

## TALLER : "LA MIRADA SISTÈMICA"

Mercè Traveset i Vilaginés

L'objectiu d'aquest taller serà ampliar la mirada de forma sistèmica, per incloure tots els diferents elements del fet educatiu.

Treballarem amb la mirada i la comunicació no verbal. El caire de la nostra mirada, depèn del que sentim, del que pensem, de com ens miren, de com mirem als alumnes, als pares, als companys, això determinarà la interacció que establim, el grau d'empatia i el clima emocional que generem en la nostra tasca docent.

### Educació emocional sistèmica

#### Concepte

Des d'aquesta concepció podem apuntar, que tenint una mirada ampla del món dels nostres alumnes, i tenint cura dels ingredients relacionals de l'educació, de les nostres actituds, lloc com a docents, i formant el nostre alumnes en temes sistèmics i emocionals, a més dels acadèmics, podem afavorir l'emergència d'un clima emocional que faciliti el creixement, el benestar, el diàleg, la convivència i la motivació cap a l'aprenentatge.

Aquesta és una tasca que s'ha de dur a terme en tots els àmbits educatius però donat el gran dèficit existent i la dificultat de vehicular-ho dins el currículum, es poden dissenyar programes específics d'educació emocional, el que segueix n'és una mostra.

Des d'aquest enfocament sistèmic l'educació emocional d'un nen/a no pot ser només l'aprenentatge d'uns recursos i habilitats per identificar i regular les emocions fora d'un context, suposa mirar la gran complexitat de l'individu. Què ens aporta l'epistemologia sistèmica en aquesta temàtica de les emocions? Les emocions estan teixides en tota la xarxa d'interaccions que una persona estableix, som un nus en una xarxa de relacions. Des d'aquesta perspectiva l'educació emocional significa ampliar la nostra mirada a tots aquells fenòmens que estan incidint en la nostra vida:

*Dimensió transgeneracional* Informació emocional d'on provenim, les arrels i la nostra cultura. Aquesta dimensió és molt profunda, sovint inconscient i genera **sentiments de pertinença, d'admiració** o be en cas de que hi hagi problemes, de rebuig i manca de reconeixement, exclusions etc., pot tenir greus repercussions en l'autoestima d'una persona. L'objectiu d'aquest apartat és afavorir la reconciliació amb les pròpies arrels i respectar les dels altres.

*Dimensió intergeneracional* El lloc que ocupem i els vincles establerts amb la família d'origen, seran les primeres empremtes que dibuixaran els colors amb que percebem el món, i com ens hi relacionem, això ens parla de les jerarquies, i els límits. Aquesta dimensió enllaçada completament amb l'anterior, ens

marca emocionalment d'una forma intensa. La relació d'una generació amb l'anterior i d'aquesta amb la següent, ens parla de com transmetem la vida i com la rebem, quines expectatives, cèrregues, avenços.

*Dimensió intrageneracional* Lleialtat a la pròpia generació i al context històric. Naixem en un context històric determinat, això condiciona també en bona mida les nostres respostes emocionals, a què donem valor etc.

*Dimensió intrapsíquica*, l'individu com a sistema físic - emocional - mental - espiritual. Aquí es tracta de veure on està mirant una persona, com ha incorporat tots aquests vincles i interaccions, de quins recursos interns disposa, en quina etapa evolutiva es troba, quines habilitats i quines estructures ha construït, per aprendre a viure i navegar per la vida.

### **Interacció emocions/imatges internes**

Cal veure la interacció entre les respostes emocionals, que sabem solen ser molt visceral i inconscients amb indicadors corporals, fruit de l'activació del sistema límbic i l'amígdala, i els sentiments, que com diu A. Damasio són fruit de les imatges internes que hem construït al llarg de la nostra història, per tant qualsevol reacció emocional no és només una resposta a un estímul extern o intern aïllat, sinó fruit de les representacions mentals que han activat un sistema cerebral específic. L'essència de la tristesa o alegria és la percepció coordinada de determinats estats corporals i qualsevol pensament superposat. **El nostre cervell funciona de forma sistèmica i complexa** i tot està interconnectat, per tant educar les emocions es d'una gran complexitat.

