguns dels esdeveniments més importants de la meua vida m'han portat a reavaluar el que és important i el que no ho és.
7. Quan canvia el meu estat d'ànim, veig noves possibilitats.
8. Les emocions són una de les coses que fa que la meua vida valgui la pena.
9. Sóc conscient de les meves emocions així com les sento.
10. Espero que passin coses bones.
11. M'agrada compartir les meves emocions amb altres.
12. Quan experimento una emoció positiva, sé com fer-la durar.
13. Organitzo esdeveniments que agraden als altres.
14. Busco activitats que em fan feliç.
15. Sóc conscient dels missatges no verbals que envio als altres.
16. Em presento d'una manera que causa una bona impressió als altres.
17. Quan em trobo en un estat d'ànim positiu, m'és fàcil resoldre problemes.
18. Puc reconèixer les emocions dels altres a partir de les seves expressions facials.
19. Sé per què canvien les meves emocions.
20. Quan em trobo en un estat d'ànim positiu, sóc capaç de generar noves idees.
21. Tinc control sobre les meves emocions.
22. Reconec fàcilment les emocions que sento.
23. Em motivo a mi mateix/a imaginant bons resultats per les tasques que duc a terme.
24. Felicito els altres quan fan alguna cosa bé.
25. Sóc conscient dels missatges no verbals que envia l'altra gent.
26. Quan una altra persona em conta algun esdeveniment important a la seva vida, gairebé em sento com si ho hagués experimentat jo mateix/a.
27. Quan sento un canvi d'emocions, sovint se m'ocorren noves idees.
28. Quan em trobo amb un repte, em rendeixo perquè crec que fracassaré.*
29. Em basta veure algú per saber com es sent.
30. Ajudo als altres a sentir-se millor quan es troben deprimits.
31. Utilitzo estats d'ànim positius per ajudar-me a seguir intentant-ho enfront dels obstacles.
32. Sé com es senten els altres a partir del seu to de veu.
33. M'és difícil entendre per què les persones es senten de la manera que ho fan.*

Nota: * Aquests ítems es puntuen inversament.

Annex 2

Llista d'ítems del TEIQue-SF

Ítems del *Trait Emotional Intelligence Questionnaire – Short Form (TEIQue-SF)*

1. Expressar les meves emocions amb paraules no és un problema per mi.
2. Sovint trobo difícil veure les coses des del punt de vista d'una altra persona.*
3. En general, sóc una persona molt motivada.
4. En general, trobo difícil regular les meves emocions.*
5. Generalment, no trobo que la vida sigui agradable.*
6. Puc tractar amb gent de manera efectiva.
7. Tendeixo a canviar d'opinió freqüentment.*
8. Molts cops, no puc entendre quina emoció sento.*
9. Crec que tinc diverses qualitats positives.
10. Sovint trobo difícil defensar els meus drets.*
11. Normalment sóc capaç d'influir en com es senten els altres.
12. En general, tinc una perspectiva pessimista sobre la majoria de coses.
13. Les persones properes a mi sovint es queixen de què no les tracto bé.*
14. Sovint trobo difícil ajustar la meua vida en funció de les circumstàncies.*
15. Generalment, sóc capaç d'afrontar l'estrès.
16. Sovint trobo difícil mostrar afecte a les persones properes a mi.
17. Normalment sóc capaç de "ficar-me a lloc dels altres" i experimentar les seves emocions.
18. Normalment em costa mantenir-me motivat/ada.*
19. Normalment sóc capaç de trobar formes de controlar les meves emocions quan vull fer-ho.
20. Generalment, estic satisfet/a amb la meua vida.
21. Em descriuria a mi mateix/a com un/a bon/a negociador/a.
22. Tendeixo a involucrar-me en coses de les quals més tard voldria sortir.*
23. Sovint faig una pausa i penso en els meus sentiments.
24. Crec que estic ple/na de fortaleces personals.
25. Tendeixo a "retrocedir" fins i tot si sé que tinc raó.*
26. No semblo tenir cap poder sobre els sentiments dels altres.*
27. Generalment crec que les coses aniran bé a la meua vida.*
28. Trobo difícil establir llaços, fins i tot amb les persones més properes a mi.*
29. Generalment, sóc capaç d'adaptar-me a entorns nous.
30. Els altres m'admiren per estar relaxat/da.

Nota: * Aquests ítems es puntuen inversament.

