



Institut de Recerca en Ecologia Emocional i Creixement Personal

SOCIOESCÀNER EMOCIONAL, gener 2018

(REF 4/2018.01)

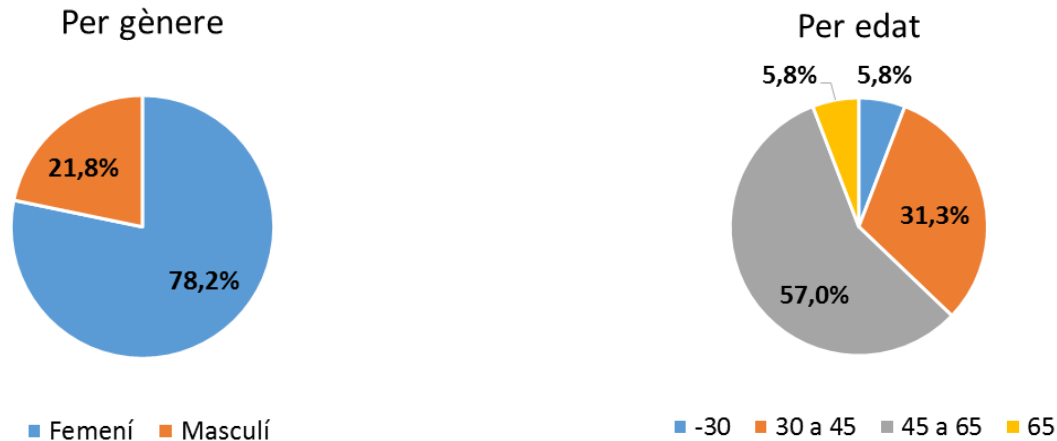
Cada final d'any qui més qui menys fa balanç, es fa algun propòsit i es fixa nous objectius a assolir. En aquest SocioEscàner Emocional ens preguntem què ha passat amb tots ells. S'han aconseguit? Com ens sentim si no assolim allò que ens havíem proposat?

SOCIOESCÀNER EMOCIONAL, gener 2018 (REF 4/2018.01)

Balanç de final d'any, propòsits per l'any que comença, nous objectius a assolir. Què passa amb tots ells? Els aconseguim? Com ens sentim si no assolim allò que ens havíem proposat?

1. Mostra i metodologia

Han participat a l'enquesta un total de **377 persones**, repartides de la següent manera per gènere i edat.



- El 78,2% de les respostes han sigut donades per dones.
- En tots dos gèneres, la franja majoritària d'edat és la situada entre els 45 i 65 anys (57% en total), seguida de la de 30 a 45 (31% en total).

