

CONSTRUCCIÓ DE LA CIUTADANIA DES DEL BENESTAR A L'ESCOLA

Equip cuidem-nos ICE-UAB* cnoto@xtec.cat

Resum

L'any 2000 neix a l'ICE de la UAB l'equip "CUIDEM-NOS". Un grup de treball format per professionals que, des de diferents àmbits, etapes i perspectives, estem en contacte amb l'educació i compartim un somni: aportar alguna cosa per millorar el benestar emocional de les persones.

La salut i el benestar no són qüestions individuals. És a la vida quotidiana i en els escenaris en que aquesta es desenvolupa on, minut a minut, es configuren aquestes realitats. La nostra manera de viure en comunitat, de relacionar-nos els uns amb els altres, va configurant els barris, els pobles i les ciutats, com a escenaris que, per la seva part, també determinen la vida de les persones.

A l'equip "Cuidem-nos" creiem que només és des d'aquesta perspectiva interactiva, ecològica i d'implicació activa que podem parlar de convivència enriquidora i intel·ligent. D'una realitat de ciutadania a la que, tots plegats, anem afegint elements que poden ser més o menys agressius, i que es constituïran en factors determinants del seu benestar o malestar.

Introducció

Vivim un temps complex que demana un constant esforç d'orientació, d'aprenentatge. Un temps en el que molts dels referents que havien estat vàlids durant segles han deixat de ser-ho i sovint mirem al nostre voltant amb avidesa per trobar les claus que ens permetin prendre posicions davant les contínues novetats i els constants reptes d'adaptació.

És un temps i un moment aquest, en el que cal tenir molt present la necessitat d'assumir la pròpia responsabilitat i demanar la dels altres per a caminar cap a un objectiu comú, allunyant-nos del perill que pot comportar el viure sense ser capaços de relacionar-nos amb els altres de veritat, protegits i paralitzats pel narcisisme i per la desconfiança. Cal alimentar la il·lusió i la confiança en la participació ciutadana com a estratègia legítima de desenvolupament social i benestar personal (Marina, 2004)

Volem, necessitem, sentir-nos bé, gaudir del dia a dia. Per sentir-nos bé necessitem compartir aquest estar bé amb els que ens envolten, especialment amb els que treballen amb nosaltres. El treballar pels altres, i amb els altres, també és una font de benestar. Hi ha una definició de l'Organització Mundial de la Salut (1985) que entén la salut com "la capacitat de desenvolupar el propi potencial personal i respondre de forma positiva als reptes de l'ambient". Desenvolupar la intel·ligència, és a dir, "la capacitat d'aplicar les millors estratègies disponibles per sobreviure i ser raonablement feliç en aquest món nostre, ple de dificultats, incerteses i oportunitats sense precedents", és potser una de les definicions més complertes del que significa l'educació (Postman i Weingartner, 1975).

Clarament, aquests dos conceptes, entesos de forma tan semblant, ens estan parlant del procés de viure. I no pas de viure sols, sinó de viure en relació, amb els altres i amb el medi. Un plantejament de la salut, del benestar i de l'educació que ens situa en una dimensió global, ecològica i adaptativa (González, 2006).

Marina (2004) planteja el fracàs de la intel·ligència quan no serveix per ajustar-se a la realitat, per comprendre el que passa i, incapaç de solucionar els problemes de convivència, s'afanya en transitar per camins que porten cap al patiment i la destrucció. El raonament de l'autor ens porta a l'evidència de la imperiosa necessitat d'articular una intel·ligència que vagi més enllà de les creences privades i individuals i que aprofundeixi en la investigació de llenguatges, de noves formes d'actuar i viure que ens permetin un diàleg que transcendeixi els interessos individuals, els conflictes entre disciplines, entre colors polítics, entre opcions religioses i diferències humanes i culturals.

Des d'una altra mirada, també acostumada a contemplar l'esdevenir de la vida i buscar claus de comprensió, Wagensberg (2007), es planteja una idea paral·lela, pregunta si potser "anem al revés" i si el ser humà no és, potser, individualment intel·ligent, però col·lectivament imbècil. I ens parla de la política com l'art d'organitzar la convivència, de traduir les decisions individuals en una única decisió col·lectiva. I també ens recorda com, només reflexionant sobre el significat de tres paraules – pau, sostenibilitat i diversitat – podem constatar que hi ha alguna cosa que sempre ha anat malament en política.

La salut i el benestar no són qüestions individuals. És a la vida quotidiana i en els escenaris en que aquesta es desenvolupa on, minut a minut, es configuren aquestes realitats (Navarro, 2004). La nostra manera de viure en comunitat, de relacionar-nos els uns amb els altres, va configurant els barris, els pobles i les ciutats, com a escenaris que, per la seva part, també determinen la vida de les persones.