Annex 3

Puntuacions mitjanes per ítems del SSEIT en funció del sexe

Ítems	Dones	Homes
<i>Puntuació mitjana global (SSEIT)</i>	4.00	3.70
1. Sé quan parlar amb els altres sobre els meus problemes personals.	4.05	3.58
2. Quan em trobo amb obstacles, recordo cops que m'he trobat obstacles semblants i els he superat.	4.18	4.11
3. Espero bons resultats en la majoria de coses que provo.	4.36	4.00
4. Altres persones troben fàcil confiar en mi.	4.23	3.95
5. M'és difícil entendre els missatges no verbals dels altres.	3.45	3.84
6. Alguns dels esdeveniments més importants de la meua vida m'han portat a reavaluar el que és important i el que no ho és.	4.18	4.42
7. Quan canvia el meu estat d'ànim, veig noves possibilitats.	4.27	3.58
8. Les emocions són una de les coses que fa que la meua vida valgui la pena.	4.36	4.11
9. Sóc conscient de les meves emocions així com les sento.	4.14	3.89
10. Espero que passin coses bones.	4.41	3.63
11. M'agrada compartir les meves emocions amb altres.	4.09	3.00
12. Quan experimento una emoció positiva, sé com fer-la durar.	3.45	3.00
13. Organitzo esdeveniments que agraden als altres.	3.86	3.00
14. Busco activitats que em fan feliç.	4.27	4.16
15. Sóc conscient dels missatges no verbals que envio als altres.	3.36	3.26
16. Em presento d'una manera que causa una bona impressió als altres.	3.64	3.42
17. Quan em trobo en un estat d'ànim positiu, m'és fàcil resoldre problemes.	4.50	4.21
18. Puc reconèixer les emocions dels altres a partir de les seves expressions facials.	3.86	3.47
19. Sé per què canvien les meves emocions.	3.73	3.42
20. Quan em trobo en un estat d'ànim positiu, sóc capaç de generar noves idees.	4.41	4.32
21. Tinc control sobre les meves emocions.	3.45	3.42
22. Reconec fàcilment les emocions que sento.	4.09	4.05
23. Em motivo a mi mateix/a imaginant bons resultats per les tasques que duc a terme.	4.27	3.74
24. Felicito els altres quan fan alguna cosa bé.	4.82	4.16
25. Sóc conscient dels missatges no verbals que envia l'altra gent.	3.95	3.47
26. Quan una altra persona em conta algun esdeveniment important a la seva vida, gairebé em sento com si ho hagués experimentat jo mateix/a.	3.73	2.95
27. Quan sento un canvi d'emocions, sovint se m'ocorren noves idees.	3.59	3.47
28. Quan em trobo amb un repte, em rendeixo perquè crec que fracassaré.	4.14	4.16
29. Em basta veure algú per saber com es sent.	3.32	3.16
30. Ajudo als altres a sentir-se millor quan es troben deprimits.	4.09	3.68

31. Utilitzo estats d'ànim positius per ajudar-me a seguir intentant-ho enfront dels obstacles.	4.00	3.84
32. Sé com es senten els altres a partir del seu to de veu.	3.68	3.37
33. M'és difícil entendre per què les persones es senten de la manera que ho fan.	3.64	3.79

Nota: Totes les puntuacions apareixen anotades en una escala numèrica 1 – 5 (on 1 i 5 són les puntuacions mínima i màxima possibles, respectivament).