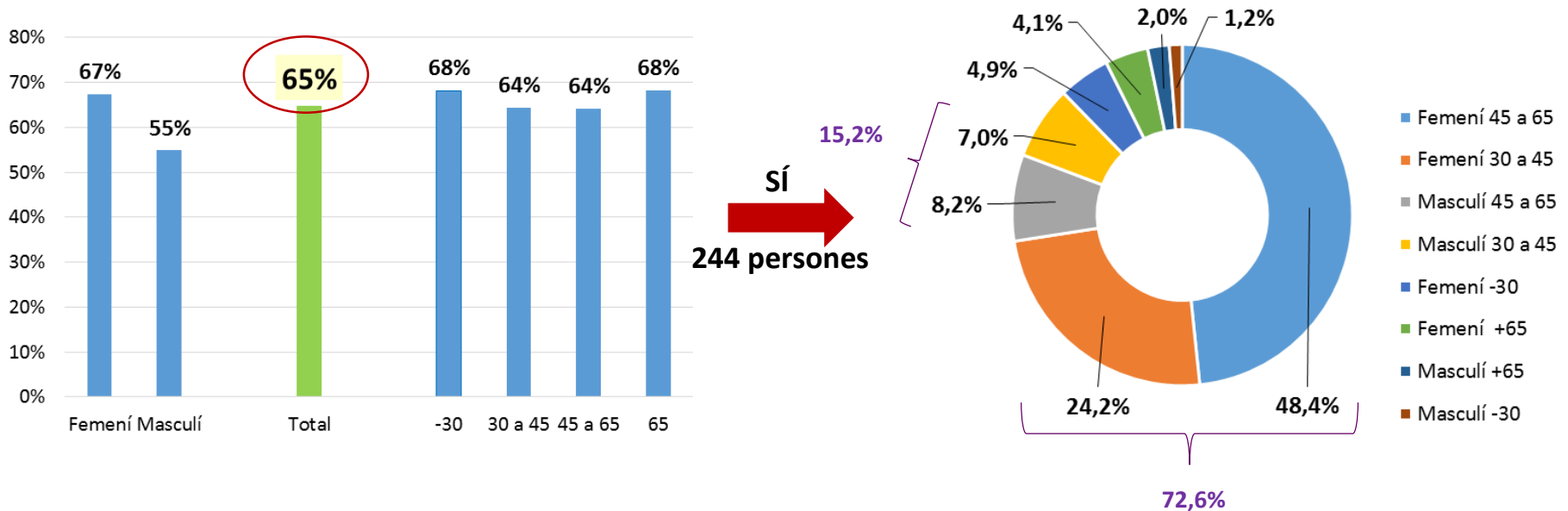
El qüestionari consta de 7 preguntes amb opció de resposta única, excepte l'última pregunta que permet resposta múltiple (dues opcions). Donat que la mostra no és equitativa en termes absoluts, l'anàlisi de les respostes es mostra en valors relatius (percentatge sobre el total de la mostra).

Descartem l'anàlisi en detall per franja d'edat donat que la mostra no és prou representativa.

2. Anàlisi de Resultats: Et vas fer algun propòsit d'Any Nou al 2017?

El **65%** de les persones enquestades afirma haver-se fet algun propòsit d'Any Nou. Aquest percentatge és superior a les dones (67%) que als homes (55%). En canvi per franja d'edat és molt similar.

Acotant el perfil de les **persones que hi han respost "SÍ" a la pregunta**, veiem que el **72,6%** correspon a *Dones amb edat entre 30 i 65 anys*. I el següent grup amb un **15,2%** els *Homes també entre 30 i 65 anys*.



3. Anàlisi de Resultats: Quants propòsits te'n vas fer?

Nº Propòsits Fets	TOTAL	Femení	Masculí
1	36%	38%	29%
2	37%	36%	42%
3	17%	17%	16%
més de 3	10%	9%	13%

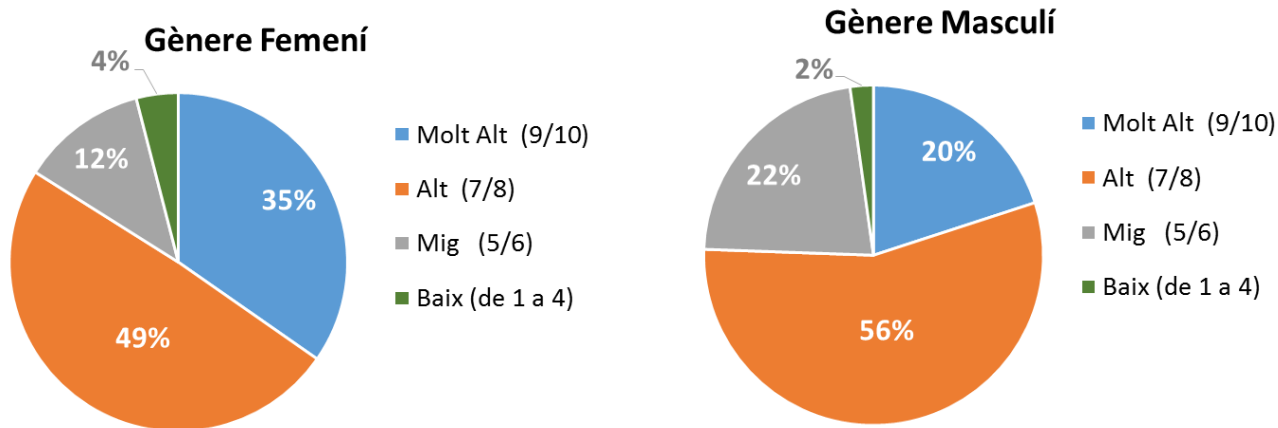
- El **38%** de les dones es fan un **únic propòsit**, mentre que els homes ho fan en un 29%.
- Destaca també el **13% d'homes que es fan més de 3 propòsits**, sent un 9% en el cas de les dones.

