

Temps d'espera, temps d'escolta

Tiempo de espera, tiempo de escucha

Time to Wait, Time to Listen

Iolanda Vives Peñalver, tariqa@terra.es

Llicenciada en Psicologia Clínica. Presidenta de l'Associació per a l'Expressió i la Comunicació (AEC), i coordinadora del grup de Formadors de la Pràctica Psicomotriu que pertanyen a l'ASEFOP. Directora i terapeuta del centre d'Ajuda Psicològica Tariqa Psicomotriu a Barcelona.

Resum

En el món de l'educació i la clínica estem molt atents al concepte d'escolta per tal de treballar amb les persones i crear l'empatia suficient, que permeti construir relacions significatives.

Quan parlem de la primera infància, l'acollida i l'escolta són les actituds bàsiques que faciliten una atmosfera de benestar i seguretat. L'adult encarregat dels nens i nenes és responsable d'instal·lar aquest clima i ajudar a desenvolupar les capacitats necessàries per fer la seva evolució tan harmoniosa com sigui possible. La Pràctica Psicomotriu Aucouturier ajuda a desenvolupar aquestes capacitats en els adults.

És molt important aprendre i saber esperar, no avançar-se, donar l'espai i el temps, evitar "fer... fer", perquè els infants són els protagonistes reals del seu procés maduratiu i nosaltres els seus acompanyants, els seus "facilitadors".

Paraules clau

Confiar, conscienciar, escolta, empatia, espera, "quietud psicològica", temps

Resumen

En el mundo de la educación y de la clínica estamos muy atentos al concepto de escucha con el fin de trabajar con las personas y crear la empatía suficiente que permita construir relaciones significativas.

Cuando hablamos de la primera infancia, la acogida y la escucha son las actitudes básicas que facilitan un ambiente de bienestar y seguridad. El adulto encargado de los niños y niñas es responsable de instalar este clima y ayudar a desarrollar las capacidades necesarias para hacer su evolución lo más armoniosa posible. La práctica psicomotriz atiende en sus formaciones a estas capacidades.

Es muy importante aprender y saber esperar, no adelantarse, dar el espacio y el tiempo, evitar el "hacer... hacer" porque los niños son los protagonistas reales de su proceso madurativo y nosotros sus acompañantes, sus "facilitadores".

Palabras clave

Confiar, concienciar, escucha, empatía, espera, "quietud psicológica", tiempo

Abstract

From the world of education and clinics we are very concerned about the concept of listening with the aim of working with people and creating enough empathy to build meaningful relations.

When we speak about the first childhood, a warm welcome and a listening ear are the basic skills which enable an environment of well-being and safety. The adult who is taking care of the children is responsible for establishing that climate and for helping children to develop their necessary abilities to achieve an evolution as smooth as possible. The psychomotor activity training serves these abilities.

Therefore, it is very important to learn and know how to wait, not stepping forward, giving the space and time, avoiding the making of, because children are the real participants in their own maturing process and we are their companions, their facilitators.

Keywords

Trusting, Raising Awareness, Listening, Empathy, Wait, "Psychological Quietness", Time

INTRODUCCIÓ

Escoltar implica crear un lloc, “enfocar” l'orella, atendre, i per això és imprescindible aturar-se, alentir, donar un temps, un repte en la nostra societat accelerada, omnipresent, indignada. Accepteu aquest repte?

El repte que proposem, un temps per a l'escolta i per a l'espera, sembla una provocació, una audàcia en una societat marcada per la pressa, per estímuls visuals, per les tecnologies virtuals, per l'individualisme; on tot ha de ser possible. La transició a l'edat adulta és la frustració del “tot i ara”.

Aquest repte que reivindicuem com un sistema d'actituds ha de ser respectuós i connectat amb una escala de valors humans universals, respectuós també amb la diversitat i integrador amb les diferències.

Parlem d'**esperar**, que vol dir aturar-se, donar temps, deixar de fer, també vol dir tenir esperança, creure-hi; parlem d'**escoltar**, que vol dir atendre, donar espai a l'altre. Sabem que no està de moda, que no és modern: ni ho pretenem ni funciona.

Junts hem de transformar els paradigmes que hauran de ser la nostra referència. Diuen que la tendència ha d'anar cap a la feminitat, la creativitat, l'espiritualitat i la comunitat. Aquestes seran les referències d'aquest segle XXI, del postmodernisme.

