

Toia Castellà  
Gemma Pérez  
Magda Mejías

## L'«Escolta'm» i la gestió de les emocions

**Aquest article convida a endinsar-se en la mar de sentiments i d'emocions que dansen en aquest reduït espai de trobada que és l'aula petita. Un espai on aquests sentiments hi tenen cabuda i poden ser expressats, escoltats, legitimats i acompanyats. Un espai on s'escolta també des del cor, des d'una mirada diferent i des d'un nou rol.**

**Paraules clau:** vincle emocional, emocions positives, relació, canvi de mirada, tutoria, aspectes capacitadors, treball en xarxa, tutoria personalitzada.

Des d'un punt de vista emocional, l'*Escolta'm* se'ns presenta com aquell espai imprescindible per anar nodrint, alimentant, cuidant i mantenint el *lligam afectiu* entre l'alumne i el tutor o la tutora, qui, en la seva tasca com a persona educadora, ha de poder trobar el, no sempre fàcil, equilibri entre els afectes i els límits. Així doncs, aquest espai convida a fer un *canvi de mirada* i de posició en el rol de tots dos (tutor i alumne), amb el ball de sentiments i d'emocions que això suposa per part de tots els participants; sentiments que poden ser expressats, escoltats, legitimats i acompanyats.

### Quin és el procés emocional en l'«Escolta'm»?

Abans de posar en marxa l'aula petita, dins nostre conviu tot un ventall de sentiments. D'una banda, ens podem sentir il·lusionats, amb ganes, amb curiositat, i, d'altra banda, ens pot sobrevenir el sentiment de respecte i el de responsabilitat o,

segons les persones, una sensació de resistència davant el canvi que suposa introduir quelcom de nou en la nostra vida diària. En el moment de posar-ho en pràctica, ens tornem a trobar amb sentiments dicotòmics: desitgem un espai de relació més proper amb l'alumnat, però, alhora, la manca de pràctica (aplicació de l'aula petita) i el sentiment de no poder engegar una conversa de manera espontània ens fa sentir la por que sorgeix de la inseguretat de no saber-ho manegar, de no saber si ho fem bé:

Jo no sé si faig Escolta'm, però..., què faig si plora?, què passa si no parlen?, què passa si tots em parlen a mi...?

I arriba un dia, quan ja s'ha passat per l'aula petita unes quantes vegades, en el qual un pot notar un «clic», sentir que es tracta d'un espai on és possible gaudir de la relació amb l'alumnat, i viceversa.

Aquest mateix procés és el que viu el referent de centre. Al principi, sent el mateix tipus d'inseguretats, però acaba fent el «clic» com els tutors i les tutores i s'acaba realitzant *un treball en xarxa on tothom se sent escoltat, legitimat i reconegut*.

### Com passa?

I arriba el moment màgic que possibilita l'inici del fet de fluir per tal de confluir amb l'objectiu d'influir.

Avui vénen amb mi a l'aula petita la Mireia, el Marc i el Mario.

**Arriba un dia, quan ja s'ha passat per l'aula petita unes quantes vegades, en el qual un pot notar un «clic», sentir que es tracta d'un espai on és possible gaudir de la relació amb l'alumnat, i viceversa**

*Fluir.* Entrem en contacte, estem, interactuem, ens coneixem. L'alumne ens pot veure en un altre espai on ens comportem diferent, demanem coses diferents, sent que estem per ell, escoltem més que no pas parlem, preguntem coses que ell sap respondre, sobre les

quals pot opinar (no continguts acadèmics). Se sent diferent de quan és a l'aula, se sent més persona i menys alumne (subjecte receptor d'aprenentatges). Al principi, com nosaltres, també es nota un punt incòmode perquè no sap què s'espera d'ell. Tots dos sentim que ens estem estrenant i provant en aquest nou rol.

| Noto que em mira de manera diferent.

*Confluir.* En aquest moment és quan es dona una connexió especial, descobreixo habilitats desconegudes d'aquest alumne, que se sent reconegut, valorat i confirmat i, de manera paral·lela, canvia la seva mirada envers la meva persona. I, realment, és un canvi físic, es veu, es nota. Així mateix, l'alumne també escolta i sent de manera diferent de com senten els seus companys i companyes.

| Sento que em busca.

