

ELS TRUCS MÀGICS



Eva Prat i Aymerich

Màster en Neuropsicopedagogia

Curs 2010 – 2012

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ
2. FONAMENTACIÓ TEÒRICA
3. APORTACIÓ PRÀCTICA
4. CONCLUSIONS.

1. INTRODUCCIÓ.

En el dia a dia a les aules ens trobem cada vegada més sovint amb uns comportaments emmascaradors, per part dels alumnes, que ens fan creure que aquests nens i nenes necessiten més atenció individualitzada per poder realitzar amb èxit un bon procés d'ensenyament-aprenentatge i d'aquesta manera poder assolir els objectius establerts.

La realitat, però, és que intervenint a l'aula amb tot el grup i des d'edats ben petites, es poden fer moltes coses per millorar el clima de treball i destapar aquestes conductes emmascaradores que moltes vegades ens volen fer etiquetar alumnes, que senzillament el que els passa és que ens estan intentant dir amb aquests comportaments, que volen la nostra ajuda i la nostra atenció.

D'això tracta el meu treball, de petits trucs màgics, que m'han facilitat la meva feina diària a la classe, que m'han donat eines per destapar aquestes conductes emmascaradores i apaivagar-les, que m'han permès captar l'atenció de tot el grup sense alçar la veu més del compte, que m'han ajudat a fer-los créixer i a aprendre dels seus errors, sense fer-los sentir culpables, sinó vivint les equivocacions des d'un punt de vista diferent, sense represàlies ni càstigs, que sovint tampoc ens porten a la resolució del problema.

No els he descrit tots, ja que molts d'ells, ja els he introduït de forma automàtica en la meva nova manera de fer, sense haver-los de rumiar, però sí que he volgut fer una petita mostra dels més significatius i els que més sorpreses m'han proporcionat en els resultats .

2. BREU FONAMENTACIÓ TEÒRICA

RECURSOS DE COMUNICACIÓ INDIRECTA:

Tota conducta és comunicació, fins i tot quan no volem dir res. És molt important està atents a la comunicació no-verbal, ja que a partir d'aquesta, es transmeten les nostres emocions.

L'objectiu principal de la comunicació indirecta és arribar a la part emocional. Les tècniques de comunicació indirecta ens ajuden a obrir una porta i que la persona no se senti atacada (per exemple: si li diem a una mare que és massa protectora, ella pot posar resistència, ja que estem usant un tipus de comunicació racional, i es pot sentir "agredida" o jutjada). Però, amb la comunicació indirecta entrem a la part emocional sense que la persona se senti atacada.

Els principals recursos de comunicació indirecta són:

A) L'ACOMPASSAMENT.

És important intentar entendre la persona que tenim al davant, empatitzar amb ella, acompanyar-la, tenint en compte les creences d'identitat que té la persona. L'acompassament és sintonitzar verbal, i sobretot, gestualment, amb les creences d'altri, a vegades, fins i tot, quan aquestes siguin creences que sustentin un comportament emmascarador. Acompassar unes creences emmascaradores podria semblar una acció contradictòria amb l'objectiu últim del diagnòstic-intervenció, que és ajudar a contrargumentar les creences que sustenten el comportament emmascarador.

L'acompassament com a recurs de comunicació indirecta té sentit en el procediment. És un recurs que ens acostava a l'objectiu final. Amb aquest recurs es garanteix la compenetració, una major empatia, el sentir-se comprès i, aquest sentir-se comprès, permet al professional treballar dins del sistema de creences del pacient.

La persona acompassada interpreta l'acompassament com un "tu ets igual que jo", entenent que l'acompassament és una actuació analògica,

simbòlica, que comunica un sentiment d'igualtat, d'identificació de sentiments. L'acompassar unes creences, uns sentiments, garanteix una major empatia; la persona acompassada no se sent jutjada ni en perill, al contrari, se sent compresa, per tant amb una necessitat inconscient menor d'oferir resistència al canvi de creences.

D'altra banda, l'acompassament també pot tenir un efecte d'intervenció en la millora de l'autoestima. El fet d'acompassar alguna acció és interpretada simbòlicament per la persona acompassada com un "jo he obrat bé", "jo sóc capaç de...". És a dir, simultàniament al sentir-se comprès, s'ajuda a potenciar l'autoestima o l'autoconcepte, a desculpabilitzar, etc.

L'acompassament com a recurs de comunicació indirecta té un efecte hipnotitzant, és a dir, alterador de la consciència, i que, combinat amb d'altres recursos de la comunicació indirecta, pot ajudar a fer arribar a la persona acompassada a un estat de consciència focalitzada.