4. Anàlisi de Resultats: Nivell de compromís i assoliment de propòsits

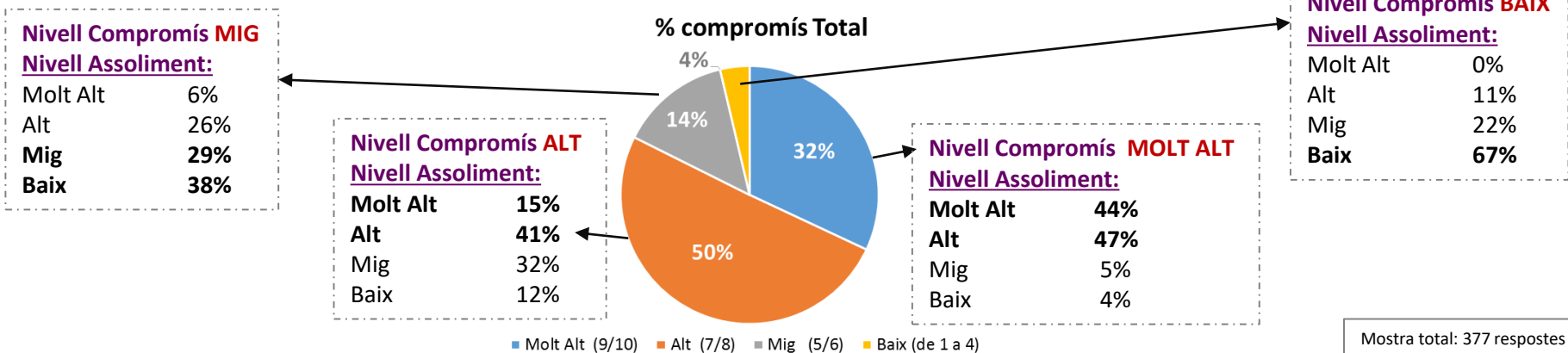
Hem preguntat 'Amb quin nivell de compromís diries que te'ls vas proposar?'
I com a resultat veiem que el nivell de compromís amb **valors superiors al 7 (Alt + Molt Alt) és un 84% a les dones i un 76% als homes.**

La valoració mitja general (en una escala del 1 al 10) ha estat :

. **Nivell Compromís 7,8**
- **Nivell Assoliment 6,8**



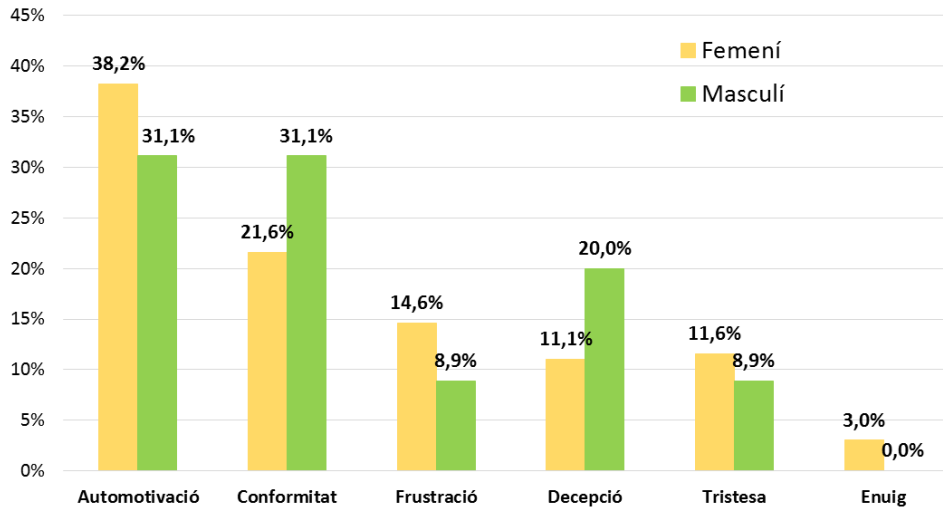
Molt interessant els resultats de la **correlació entre Nivell de Compromís i Nivell d'Assoliment** dels propòsits, comprovant que a **més compromís, més assoliment.**