*Influir.* El lligam, el vincle emocional s'ha establert i esdevenim un referent significatiu. L'alumne sent confiança cap a nosaltres, de manera que vol anar a l'*Escolta'm* i nosaltres també. Aquesta complicitat es dona dins l'aula petita i també s'extrapola a fora:

a l'aula gran, al pati, a les sortides..., arreu. Arriba aquell moment en què l'alumne cerca la interacció amb nosaltres, ens busca en moments d'inquietud (personal, acadèmica), la qual cosa ens permet, doncs, influir en la seva persona, perquè es deixa acompanyar i es deixa ajudar. D'altra banda, i respecte als seus companys i companyes, se sent més còmode, els coneix millor, i això contribueix a crear un clima més bo de convivència a l'aula.

### Qui són i què senten els protagonistes?

A l'*Escolta'm*, hi ha tres col·lectius implicats: alumnes, professorat i referents.

Els alumnes, al principi, no saben de què va: fan cares estranyes, diuen «Jo no he fet res! Què he fet?», però quan ja ho han «tastat», en el moment que entrem a l'aula per buscar els protagonistes de l'*Escolta'm* d'aquell dia, la classe és un mar de braços aixecats... «I jo?», «Ell ja hi ha anat!», «Jo encara no hi he vingut!», «Quan em tocarà a mi?».

Quan preguntem als alumnes què els sembla l'*Escolta'm*, responen que el valoren com un espai útil que serveix per sentir-se millor i donar resposta a inquietuds que ells tenen.

Per veure què diuen els nois i les noies, us mostrem unes taules amb els resultats de les enquestes realitzades a estudiants de primer d'ESO i de cinquè i sisè de primària (quadres 1 i 2 a la pàgina següent).

En les avaluacions, les professores i els professors diem coses com ara:

- Em permet escoltar sense rellotge.
- Gaudim dels infants perquè els escoltem i els dediquem temps.
- S'hi descobreix l'afectivitat.
- Permet treballar la individualitat i també permet establir un marc diferent dins de l'escola.
- Permet treballar amb els sentiments i les emocions.
- M'ha proporcionat un lloc tranquil i relaxat on tots hem pogut gaudir d'una estona íntima i personal, on hem pogut conèixer-nos més a fons i ajudar-nos a ser més positius. També hem conegut més els infants. D'altra banda, hem disposat d'un espai on podem escoltar-los amb molta atenció.

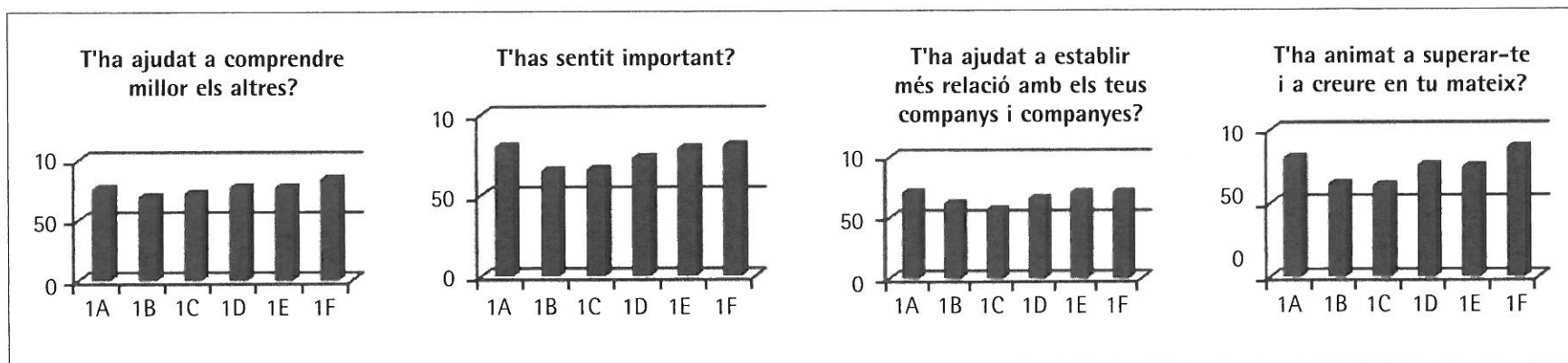
**Quan preguntem als alumnes què els sembla l'Escolta'm, responen que el valoren com un espai útil que serveix per sentir-se millor i donar resposta a inquietuds que ells tenen**

Si voleu analitzar algunes respostes quantitatives, vegeu el quadre 3 a la pàgina següent.