L'èxit de l'acompassament radica en la congruència entre el llenguatge verbal i no verbal. No és el mateix dir: "Sí, sí,.. és clar" acompanyat d'un moviment d'afirmació amb el cap, fixant la mirada al pacient, amb un to de veu càlid que el mateix: "Sí, sí, és clar..." mentre s'ordenen uns papers o amb un to de veu incongruent, o, fins i tot, mentre s'anota el que s'està dient a l'informe. Cal tenir en compte que el pacient se sentirà acompassat molt més pel que comuniquem amb el llenguatge gestual que amb el que comuniquem verbalment.

B) LA METÀFORA.

És una figura retòrica que consisteix en identificar un terme real amb un d'imaginari amb el que manté una relació de semblança. El que caracteritza la metàfora és que arriba a la comprensió d'un coneixement per comparació i, un cop entès, esdevé fàcilment recordable per un fenomen d'associació. Quan ens referim a la metàfora com a eina de comunicació indirecta estem fent referència a qualsevol recurs, com per exemple, pot ser un conte, una historieta, una anècdota, una dita o un refrany, etc... que té la funció de fer arribar un coneixement per comparació.

L'estructura o forma de les metàfores és semblant; sempre comuniquen, com a mínim, a dos nivells: un de conscient i focus d'atenció de l'oient i un d'inconscient. Per tal de canviar creences, la persona s'ha de poder indentificar amb la història i sobretot que visqui allò que no ha viscut en la seva vida real. Després d'explicar la metàfora, mai s'ha d'explicar el significat d'aquesta, ja que perd el seu efecte. Sempre, després d'explicar-la, hem d'afegir un distractor, perquè la persona no estigui pensant sempre en la creença (per exemple: si després utilitzem la música o el contacte, col·lapsem el conscient i per tant la metàfora arriba a l'inconscient).

Es diferencien diversos tipus de metàfores segons el nivell d'implicació personal de l'oient i de l'emissor i la relació d'empatia entre ambdós; és a dir, segons l'impacte emocional i afectiu. De menys a més intensitat emocional, trobem tres tipus de metàfores.

- *Les metàfores tipus I:* són en les que no s'implica directament ni emissor ni receptor, ni professional, ni pacient.
- *Les metàfores tipus II:* necessiten de la implicació personal del professional; és a dir, una historieta on el protagonista és el propi professional. La relació d'empatia és més profunda, ja que el pacient s'identifica amb el professional. El pacient processa aquest fet com si el professional deixés al descobert la seva intimitat. Aquest tipus de metàfora produeix un fenomen d'associació i evocació que trasllada les vivències de l'altre a les vivències d'un mateix, comparant-les contínuament i que facilita la transferència i la internalització del missatge.
- *Les metàfores tipus III:* requereixen un nivell d'empatia superior. No només es pretén que l'oient al escoltar la metàfora s'identifiqui amb l'emissor, sinó que, a més d'identificar-se, el que es pretén és que el pacient doni al professional una solució. Es produeix una inversió de rols aconseguint un grau màxim d'empatia.

C) LA PRESCRIPCIÓ DEL SÍMPTOMA.

Consisteix en anticipar una conducta o símptoma (psicosomatisme) de manera que el que fins el moment es desencadena de manera inconscient i automàtica, es faci conscient.

Aquest recurs provoca un doble efecte. D'una banda, allibera a l'individu que pateix un símptoma de la responsabilitat del mateix, és a dir, disminueix l'angoixa que comporta tot sentiment de culpa i que sempre acompanya a l'individu que pateix el símptoma. A partir del moment que es fa la prescripció el subjecte no se sent responsable, no se sent causa, no se sent culpable del símptoma. D'altra banda, la prescripció del símptoma desactiva la raó de ser de la conducta emmascaradora, que és cridar l'atenció de manera inconscient.

La prescripció del símptoma és molt útil en psicosisomes (per exemple: mossegar-se les ungles. Li podem dir a un nen o nena que ho faci tant com vulgui però només en un dit. Així, el fet de pensar a quin dit ho farà, la conducta passa a ser controlada).

D) LA INTERRUPCIÓ DE PATRÓ.

És una tècnica que consisteix en interrompre, trencar el processament mental que l'interlocutor té en aquell moment. Provoca un efecte de confusió, és a dir, un efecte d'amnèsia. Aquest efecte d'amnèsia s'aconsegueix canviant radicalment el focus d'atenció (per exemple: acabada la metàfora, preguntar al pacient quin esport li agrada més, o començar a explicar immediatament darrera de la primera metàfora, una segona metàfora).

