

Pensar con el corazón, sentir con la mente



La autora describe un currículo de educación emocional que se desarrolla en forma de crédito variable para el alumnado de segundo y tercero de ESO. Y explica algunas intervenciones concretas que ha conducido como psicopedagoga, en las que chicos, chicas y familiares intentan "bucear" hasta los sentimientos propios más primarios para resolver una situación problemática.

MERCÈ TRAVESET I VILAGINÉS

Psicopedagoga y terapeuta en constelaciones familiares

Correo-e: mtravese@xtec.cat

Este artículo forma parte de un trabajo de investigación educativa que la autora lleva a cabo mediante una licencia retribuida, concedida por el Departamento de Educación de la Generalitat de Catalunya (DOGC núm. 4.471, de 16-9-2005).

La experiencia presentada en este artículo forma parte del proyecto educativo del IES Viladecavalls, que considera fundamental vehicular la educación emocional de una forma transversal y sistémica en todos los ámbitos educativos.

Educación emocional desde un enfoque sistémico

Las emociones están tejidas en toda la red de interacciones que el sujeto establece, y ello supone observar la gran complejidad de vínculos. Una persona es un nudo en una red de relaciones. Desde este enfoque, la educación emocional significa ampliar nuestra mirada a todos aquellos fenómenos que están incidiendo en nuestra vida: la mirada transgeneracional (antepasados, las raíces), la mirada intergeneracional (padres e hijos; maestros-alumnos), la mirada intrageneracional (lealtad a la propia generación y al contexto histórico), la mirada intrapsíquica (el individuo como sistema físico, emocional, mental, espiritual, etapa evolutiva). Ámbitos todos ellos que construyen y configuran nuestro mundo interno. La educación emocional no puede ser, por tanto, sólo el aprendizaje de unos recursos y habilidades para identificar y regular las emociones.

Una educación emocional con estas características pretende ayudar a superar las crisis vitales de crecimiento y ofrecer herramientas para poder crear un puente entre las emociones y el pensamiento, y generar un estado de consciencia de los individuos más global e integrador de su realidad, para estar en consonancia con todo lo que son y generar una nueva forma de pensar que haga frente a la creciente complejidad de su mundo relacional, a la rapidez de los cambios y a la imprevisibilidad que caracterizan nuestro mundo.

Este modelo de educación emocional sistémico es fruto de las aportaciones de diversos autores de la neurociencia, como Damasio, autores pioneros del nuevo paradigma de la complejidad y de la teoría de sistemas como Edgar Morin, Humberto Maturana y especialmente Bert Hellinger con su descubrimiento de los órdenes que operan en los sistemas humanos y la aplicación de los mismos a la pedagogía, con la creatividad y el esfuerzo de Angélica Olvera, pionera de dicha aplicación en México, en el Centro Universitario Doctor Emilio Cárdenas (CUDEC).

La mirada transgeneracional

Incluir este elemento dentro del currículo quiere decir ayudar a nuestro alumnado a reconciliarse con sus raíces sean cuales sean. Asimismo, les permite apreciar la vida tal y como les ha llegado y supone restablecer la cadena de admiración que como un hilo invisible ata las generaciones vivas con las generaciones perdidas. Supone también transmitir una polidimensionalidad, porque, como dice Edgar Morin: "Somos los hijos de una familia, de un país y de un planeta".

Mirada intergeneracional

Aquí nos centraremos en la relación padres-hijos, maestros-alumnos, o sea, la posición que ocupan dentro de su sistema, para clarificar cuál es su lugar. Esta mirada nos habla del orden y la jerarquía dentro del sistema, por tanto, de la autoridad y los límites: saber estar en el lugar que les corresponde y no provocar situaciones que no les pertenecen.

Mirada intrageneracional

Nos centraremos en las relaciones entre iguales y sus lealtades. Los que pertenecen a la misma generación o están en la misma línea jerárquica en el sistema familiar y educativo: hermanos, alumnos, padres-maestros, maestros-maestros.

Mirada intrapsíquica

Pondremos la mirada en la estructuración interna y la maduración que han conseguido nuestros alumnos y alumnas, su integración de esta gran complejidad de vínculos, grado de maduración y desarrollo. Etapa evolutiva en la que se encuentran y necesidades propias de su edad.

Diferentes intervenciones con alumnos y sus familias

Estos órdenes y amplitud de mirada constituyen la base de cualquier actuación que llevamos a cabo de una forma preventiva en el crédito, en las tutorías, etc., o bien en intervenciones individuales con una finalidad más terapéutica o de resolución de conflictos.

