

Acompanyament emocional de l'alumnat en un centre de formació de persones adultes. Una experiència innovadora al CEPA La Balanguera

Francesc Xavier Sarrió

Remei Fernández

Magdalena Balle

Paulo Freire:

«Todos sabemos algo, todos ignoramos algo; por eso aprendemos siempre».

RESUM

Els centres d'educació de persones adultes tenen com a denominador comú experimentar cada any un elevat absentisme. Això passa tant en els centres de les Illes Balears com en els de la Península. Sovint, les causes d'aquest absentisme tenen a veure amb una manca de motivació, por del fracàs, etc., i acaba amb un abandonament dels estudis.

A partir d'una formació intercentres a través del CEP Palma, iniciada el curs 2018-2019, es va començar a treballar seguint el model del Centre de Formació d'Adults El Roure, a Polinyà, Catalunya, incorporant al dia a dia d'aula dinàmiques i eines per tal d'enriquir aspectes emocionals, ajudant al benestar de l'alumnat, potenciant l'autoestima i anant cap a un sentiment d'empatia i vincles saludables que varen propiciar l'obertura de les portes al barri per tal de poder iniciar una experiència de comunitat.

En aquest article presentam dues experiències derivades de la transferència a l'aula d'aquesta formació realitzada per part del professorat i que es va dur a terme al CEPA La Balanguera: "Unitat zero" i "Acolorim les flors".

RESUMEN

Los centros de educación de personas adultas tienen como denominador común sufrir cada año un elevado absentismo. Esto ocurre tanto en los centros de las Islas Baleares como en los de la Península. Muchas veces, las causas de este absentismo tienen que ver con una falta de motivación, miedo al fracaso, etc., y termina con un abandono de los estudios.

A partir de una formación intercentros a través del CEP Palma, iniciada el curso 2018-2019, se empezó a trabajar siguiendo el modelo del Centre de Formació d'Adults El Roure, en Polinyà, Cataluña, incorporando al día a día de aula dinámicas y herramientas para enriquecer aspectos emocionales, ayudando al bienestar del alumnado, potenciando la autoestima, pudiendo ir hacia un sentimiento de empatía y vínculos saludables que propiciaron la apertura de puertas al barrio para poder iniciar el camino de una experiencia en comunidad.

En este artículo se presentan dos experiencias derivadas de la transferencia a la aula de esta formación realizada por el profesorado y que se llevó a cabo en el CEPA La Balanguera: "Unidad cero" y "Colorear flores".

I. INTRODUCCIÓ

Els nostres centres educatius i la societat han experimentat un canvi profund en un temps relativament curt. És una realitat i és bastant evident que el model educatiu vigent fins ara probablement necessita una reflexió, un enriquiment i que la comunitat educativa el repensi.

A més, les situacions que ens trobam a l'aula actualment fan la tasca d'educar i aprendre més complexa i difícil.

Per això, un dels reptes que més clarament es planteja l'educació del segle XXI és intentar educar més enllà dels continguts conceptuals.

El repte és realment molt important, ja que afegim a la dificultat de la tasca el fet que el suport legal i el material no acaben d'arribar als centres educatius com aquests necessitarien.

Tot i així, no hem de renunciar a l'intent de cercar nous horitzons a la nostra tasca diària a les aules.

Com diu l'informe Delors, «som dels que pensam que l'educació s'hauria de bastir amb quatre pilars fonamentals bàsics durant tota la vida: aprendre a conèixer, aprendre a fer, aprendre a viure i aprendre a ser.»

Els centres d'educació de persones adultes tenen com a denominador comú que cada any experimenten un elevat absentisme. Això passa tant en els centres de les Illes Balears com en els de la Península. Moltes vegades, les causes d'aquest absentisme tenen a veure amb una manca de motivació, amb la por del fracàs, etc., i acaba amb un abandonament dels estudis.

Durant el curs 2018-2019 vàrem iniciar una formació intercentres, a través del Centre de Formació del Professorat CEP Palma, en la qual varen participar el CEPA Camp Rodó, el CEPA La Balanguera i el CEPA Sud.