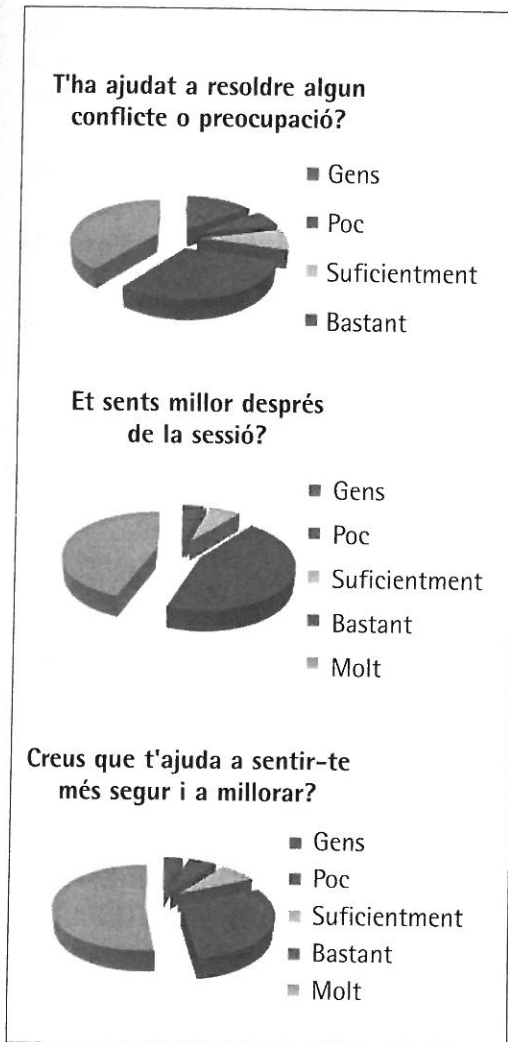
Quan es donen les condicions prèvies necessàries de formació, acompanyament, implicació dels centres i motivació del professorat, els resultats són molt satisfactoris per a totes les persones implicades. Els professors es tornen uns defensors a ultrança d'aquest espai i demanen l'acompanyament teòric i afectiu.

Pel referent, també és un canvi de posició descobrir la creativitat dels mestres i professors i gaudir del treball en equip. Els referents també fan un treball conjunt amb els referents de l'ICE, amb qui poden compartir els dubtes, els projectes i les emocions viscudes.

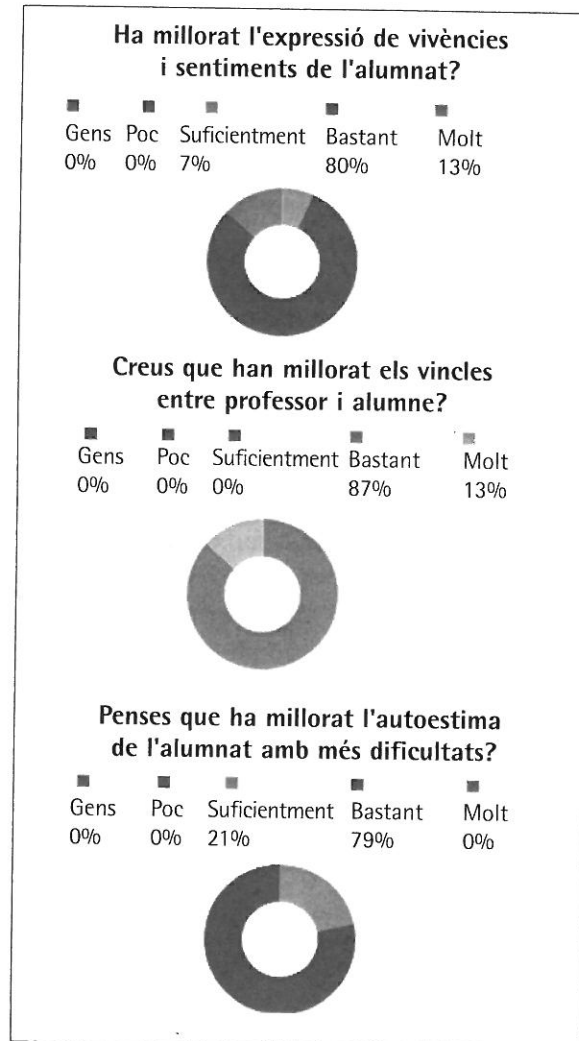
Quadre 1. Enquesta realitzada a l'alumnat



