

TITOL:

La gestió emocional en xarxa dels adolescents : creació d'un grup d'adolescents tenint en compte els diferents agents socials

AUTORS:

Laura Padilla Martinez, educadora social UBASP Centre - Vinyets,
Ajuntament de Sant Boi de Llobregat.

lpadilla@santboi.cat

Montserrat Salas Matellán. educadora social UBASP Centre - Vinyets,
Ajuntament de Sant Boi de Llobregat.

msalas@santboi.cat

Gabriel Marcet Gómez educador social EAIA III Baix Llobregat
gabriel.eaia3@elbaixllobregat.cat

Roger Brufau Pla psicòleg EAIA III Baix llobregat
roger.eaia3@elbaixllobregat.cat

RESUM:

La present comunicació exposa el procés de treball seguit per diversos professionals de l'atenció a adolescents en risc social per tal de constituir un grup d'adolescents per treballar les emocions en aquests.

Aquest procés de treball té la particularitat que un cop detectada la necessitat de treballar les emocions amb adolescents, va engregar no sols un treball funcional de com es prepara l'atenció en grup, sinó que va iniciar tot un procés de reconeixement del diferents professionals implicats, i va suposar un procés de suport entre ells a més d'un important espai de reflexió de la seva tasca diària.

L'escrit pretén mostrar que es allò que és vol fer amb el grup d'adolescents, però sobretot mostra la primera part de la feina on tots els professionals han anat sumant propostes fins arribar a contactar amb l'àmbit escolar i les famílies dels nois/es, que s'han acabat afegint com una part més del projecte.

La proposta és un treball en la complexitat on des de la pròpia necessitat detectada és genera un treball en xarxa on tots realment són actors destacats.

El grup d'adolescents que just ha començat a Vinyets -Sant Boi, és només un part més de la complexitat que ens envolta i que ens obliga a tenir en compte la totalitat i no només les parts.

OBJECTIUS:

Objectiu general en relació àmbit professional:

-Gestionar transversalment des dels diferents equips professionals el treball de les emocions en adolescents en situació de risc social.

Objectius concrets

-Detectar a nivell primerenca dels indicadors de risc en adolescents i famílies
-Potenciar les vies de col·laboració entre els diferents agents socials i educatius relacionats amb l'adolescent.

- Millorar la visió global i la qualitat de l'atenció als adolescents
- Obrir noves possibilitats de treball amb adolescents en el territori

Objectiu general en relació als adolescents

- Treballar en grup la gestió de les emocions en adolescents

Objectius concrets en relació als adolescents

- Prendre consciència de com reaccionen davant situacions estressants i potencialment activadores.
- Profunditzar en el coneixement d'un mateix i del grup d'iguals donant un espai per expressar-se lliurement.
- Aprendre a adonar-nos de què, com i quan sentim angoixa, inseguretats, incertesa i com poder afrontar-ho d'una millor forma.
- Compartir el coneixement que tenen els joves de les situacions patides i/o viscudes alhora que incorporar noves formes d'actuació davant situacions comunes.
- Dotar d'intel·ligència a la vida emocional dels nois/es, adquirint hàbits emocionals per saber dominar els impulsos negatius, comprendre els sentiments dels altres i aprendre a manejar de forma amable les nostres relacions (adquirir noves estratègies que els permeti afrontar les situacions viscudes).
- Capacitar els joves en la presa de decisions davant les situacions problemàtiques en les què es troben, tot reconeixent-los i validant-los.

EXPOSICIÓ DEL TREBALL:

1.- Detectant conjuntament una necessitat: Inici d'un treball en xarxa

La idea del projecte per treballar a nivell grupal les emocions i la gestió de les mateixes sorgeix de la nostra motivació en donar resposta a un buit que es dona a nivell social. A nivell general podem dir que manquen en el camp social uns programes d'educació emocional que posin a l'abast dels joves espais d'interrelació en el que és pugui treballar de forma educativa la gestió de les emocions.

Molts dels joves amb els què treballem, a més a més de patir les conseqüències de problemes socials, es veuen amb dificultats per tenir una autogestió emocional més positiva i constructiva. Donar un espai de seguretat en el què puguin expressar-se lliurement i puguin permetre's posar paraula i entendre què els hi passa pot ajudar-los a desenvolupar noves i millors estratègies per afrontar la seva vida.