### **Educació i emocions**

L'acte educatiu és un acte relacional, l'educació d'una persona es constitueix com un seguit de ponts, vincles que van dibuixant un mapa, una xarxa interna i externa en cada persona, és la representació que cada persona és fa del món. La qualitat d'aquests ponts, dependrà del combustible que hi circuli, aquí ens referim a la comunicació verbal i no verbal, sentiments, emocions, pensaments, idees, i circula també tota la història de la família i la cultura a la que pertanyem, i la dels mestres que hem tingut, el seu ser i estar amb nosaltres, les seves actituds han configurat bona part del que som. Els vincles són doncs les grans artèries per on transita una gran quantitat d'informació que ens va nodrint i és aquí on es poden produir dèficits, desordres que afectaran al desenvolupament de la persona, al seu aprenentatge i també es va dissenyant el potencial i la riquesa com a ésser humà. Tota aquesta informació que en bona mida és inconscient, **ens situa i ens dona un lloc.**

### **Pensar amb el cor, sentir amb la ment**

L'educació emocional té una finalitat compensadora d'un dèficit i d'una dissociació entre raó i emoció que ha portat als éssers humans a no saber qui són i a una forma de pensament molt parcel·lada i segregadora.

Una educació emocional d' aquestes característiques el que pretén és ajudar a travessar les crisis vitals de creixement evolutiu i donar eines per poder crear un pont entre les emocions i el pensament, i generar un estat de consciència dels individus més global i integrador de la seva realitat i una nova forma de pensament que faci front a la creixent complexitat, la rapidesa dels canvis i la imprevisibilitat que caracteritzen el nostre món.

L' Educació Emocional des d' aquesta concepció s' emmarca en:

- a) Tenir cura dels elements relacionals en que es desenvolupa l' educació.
- b) Introduir un currículum emocional de continguts necessaris per aprendre a viure en el món actual i afavorir el desenvolupament de la persona.

### **Programa d'educació emocional**

El que es descriu s'ha aplicat a adolescents, encara que pot ser també útil a primària amb els canvis metodològics pertinents i canviant algunes activitats. S'estructura en set àmbits temàtics :

- 1- La condició humana i l' apreciació de la vida.
- 2-¿Qui soc? La construcció d' un bon autoconcepte i de la identitat.
- 3- Les relacions humanes.
- 4- Habilitats emocionals
- 5- Habilitats cognitives.
- 6- Habilitats socials.
- 7- Ètica humana, valors.

El programa està basat en diverses aportacions teòriques de diferents models conceptuals: aportacions de la Psicologia Dinàmica, Psicologia Social, Dinàmica de grups, aportacions del model Constructivista, Humanista i de la Teoria de Sistemes, molt especialment des de l' enfocament de Bert Hellinger i la seva aplicació a la Pedagogia, anomenada Pedagogia Sistèmica, les aportacions de la Neurociència i les de la Intel·ligència Emocional i Teories sobre el Desenvolupament i el Creixement Personal.

Alguns àmbits, estan basats en el programa de Competència Social de Manuel Segura, Departament d' Educació.

Moltes activitats i escenes han estat creades també pels mateixos alumnes, fruit dels anys d' experimentació del crèdit i de les necessitats detectades.

Es una modalitat d' actuació **preventiva i anticipadora** a nivell grupal sobretot, però també inclou un aspecte compensador de possibles N.E.E

### **Objectius**

- Afavorir el desenvolupament integral dels alumnes a nivell físic -psíquic i social.
- Orientar sobre el desenvolupament evolutiu de l' adolescència.

- Construir un sistema de valors que els serveixin de guia per la vida.
- Promoure l'acceptació d'un model de Convivència que afavoreixi el respecte a les seves pròpies arrels, i el respecte a les dels altres .
- Dotar d'eines i estratègies que permetin resoldre els conflictes amb alternatives diferents a l'agressió.
- Fomentar el sentit de pertinença i la vinculació al sistema familiar, escolar, barri, país, planeta, univers etc.
- Transmetre uns coneixements significatius, vinculats a la vida i que són patrimoni de la humanitat.
- Descodificar els canvis que es produeixen en les relacions humanes, a partir dels moviments socials i migratoris, tipologies de famílies, cultura de les separacions i divorcis, adopcions etc.
- Educar per a la vida, trobar el seu lloc en el món que els ha tocat viure, projectes de vida.
- Educar per a la mort, habilitats cognitives i emocionals per a enfrontar els dols, les pèrdues.
- Educar per a tolerar la incertesa
- Ser capaços d'escollir metes adequades
- Ser capaços de suportar l'esforç i recuperar-se dels fracassos
- Ser capaços de valorar les coses bones, agrair el que tenen i gaudir
- Ser capaços d'establir llaços afectius amb els altres
- Ser capaços de representar i simbolitzar en diferents llenguatges (verbal, musical, corporal, plàstic) els seus aprenentatges.
- Afavorir la construcció d'un bon autoconcepte i clarificació de la seva identitat, basat en els seus talents i potencialitats.