La pràctica de la psicomotricitat, revolucionària des dels inicis, a principi del segle XX, va donar una altra via, una altra resposta a les actituds directives i funcionalistes imperants. S'ha encarregat de **posar-se en el lloc de** l'infant (empatia) fent-lo protagonista del seu desenvolupament i l'aprenentatge.

Per això, havia d'observar, entendre, per poder respondre en profunditat a les necessitats dels éssers humans, tema d'estudi de la psicologia, i fer-ho d'una forma oberta i dinàmica, com la pedagogia activa ens ha ensenyat.

Aquest fet és encara més evident en la primera infància: els nadons es desenvolupen d'una manera harmoniosa, si se'ls permet experimentar en un entorn de cria que doni seguretat i respectant-ne el ritme.

Això no significa deixar que vagin a la seva, o no tenir el màxim d'exigència, perquè cada un pugui arribar a ser i aconseguir el màxim de les pròpies possibilitats.

Es tracta de crear entorns alhora acollidors, segurs, “facilitadors” i estructurants, ordenats, contenidors en els quals ens assegurem que les nenes i els nens puguin mostrar-se en tota la seva expressivitat i fer-se amos de les capacitats, evolució i creixement propis.

És un fet que si la persona, l'infant, viu amb plaer, està bé en el propi cos i en la pròpia pell, s'afavoreix la comunicació, s'activa l'energia vital profunda, i a través de l'acció pot anar construint la seva identitat.

És des del seu cos i la seva acció que anirà **creant-se**, i aquest nivell sensorial i motriu donarà pas, farà de patró, a les instàncies cognitives, afectives, relacionals.

Aquest fet tan demostrat i difícil de negar té avantatges en l'adult/educador, que té l'habilitat del saber fer, d'estar disponible, sentir-se diferent, asimètric, de poder-se **descentrar**, que és l'origen de l'escolta, l'acollida i de l'acompanyament.

També comporta riscos en el mateix adult/educador que té un ritme impacient amb el qual pretén corroborar els fets i les seves expectatives. És el preu a pagar per saber més, per conèixer les respostes a les nostres preguntes, per voler anar a jugada feta. Premisses que tenen a veure amb la manera d'ensenyar de l'ensenyant i amb la manera d'ensinistrar del mestre, que són contràries a la manera d'educar de l'educador: una nova mirada al temps educatiu que actualment compartim molts de nosaltres.

Cal tenir en compte els trets següents:

- la quantitat es dóna abans de la qualitat;
- l'habilitat d'excitació, posar-se en marxa, necessita menys maduresa que la capacitat d'inhibició;
- a l'ésser humà li fa falta un any per caminar i tres per parlar, encara que des del primer moment en tenim models, nosaltres, els adults, i neurones en marxa per poder-ho aconseguir;
- Piaget parla de l'assimilació, acomodació i adaptació per créixer i integrar aprenentatges;
- imitació, repetició, assaig i error per arribar a la creativitat.

I tot això necessita temps... «Tot el que val la pena, ve a poc a poc», ens diu Joan Domènech al seu llibre *L'elogi de l'educació lenta* (2009).

Són les lleis de la natura que tots coneixem. Si som capaços de **mirar** com una llavor, igual que una persona, germina, creix i li proporcionem els mitjans més adequats per tal que aquest fenomen es produeixi.

A Barcelona pensem que a les Illes ho heu tingut sempre més clar i hem envejat la vostra calma. Just en baixar de l'avió jo sentia el ritme general més lent que el meu, ni es podia allargar una sessió ni es treballava en diumenge... uns senyals de bona salut mental que he intentat fer meus! Ara ja no sento aquesta diferència i només pot ser perquè jo m'he tornat tan *tranquil·lota* com vosaltres o que el vostre ritme ja no és tan calmat.

Esperar i escoltar són una conquesta per al món dels adults i són necessaris per **reflexionar** i poder aplicar una de les activitats genuïnes, que són exclusivitat de l'espècie humana.

Esperar, escoltar i fer són activitats quotidianes dels nens que van construït el *ser*. Només necessitem recuperar-lo, ja que el tenim "registrat" en les nostres cèl·lules.

Nosaltres, de vegades, fem i llavors ens parem, ens escoltem, que vol dir reflexionar, i ens reafirmem o modifiquem (transformació). O viceversa, depenent de si confiem més en la nostra intuïció i la nostra raó.