Ajudar-los a posar paraula en aquest procés d'autoconeixement té molts beneficis. Recordem l'entrevista que vam mantenir amb A (una dona de mitjana edat coneguda usuària dels SSAP de Sant Boi) en la què ens va expressar, tota afligida, que havia anat

al psiquiatra i aquest li havia dit que tenia “un trastorn no sé què” i que no entenia res. Li sortien les llàgrimes i estava angoixada no només pel dolor que portava sinó també pel què li havia dit el psiquiatra que no havia entès. Nosaltres li vam dir que possiblement tenia a veure (en relació l'angoixa i la tristesa que duia dins el seu cor) amb la gran pena i tristesa que sentia per la mort de la seva mare. Aquest fet la reconfortà i per una banda la va ajudar a entendre allò què el psiquiatra li havia diagnosticat, per una altra banda l'havia connectat amb el dolor i l'angoixa que duia dins per la no elaboració del dol de la mort de la seva mare. La intensitat emocional de la entrevista que vam establir amb la senyora va ser molt alta, també per nosaltres, ja que l'havíem ajudat en certa mesura a comprendre què li passava a nivell emocional.

Aquest és un exemple de la importància de poder comprendre què ens passa i sobre tot en posar paraula i expressar amb sentit el què sentim, és per això que pensem que amb els joves adolescents és molt important i necessari dotar-los d'una millor intel·ligència emocional. Tot això anirà desenvolupant-se al llarg de la seva vida evidentment, sí que ajudar-los a fer conscients la necessitat de prendre més atenció al què senten i com poden expressar-ho de la millor manera els pot dotar de més estratègies per gestionar el seu dia dia.

Amb el projecte grupal pretenem alhora augmentar la consciència dels joves per tal que s'escoltin més, anant poc a poc, que puguin escoltar més el cos i menys la ment. Estem en una cultura que s'autodenomina racional i sovint s'ha deixat de banda els aspectes emocionals i això ens ha desorientat.

perdre temps escoltant el què ens comunica el cos i el què les emocions ens diuen.

Tot i saber la necessitat de fer aquest treball amb adolescents en el moment de trobar-nos els professionals vàrem anar descobrint que formàvem part d'un tot on estàvem els professionals i els adolescents, les seves famílies i les seves vivències.

En moltes ocasions a la nostra feina ens hem trobat a adolescents amb dificultats per poder avançar, amb manca de recursos que facilitessin un canvi positiu. Però encara i així amb desitjos de viure i sentir-se millor.

Del nostre acompanyar als nois-es en aquest procés hem descobert com la manca d'una gestió adequada de les emocions crea bloquejos que no permeten caminar, treballar això és difícil i dur perquè implica molta part de nosaltres mateixos.

2.-Som un nòdul de la xarxa dels adolescents: I dintre d'aquest nòdul ens reconeixem, col·laborem conjuntament.

El treball conjunt realitzat des de l' EAIA i serveis socials es basa en una articulació comunitària que permet la col·laboració de forma estable i sistemàtica, és a dir, treball en xarxa.

Per això ens hem basat en un adient coneixement i reconeixement propi de l'altre professional implicat, funcions i tasques, ens hem corresponsabilitzat de les accions portades a terme, hem facilitat espais comuns, definint objectius comuns i hem resol coordinadament els conflictes i pres les decisions conjuntament.

Aquesta cultura del treball en xarxa també es veu reflectida en altres accions portades a terme en el territori. Al municipi de Sant Boi està en funcionament una xarxa d'atenció a l' infància i adolescència en risc, amb comissions periòdiques per abordar els casos que ho requereixin.

L'organització de la forma de treballar des de l'EAIA i serveis socials és un nòdul més de tota una xarxa molt més ample social i professional que permet que des de qualsevol punt del sistema es pugui accedir al conjunt mateix.

Aquesta característica del treball en xarxa és el punt de partida pel plantejament de la creació de grups d'adolescents pel treball de la gestió d'emocions basat en l'activació de la xarxa més propera al menor.

És a dir, basant-nos en el treball en xarxa de tots aquests agents socials significatius en l'entorn de l'adolescent: serveis socials especialitzats (EAIA) i d'atenció primària (propera al territori), el centre educatiu i la família.

Només reconeixent a tots els agents socials que estan en contacte amb els adolescents de la zona on treballem podrem arribar a poder realitzar una tasca concreta amb aquests, encara que la part pràctica la faci només una part dels serveis implicats.