La formació es va inspirar en el Centre de Formació d'Adults El Roure de Polinyà, Catalunya.

En aquest centre, després d'alguns anys de repetit absentisme elevat, varen iniciar un programa tutorial anomenat "Unitat zero" en què durant dues setmanes i aplicant tècniques de cohesió de grup, relaxació i estudi psicològic (PNL, sistèmica, intel·ligències múltiples), varen aconseguir reduir l'absentisme de l'alumnat a un 0% i varen augmentat exponencialment els resultats acadèmics.

Aquesta formació d'aquests tres CEPA és absolutament innovadora a les Illes Balears i suposa un canvi de mirada cap a una educació no només dels aspectes curriculars. I entén que l'alumnat adult ha de sortir ben preparat al mercat laboral. Per això, és necessari treballar i tenir uns pilars forts des del punt de vista emocional com a persones.

Sovint, l'alumnat que arriba als centres de formació de persones adultes té aquest gran buit pel que fa a la formació: greus carències de tipus social, falta d'empatia, dificultats de comunicació, falta de llenguatge per expressar les emocions, autoestima molt baixa, necessitat de pertinença a un grup... Aquestes mancances no només afecten les relacions amb la resta de companys i professors. També es transformen, en la majoria dels casos, en un vertader entrebanc en la vida professional i acadèmica.

2. UN CANVI DE MIRADA: FORMACIÓ DEL PROFESSORAT EN COMPETÈNCIES EMOCIONALS: "UNITAT ZERO"

Per això i amb aquest punt de partida, al llarg de la formació i les diferents sessions de treball amb el professorat, es varen explicar conceptes com:

- Afavorir el desenvolupament integral de l'alumnat.
- Manera d'ajudar a regular i comprendre les pròpies emocions.
- Proporcionar estratègies per al desenvolupament de competències bàsiques per a l'equilibri personal i la potenciació de l'autoestima.
- Potenciar actituds de respecte i tolerància.
- Millorar les relacions interpersonals.
- Conèixer i millorar les habilitats comunicatives d'una manera assertiva.
- Desenvolupar la tolerància a la frustració.
- Potenciar la capacitat d'esforç, motivació, amabilitat i empatia.

La formació es va dur a terme durant dos cursos escolars i va incloure hores de formació amb persones expertes en la matèria i altres sessions de transferència i de pràctica reflexiva per anar adaptant els coneixements nous apresos pel professorat a la seva pròpia realitat com a CEPA i a les necessitats dels alumnes.

La transferència d'aula i les experiències derivades d'aquesta formació del professorat varen ser realment molt inspiradores i riques.

A continuació, volem compartir l'experiència derivada al CEPA La Balanguera. Concretament, al CFGM de Perruqueria i Cosmètica Capil·lar.

L'alumnat del CFGM és molt divers i pràcticament en cada curs coincideixen un grup de persones, la majoria interessades en la formació, però de diferents edats, cultures i sensibilitats.

A conseqüència d'aquest fet, el grup patia situacions molt tenses, i això es traduïa en absentisme i/o abandonament. Tant l'equip directiu com l'educatiu ens vàrem proposar rescatar el cicle formatiu i donar-hi una altra orientació.

El departament va acordar de participar en la formació "Una nova mirada metodològica", que oferia el CEP de Palma.

Els blocs temàtics de la formació varen incloure els apartats següents:

- Les competències emocionals i la importància del treball intrapersonal i interpersonal per a una formació emocional completa.
- Els cercles de diàleg i les pràctiques restauratives com a motor impulsor d'uns vincles saludables entre les persones amb generació de sentiment de grup i comunitat. La importància de la cohesió de grup per tal d'estirar l'alumnat i que se senti bé al centre.

- Introducció a tècniques i estratègies per millorar el benestar personal, l'autoestima, l'autocura i la cura dels altres. Atenció plena i ajuda a la millor gestió emocional.
- Introducció a l'aprenentatge cooperatiu com a metodologia inclusiva i que permet el creixement personal, l'aprenentatge individual i grupal, amb un sentiment de treball en equip.