Com hem escrit al llibre *La psicomotricidad en la escuela* les meves companyes, Pilar Arnaiz i Marta Rabadán, i jo mateixa,

«La capacidad de escucha implica intrínsecamente pararse y atender. No se puede escuchar en movimiento o haciendo otra cosa. Escuchar al niño pasa en la sesión, en algunos momentos, por la necesidad de tocar al niño. Podemos ver en el desarrollo de la misma cómo los niños se tocan entre sí, o nosotros debemos contenerlos con nuestros brazos, lo que supone que nos tengamos que implicar con nuestro cuerpo y la emoción. Pero en esta relación es necesario tener muy claro que el adulto no puede proyectar su deseo sobre el niño (deseo de acariciar un cuerpo suave, o de ser maternante con él). No se trata de una relación de sensualidad, de acariciar el cuerpo del niño, sino de presionar, contener, manipular para que a través nuestro se sienta él, reconstruyamos su totalidad corporal, siendo conscientes de nuestros deseos y de los de los niños. No es una relación amorosa, es una relación contenedora la que establecemos; somos educadores y nuestra misión con los niños es proporcionarles los medios para que evolucionen, crezcan y adquieran autonomía. Sin invadirlos, sin proyectar nuestros deseos hacia ellos, siendo conscientes de que unos nos agradan más que otros, porque cada uno pone de manifiesto algo de nuestro interior que aparece en esa relación. Tenemos, pues, que estar atentos y ser conscientes de ello.» (Arnaiz, Rabadán, Vives, 2008, p. 124.)

Per a què serveixen aquestes actituds en què incidim i que desenvolupem a través de la formació en pràctica psicomotriu a les escoles de l'ASEFOP (Associació Europea d'Escoles de Formació en Pràctica Psicomotriu)?:

- Per viure, **conscienciar** i elaborar el procés personal propi, perquè les actituds, creences i els valors de les persones es traspassen en la manera d'intervenir amb els altres.
- Per **permetre** la trobada entre jo i l'altre; en aquest cas, "l'altre" són els nens i les seves famílies i també altres adults amb els quals interactuem. Escolta i sensibilitat cap a l'altre i cap a si mateix, en un àmbit tònic i emocional.
- M'agradaria afegir el concepte de "**quietud psicològica**", que llegim de José Ángel R. Ribas (2002). Aquesta quietud silenciosa, flotant, que permet dirigir-se al nen a través del joc lliure, l'activitat motora espontània. I des d'una escolta i observació ajustades, respondre o no al discurs motriu i expressiu del subjecte. «Estar quiet, tranquil, és també, fer i dir alguna cosa».

La relació "psicomotriu" existeix des del moment que permeto a l'altre expressar en un nivell profund la seva vida imaginària, inconscient, el món dels afectes a través d'una activitat sensorial, motriu espontània i lúdica.

Per tal d'acompanyar aquest procés, interactuar en la mesura justa, sense ser massa o poc intervencionista, s'ha de **confiar** que l'altre ho pot fer, que té la responsabilitat en el creixement propi, tingui l'edat que tingui i compti amb les capacitats amb què compti. Ell ha de ser el seu motor i nosaltres hem de prendre mesures per facilitar-ho. Hi ha certes funcions que un terapeuta psicomotor té com a estratègies i que ens ajuden a aconseguir-ho:

- ser facilitadors de la comunicació;
- garantir la seguretat física, psíquica i el respecte;
- ser mediadors;
- ser receptius, saber com escoltar i amplificar;
- fer de model i de mirall;

- afavorir l'autonomia;
- valorar i reconèixer les competències;
- ajustar els excessos, conflictes.

Com afirmem al llibre anteriorment esmentat de *La psicomotricidad en la escuela*:

«La capacidad que une los dos polos que constituye el entorno maternante y la autoridad estructurante y que hace de lubricante entre ellos es la **empatía**. Esta palabra viene de una raíz griega que significa sufrir. Nosotros concebimos este concepto como la manera de estar con la persona en una **distancia ajustada**, para comprenderla, “sufrir con ella” sin confundirnos ni fusionarnos con ella; se trataría de permanecer en nuestra identidad para acompañar a la otra persona desde ella misma. Para ello, es necesario que el psicomotricista no anule sus propios afectos de placer expresados por su movimiento y por su lenguaje. Tan necesario es que no los anule como que los conozca y los contenga.