L'efecte de confusió o amnèsia actua de manera que l'oient no pugui tenir temps de reaccionar i preguntar-se conscientment el que significa la metàfora o historieta anterior. És a dir, té la funció d'impedir el raonament lògic de la metàfora o del que és el mateix, que el pacient es preguntí o ens preguntí: "*Què m'ha volgut dir amb tot això?*".

La interrupció de patró dificulta la comprensió raonada, conscient, del que s'ha comunicat anteriorment, i és imprescindible per a garantir l'efecte de la metàfora que la precedeix. Si es donés temps a l'interlocutor a buscar el

significat profund de la metàfora, aquesta deixaria de ser indirecta (inconscient) i desencadenaria resistència. Amb l'amnèsia postrance assegurem que el significat profund de la metàfora (processat inconscientment) no sigui alterat per les creences emmascaradores o de resistència (processat conscientment). En ocasions es pot utilitzar com a interrupció de patró una segona metàfora, fins i tot amb el semblant o igual missatge inconscient però amb diferent missatge distractor o focalitzador de l'atenció.

E) ELS PACTES, LES NORMES I ELS LÍMITS.

Busca anar per endavant de les conseqüències, crear unes normes de joc, unes regles. Ajudar el nen a veure què vol, en funció de les conseqüències, i no tant si ho fa bé o malament. Sempre que saps el que passarà, el sentiment d'injustícia no hi és.

Buscar tenir clar les regles del joc, i quan el nen passi la ratlla, intentar no enfadar-se i complir la conseqüència. Explicant-ho indirectament fas que el nen no se senti amenaçat.

Quan venen uns pares amb problemes dels nens, en el fons, hi ha un camp de batalla entre ells, perquè el nen vol cridar l'atenció dels pares. A més càstig, el nen es bloqueja més, i no és efectiu.

3. APORTACIÓ PRÀCTICA

SITUACIÓ 1: BARRET DEL SILENCI

Els alumnes s'aixequen de la catifa on hem fet les rutines diàries i se'n van a les seves cadires per començar a fer la feina que toca en aquella sessió. La mestra vol explicar què han de fer però hi ha alguns nens i nenes que aprofiten el moment per passejar-se per la classe, d'altres per anar a visitar l'amic de la taula del costat i explicar-li que té una pilota nova, un altre es posa a parlar amb la nina, etc. Amb tot això, a l'aula no hi ha el silenci necessari perquè la mestra pugui explicar l'activitat.

MESTRA: Nens silenci, féu el favor de callar, tu, vés a seure que vull explicar una cosa, txsss, calleu!

MESTRA MASTERITZADA: Se'n va a la seva taula i agafa el barret del silenci, se'l posa i es comença a passejar per la classe. Els alumnes que estan ocupats en d'altres coses, la veuen, comprenen que porta el barret que dies abans un conte els havia explicat que aquell era el barret del silenci i que quan la mestra se'l posa, vol dir que ens vol explicar una cosa important i que per tant hem d'estar callats. Per això, poc a poc, es van assentat a la seva cadira o es col·loquen bé per poder sentir el que la mestra els vol explicar. Objectiu aconseguit: a la classe s'ha fet silenci tranquil·lament, sense crits, i la mestra pot començar la seva explicació amb tots els nens i nenes ben atents.

SITUACIÓ 2: EL COIXÍ DEL CUQUET

Sona la música que indica l'entrada dels alumnes a l'escola. La fila de nens i nenes comença a avançar i a mig passadís, veiem arribar en Pere molt enfadat, plorant, tirant patades a les mestres que el volen acompanyar fins a la nostra fila i rebotint la motxilla. És el moment de posar, tranquil·lament, l'esmorzar a la caixa corresponent, de penjar la jaqueta i la motxilla al penjador i entrar a l'aula. En Pere no vol fer res de tot això, s'estira al terra i només crida.

MESTRA: Va, Pere, ja saps que és hora d'entrar, fes el favor de posar les teves coses on toca i entrar a la classe. Para de cridar, que a l'escola t'ho passaràs molt bé. Va, no n'hi ha per tant, que tu ja ets gran. Espavila!