Annex 4

Puntuacions mitjanes per ítems del TEIQue-SF en funció del sexe

Ítems	Dones	Homes
<i>Puntuació mitjana global (TEIQue-SF)</i>	5.08	4.91
1. Expressar les meves emocions amb paraules no és un problema per mi.	5.19	4.71
2. Sovint trobo difícil veure les coses des del punt de vista d'una altra persona.	4.94	4.86
3. En general, sóc una persona molt motivada.	5.50	4.86
4. En general, trobo difícil regular les meves emocions.	5.38	5.07
5. Generalment, no trobo que la vida sigui agradable.	5.94	5.50
6. Puc tractar amb gent de manera efectiva.	6.00	5.29
7. Tendeixo a canviar d'opinió freqüentment.	4.19	4.79
8. Molts cops, no puc entendre quina emoció sento.	4.63	5.21
9. Crec que tinc diverses qualitats positives.	6.19	6.07
10. Sovint trobo difícil defensar els meus drets.	3.63	4.00
11. Normalment sóc capaç d'influir en com es senten els altres.	4.50	4.43
12. En general, tinc una perspectiva pessimista sobre la majoria de coses.	5.38	4.86
13. Les persones properes a mi sovint es queixen de què no les tracto bé.	6.06	5.93
14. Sovint trobo difícil ajustar la meua vida en funció de les circumstàncies.	4.88	4.36
15. Generalment, sóc capaç d'afrontar l'estrès.	5.25	5.14
16. Sovint trobo difícil mostrar afecte a les persones properes a mi.	5.00	4.57
17. Normalment sóc capaç de "ficar-me a lloc dels altres" i experimentar les seves emocions.	5.81	5.43
18. Normalment em costa mantenir-me motivat/da.	5.13	4.86
19. Normalment sóc capaç de trobar formes de controlar les meves emocions quan vull fer-ho.	5.38	5.07
20. Generalment, estic satisfet/a amb la meua vida.	5.69	5.50
21. Em descriuria a mi mateix/a com un/a bon/a negociador/a.	5.13	4.29
22. Tendeixo a involucrar-me en coses de les quals més tard voldria sortir.	3.13	4.29
23. Sovint faig una pausa i penso en els meus sentiments.	4.63	3.71
24. Crec que estic ple/na de fortaleces personals.	5.13	5.00
25. Tendeixo a "retrocedir" fins i tot si sé que tinc raó.	4.25	4.93
26. No semblo tenir cap poder sobre els sentiments dels altres.	4.44	4.57
27. Generalment crec que les coses aniran bé a la meua vida.	5.38	5.29
28. Trobo difícil establir llaços, fins i tot amb les persones més properes a mi.	5.25	5.00
29. Generalment, sóc capaç d'adaptar-me a entorns nous.	5.94	5.57
30. Els altres m'admiren per estar relaxat/da.	4.44	4.14

Nota: Totes les puntuacions apareixen anotades en una escala numèrica 1 – 7 (on 1 i 7 són les puntuacions mínima i màxima possibles, respectivament).

Annex 5

Puntuacions mitjanes per ítems del SSEIT en funció de l'edat

Ítems	< 30 anys	30 – 39 anys	≥ 40 anys
<i>Puntuació mitjana global (SSEIT)</i>	3.85	3.80	3.85
1. Sé quan parlar amb els altres sobre els meus problemes personals.	3.92	3.00	3.96
2. Quan em trobo amb obstacles, recordo cops que m'he trobat obstacles semblants i els he superat.	4.15	4.00	4.17
3. Espero bons resultats en la majoria de coses que provo.	4.46	4.60	3.96
4. Altres persones troben fàcil confiar en mi.	4.15	4.20	4.04
5. M'és difícil entendre els missatges no verbals dels altres.	3.77	4.20	3.43
6. Alguns dels esdeveniments més importants de la meua vida m'han portat a reavaluar el que és important i el que no ho és.	4.31	4.40	4.26
7. Quan canvia el meu estat d'ànim, veig noves possibilitats.	4.08	3.60	3.96
8. Les emocions són una de les coses que fa que la meua vida valgui la pena.	4.31	4.00	4.26
9. Sóc conscient de les meves emocions així com les sento.	4.31	3.80	3.91
10. Espero que passin coses bones.	4.00	4.00	4.09
11. M'agrada compartir les meves emocions amb altres.	3.54	3.20	3.70
12. Quan experimento una emoció positiva, sé com fer-la durar.	3.46	3.00	3.17
13. Organitzo esdeveniments que agraden als altres.	3.46	3.40	3.48
14. Busco activitats que em fan feliç.	4.38	4.40	4.09
15. Sóc conscient dels missatges no verbals que envio als altres.	3,23	3.20	3.39
16. Em presento d'una manera que causa una bona impressió als altres.	3.62	3.20	3.57
17. Quan em trobo en un estat d'ànim positiu, m'és fàcil resoldre problemes.	4.31	4.60	4.35
18. Puc reconèixer les emocions dels altres a partir de les seves expressions facials.	3.77	4.00	3.57
19. Sé per què canvien les meves emocions.	3.54	3.20	3.70
20. Quan em trobo en un estat d'ànim positiu, sóc capaç de generar noves idees.	4.15	4.80	4.39
21. Tinc control sobre les meves emocions.	3.08	3.40	3.65
22. Reconec fàcilment les emocions que sento.	4.08	3.60	4.17
23. Em motivo a mi mateix/a imaginant bons resultats per les tasques que duc a terme.	4.00	3.60	4.13
24. Felicito els altres quan fan alguna cosa bé.	4.31	4.20	4.70
25. Sóc conscient dels missatges no verbals que envia l'altra gent.	3.69	3.80	3.74
26. Quan una altra persona em conta algun esdeveniment important a la seva vida, gairebé em sento com si ho hagués experimentat jo mateix/a.	3.08	3.00	3.61
27. Quan sento un canvi d'emocions, sovint se m'ocorren noves idees.	3.54	3.40	3.57
28. Quan em trobo amb un repte, em rendixo perquè crec que fracassaré.	4.23	3.60	4.22
29. Em basta veure algú per saber com es sent.	3.15	3.60	3.22

