

La gestió emocional en escoles municipals de persones adultes



SUMARI

1.	INTRODUCCIÓ.....	3
2.	EDUCAR LES EMOCIONS: CONCEPTES CLAU	5
3.	LA MIRADA SALUTOGÈNICA	6
4.	EL PAPER DEL FORMADOR/A COM A FACILITADOR/A DE BENESTAR.....	8
5.	LA MIRADA SISTÈMICA	9
6.	LA TRANSFERÈNCIA A LA REALITAT PROFESSIONAL EN ELS CENTRES MUNICIPALS DE FORMACIÓ D'ADULTS	12
7.	CONCLUSIONS	13
	REFERÈNCIES DOCUMENTALS	15

1. INTRODUCCIÓ

L'educació emocional és una eina ideal per potenciar les característiques individuals per al desenvolupament de la personalitat saludable, que ens permet interactuar de forma adaptativa amb el nostre entorn relacional i comunitari (Ortegón, Porrini i Julià, 2015).

L'**educació emocional** és també un element fonamental dins dels entorns educatius i formatius de les persones adultes:

- Genera climes positius.
- Provoca efectes psicològics de benestar en la persona.
- Es pot relacionar amb un creixement saludable individual i col·lectiu.
- Influeix favorablement en l'aprenentatge.
- Disminueix les conductes desadaptatives.

Educar les emocions és educar la intel·ligència emocional i, per tant, realitzar un treball intern i individual que, a la vegada, repercuteix en la comunitat.

1. INTRODUCCIÓ

Eduquem emocionalment com una manera d'apropar-nos a la vivència saludable de l'educació i la formació dins l'entorn de les escoles municipals de persones adultes, que connecti amb un benestar intern i a la vegada també social.

Presentem **quatre blocs** de contingut que donen resposta a les necessitats de l'entorn envers l'abordatge socioemocional dins i fora de les aules:

El Model SEER
de Desenvolupament
Socioemocional

La mirada
salutogènica

El paper
del facilitador/a

La mirada
sistèmica

2. EDUCAR LES EMOCIONS: CONCEPTES CLAU

El Model SEER de Desenvolupament Socioemocional aplega un conjunt d'eines que permeten l'acompanyament de l'educador/a, apropant a la realitat de les aules els models teòrics més reconeguts en el món de la pedagogia de l'interior.

A través del desenvolupament socioemocional, des de SEER connectem amb el model de competències emocionals (Bisquerra i Pérez, 2007) i la mirada d'habilitats de la intel·ligència emocional (Mayer i Salovey, 1997).

Consciència emocional	Habilitats relacionades amb la capacitat de prendre consciència de les pròpies emocions i les emocions dels altres, i de captar el clima emocional d'un context determinat.
Elecció personal	Habilitats relacionades amb la capacitat d'adoptar o projectar comportaments apropiats i responsables per afrontar satisfactòriament els desafiaments de la vida diària, permetent organitzar la nostra vida de manera sana i equilibrada, facilitant-nos experiències de benestar, i habilitats relacionades amb la capacitat de gestionar emocions de manera saludable, prenent consciència de la relació entre emoció, raó i comportament, amb la finalitat d'afrontar i generar emocions positives en pro del benestar.
Responsabilitat individual	Habilitats relacionades amb la capacitat d'autogestió personal i habilitats relacionades amb la capacitat de mantenir bones relacions amb altres persones.

Taula 1. Model SEER de Desenvolupament Socioemocional. Conceptes clau.

3. LA MIRADA SALUTOGÈNICA

La mirada salutogènica que volem portar dins i fora de les aules més enllà de la psicologia positiva s'emmarca dins un model d'actius (perspectiva salutogènica = generar salut), en el qual treballem per a l'evolució de factors clau del desenvolupament de la persona.