### **Metodologia:**

La metodologia ha de ser molt dinàmica i vivencial, per arribar a la simbolització i construcció de criteris propis. Estudi de casos, escenes creades pels propis alumnes que s'analitzen i se'n treuen conclusions, situacions de la seva vida quotidiana, debats, dilemes , visualitzacions , moviments sistèmics etc.

Les activitats i recursos segueixen el procés propi del cervell humà: sensació-emoció- cognició. Tot i que hi ha unes activitats on es plantegen els temes més importants s'ha de vincular a les circumstàncies del moment real, i a les pròpies vivències i experiències personals o grupals. S'ha de ser sensible a la dificultat que suposa "obrir-se" davant dels altres, no forçar situacions, i fomentar l'esperit de pertinença al grup, la tolerància i el respecte mutus. De la mateixa manera s'intentarà transferir a la vida quotidiana qualsevol tema treballat, vetllant per la seva funcionalitat.

La metodologia més important és el **treball cooperatiu**. Alguna vegada hi ha treball individual, i classe magistral, però allò més bàsic és el treball en petit grup i en gran grup, essent això tant la manera d'aprendre com el "què" s'està aprenent. Es així com a més d'estudiar els diferents temes, caldrà observar la

Taller La mirada sistèmica  
Educació emocional sistèmica

dinàmica grupal i com es pot millorar, es a dir avaluar contínuament el procés i retroalimentar - lo.

Els adolescents concedeixen molt més valor a la informació obtinguda en el grup, que a la subministrada des de dalt. L' alumne ha de fer seva l' activitat d' aprenentatge, i l' educador és una facilitador de l' aprenentatge i de les situacions que els propiciïn.

Es procura utilitzar per tant mètodes participatius, que potenciïn l' adquisició d' habilitats socials, la competència en la comunicació i la resolució de conflictes, la responsabilitat, l' autoestima, la presa de decisions, i que facilitin la pràctica de les habilitats apreses.

### **Tipus d' activitats**

Els recursos didàctics d'educació emocional, no són un conjunt de fitxes per fer amb els alumnes de forma mecànica. El contingut d' escriptura és sempre secundari.

Qualsevol activitat es tracta de que passi per aquestes vies : sensació---emoció—cognició, com hem dit, perquè així es com aprenem de veritat. Una educació emocional no pot ser teòrica o només racional, per tant les activitats proposades parteixen sempre de la vivència dels alumnes. Les hem de “sentir” tant els alumnes com es professors, si volem que sigui útil de veritat.

Les activitats proposades tenen variades formes :

- Qüestionaris
- Dramatitzacions i escenes, son les més interessants pels alumnes.
- Contes
- Visualitzacions
- Anàlisi de textos
- Cançons
- Pel·lícules
- Moviments sistèmics

### **Criteris d' avaluació:**

- Identificar elements dels models ètics del comportament humà.
- Expressar i comunicar estats emotius utilitzant diferents llenguatges, verbal, no verbal etc.
- Identificar en converses i textos escrits, actituds i expressions que denotin algun tipus de manipulació, intolerància, discriminació de raça , gènere o altres.
- Elaborar reflexions i participar en debats sobre qüestions de la vida quotidiana, sent capaços d' expressar la seva opinió de forma assertiva.
- Ser capaços d' assumir la responsabilitat de les seves accions i les seves conseqüències.
- Perseverar en les actituds de comprendre i fer- se comprendre, en situacions comunicatives cara a cara de forma assertiva.
- Cooperar en el procés de superació de conflictes.

Mercè Traveset i Vilaginés  
merce\_traveset@yahoo.es

Taller La mirada sistèmica  
Educació emocional sistèmica

- Saber identificar les causes d' un problema i proposar solucions i alternatives diferents a l' agressió.