Aquesta formació va oferir uns recursos metodològics molt innovadors a l'equip educatiu del nostre CEPA, i com a producte de transferència en l'àmbit del centre es va posar en pràctica el que es va anomenar "Unitat zero", que consisteix a acollir a principi de curs l'alumnat d'una manera més amable, possibilitant els vincles entre les persones a través de cercles de diàleg, dinàmiques de coneixement i alguna estratègia d'atenció plena (*mindfulness*) per tal d'ajudar al benestar personal.

A més de dur a terme aquesta "Unitat zero" a principi de curs, que va ser molt ben valorada per l'alumnat, la intenció com a centre és donar-hi continuïtat al llarg del curs i propiciar un acompanyament de l'alumnat permanent quan passi tota la situació de pandèmia per la COVID-19.

El CFGM de Perruqueria i Cosmètica Capil·lar va destacar per ser el referent i l'ensenyament que va experimentar més i amb més èxit tot el que el professorat va aprendre al llarg de la formació.

El seu objectiu principal va ser donar forma al grup des de la cohesió millorant les habilitats socials de l'alumnat, intentant generar un sentiment de comunitat, d'escolta activa i de comunicació asser-tiva, ajudant aquestes persones a integrar-se millor al món laboral en el futur.

Les pràctiques restauratives i els cercles de diàleg varen ser un pilar fonamental i essencial en aquest procés d'enriquiment de vincles i d'expressió emocional de l'alumnat, ja que ens ajuden a treballar les emocions compartint experiències que ens acosten i ens ajuden a generar aquests sentiments de pertinença a un grup.

Cercles d'inici ("Com et sents avui?"), cercles per compartir inquietuds, curolles, aficions, aspectes curriculars, etc., varen servir per anar a poc a poc generant un sentiment molt fort de comunitat. I, progressivament, es varen reduir els problemes, els conflictes, i les relacions entre iguals varen ser més profitoses, riques i saludables.

La petita introducció que es va realitzar a la formació intercentres sobre aprenentatge cooperatiu també va ser de molta utilitat al CFGM de Perruqueria i Cosmètica Capil·lar, ja que a través de la "lectura compartida" i de dinàmiques com "1-2-4", etc., l'alumnat va trobar una manera més inclusiva de treballar; i aquesta formació ha suposat un canvi des del punt de vista metodològic com a CEPA, la qual cosa ha reforçat el treball en equip, el respecte per les altres opinions, l'empatia i aquest sentiment de comunitat tan necessari.

Algunes pràctiques d'atenció plena o *mindfulness* també varen ser d'utilitat per entendre que, per estar bé amb els altres, primer has d'estar bé amb tu mateix. Ajudar a abaixar el ritme i l'acceleració del dia a dia per poder atendre els aspectes curriculars i abaixar el nivell de tensió derivada de situacions externes, varen possibilitar un millor clima d'aula i un major benestar de l'alumnat a classe.

3. “ACOLORIM LES FLORS”: CAP A L'EMPODERAMENT COMUNITARI D'UN GRUP DE DONES VULNERABLES

Derivada d'aquesta experiència “Unitat zero” i aquest acompanyament emocional de l'alumnat, es va dur a terme aquesta iniciativa comunitària, fruit de la sinergia entre Càritas, Serveis Socials de l'Ajuntament de Palma i el mòdul de formació professional de perruqueria del CEPA La Balanguera. Se centra a treballar principalment l'autoimatge, l'autorealització i l'autoconcepte, pilars fonamentals per assolir una bona autoestima. Per esdevenir ciutadanes lliures i autònomes, s'ha de començar per activar les competències interpersonals i intrapersonals. S'ha de treballar cap a una formació emocional completa.

Serveis Socials dona suport a aquestes dones, moltes d'elles amb vides difícils. La feina que es fa amb aquestes dones des del servei de perruqueria els permet iniciar un procés d'introspecció. Ens estimam prou? Com ens veiem? Quina és la imatge que tenim de nosaltres? Com ens veuen els altres?

