

---

Alumna: Francina Pedret Vilanova

Tutora: Mar Giménez Boronat

---

# Entre l'èxit i el fracàs

---

## **Presentació**

El que m'ha portat a realitzar aquest treball és que part de la meva família està vinculada al món casteller, sobretot el meu avi Jaume, i jo he tingut la sort d'heretar aquesta passió. Per altra banda, en un futur m'agradaria estudiar el grau de psicologia. Com que vaig sentir a dir que les colles castelleres es plantejaven incorporar la figura del psicòleg, vaig pensar que seria interessant fusionar aquests dos mons.

## **Metodologia**

L'objectiu principal d'aquest treball és estudiar la presència de la psicologia dins del món casteller. També se'n va derivar un altre objectiu: l'estudi dels protocols que se segueixen i la preparació dels castellers i castelleres en actiu.

Per tal de poder assolir-los, va ser necessari primerament fer una recerca d'informació per internet tot relacionant els castells amb la psicologia de l'esport.

El segon estudi constava de dues enquestes: la primera anava dirigida a les colles castelleres, i se'n van poder recollir 36 mostres; l'altre qüestionari anava dirigit a tots aquells que fan castells de manera activa i se'n van poder recollir 398 mostres. Finalment, es van realitzar sis entrevistes a persones que viuen els castells en primera persona però des de diferents punts de vista.

---



---

## Cos del treball

Els resultats que se n'extreuen és que de trenta-sis colles estudiades, només quatre compten amb una assistència psicològica formal formada per castellers voluntaris de la pròpia colla: Castellers de Vilafranca, Colla Jove Xiquets de Tarragona, Castellers de Lleida i Colla Jove de l'Hospitalet. Aquestes treballen de manera directa i únicament amb la canalla, i quan l'equip dels més petits ho sol·licita.

Els aspectes que més treballen són la gestió de la por i la inseguretat i les emocions que poden provocar les diades més importants del seu calendari casteller. Ho fan a través de les dinàmiques, la visualització de vídeos, xerrades d'integrants de la colla o parlant obertament de com se senten, ja que cal dir que abans parlar dels sentiments era un tema tabú.

Pel que fa a les valoracions s'ha vist que són molt positives. En una escala del 0 al 5, la nota més baixa va ser un 3 i la més alta, un 5. Amb aquestes dades podem dir que la tasca que realitzen els psicòlegs dona els seus resultats i afavoreix el col·lectiu. Però no totes les colles disposen d'aquests serveis. El rol del psicòleg passa sovint als pares o bé a algun referent dins de la canalla, com pot ser el cap de canalla o algun dels monitors que integren l'equip de canalla.

Els motius de no tenir psicòleg són principalment que realment no s'han plantejat la seva necessitat o bé que no coneixen ningú amb aquestes característiques, i això suposaria una despesa que moltes colles no podrien assumir.

Tot i així, es va preguntar si creuen que seria bo per a la colla disposar de psicòlegs i la gran majoria va respondre que sí.

En l'estudi relatiu a la preparació dels castells es va preguntar si practicaven algun esport, i un 62,3 % va respondre que sí, i per a gran part dels castellers això els és favorable a l'hora de fer castells.

Per altra banda, també es va preguntar si realitzaven activitats de relaxació. El nombre de castellers que practiquen activitats d'aquest estil no arriba ni al 20 %. És important dir que a la gran majoria dels que fan relaxació i interiorització, els serveix de manera positiva a l'hora de gestionar situacions complicades de nervis, angoixa... Finalment, es va preguntar si per a les diades més importants realitzaven una preparació més específica, i un 56,5 % afirma preparar-se de manera més especial per tal de poder rendir més en aquestes ocasions.

Els àmbits més destacats són: en primer lloc el descans, a continuació la preparació física, seguida de l'alimentació, en quart lloc es trobaria la mentalització i, finalment, altres mètodes de preparació.

Pel que fa les entrevistes, es va entrevistar a Maria Alvarado, psicòloga de la canalla vilafranquina, i també a Oriol Peiró, excap de colla dels Xiquets de Tarragona, que com moltes colles no disposa de la figura del psicòleg.

---

---

Per altra banda, també es va entrevistar a quatre cap de canalla: Marta Sancho dels Xiquets de Tarragona, Ginebra Fort de la Colla Jove de Tarragona, Selena Cárdbada dels Xiquets del Serrallo i Mar Pascual dels Castellars de Sant Pere i Sant Pau. El que s'extreu d'aquest estudi és la importància de conèixer bé cada nen i cada nena de la canalla per saber quina és la millor manera de treballar amb ells en cas que hi hagi problemes. També es remarca molt la importància de la comunicació per així poder resoldre a temps tots els problemes que puguin aparèixer.

## Conclusions

Per acabar, les conclusions a les quals s'ha arribat ens diuen que en el món casteller es produeixen molts canvis i que, com tots, costen i fan por.

La introducció d'aquesta nova assistència es podria dividir en dues fases: la primera seria la incorporació amb la canalla, ja que és el grup més vulnerable i alhora un dels més importants; i la segona fase correspondria a l'expansió cap a la resta del col·lectiu, ja que els adults també tenim por i inseguretats, les quals si un mateix les vol superar amb l'ajuda d'un psicòleg seria més fàcil i es podria aconseguir.

## Webgrafia

– La psicologia esportiva, un dels pilars de l'alt rendiment. <<https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/els-matins/la-psicologia-esportiva-un-dels-pilars-de-lalt-rendiment/video/5314272/>> – Associació Catalana de Psicologia de l'Esport. <<http://www.acpe.cat/psicologia-de-lesport>> – La psicologia social i evolutiva d'una colla casteller. <<https://www.xics.cat/la-psicologia-social-i-evolutiva-duna-colla-castellera/>> – La psicologia de l'esport. <<https://www.enciclopedia.cat/EC-EEC-10297.xml>> – Institut de Psicologia Espasa. <<https://institutespasa.com/>> – Neda el Món. <<https://www.nedaelmon.com/ca/Serveis/Psicologia>> – Joan Cañadas presenta un llibre sobre psicologia esportiva. <<https://www.youtube.com/watch?v=eD3SBpVFKM4>> – Quèquicom: Castellars, pinya, folre, manilles. <<https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/quequicom/castellers-pinya-forca-i-manilles/video/3729910/>> – Quèquicom: La Marató a fons. <<https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/quequicom/la-marato-a-fons/video/2941150/>> – Enxaneta. <<https://www.youtube.com/watch?v=hutjxGnpaRc>> – Castells. <<https://ca.wikipedia.org/wiki/Castells>> – Xiquets de Tarragona. <<http://www.xiquetsdetarragona.cat/>> – Colla Jove Xiquets de Tarragona. <<http://jovedetarragona.cat/>> – Xiquets del Serrallo. <<http://www.xiquetsdelserrallo.cat/>> – Castellars de Sant Pere i Sant Pau. <<https://www.ccspisp.cat/>> – La por. <<https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/obrint-placa/la-por/video/5888966/>> – La força de la ment. <<https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/obrint-placa/la-forca-de-la-ment/video/5906946/>> – La seguretat. <<https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/obrint-placa/la-seguretat/video/5901846/>> – La importància de la relaxación. <<https://estrategiaspnl.com/la-importancia-de-la-relajacion/>>

---