**Quadre 2.** Més respostes sobre l'enquesta feta a l'alumnat



**Quadre 3.** Resultats d'algunes preguntes plantejades al professorat



### Què ens aporta l'aula petita a nivell emocional?

L'aula petita és viscuda pels alumnes com un racó d'intimitat, es percep com un espai de confidencialitat, perquè els infants i els joves parlen de temes molt personals: de la relació amb els seus iguals, de la relació amb la família, de sexe, de la mort, del que els fa por i il·lusió, etc. Aquests temes desvetllen tota mena d'emocions i sentiments. Davant d'emocions com la ira, l'odi, l'orgull, el desig, la por, i de sentiments de vergonya, enveja, culpa, decepció, agressivitat, ira, patiment, etc., es mobilitzen emocions d'amor, confiança, optimisme, alegria, esperança, i sentiments d'afecte, amabilitat, tolerància, respecte, gratitud, humilitat, compassió, responsabilitat, reconeixement, paciència, seguretat, interdependència, benestar, etc.

Escoltar permet que l'altre parli i vagi posant en ordre tot allò que pensa i que el fa sentir d'una manera determinada. Aquí el retorn que pot fer el tutor tot rescatant els aspectes més resilients i capacitadors facilita aquesta modificació de sentiments que fa que tothom surti content de l'*Escolta'm*.

| M'agrada l'*Escolta'm* perquè parlem de la nostra vida.

Als tutors i tutores ens aporta una experiència gratificant on també es desperten emocions positives

## MONOGRÀFIC

### Projecte «Escolta'm». Una experiència de tutoria personalitzada

ACCIÓ TUTORIAL / GENERAL

i sentiments d'amor, compassió i respecte. Ens permet disposar d'un espai on podem entrenar i exercitar la nostra empatia i l'escolta activa, alhora que tenim l'oportunitat de veure'ns «estimats» per l'alumnat, de sentir-lo a prop afectivament parlant, amb la qual cosa augmenta la nostra autoestima i el nostre benestar emocional.

Pel que fa als referents, aquests poden gaudir d'un espai tranquil d'intercanvi on els protagonistes no són únicament els problemes, sinó que també es parla de l'alumnat en clau d'afectivitat i de capacitat.

L'*Escolta'm*, un projecte que comença i que camina a poc a poc, perquè requereix posar en marxa eines delicades, requereix posar en marxa les persones i les seves emocions.

Creiem en la paraula i en la possibilitat d'exercir un discurs com un element que ens permet créixer, comprendre millor el món, a nosaltres mateixos i els altres.

Com diria un alumne: «Ells ens miren diferent i nosaltres a ells, també.»

#### HEM PARLAT DE:

- Acció tutorial.
- Orientació i tutoria.
- Educació afectivoemocional.

#### Bibliografia

CYRULNICK, B. (2002): *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona. Gedisa.

— (2009): *Autobiografía de un espantapájaros*. Barcelona. Gedisa.

ELLIS, A. (2000): *Vivir en una sociedad irracional*. Barcelona. Paidós.

FABER, A.; MAZLISH, E. (1997): *Cómo hablar para que sus hijos le escuchen y cómo escuchar para que sus hijos le hablen*. Barcelona. Medici.

FLIX, H. (2009): *Adiós a los miedos*. Màlaga. Corona Borealis Ediciones.

GINER, A.; PUIGARDEU, O. (2008): *La tutoría y el tutor. Estrategias para su práctica*. Barcelona. Horsori.

LOWNDES, L. (2000): *Cómo comunicarse con los demás*. Barcelona. Oniro.

SALMURRI, F. (2004): *Llibertat emocional*. Barcelona. La Magrana.

SAUMELL, C. (2007): *Projecte «Escolta'm». Llicència d'estudis*. Barcelona. Departament d'Educació. Generalitat de Catalunya.

**Toia Castellà Valls**

Escola Sant Felip Neri. Barcelona

[toiastella@gmail.com](mailto:toiastella@gmail.com)

**Gemma Pérez i Clemente**

EAP de Rubí-Castellbisbal (Barcelona)

[gperez15@xtec.cat](mailto:gperez15@xtec.cat)

**Magda Mejías Barbasán**

EAP B-48 Sant Cugat del Vallès (Barcelona)

[mmejias1@xtec.cat](mailto:mmejias1@xtec.cat)

Aquest article fou sol·licitat per GUIX: ELEMENTS D'ACCIÓ EDUCATIVA el mes de setembre de 2009 i acceptat el mes de novembre de 2009 per ser-hi publicat.