- **Factors relacionals:** generar lligams propers a través del treball en valors i creences, empatia i recolzament positiu.
- **Factors motivacionals:** treballar cap als nostres objectius vitals a fi d'augmentar la motivació i la participació.
- **Factors de voluntat:** desenvolupament de la pròpia resiliència, la presa de decisions conscients i lliures, l'autodeterminació i el compromís amb la dignitat pròpia i de l'altre, l'empoderament del nostre potencial.
- **Factors protectors:** protecció davant d'amenaques a través del desenvolupament de la nostra personalitat, en què influeix directament la nostra escala de valors, l'autoestima, la nostra gestió emocional, etc. També a través de contextos o situacions que permetin aquesta protecció.

Tot plegat es connecta a través del desenvolupament de la personalitat saludable.

3. LA MIRADA SALUTOGÈNICA

A continuació, presentem el **triangle de la personalitat**, un element clau per ajudar a treballar la mirada de l'adult en relació amb l'equilibri entre emoció, pensaments i conductes.

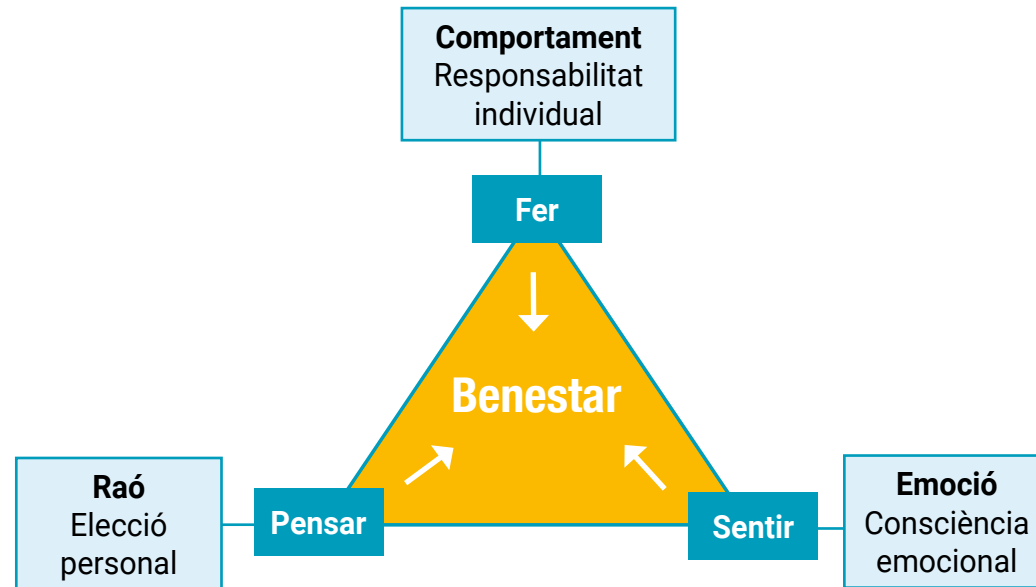


Figura 1. Triangle de la personalitat i conceptes clau d'educació emocional.

4. EL PAPER DEL FORMADOR/A COM A FACILITADOR/A DE BENESTAR

És rellevant focalitzar el treball socioemocional en el paper del facilitador/a com a actiu per al benestar. Un actiu és qualsevol recurs que sosté i potencia el benestar (Morgan i Ziglio, 2007).

Entenem l'educador/a com un ésser emocional en el rol de facilitador/a.

La figura de facilitació en l'àmbit socioemocional és aquella persona que acompanya, sosté i manté el desenvolupament positiu de la persona i la comunitat, i que hi col·labora.

La gestió emocional ens porta a la idea de tot el que es pot fer amb una emoció.

Quant a la **mirada sistèmica**, treballem el concepte de *sistema* com el conjunt d'elements en interacció entre ells i de forma conjunta amb l'entorn. Si transferim les característiques a un equip de treball, com el claustre, l'aula o les famílies, podem considerar que el sistema té un valor més rellevant que allò que pot oferir cada persona de manera individual.

5. LA MIRADA SISTÈMICA

Integrar la mirada sistèmica en l'educació emocional ens permet poder influir positivament en el treball d'equip, la convivència, la generació de coneixement, l'intercanvi d'experiències, el camp d'aprenentatge, etc., que es crea en un grup, en un equip, en un centre i en una comunitat.