Quan les usuàries de serveis socials acudeixen a les oficines, l'atenció que els donen cobreix molts aspectes: la cobertura econòmica, la psicològica, l'acompanyament emocional, etc. L'equip de treballadores socials i les educadores de carrer s'ocupen d'altres aspectes com l'aïllament social i la solitud. Moltes d'aquestes dones tenen dificultats per sortir de l'esfera domèstica. Si en surten, és per anar a treballar. Tenen poc temps per dedicar-se a elles mateixes. A més, la manicura i la perruqueria són un luxe per a totes, una despesa que no es poden permetre.

Si es vol que les dones vulnerables, al marge de la seva cultura i creences, siguin vertaderes ciutadanes, és a dir, que gaudeixin dels drets i assoleixin els deures i participin de la ciutadania activa, les hem d'armar de recursos per aconseguir aquest empoderament comunitari.

El programa “Acolorim les flors” s'adreça a dones vulnerables usuàries de serveis socials. Moltes d'elles viuen en pisos d'acollida. Per tant, el programa aconsegueix un doble objectiu: treballar i facilitar l'accés als drets i els deures que implica la ciutadania en democràcia, però també combatre els eterns condicionants de gènere. Aquests condicionants han estat i són una constant al llarg del temps i del mapamundi. Totes les dones beneficiàries d'aquest programa han sofert algun tipus de discriminació. No tenen cap tipus d'expectatives de millorar socialment o laboralment i en molts casos tenen dificultats per sortir de l'esfera domèstica i socialitzar-se amb altres dones. Algunes d'elles han patit maltractaments, d'altres s'han encarregat de la cura dels fills i dels més grans. En cap d'aquests casos no s'ha donat una conciliació entre feina i càrrega familiar igualitària entre ambdós sexes. Aquest fet ha condicionat que aquestes dones es formin menys, que no es creïn expectatives de progressar a la feina, que tinguin molt poca vida social i lúdica i que visquin amoïnades per la doble jornada laboral.

Tots aquests dèficits emocionals poden acabar condicionant l'autoconcepte de la persona; de fet, els components que proposa Munné al llibre *El self paradójico* (2000) per definir el self (autoestima, autorealització, autoimatge i autoconcepte) estan influïts pel procés vital de cada individu.

4. EL SALÓ DE LA BALANGUERA. UN ESPAI INTERGENERACIONAL I INTERCULTURAL

L'espai de convivència que es crea és enriquidor per molts motius, i ambdues institucions en treuen profit. El CEPA La Balanguera necessita clientes per dur a terme les pràctiques de perruqueria, i les treballadores socials de la barriada fan feina amb un grup de dones, moltes d'elles més gran de 45 anys i amb un grau de vulnerabilitat molt alt.

Es tracta d'un grup molt heterogeni pel que fa a l'edat: les beneficiàries del programa són totes dones més gran de 45 anys, moltes d'elles estrangeres, mentre que les alumnes de perruqueria tenen edats molt diferents. Les clientes (usuàries de Serveis Socials i Càritas) tenen un bagatge vital molt més ampli.

A través de l'experiència de la "Unitat zero" es treballa amb les alumnes la importància d'una bona escolta, la comunicació assertiva, la presència, la importància de cuidar l'autoestima i adquirir habilitats de relació social.

A partir d'aquí, aquestes alumnes de perruqueria tenen l'oportunitat de desenvolupar valors com la tolerància i el respecte; millorar les relacions interpersonals i intergeneracionals; potenciar les habilitats comunicatives, l'assertivitat i la competència social en general. A més, aquesta experiència els brindarà l'oportunitat de ser més empàtiques i veure la diversitat com un factor enriquidor. Han de posar molta cura en el tracte personal i adaptar-se a la psicologia de la clienta, intentant explicar-li com, amb el tractament d'estètica, li estan potenciant una bellesa que ella ja té, treure uns colors que estan esmorteïts.