MESTRA MASTERITZADA: Quan veu arribar en Pere d'aquesta manera dedueix que a casa ha passat alguna cosa, que darrera d'aquest comportament hi ha un perquè a aquesta conducta, ja que en Pere no és així, només fa aquestes conductes. S'acosta a en Pere, es col·loca a la seva alçada i li diu: Em sembla que aquest matí en Pere s'ha enfadat una mica a casa, potser et feia una mica de mandra venir a l'escola?, potser tenies molta son i la mare t'ha fet llevar i afanyar-te per venir a l'escola., És normal que et sentis així, a mi també m'ha costat llevar-me aquest matí, per això entenc que en Pere estigui enfadat. Si et sembla, et puc deixar el coixí del cuquet (ja havíem explicat a l'aula que tots tenim com una mena de cuc lleig i fastigós a la panxa, que a vegades vol sortir i fer-nos la guitza i fer-nos fer coses lletges i que per quan això passa tenim el coixí el cuquet per donar-li cops fins a haver aconseguit esclafar el cuc i que ens marxi de la panxa, i ja no ens faci fer coses lletges) perquè li donis tots els cops que vulguis fins que hagi xafat del tot el cuc. Objectiu aconseguit: en Pere es desfoga amb el coixí i quan creu que ja està, s'aixeca i calmat, col·loca les seves coses al lloc que toca i entra tranquil·lament a l'aula. (Aquest coixí també l'utilitzem quan un nen pica als companys, o quan sempre que està enfadat per alguna cosa)

SITUACIÓ 3: LA MÀ DE L'STOP

Estem tots assentats a la rotllana de la catifa i volem explicar alguna cosa, ja sigui un conte, com ha anat el cap de setmana, quina activitat farem seguidament, etc., però als nens i nens els costa mantenir el torn de paraula. Tots volen parlar i ho fan alhora, de manera que la situació és un guirigall.

MESTRA: Calleu! No veieu que el vostre company vol parlar? No, ara a tu no et toca. Maria, espera't, Arnau, calla!

MESTRA MASTERITZADA: Veu la situació, i es treu de la butxaca la mà de l'stop. És un titella d'una "senyoreta" que porta un stop a la mà. Els nens ja

saben que quan surt la mà de l'stop, cal fer silenci per escoltar qui la té a la mà, ja que és la única persona que pot parlar en aquell moment i la resta esperar el seu torn, perquè sinó les paraules d'uns i altres es trepitgen i no podem entendre res del que diu cada un. Quan la senyoreta o un dels alumnes ha acabat, passa la mà a un company que és qui té el torn per poder parlar. Objectiu aconseguit: els nens i nenes han fet silenci per poder escoltar i respectar els nostres companys mentre parlen.

SITUACIÓ 4: BÚSTIA DE LES EMOCIONS

Un alumne té un problema, s'ha enfadat amb algun company, s'ha enfadat a casa, o està trist (o també molt alegre), però en aquell moment no ho vol compartir ni amb la mestra ni amb els seus companys.

MESTRA: Veu que al nen o nena li ha passat alguna cosa i li demana què té. Has caigut? T'han fet enfadar? Per què estàs d'aquesta manera? Si no m'ho dius no et puc ajudar... tu mateix, quan vulguis ja m'ho diràs....

MESTRA MASTERITZADA: Sap que a vegades ens trobem nens tímids a l'aula, nens que són molt expressius, tant d'alegria com de tristesa, tots podem tenir dies bons i dies dolents, més ganes de parlar o menys ganes d'explicar, etc. Per això, a la classe tenim la bústia de les emocions, una capsa amb un forat on posar-hi papers. Al costat, folis de colors, llapissos i pintures i una pila d'icones que representen diferents emocions: alegria, tristesa, enuig, por, etc. En aquest racó, cada nen o nena hi pot anar lliurement, escollir la icona de com se sent en aquell moment, i expressar en el paper, a través de dibuixos i/o amb frases, el que li passa, perquè està trist, perquè està content, etc. Al final del dia, la mestra recull els papers que hi hagi, pot interpretar el que hi han dibuixat o escrit i posteriorment intervenir de la manera més adequada i sense pressions. Objectiu aconseguit: els alumnes han expressat les seves emocions lliurement, sense retrets, ni pressions, ni vergonyes i s'han tret el maldecap, la preocupació o l'alegria de dins.

SITUACIÓ 5: LES MAREJADES

Sessió de llengua. Avui tenim un dibuix i hem d'escriure frases explicant què veiem. Alguns nens i nens encara giren alguna grafia.

Sessió de matemàtiques: Avui repassem la tira numèrica. Escrivim els nombres ordenats fins on coneguem, però algun nen o nena gira la grafia d'algun nombre.

MESTRA: Carai, això no està bé del tot, ja t'hi has fixat prou? Hi ha alguna lletra o algun nombre que està malament. Repassa-ho.