La actuación del departamento de psicopedagogía es a petición de las familias, del equipo directivo, de los tutores y a veces solicitan la ayuda los mismos alumnos y alumnas. En ningún caso se interviene sin previo consentimiento y colaboración de los padres.

Un caso de bullying: "No nos gustan las lentejas"

El caso me es derivado por la directora, que recibe a la madre de una alumna de tercero de ESO que le explica que su hija desde hace varias semanas está siendo objeto de insultos por parte de unas chicas que antes eran sus amigas. La insultan por la calle, por el Messenger y en el instituto. Le dicen: "No nos gustan las lentejas", porque la chica es muy pecosa. La madre quiere denunciarlas, si no cambian de actitud, porque su hija ya no se atreve a salir a la calle y no quiere ir al instituto. Se le ofrece la posibilidad de una intervención desde el centro y aceptan la propuesta tanto la madre como la hija.

La alumna acude a mi despacho acompañada de una amiga. Me explica los hechos, y se la ve muy enfadada. Le pregunto si ella atribuye lo que ocurre a alguna situación y cuál es su relación con las supuestas agresoras. Me explica que desde hace unas semanas sale con un chico que es de otro pueblo (el instituto acoge a alumnos de diferentes pueblos y culturas diversas), y que las que la insultan son sus antiguas amigas: se meten con ella porque va con los del otro pueblo y la llaman "traidora". Explica que va con quien quiere, que no le gusta nada su barrio y que si pudiera se iría de allí (la amiga que la acompaña es la hermana del novio, que ahora es su íntima amiga).

Le señalo que si yo fuera sus padres me sentiría muy mal de oírla hablar con tanto desprecio del barrio donde vive, donde tiene su casa. Le digo que su barrio forma parte de su historia, y que es el lugar que han escogido sus padres para vivir, y eso debe respetarlo. Le comento que ese desprecio a ella no le hace bien y que la debilita.

Con esta intervención trato de poner la mirada en su propia historia y en sus raíces más que en el problema concreto que ella trae. Con esto pretendo que se ponga en contacto con sentimientos primarios y profundos.

que se avergüence de su barrio y que hable así. Eso también es una agresión a su familia y a las personas que han formado parte de su vida.

Aquí trato de hacerle ver que ella no es sólo la pobre víctima, sino que con sus actitudes está siendo bastante hostil con su entorno y con su pasado.

Le aclaro que de ninguna manera es correcta ni justificable la actuación de sus antiguas amigas, pero que si queremos resolver el conflicto tenemos que bucear hacia el fondo que lo está provocando. Le explico la estrategia que voy a seguir: llamaré a sus antiguas amigas, escucharé su versión a solas, al igual que ella ha tenido su espacio. Posteriormente las reuniré a todas y haremos una mediación. Me dice que está de acuerdo.

Llamo a las supuestas agresoras: son cuatro, están muy enfadadas, dicen que es una chula y que pasa de ellas; me confirman que están muy dolidas con ella. Les digo que su dolor es legítimo pero que su forma de actuar es inadmisibles y que el instituto no lo va a permitir.

Aquí les hablo del orden y la ley, y les propongo la vía del diálogo para resolver el conflicto de una forma positiva con su colaboración.

Primero no quieren hablar con ella para nada, pero a medida que les explico que entiendo su dolor y su rabia, y que ellas también se han sentido agredidas por la actitud de su antigua amiga, se van calmando: ya no sólo son las agresoras sino también las víctimas.

La estrategia tanto con la víctima como con las agresoras es romper la disociación de "buenos y malos" y conectar con los sentimientos propios más primarios.

Tras esta entrevista reúno a ambas partes: entran sin hablarse ni mirarse, se sientan y se hace el silencio. Comienzo explicando a cada parte lo que hemos hablado y ellas confirman que es cierto. Les propongo avanzar un paso más y que cada parte exprese sus necesidades.

- La víctima dice: "Que me dejen en paz y respeten mis decisiones, porque yo voy con la gente que quiero".

- Y las agresoras: "Que no nos mire tan mal, que no se haga la chula, que no somosapestadas".

Les expreso que voy a verbalizar las necesidades que percibo en el fondo y que les voy a poner palabras:

- A la víctima: ellas necesitan ser reconocidas, que les des un lugar, ya que forman parte de tu historia de vida.

- A las agresoras: ella necesita que respetéis su libertad de movimientos y sus decisiones.