També es pren consciència dels múltiples avantatges de pertànyer a una aula més inclusiva.

Finalment, es treballa l'empoderament de les alumnes, perquè saben que la seva feina va més enllà d'un tractament de bellesa. A les acaballes del primer curs del programa, curs 2018-2019, les alumnes de perruqueria varen destacar l'aprenentatge que va suposar per a elles treballar amb clientes especials. L'amabilitat, l'estimació i el bon tracte havia de ser una constant des del primer dia.

Per a les usuàries de Serveis Socials va suposar gaudir d'un moment de relaxació, tenir temps per a elles, centrar-se en el benestar personal, l'autoestima i l'autocura.

Les cites amb el perruquer poden esdevenir un moment de catarsi, de conversa terapèutica, de socialització, etc. Es crea un sentiment de pertinença a un grup i s'amplien les coneixences. La majoria de les dones varen tornar més sociables i varen desenvolupar un sentiment de gratitud envers les alumnes de perruqueria i el professor Xavi Sarrió.

En un ambient distès i relaxat es pot parlar de sentiments, d'angoixes, de frustracions. També es poden donar bons consells i desenvolupar l'escolta activa. Molt sovint l'ésser humà tendeix a obrir-se més amb un desconegut, ja sigui quan es comparteix seient en un viatge en avió o a la perruqueria. Ens sembla que un desconegut ens pot donar un consell sense jutjar-nos.

5. ELS TÀNDEMS CLIENTA-ALUMNA PODEN ESDEVENIR PARELLES D'IGUALS

Les alumnes de perruqueria són també, en molts casos, estrangeres, i això pot crear un vincle interessant. En alguns casos els tàndems clienta-alumna estan formats per parelles d'iguals, alumnes estrangeres i d'edats semblants. El vincle entre la dona migrada semiintegrada, que seria l'alumna de perruqueria, i la no integrada sol esdevenir més sòlid que el creat entre dues persones de diferents nacionalitats. Les migrants han viscut experiències vitals semblants abans de topar-se al 'saló' de perruqueria.

Andreu Mir Gual, al llibre *Els nous illencs*, fa referència a aquesta distinció entre migrants semiintegrats i no integrats. En aquest cas, les alumnes semiintegrades estudien un cicle formatiu de grau mitjà i han adoptat molts de trets identitaris de la societat d'acollida.

Es treballa amb alumnes amb una baixa autoestima, i això marca les pautes de les relacions clienta/alumna. Aquest tret es reflecteix a la vida, al nucli familiar, a les relacions amb als altres etc.

6. CONCLUSIONS

La formació del professorat va ser un element essencial per anar cap a un canvi al CEPA La Balanguera: una nova mirada metodològica en què les competències personals esdevenen el nucli per desenvolupar altres destreses.

El grup classe d'inici de curs presentava una problemàtica molt diversa. Als problemes de convivència hauríem d'afegir-hi prejudicis racials implícits, difícils de combatre. Al mes de juny, després de l'aplicació dels continguts apresos al llarg de la formació del professorat organitzada pel CEP Palma, un 90% de la gent va promocionar.

La "Unitat zero" neix a conseqüència de dues problemàtiques: l'absentisme significatiu als CEPA i els problemes de convivència a l'aula. Els dos projectes que presentam es varen aplicar de manera simultània i són complementaris.

El projecte "Unitat zero" i "Acolorim les flors" són interdisciplinaris, se centren en la part emocional, el creixement de les alumnes com a persones. Es treballa en el desenvolupament integral de l'alumnat. Es potencia l'equilibri personal i l'autoestima. Es desenvolupen les habilitats comunicatives, s'emfatitza en la tolerància i la inclusió.

Ambdós projectes se centren a optimitzar les habilitats socials com l'amabilitat i l'empatia. Es treballa de manera holística l'empoderament social, cultural i comunitari.

Es parteix del desenvolupament de les competències per a la vida, per a la feina i per al creixement personal. Les beneficiàries de serveis socials volen tenir vides més lliures i amb més plenitud.