30. Ajudo als altres a sentir-se millor quan es troben deprimits.	3.92	4.00	3.87
31. Utilitzo estats d'ànim positius per ajudar-me a seguir intentant-ho enfront dels obstacles.	3.92	4.00	3.91
32. Sé com es senten els altres a partir del seu to de veu.	3.46	4.20	3.43
33. M'és difícil entendre per què les persones es senten de la manera que ho fan.	4.08	3.60	3.52

Nota: Totes les puntuacions apareixen anotades en una escala numèrica 1 – 5 (on 1 i 5 són les puntuacions mínima i màxima possibles, respectivament).

Annex 6

Puntuacions mitjanes per ítems del TEIQue-SF en funció de l'edat

Ítems	< 30 anys	30 – 39 anys	≥ 40 anys
<i>Puntuació global (TEIQue-SF)</i>	4.77	4.96	5.28
1. Expressar les meves emocions amb paraules no és un problema per mi.	5.00	4.57	5.50
2. Sovint trobo difícil veure les coses des del punt de vista d'una altra persona.	5.36	4.71	4.40
3. En general, sóc una persona molt motivada.	5.00	5.00	5.50
4. En general, trobo difícil regular les meves emocions.	5.00	4.71	5.70
5. Generalment, no trobo que la vida sigui agradable.	5.55	5.71	6.30
6. Puc tractar amb gent de manera efectiva.	5.36	5.43	6.20
7. Tendeixo a canviar d'opinió freqüentment.	4.64	4.43	4.00
8. Molts cops, no puc entendre quina emoció sento.	4.45	4.43	5.50
9. Crec que tinc diverses qualitats positives.	6.18	5.86	6.50
10. Sovint trobo difícil defensar els meus drets.	3.73	3.86	3.80
11. Normalment sóc capaç d'influir en com es senten els altres.	4.36	4.57	4.60
12. En general, tinc una perspectiva pessimista sobre la majoria de coses.	4.36	4.43	6.40
13. Les persones properes a mi sovint es queixen de què no les tracto bé.	5.64	6.57	6.10
14. Sovint trobo difícil ajustar la meua vida en funció de les circumstàncies.	4.09	4.43	5.10
15. Generalment, sóc capaç d'afrontar l'estrès.	4.64	5.14	5.90
16. Sovint trobo difícil mostrar afecte a les persones properes a mi.	3.91	5.43	5.50
17. Normalment sóc capaç de "ficar-me a lloc dels altres" i experimentar les seves emocions.	5.45	5.71	5.80
18. Normalment em costa mantenir-me motivat/da.	4.55	5.29	5.20
19. Normalment sóc capaç de trobar formes de controlar les meves emocions quan vull fer-ho.	5.00	5.71	5.70
20. Generalment, estic satisfet/a amb la meua vida.	5.27	6.29	5.60
21. Em descriuria a mi mateix/a com un/a bon/a negociador/a.	4.73	4.57	5.20
22. Tendeixo a involucrar-me en coses de les quals més tard voldria sortir.	3.45	3.57	3.80
23. Sovint faig una pausa i penso en els meus sentiments.	4.36	4.43	4.00
24. Crec que estic ple/na de fortaleses personals.	5.00	4.86	5.20
25. Tendeixo a "retrocedir" fins i tot si sé que tinc raó.	4.55	5.00	4.10
26. No semblo tenir cap poder sobre els sentiments dels altres.	4.45	4.43	4.60
27. Generalment crec que les coses aniran bé a la meua vida.	5.00	5.71	5.50
28. Trobo difícil establir llaços, fins i tot amb les persones més properes a mi.	4.09	5.00	6.30
29. Generalment, sóc capaç d'adaptar-me a entorns nous.	5.18	5.71	6.30
30. Els altres m'admiren per estar relaxat/da.	4.64	4.14	4.10

Nota: Totes les puntuacions apareixen anotades en una escala numèrica 1 – 7 (on 1 i 7 són les puntuacions mínima i màxima possibles, respectivament).