MESTRA MASTERITZADA: Està molt bé, però recordes el que vam explicar de les lletres o els nombres que a vegades pugen als cavallets de les fires, oi que a vegades es maregen? Si passem la lupa, creus que en trobarem alguna que es podria haver marejat? Objectiu aconseguit: hem fet veure al nen o nena que alguna grafia o nombre està girat, però sense fer-lo sentir malament, ni recriminar-lo.

SITUACIÓ 6: LA LUPA

En diverses situacions, podem demanar als nens i nenes que escriguin paraules que són molt familiars i conegudes per ells, perquè les hem treballat diàriament, i/o les tenim escrites en cartells a la classe o a la pissarra, per això creiem que són capaços d'escriure-les correctament, encara que hi hagi algun so en aquella paraula que els enganya. Un alumne ha escrit malament una paraula, s'ha deixat alguna lletra i creiem que ho pot escriure bé perquè la coneix perfectament.

MESTRA: Està bé? Repassa-ho bé, que aquesta paraula no està ben escrita. Li falta alguna lletra. Fixa-t'hi bé.

MESTRA MASTERITZADA: Està bé? A tu què et sembla? T'agrada com està escrita així aquesta paraula, o creus que t'agradaria més si estigués escrita d'una altra manera? Què et sembla si passes la lupa a veure com ho veus? (si el nen/a no veu que falta alguna grafia, li escrivim la paraula correctament i a

sota com la escrita ell i li demanem quina li agrada més). Objectiu aconseguit: li hem demanat que corregeixi la paraula sense dir-li que ho ha fet malament o s'ha equivocat i fer-lo sentir malament o que no ho sap o pot fer bé.

SITUACIÓ 7: RACÓ DEL RELAX

Un alumne està empipant als companys, no vol fer la feina que toca, o fa guixots a tot el paper, no recull les joguines, no vol fer fila, o altres situacions.

MESTRA: Ja està bé, estàs empipant i no estàs fent res. No veus els teus companys que ho estan fent bé? Vés al racó de pensar i fixa't com ho fan els altres, i quan hagi pensat el que has de fer pots tornar a venir.

MESTRA MASTERITZADA: (Ja havia explicat amb anterioritat, que a la classe tenim el racó del relax, que és un lloc on tenim un barret màgic i un mòbil que fa música. A vegades ens surt el cuquet que no ens deixa treballar o que ens fa empipar als companys i del que es tracta és que el nen que se senti així, pugui anar una estona allà, posar-se el barret i activar la música, per tal de relaxar-se i quan estigui més tranquil, poder tornar a fer l'activitat que estava fent) Em sembla que avui la Raquel no té ganes de treballar, potser està cansada o empipada. És normal que et sentis així, a mi a vegades també em passa que m'enfado i no tinc ganes de fer res. Què et sembla si anem una estona al racó del relax a escoltar la música i posar-nos el barret màgic? Creus que et farà sentir millor, si descances una estona? Objectiu aconseguit: hem trencat el patró de conducta del nen, sense dir-li que ho està fent malament, ni renyar-lo i ell pot relaxar-se una estona, i llavors tornar a reprendre l'activitat que tocava.

4. CONCLUSIONS

En el moment de començar aquest màster, necessitava un canvi d'enfoc, una nova manera de veure l'ensenyament, de sentir que podia aportar coses més vàlides i que em fessin creure en la importància de la meva feina. Sabia que em feia falta una nova alternativa, ja que veia que cada vegada hi havia més alumnes candidats a rebre una atenció més individualitzada, a rebre més suport en petit grup, i això em va fer plantejar com podia contribuir jo a potenciar un canvi a l'aula. Després d'haver assistit a diverses jornades organitzades per la Fundació, la darrera a la que vaig anar em va convèncer de tal manera el que vaig escoltar, que va ser el moment en què vaig decidir apostar per aquest màster.

Tal com deia Tolstoi, *“tothom vol canviar el món però ningú pensa en canviar-se a sí mateix”*. És per això, que aquesta petita frase, em va fer reflexionar i sense dubte, que jo no podré canviar el món, però sí que he canviat el meu de món. Les meves perspectives, les meves decisions, les meves relacions personals i professionals i sobretot les ulleres amb què el miro, aquest món.

Per tant, només em queda agrair a totes i cadascuna de les persones que han contribuït i m'han ajudat a posar-me aquestes noves ulleres per veure la meva professió i també, inevitablement, la meva vida personal, ja que sense elles, aquest canvi no hagués estat possible. Gràcies, doncs, a la Carme, per les seves classes magistrals, als professors pels seus coneixements i consells, i als meus companys i companyes per les seves experiències, i el seu companyerisme.