A continuació, a la figura 2, presentem els conceptes clau d'aquesta mirada.

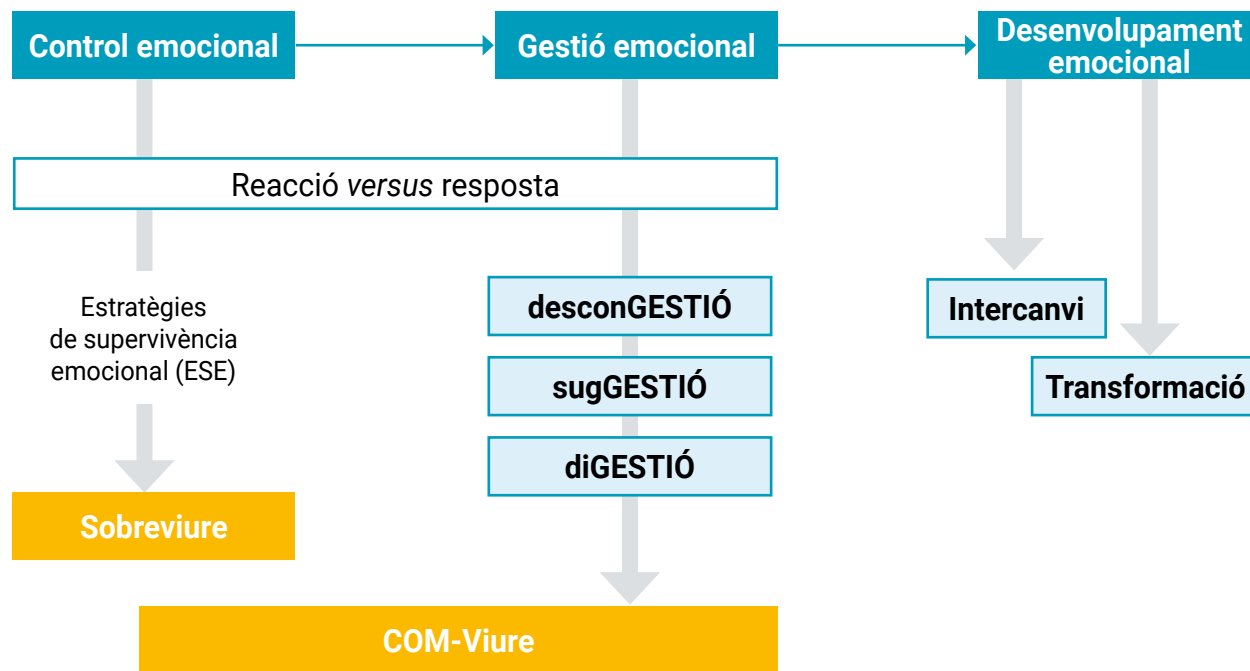


Figura 2. Tot el què es pot fer amb una emoció.

5. LA MIRADA SISTÈMICA

La pedagogia sistèmica ofereix una perspectiva fenomenològica de la persona i l'educació. Aquesta perspectiva es fonamenta en les aportacions de Bert Hellinger. L'autor alemany va desenvolupar una mirada sobre els sistemes humans basada en el que ell anomena *els ordres de l'amor* (Traveset i Parellada, 2014, p. 39).

Aquests ordres són:

- Pertinença.
- Jerarquia.
- Equilibri entre donar i rebre.

Connectar aquestes aportacions amb la realitat d'una escola municipal per a persones adultes (grup, equip, entitat) ens pot oferir elements de reflexió interessants.

És important tenir presents dins la mirada dels sistemes el fons socioemocional i el moment de les persones.

La mirada de la dimensió emocional facilita la comprensió i l'acompanyament dels processos de transformació cap al benestar.

5. LA MIRADA SISTÈMICA

Seguidament, presentem un mapa emocional concret que explica la realitat del grup, del claustre o de la família des de la comprensió del moment emocional fins als aprenentatges del procés.