Con este mensaje les pido que se miren a los ojos y observen qué pasa. Se quedan en silencio, están emocionadas, especialmente una de las agresoras. Les pregunto a todas si sienten que está bien así y si



Le pregunto si tiene algún recuerdo agradable de su vida en ese barrio, en la escuela y con sus compañeras de la infancia. Le pido que cierre un momento los ojos y visualice alguna situación. Al poco rato me dice que sí, que ha visto la escuela de Primaria y que recuerda las salidas, las excursiones, las colonias y que lo pasaba muy bien. Continúo diciéndole que visualice la cara de las amigas que la acompañaban. Le pregunto quiénes eran, y si alguna de ellas coincide con las que ahora la insultan. Me contesta que son las mismas y que por eso le duele tanto que ahora no respeten sus decisiones. Le digo que a ellas posiblemente también les duela que las desprecie y

podemos dar por concluida esta situación: todas asienten y se marchan.

Desde entonces no hay más insultos, incluso alguna de ellas la saluda por el pasillo, pero no vuelven a ser amigas.

Un caso de déficit de atención: "Mi niño es mis manos y mis pies"

Este alumno de segundo de ESO, que me es derivado por la tutora, presenta unos síntomas de hiperactividad, despiste, y como consecuencia, apenas aprueba alguna asignatura.

Cuando le pregunto por qué está tan nervioso se queda en silencio, quieto, se le humedecen los ojos y me contesta: "Cuando estoy aquí siempre tengo miedo que le pase algo a mi madre". Me cuenta que su madre tiene una enfermedad –fibromialgia–, y que casi no puede andar.

Con unos muñecos le pido que me coloque a los miembros de su familia: su padre, su madre, su hermano mayor y él. Con este juego trato de ver dónde se sitúa. Mientras lo hace dice: "Yo siempre con mi madre, por ella daría la vida", y se coloca a su lado como si la rodeara con el brazo.

Le digo: "Entiendo por qué no puedes estudiar, esto te pesa más".

A continuación hablo por teléfono con la madre, le cuesta mucho desplazarse al centro dada su enfermedad, pero le digo que es importante que hablemos de su hijo. Enseguida me pide que le dé una hora y me confirma que vendrá ella, ya que su marido no puede porque trabaja hasta muy tarde.

En la entrevista con la madre veo a una mujer enferma, casi no puede moverse, pero con mucha fuerza en la mirada, y se lo expreso. Le pregunto qué opina de los problemas de su hijo con el aprendizaje, y me dice que está muy preocupada. Sabe que su niño es muy listo pero no se concentra, siempre está muy nervioso. Le saco los muñequitos y le muestro dónde se coloca su hijo, y dice: "Mi niño es muy bueno, es mis manos y mis pies". Le digo que eso para un niño es una carga demasiado pesada y que así él no puede estudiar, y que el niño necesita ser sostenido.

Se emociona, se queda en silencio y me responde: "Nadie me había dicho esto, gracias. Quiero lo mejor para mi hijo y haré lo que haga falta para que él no lleve esta carga". Le pregunto quién la ayuda y si tiene bastante ayuda a nivel material. Su marido y su hijo mayor hacen lo que pueden, también va al psicólogo.

Yo siento que no tengo que decirle nada más, porque ha entendido perfectamente de qué carga le estoy hablando y que se va a organizar. Llamo al alumno, entra y su madre le da un abrazo. Nos miramos todos y le digo: "Tu madre y yo hemos hablado de ti y he visto que tu madre está enferma, pero tiene una fuerza increíble. Ella y tu padre te sostienen, deja que ellos resuelvan esto, ellos lo llevan". Él sonríe, suspira mirando a su madre.

A raíz de esta intervención, este alumno mejora bastante en los estudios. En la actualidad cursa cuarto de ESO en un grupo de refuerzo, y aunque lleva un cierto retraso se esfuerza y trabaja.

Con la madre hablo periódicamente por teléfono de la evolución de su hijo, y está muy contenta.

para saber más

- ▶ **Damasio, Antonio R. (1994):** *El error de Descartes*. Barcelona: Crítica.
- ▶ **Franke-Gricksch, Marianne (2004):** *Eres uno de nosotros*. Argentina: Alma-Lepik.
- ▶ **Hellinger, Bert (2002):** *Órdenes del amor*. Barcelona: Herder.
- ▶ **Maturana, Humberto (1996):** *La realidad: ¿objetiva o construida? (I/II)*. Barcelona: Anthropos.
- ▶ **Morin, Edgar (2001):** *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. Barcelona: Paidós Ibérica.