"Acolorim les flors" potencia la millora de l'autoestima, i aquest punt de partida és el catalitzador d'altres tipus d'empoderament, com hem esmentat abans.

La dimensió intrapersonal i les relacions interpersonals: les relacions clienta/alumna són un altre punt fort.

Vàrem decidir batejar el programa amb el nom “Acolorim les flors” per fer un tribut al film *Flores de otro mundo* de la directora Iciar Bollain. Les dones d'aquest programa arrosseguen una trajectòria vital molt complicada, com les protagonistes de la pel·lícula. Aquest programa pretén regar les flors pansides, fer fora la fullaraca i contribuir a fer rebrotar allò millor que tenim dedins.

Després de la crisi de la COVID-19, una vegada que s'haurà instaurat la presencialitat a l'aula, es podran reprendre aquests dos projectes que exigeixen presència i interacció real i positiva entre alumnes i professors o alumnes i clientes. Són dos projectes que, sens dubte, atorguen un fet diferencial a aquest CEPA urbà, situat en un edifici amb vocació comunitària, que allotja una escoleta, un casal de barri i es troba al costat del PAC de la barriada. Ens recorda els edificis polivalents del nord d'Europa. Projectes com “Unitat zero” i “Acolorim les flors” són una mostra del dinamisme social de moltes escoles d'adults de les Illes Balears i del grau creixent d'obertura al barri que s'ha produït els darrers anys.

REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

- Bisquerra, R. (2000) *Educació emocional i benestar*. Barcelona: Ciss-Praxis.
- Agulló Morera, M. J.; Filella Guiu, G.; García Navarro, E.; López Cassà, E.; Bisquerra Alzina, R. (coord.). (2010). *La educación emocional en la práctica*. Barcelona: Horsori-ICE.
- Álvarez, M. (coord.) et al. (2001). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: Ciss-Praxis.
- Álvarez, M.; Bisquerra, R. (1996). *Manual de orientación y tutoría*. Barcelona: Praxis.
- Conangla, M. M. (2004). *Crisis emocionales*. Barcelona: Amat.
- Conangla, M. M. (2004). *La inteligencia emocional en situaciones límite*. Barcelona: Amat.
- Conangla, M. M.; Soler, J. (2002). *Ecología emocional*. Barcelona: Amat.
- Conangla, M. M.; Soler, J. (2002). *Juntos pero no atados. La pareja emocionalmente ecológica*. Barcelona: Amat.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Fluir (flow). Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- Elias, M. J.; Tobias, S. E.; Friedlander, B. S. (1999). *Educar con inteligencia emocional*. Barcelona: Plaza Janés.
- Elias, M. J.; Tobias, S. E.; Friedlander, B. S. (2001). *Educar adolescentes con inteligencia emocional*. Barcelona: Plaza Janés.
- Fernández Berrocal, P.; Ramos Díaz, N. (2002). *Corazones inteligentes*. Barcelona: Kairós.
- Gallifa, J.; Pérez, C.; Rovira, F., et al. (2002). *La intel·ligència emocional i l'escola emocionalment intel·ligent*. Barcelona: EDB.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Munné, F. (2000). *El self paradójico: la identidad como substrato del self*. En Caballero, D.; Méndez M. T.; Pastor, J. (ed.) *La mirada psicociológica. Grupos, procesos, lenguajes y culturas*, 743-749. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Mir Gual, A. (2017). *Els nous illencs*. Palma: Lleonard Muntaner.
- Pascual Ferris, V.; Cuadrado Bonilla, M. (2001). *Educación emocional. Programa de actividades para educación secundaria obligatoria*. Barcelona: Praxis.
- Redorta, J.; Obiols, M.; Bisquerra, R. (2006). *Emoción y conflicto. Aprenda a manejar las emociones*. Barcelona: Paidós.
- Salmurri, F. (2004). *Libertad emocional. Estrategias para educar las emociones*. Barcelona: Paidós.
- Sastre, G.; Moreno, M. (2002). *Resolución de conflictos y aprendizaje emocional*. Barcelona: Gedisa.