*El desenvolupament d'aquest programa d'educació emocional, es troba en la web del Departament d'Educació, de la Generalitat de Catalunya, en l'apartat de llicències retribuïdes, amb el títol " Recursos didàctics d'educació emocional des d'un enfocament sistèmic". Curs 2005/06 Mercè Traveset i Vilaginés*

Per saber més...

**Monogràfics revistes Pedagogia sistèmica:**

**Cuadernos de pedagogia** setembre 2006 nº 360

**Aula** gener 2007 nº 187

## **Bibliografia**

**Aberastury A. , M Knobel ,** *La Adolescencia Normal*, Paidós 1984 Barcelona.

**Alonso Tapia J.** *Motivación y Aprendizaje en el Aula. Cómo enseñar a pensar*, Santillana, Aula XXI, Madrid 1991.

**Antunes C.** *Técnicas pedagógicas de la Dinámica de grupo*, Kapelusz, Buenos Aires 1975.

**Antaki Ikram**, *El manual del ciudadano contemporáneo*, Ariel 2000. México

**Anzieu y Martin J.**, *Dinámica de los grupos pequeños*. Kapelusz, Buenos Aires 1971.

**Bach E. y P. Darder**, *Sedúctete para seducir*, Paidós 2005. Barcelona

**Bizquerra Rafel** *Eduacción emocional y bienestar Ed. Praxis*

**Bauman Zygmunt**, *Amor líquido*, Fondo de cultura económica 2005. Madrid

**Barudy Jorge y Maryorie Dantagan** , *Los buenos tratos a la infancia*, Gedisa 2005. Barcelona

**Bucay Jorge**, *Déjame que te cuente*, Integral 2003, Barcelona

Capra Fritjof, *La trama de la vida*, Anagrama 1998. Barcelona

**Cardús S.** *El desconcert de l' educació*, Ed. La campana 2001, Barcelona

**Carpna A.**, *Educació socioemocional a primària*, Eumo Editorial 2001, Barcelona

**Castilla del Pino**, *Teoría de los sentimientos*, Tusquets 2000 Barcelona

**Coll Salvador C.**, *Aprendizaje Escolar y Construcción del Conocimiento*, Paidós Ibérica , Barna 1990.

**Coleman J.C.** , *Psicología del adolescente*, Madrid, Morata 1985.

**Conangla M. Soler J.**, *La ecología emocional*, Amat 2004, Barcelona

**Conangla M.**, *Crisis emocionales*, Amat 2005, Barcelona

**Crottogini Roberto**, *La tierra como escuela*, Ed. Antoposófica, Buenos Aires 2004

**Cyrułnik Boris** , *Los patitos feos*, Gedisa 2002, Barcelona

**Cyrułnik Boris** , *El amor que nos cura* 2005, Gedisa 2005, Barcelona

**Damasio A.** *El error de Descartes*, Crítica 2004. Barcelona

Mercè Traveset i Vilaginés  
merce\_traveset@yahoo.es

Taller La mirada sistèmica  
Educació emocional sistèmica

- Damasio A.** *En Busca de Spinoza*. Critica 2005. Barcelona
- Erikson Erik H.** *El ciclo vital completado*, Paidós 2000. Barcelona
- Eersel P. Mailard C.** *Mis antepasados me duelen*. Obelisco, Barcelona 2004
- Fiorenza Andrea** , *Niños y adolescentes difíciles*, Integral 2003. Barcelona
- Fiorena A. Nardone G.** *La intervención estratégica en los contextos educativos*.  
Barcelona, Herder 2005.
- Franke- Gricksch Marianne**, *Eres uno de nosotros*, Argentina, Alma Lepik 2004.
- Franke Ursula**, *Cuando cierro los ojos te puedo ver*, Argentina, Alma Lepik 2005.
- Goleman D.**, *Inteligencia emocional* , Kairos 1996, Barcelona
- Gray John** , *Aconseguix el que vols, valora el que tens*. E. 62, 2002, Barcelona
- Hargreaves D** , *Las relaciones interpersonales en educación*, Ed. Narcea, Madrid 1977.
- Hellinger B.** , *Los ordenes del amor*. ,Herder 2001 Barcelona
- Hellinger B.** *Reconocer lo que es*. Herder 2001 Barcelona