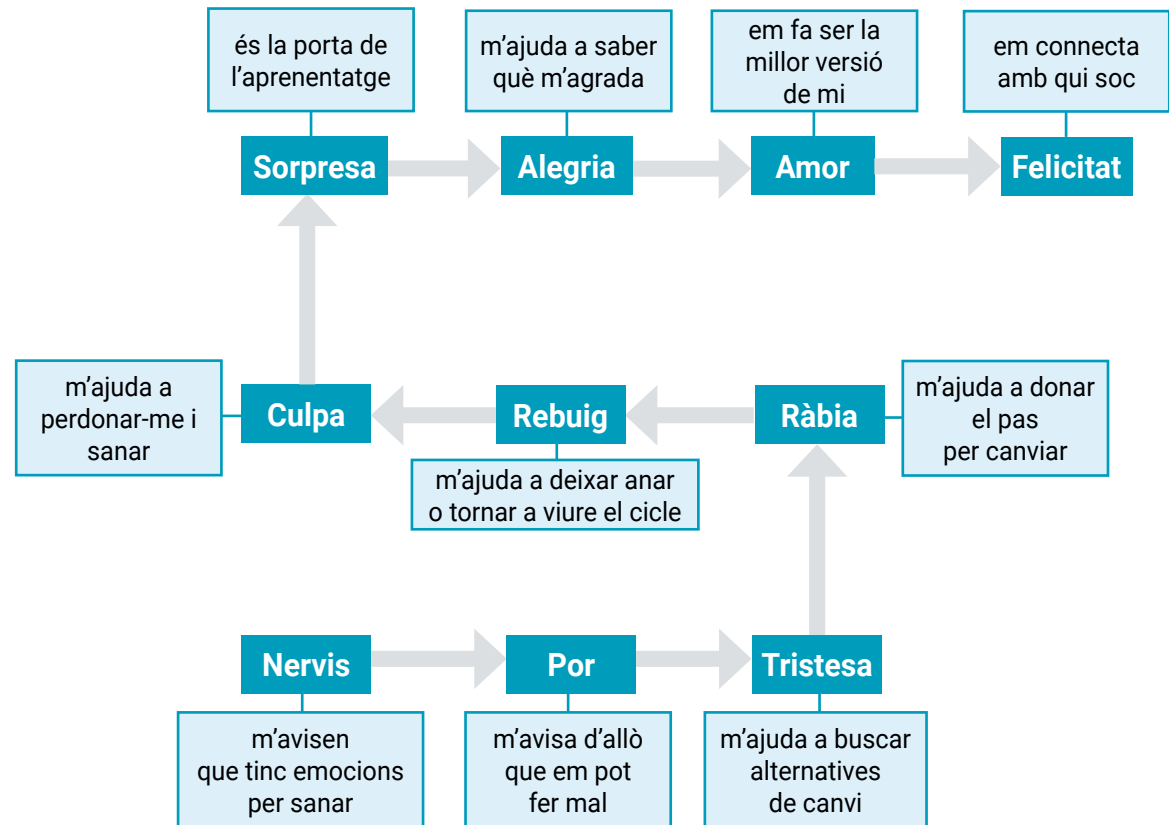


Figura 3. Mapes emocionals en la gestió de processos.

6. LA TRANSFERÈNCIA A LA REALITAT PROFESSIONAL EN ELS CENTRES MUNICIPALS DE FORMACIÓ D'ADULTS

A continuació, presentem una taula amb els interrogants que es generen a partir de l'anàlisi de la realitat actual de les escoles municipals de persones adultes.

1. Les persones que formen part de l'escola municipal se senten reconegudes?	
2. Quins sistemes conviuen en la realitat de l'escola?	<ul style="list-style-type: none">• Cada element del sistema sent pertinença?• Cada element del sistema ocupa el lloc que li correspon?• Existeix equilibri entre el que es dona i es rep?
3. Quina és la mirada envers...?	<ul style="list-style-type: none">• L'alumnat.• Les famílies.• La resta de l'equip.• Altres serveis i equipaments formatius, educatius i/o socials.
4. En el procés d'acompanyament, des de quina emoció i rol acompanyem l'alumnat?	
5. Quins missatges conscients i inconscients transmetem a l'aula?	<ul style="list-style-type: none">• Empoderament: partir de les fortaleces.• Mirada de l'abundància: partir d'allò de què es disposa.• Resiliència: confiança en la persona, les seves possibilitats i la vida.