En la sesión de psicomotricidad el adulto, para poder intervenir, es necesario que entienda las demandas que el niño realiza, tiene que estar atento, vigilante a todas las propuestas que los niños realizan en la sesión; la escucha de cualquier variación tónica es de gran importancia. Y la empatía tónica es la capacidad de escucha mediante la que podemos percibir las producciones del niño, recibirlo como es sin invadirlo con nuestros propios sentimientos o deseos; implica una manera de estar cerca del niño captando sus emociones, sus variaciones tónicas, de manera que nuestras intervenciones sean ajustadas y respondan a la realidad que el niño nos está presentando.

La observación de los parámetros psicomotores es el medio por el cual la empatía tónica puede ratificar sus intuiciones y sus intenciones, puesto que implica la posibilidad de captar las producciones del niño con la finalidad de analizarlas. A través de dicha observación, podemos captar los mensajes que el niño nos envía a través de la voz, la mirada, el tono, la postura, sus movimientos, la utilización que hace de los objetos..., y planificar nuestra actuación, de manera que sea clara, tanto verbal como en cuanto a la postura.» (Arnaiz, Rabadán, Vives, 2008, p. 127.)

Això és un altre gran repte del món adult: deixar-se **sorprendre**, confiant. Hem de jugar i balancejar-nos entre la flexibilitat (oferir possibilitats) i la fermesa (oferir condicions), per adquirir la mal-leabilitat “suficient” per ser transformable i consentir la transformació. Trobar-se amb un infant és estar disponible a deixar-se **transformar**.

Què necessiten els nens de nosaltres? Que esperem i escoltem, que ja hem dit que significa que tenim confiança en ells, en les seves possibilitats i en nosaltres mateixos per exercir de model en qui emmirallar-se i **reconèixer-se**: trobar l'altre significa trobar-se a si mateix.

També necessiten, com ja hem dit, un ambient serè, regulador, proper, que els permeti sentir i puguin adquirir la “calma psíquica”, que diria Carles Font.

Si aquest és el cas, i així ho creiem, la nostra tasca com a educadors –siguem pares, mestres, terapeutes... siguem on siguem– incideix a equilibrar les desigualtats, a estabilitzar la balança entre allò innat, el que un porta d'origen i del seu sistema, i allò adquirit, que s'aprèn i està influenciat pels entorns.

No ens podem *des-esperar*, *des-esperança*r. Hem de **donar el temps necessari** perquè una cosa pugui ser, pugui arribar a ser.

I ens ajudarà a convertir, transformar el temps en un aliat; fem un pacte entre Cronos (a la mitologia grega: el Déu de les edats), temps quantitatiu, físic, que es pot mesurar, i Kairós (fill de Cronos), mesura convenient, oportunitat, moment present, just, punt vital, qualitatiu...

Gràcies per la vostra lectura amb capacitat d'espera i d'escolta amables i còmplices.

BIBLIOGRAFIA

- Arnaiz, P., Rabadán, M., Vives, I. (2008). *La psicomotricidad en la escuela. Una práctica preventiva y educativa*. Málaga: Aljibe.
- Aucouturier, B. (2004). *Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz*. Barcelona: Graó.
- AEC-ASEFOP. Documentos internos no publicados de uso formativo y de investigación.
- Domènech, J. (2009). *Elogi de l'educació lenta*. Barcelona: Graó.
- Rodríguez Ribas, J. A. (2002). La "quietud" del psicomotricista. *Entre líneas: revista especializada en psicomotricidad* núm. 11, 33-35.
- Sánchez, J., Llorca, M. (2008). *Recursos y estrategias en Psicomotricidad*. Málaga: Aljibe.
- Salzberger-Wittenberg, I., Henry, G., Osborne, E. (1992). *L'experiència emocional d'ensenyar i aprendre*. Barcelona: Rosa Sensat/Edicions 62.

Per citar aquest article:

Vives Peñalver, I. (2013). «Temps d'espera, temps d'escolta». *IN: Revista Electrònica d'Investigació i Innovació Educativa i Socioeducativa*, vol. IV, núm. 1, pàg. 135-143. Obtingut de: http://www.in.uib.cat/pags/volumenes/vol4_num1/revista/11_Iolanda_Vives.pdf