5. Anàlisi de Resultats: Emocions vinculades a la consecució o no dels propòsits

Davant les preguntes de les Emocions vinculades a la consecució o no dels propòsits, els enquestats havien d'escollir entre una de les emocions proposades en cada cas.

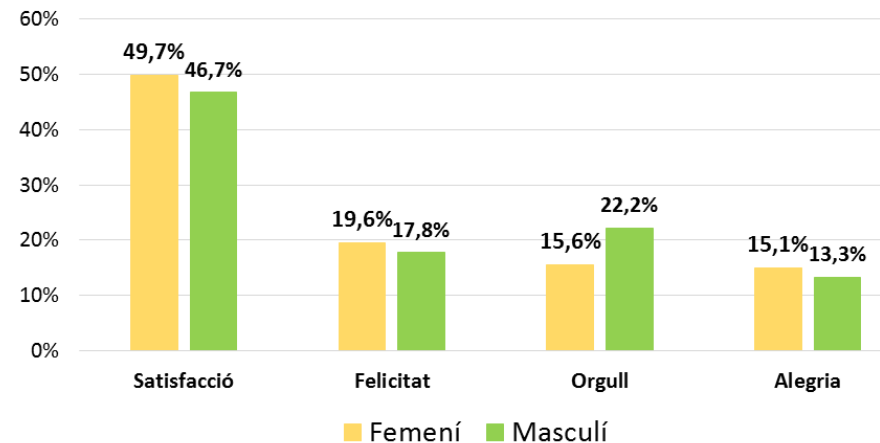
Emocions Propòsits **NO ASSOLITS**



En cas de **NO** consecució dels propòsits fixats, les emocions que més predominen són l'**Automotivació** i la **Conformitat**, en més d'un **60% de les persones**, tant en homes com en dones.

Quan **SÍ** que s'assoleixen els propòsits, destaca en gairebé un **50% de les persones** la **Satisfacció**, seguida per la **Felicitat** (al voltant d'un **20%**).