- Hellinger B.** *El centro se distingue por su levedad*, Herder Barcelona.
- Hellinger B., Bolzman Tiu**, *Imágenes que solucionan*, Argentina, Alma Lepik.
- Jung C. G.**, *Psicología y educación*, Paidós 1993, Barcelona
- Lacroix M.**, *El culto a l' emoció*, La campana 2005 Barcelona
- Male P.**, *La Crisis Juvenil*, Tecnipublicaciones 1986.Madrid
- Marina J.A.** *Teoria de la Inteligencia creadora*,Anagrama, Barcelona 1993
- Marina J. A.**, *El laberinto sentimental*, Anagrama, Barcelona 1996
- Marina J.A.**, *Aprender a vivir*, Ariel, Barcelona2004.
- Marina J.A.** *Aprender a Convivir*, Ariel, Barcelona 2006
- Maturana H.** ,*La realidad ¿objetiva o construida?*, Antropos Ed. México 1996.
- Maturana H.** *El sentido de lo humano*, Grupo Editor Latinoamericano
- Maturana H.** *Transformación de la convivencia*, Dolmen Ediciones 1999
- Mctaggart Lynne**, *El campo, la fuerza secreta que mueve el universo*, Sirio Málaga 2002.
- Medina Revilla A.** , *Didáctica e Interacción en en Aula* , Ed. Cincel , Madrid 1988.
- Morin E.** *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. Paidós, Barcelona 2002.
- Morin E.** *La mente bien ordenada* , Seix barral, Barcelona2003
- Mugny G., William D.**, *La Construcción social de la inteligencia*, Ed. Trillas , Méjico 1983.
- Naranjo C.**, *Cambiar la educación para cambiar el mundo*, La Llave , Vitoria 2004.
- O'connor J.**, Lages A., *Coaching con PNL* Ed. Urano 2005
- Ontoria Peña**, Molina Rubio, *Metodología Participativa en el aula*. Ed. Universidad de Córdoba 1988.
- Parellada Carles**, *La pedagogia sistèmica, un nuevo paradigma educativo*, Cuadernos de Pedagogia, septiembre 2006
- Perinat A.** i altres, *Los Adolescentes del siglo XXI* ,Ed. UOC 2003
- Manuel Segura** ,Programa de CompetènciaSocial ,*Generalitat de Catalunya,Departament d'ensenyament*.  
*Programa d' Educació per la Salut PESE, Departament d'ensenyament*.
- Punset E.**, *Cara a cara con la vida, la mente y el Universo*. Destino Barcelona 2004
- Punset E.**, *El viatge a la felicitat*, Columna, Barcelona 2006

Mercè Traveset i Vilaginés  
merce\_traveset@yahoo.es

Taller La mirada sistèmica  
Educació emocional sistèmica

- Rodriguez Nora**, *Guerra en las aulas*, E. Temas de hoy, Madrid 2004.
- Rojas Marcos L.** *La fuerza del optimismo*, Ed. Aguilar, Santillana Madrid 2005.
- Salsberger i altres**, *L'experiencia emocional d'ensenyar i aprendre*, Ed. 62, Barcelona 1992.
- Serrano Sebastià**, *Essencial*, Ara llibres, Badalona 2005
- Serrat A.** *Resolució de conflictes*, Praxis, Barcelona 2002
- Stanford G. Roark A.E.** , *Interacció Humana en Educació*, Mèxic, Ed. Diana s.a. 1981.
- Stanley I Greenspan**, *El crecimiento de la mente*. Ed. Paidós
- Tizon J.** , *Psicologia basada en la relació*, Ed. Hora Barcelona 1982
- Tolle Eckhart** , *El poder del ahora*, Gaia ed. Madrid 2001.
- Traveset Vilaginés M.** y otros autores. *Emociones y Educacion , Estrategias de intervenció*. Graó, Barcelona 2003
- Watzlawick. P.** *Teoría de la comunicació humana*. Herder ,Barcelona 2002
- Watzlawick.P.** *Lo malo de lo bueno*. Herder 1995 Barcelona
- Weber Guntard**, *Felicidad dual* ,Herder 1999
- Wild Rebeca**, *Calidad de vida*, Herder , Barcelona 2003
- Wilks F.**, *Emoció inteligente*, Planeta , Barcelona 1999