7. CONCLUSIONS

Del marc conceptual presentat en aquest document, se'n deriven les **reflexions següents**:

- Els conceptes clau recollits (continguts i metodologia) esdevenen una oportunitat per treballar la dimensió emocional en un projecte educatiu concret.
- L'entrenament d'habilitats socioemocionals requereix un espai i un temps vivencial i de qualitat. Es poden realitzar adaptacions necessàries per combinar el format presencial i virtual. La generació d'aprenentatges dins d'aquests espais exigeix una intenció personal sentida per l'equip. En clau formativa, és recomanable que els equips directius prioritzin el treball de creixement emocional en tots els agents de la comunitat educativa.
- El focus de la formació ha de començar per un/a mateix/a. Per acompanyar la gestió d'emocions en els altres, cal trobar eines de transferència dins el claustre, però sempre en clau d'evolució personal.
- La realitat de les escoles municipals de persones adultes és diversa, canviant i heterogènia. Mirar els condicionants actuals com una oportunitat de creixement personal, grupal i institucional afavorirà la generació de benestar i facilitarà la concreció de respostes del centre per atendre les necessitats actuals que es detectin. El desenvolupament d'habilitats socioemocionals per part dels professionals facilita la vivència del benestar.
- La motivació, les fortaleses i els somnis es presenten com tres elements clau en l'acompanyament de les persones adultes. Mirar i treballar des de l'abundància facilita el procés d'aprenentatge.

7. CONCLUSIONS

Les necessitats dels entorns de les escoles municipals de persones adultes, pel que fa específicament als temes de desenvolupament socioemocional, no són gaire diferents d'altres entorns.

No obstant, la mirada interna del formador/a i la mirada envers el participant pot estar afectada per algun condicionant, com el canvi de perfil de l'alumnat de les escoles durant l'última dècada.

Fem especial menció de l'acompanyament en l'àmbit del llenguatge emocional, el sosteniment i la connexió amb emocions concretes (com la pena, la frustració i la impotència), la vivència dels processos de dol i la mirada compassiva (acompanyar amb amor).

REFERÈNCIES DOCUMENTALS

BISQUERRA, R.; PÉREZ, N. «Las competencias emocionales». *Educación XXI*, vol. 10 (2007), p. 61-82.

MAYER, J. D.; SALOVEY, P. «What is emotional intelligence?». A: SALOVEY, P.; SLUYTER, D. J. (ed.). *Emotional development and emotional intelligence: implications for educators*. Nova York: Basic Books, 1997.

MORGAN, A.; ZIGLIO, E. «Revitalising the evidence base for public health: an assets model». *Promotion & Education*, núm. 2 (2007), p. 17-22.

ORTEGÓN, R. A.; PORRINI, C.; JULIÀ, O. «Inclusión de la educación emocional dentro del proyecto de centro, una intervención integral». A: *XI Jornades d'Educació Emocional*. Barcelona: Universitat de Barcelona, 2015.

PALOMERA, R.; FERNÁNDEZ-BERROCAL, P.; BRACKETT, M. «La inteligencia emocional como una competencia básica en la formación de los docentes: algunas evidencias». *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, núm. 15, vol. 6 (2) (2008), p. 437-454.

TRAVESET, M.; PARELLADA, C. *La xarxa amorosa per educar. Les idees clau de la pedagogia sistèmica multidimensional*. Barcelona: Octaedro, 2014.

Autor

Carles Porrini Cubells

Formador i facilitador d'Equip SEER (Salut i Educació Emocional)

Data

06/12/2020

Coordinació

Oficina de Planificació Educativa

Gerència de Serveis d'Educació

Àrea d'Educació, Esports i Joventut