A més de tot això, l'experiència concreta dels educadors socials de l' EAIA i atenció primària, que davant de casos d'adolescents amb dificultats per la gestió de les emocions hem pogut valorar que el treball conjunt de professionals especialitzats en l'àmbit de l'adolescència ha enriquit i donat qualitat a intervencions concretes. Tant en relació a l'assoliment dels objectius del jove com a la disminució de la pressió cap els professionals.

3.-Treballar en xarxa professional la gestió de les emocions dels adolescents ajuda també als professionals:

Per tot allò viscut podem assegurar que a vegades quan aconseguim aportar eines per entendre i mirar millor les emocions s'han produït canvis desitjats, i també podem afirmar que el treballar tot això en xarxa ajuda al professional a fer un abordatge més efectiu, ja que l'altre et dona un suport que pot ajudar a entendre i gestionar millor les emocions del propi professional davant d'aquesta tasca.

RESULTATS , CONCLUSIONS I PROSPECTIVA

A partir de la voluntat i coneixement dels professionals s'ha iniciat un treball grupal amb adolescents per la gestió de les emocional en el municipi de Sant Boi.. La iniciativa va sorgir del treball en xarxa que ja es realitza des de l' EAIA III del Baix Llobregat , els serveis socials d'atenció primària de Sant Boi i l' IES Joaquim Rubió i Ors.

Aconseguir la constitució d'un grup d'adolescents pel treball de la gestió emocional ha implicat en el treball previ a la constitució del grup el propi treball de les emocions i la manera de treballar en funció d'aquestes que tenim els diferents agents socials segons les nostres funcions . Amb aquest treball de reconeixement del propi patiment i emocionalitat dels actors i les seves accions professionals es pot iniciar un treball d'acompanyament per la gestió positiva de les emocions en adolescents. Això implica el reconeixement de la responsabilitat, i per tant de la possibilitat de canvi i millorar de tots els agents implicats, per exemple el fet de que des de l'àmbit familiar es pugui prendre consciència de la part de responsabilitat en relació al estat emocional de l'adolescent obre la possibilitat de que també puguin facilitar canvis que acompanyin al noi en tot aquest procés.

Considerem que aquest treball de gestió d'emocions dona la possibilitat de millora global del benestar de l'adolescent, en tots els seus àmbits de desenvolupament i relació (escola, grup d'iguals, família,...). Per exemple, una millora del benestar emocional mitjançant un millor gestió d'aquestes pot a la vegada millorar tant les relacions dins del grup classe de l'adolescent com el seu rendiment acadèmic.

L'experiència de poder portar a terme una acció basada en la col·laboració i corresponsabilitat dels diferents agents socials obre la possibilitat de poder continuar en aquest model de treball, fet que millora la qualitat de les accions i l'assoliment òptim dels objectius.

L'inici de treball en grup des de les percepcions de les emocions es mostra com un enfocament nou en el treball social clàssic i que pretén tenir continuïtat en altres accions que en donin en el mateix o altres territoris, i també l'ampliació de la franja d'edat dels participants tant poder tenir en compte pre adolescents com joves (12 a 18 anys).

El treball en grup pot potenciar la creació de sinergies que facilitin la relació entre iguals que doni sortida i opcions de gestió de emocions i necessitats de forma autònoma

QÜESTIONS PEL DEBAT:

Creiem important que tots els agents socials, siguin o no professionals, participin des de una perspectiva de col·laboració i corresponsabilitat en els processos que es desenvolupin amb els adolescents.

Com influeix la complexitat, el desconeixement i el no reconeixement social de les emocions en les relacions que es generen entre els diferents agents socials.

Cal tenir en compte les emocions dels professionals en l'abans, en el durant i en després de la seva tasca

BIBLIOGRAFIA:

Solé, R. (2009) *Redes Complejas. Del genoma a internet*. Barcelona Metatemas Tusquets Editores.

Martín, A. I Vázquez, C. (2005) *Con el capitán Garfio no me engancho* Bilbao. Ed. Desclee de Brower.

Canto, J.M, i Montilla, V. (2008) *Dinámicas de grupos de autoconciencia emocional. Perspectivas teóricas y ejercicios prácticos*. Málaga, Ed.Aljibe.

Elias, M.J., Tobias, S.E. I Friedlander, B.S. (2004) *Educar adolescentes con inteligencia emocional* Barcelona De Bolsillo Random House Mondadori.