A l'equip "Cuidem-nos" entenem el benestar i la salut tal i com es va entendre a Ottawa al 1986 (OMS, 1986), com un dret humà fonamental i una realitat social que no es pot separar d'altres àmbits econòmics o socials, i que per a fer-se realitat necessita, entre d'altres condicions bàsiques, la pau, l'educació, un ecosistema estable, la justícia social i la igualtat. Aquesta forma d'entendre la salut, el benestar, dibuixa un entorn en el que les persones puguin conviure harmònicament, comprendre's, ajudar-se mútuament a superar els reptes quotidians i a augmentar la capacitat per a treballar, individual i col·lectivament, en la transformació i millora de la realitat.

Tot confirmant des dels nostres llocs de treball, amb l'experiència quotidiana, les dades del creixent patiment mental avui dia (Generalitat de Catalunya, 2003; OMS, 2001), pensem què, per raons de "supervivència emocional", tots, en la mida de la nostra responsabilitat hem d'actuar des de la intel·ligència col·lectiva, amb el convenciment que resulta més ètic prevenir, protegir i promoure la salut i el benestar, si sabem com fer-ho, que no pas esperar passivament que les persones i les comunitats emmalalteixin.

El nostre objectiu concret, com a equip de treball, no és altre que contribuir a augmentar els recursos, personals i col·lectius, per a gestionar de forma intel·ligent la vida (Equip Cuidem-nos, 2004).

Des d'aquesta mirada de potenciació, els integrants de l'equip "cuidem-nos", treballem per a que passin coses i que el que passi sigui bo. Estem convençuts que es pot actuar, trencar la inèrcia; allunyar-nos de l'equivocació sistemàtica del "més del mateix", de les interaccions estúpides o malèvoles en les que augmentem el malestar i el patiment (Cipolla, 2001). I pensem que cal que aquestes coses bones ens passin quotidianament; en els escenaris de relació, de treball, en definitiva, de vida.

Si hi ha un espai que es pugui considerar el reflex de la diversitat de realitats personals i socials que conformen la ciutadania, és sens dubte, l'escola. A l'escola existeix tot un univers de diferents realitats que interactuen entre si constantment: alumnes, personal docent, personal no docent, pares i mares, tots ells articulant un espai privilegiat on infants i joves assagen dia a dia per arribar a ser ciutadans adults d'un lloc concret, d'una societat determinada, en un moment específic de la realitat global.

Avui, encara hi ha moltes coses que desconeixem, però afortunadament també hi ha moltes altres que sí sabem i podem fer. Les aportacions de les ciències de l'educació, de les ciències de la salut i de moltes altres disciplines, ens ajuden a comprendre les relacions entre el comportament, l'ambient físic i social; i el benestar individual i col·lectiu. Tenim doncs l'oportunitat de poder prendre una postura activa en la planificació i el disseny d'actuacions que afavoreixin una vida harmònica i d'equilibri funcional de les persones, dinàmicament integrades en el medi (X Congrés de Metges i Biòlegs, 1976).

És clar que en aquesta empresa hi ha diferents nivells d'implicació: l'individual, el de les famílies, les escoles, els centres de treball, el dels mitjans de comunicació, el del govern. I cap actuació, o manca d'actuació, eximeix les altres de la seva necessària actuació responsable.

A l'equip "Cuidem-nos" volem assumir la part de responsabilitat de la que parlava Aristòtil quan apuntava que el funcionament de la comunitat és... responsabilitat de la tota la comunitat.

Com ho fem

Des de l'experiència i el coneixement de moltes realitats institucionals, aportem propostes d'actuació cap a una vivència positiva del treball en educació.

Ens acostem a la realitat amb una determinada mirada

Sabem que la perspectiva de partida, condiona en gran mesura la selecció i mobilització dels recursos que es posen en funcionament i, per tant, els resultats als quals s'arriba. És per això que plantejem, d'inici, un compromís de treball que superi la perspectiva centrada únicament en la problemàtica deficitària de recursos externs, que ens porta a estar cada vegada més convençuts de la nostra indefensió i paralitza la nostra capacitat d'actuar. No ens resignem, treballem per estar bé. Busquem una òptica que ens permeti "cuidar-nos" una mica més i millor.

La nostra mirada, des de la consciència de l'experiència, des dels coneixements i des de la percepció de la pròpia eficàcia; contempla les persones, els educadors, els ciutadans

com a agents actius, capaços d'organitzar-se millor, de viure millor, de contribuir a crear un entorn més amable, més harmònic, més saludable.

Treballem per a les persones i amb les persones

Treballem en interacció amb els equips que demanen la nostra col·laboració. Partim de la seva realitat. Analitzem els elements que articulen el funcionament de cada centre. Identifiquem les respostes i actuacions que porten a terme per afrontar les situacions de risc i de malestar i avaluem la seva eficàcia. Reflexionem sobre l'aportació de les relacions interpersonals a la salut i al benestar.