Emocions Propòsits **ASSOLITS**

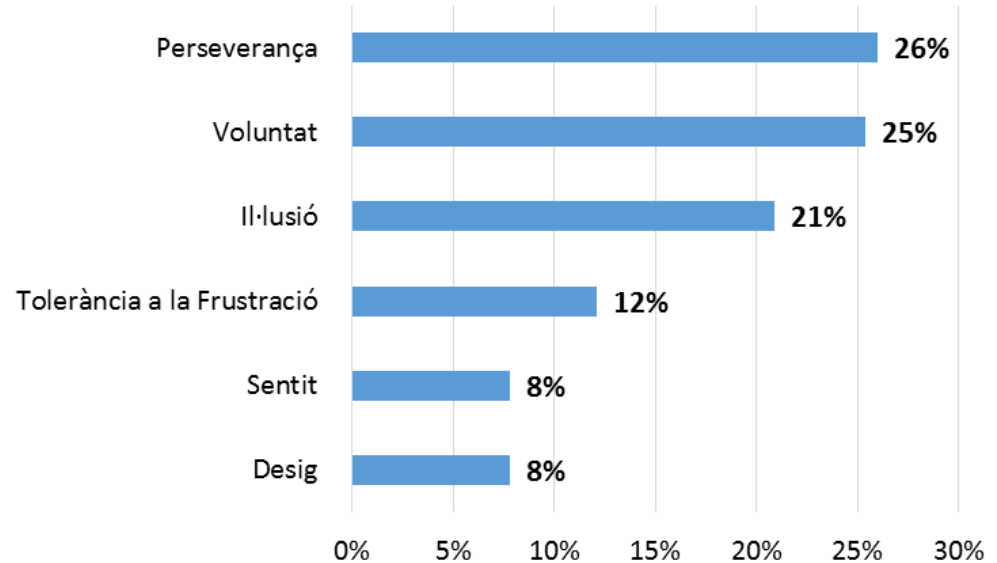


6. Anàlisi de Resultats: Ingredients que permeten tenir més èxit en els propòsits fixats

Quan hem demanat triar dos ingredients que permetrien tenir més èxit en els propòsits, aquests han estat els resultats:

Perseverança, Voluntat e Il·lusió

els principals “ingredients”.



La selecció d'aquests “ingredients” requeria l'elecció de dos d'ells en el moment de fer l'enquesta. Hem analitzat la vinculació entre l'ingredient seleccionat en primer lloc i el que s'ha triat com a segona opció (indicats per ordre quantitatiu).

VOLUNTAT

Ha estat seleccionat amb PERSEVERANÇA, IL·LUSIÓ, TOLERÀNCIA A LA FUSTRACIÓ, DESIG I SENTIT.

PERSEVERANÇA

Ha estat seleccionat amb TOLERÀNCIA A LA FUSTRACIÓ I SENTIT.

IL·LUSIÓ

Ha estat seleccionat amb PERSEVERANÇA, TOLERÀNCIA A LA FUSTRACIÓ, DESIG I SENTIT.

DESIG

Ha estat seleccionat amb PERSEVERANÇA, SENTIT i TOLERÀNCIA A LA FUSTRACIÓ.

TOLERÀNCIA A LA FUSTRACIÓ

Ha estat seleccionat amb SENTIT.

7. Conclusions

Resum i conclusions de l'anàlisi fet en pàgines anteriors:

- El **65% de les persones** enquestades **afirma haver-se fet algun propòsit d'Any Nou al 2017**. Aquest percentatge és superior a les dones (67%) que als homes (55%). En canvi per franja d'edat és molt similar.
- Acotant el perfil de les persones que hi han respost **“SÍ”** a la pregunta, veiem que més del **72% correspon a Dones amb edat entre 30 i 65**, seguides amb un 15% els Homes de la mateixa franja d'edat.
- La valoració mitja del **nivell de compromís és un 7,8**, superior a les dones: **Alt nivell de compromís** (valors superiors al 7) en **un 84% de les dones i en un 76% dels homes** que es van marcar un o més propòsits.
- La valoració mitja del **nivell d'assoliment dels propòsits és un 6,8**.
- Correlació **directament proporcional** entre el **Nivell de Compromís i el Nivell d'Assoliment** dels propòsits:
 - ✓ Nivell de compromís MOLT ALT → 92% afirmen haver assolit els seus propòsits (valoració superior al 7)
 - ✓ Nivell de compromís MIG → 32% afirmen haver assolit els seus propòsits (valoració superior al 7).
 - ✓ Nivell de compromís BAIX → 11% afirmen haver assolit els seus propòsits (valoració superior al 7).
- En cas de **NO consecució** dels propòsits fixats, les emocions que més predominen són l'**Automotivació** i la **Conformitat**, en més d'un **60% de les persones**, tant en homes com en dones.
- Quan **SÍ** que s'assoleixen els propòsits, destaca en gairebé un **50% de les persones** la **Satisfacció**, seguida per la **Felicitat** (al voltant d'un **20%**).
- Els principals ingredients identificats per tenir més èxit en els propòsits, són: **Perseverança, Voluntat i Il·lusió**.



Institut de Recerca en Ecologia Emocional i Creixement Personal