Aquest treball conjunt no es pot fer només des de l'assessorament extern. No serveixen les "receptes estandarditzades". Cal que la planificació estratègica pel benestar es desenvolupi a partir de la implicació i el compromís del propi equip.

Des de la necessitat detectada, dibuixem l'objectiu

Una vegada coneguda i entesa la realitat concreta, desenvolupem estratègies i recursos que, en funció de l'elecció de cada equip i mitjançant el seu compromís i el seu treball, es poden adreçar a:

- Solventar problemes immediats
- Evitar problemes futurs.
- Millorar els recursos.
- Fer projectes de futur i innovar
- Gaudir
- Realitzar un somni

"Tots els esdeveniments, bons o dolents, són útils a aquell que els fa servir pel seu creixement"

Louise Cattiaux

I dissenyem estratègies d'actuació concretes

Cal passar a l'acció!. Portem els conceptes a la realitat del dia a dia. Concretem la teoria en actuacions de direcció i gestió saludable, en funcionament interpersonal responsable. Des de la intel·ligència individual i col·lectiva. Des del respecte i la justícia. Des de la claredat i la transparència organitzativa. Des de la coherència entre paraula i actuació, entre el que prediquem i el que finalment fem i recompensem. Mitjançant el desenvolupament de les capacitats de les persones i dels equips per a incrementar el control sobre les condicions que afecten el seu benestar, per a millorar-lo; considerem i planifiquem estratègies encaminades a:

- Assumir un determinat posicionament en relació a l'entorn social, econòmic i cultural proper i a una actuació congruent amb les seves característiques, els nostres objectius i la nostra capacitat i recursos d'actuació.
- Redissenyar alguns aspectes de l'organització i les condicions de treball sobre els que podem actuar des de l'autonomia de centre.
- Repensar i millorar l'eficàcia dels processos de comunicació interna i externa.

- Analitzar i millorar la coordinació i el funcionament dels equips de treball.
- Ajustar, mitjançant la formació, els perfils dels educadors i les necessitats concretes de treball.
- Optimitzar els recursos disponibles (externs i interns, personals i col·lectius) per a augmentar el control sobre les demandes de la realitat concreta de treball.
- Millorar les relacions interpersonals en el lloc de treball,
- Multiplicar les possibilitats de desenvolupament personal i professional de les persones.
- Trobar estils positius amb els que afrontar la vida de treball.

La nostra experiència en l'acompanyament d'equips, amb el desenvolupament d'aquest programa, ens fa ser optimistes. Veiem que cal treballar "la bona fusta" de la que estem fets els educadors i educadores, per fer aflorar i poder implementar de forma estable, dinàmiques que augmentin el nostre benestar. Cuidem-nos! Podem fer-ho!

***Membres de l'equip "Cuidem-nos"**

Albert Duran
Anna Comas
Jordi Fernández
Josep J. Franco,
Maria Pau Gonzalez,
Cesc Notó
Anna Nuevo
Dolors Oliver
Elisenda Renom,
Maria Rosa Sentelles
Maite Torres
Xavier Villuendas.

Bibliografia referenciada

Aristóteles. (1998) *Política*. Madrid: Alianza.

Cipolla, C. (2001) *Allegro ma non troppo: las leyes fundamentales de la estupidez humana*. Barcelona: Crítica.

X Congrés de Metges i Biòlegs de Llengua Catalana (1976). Perpinyà.

Equip Cuidem-nos. (2004) ICE de la UAB. Experiències Formació del Professorat. *GUIX n. 302*. Febrer 2004. pg. 63 – 65.

Generalitat de Catalunya (2003) Pla de Salut de Catalunya 2002-2005: Estratègies de Salut per l'Any 2010. Barcelona: Generalitat de Catalunya.

González, M.P. (2006) Benestar Docent. *Àmbits de Psicopedagogia Revista Catalana de Psicopedagogia i Educació*. n 17. pg. 16-18

Marina, J. A. (2004) *La inteligencia fracasada: teoría y práctica de la estupidez*. Barcelona: Anagrama.

Navarro, V. (2004) *The political and social contexts of health*. New York: Baywood Publishing Company, Inc.

O.M.S (1986) Carta d'Ottawa per a la Promoció de la Salut.

O.M. S (2001) Informe sobre la Salut en el mundo: Salud Mental. Nuevos conocimientos, Nuevas Esperanzas. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.

Postman, N; Weingartner. Ch. (1975) *La enseñanza como actividad crítica*. Barcelona: Fontanella.

Wagensberg, J. (2007) *El gozo intelectual: teoría y práctica de la inteligibilidad y la belleza*. Barcelona: Tusquets Editores.