

Miguel Martín

# Inteligencia Emocional con mayores en un contexto de educación formal

## Resumen

La experiencia educativa se sitúa en la asignatura de Vida Social y Cultural (Seminario) y donde se incorporan metodologías de trabajo del ejercicio profesional, con la intención de unir las diversas fuentes teóricas de las que emana la práctica profesional con la particular experiencia vivencial. Se expone una visión funcional de la intervención emocional, huyendo de sentar doctrina en un mundo tan desconocido como el de las emociones, que actualmente están tan en boga en nuestra sociedad.

### Palabras clave:

Contacto, Emoción, Emocional, Intervención, Sensación

## Intel·ligència emocional amb gent gran en un context d'educació formal

*L'experiència educativa se situa en l'assignatura de Vida Social i Cultural (Seminari) i on s'incorporen metodologies de treball de l'exercici professional, amb la intenció d'unir les diverses fonts teòriques de les quals emana la pràctica professional amb la particular experiència vivencial. S'exposa una visió funcional de la intervenció emocional, fugint d'establir doctrina en un món tan desconegut com el de les emocions, que actualment estan tan de moda a la nostra societat.*

### Paraules clau

Contacte, Emoció, Emocional, Intervenció, Sensació

## Emotional intelligence with elderly people in a formal education context

*Educative experience resides within Social and Cultural Life subject (Seminar), where practice methodologies will also be used, in order to combine the different theoretical sources of professional practice with the particular lived experience. Emotional intervention is presented in a functional vision, in order to avoid making a statement about the unknown world of emotions, although nowadays they are in fashion in our society.*

**Keywords:** Contact, Emotion, Emotional, Intervention, Feeling

### Cómo citar este artículo:

Martín, M. (2012). "Inteligencia emocional con mayores en un contexto de educación formal". *Educación social. Revista de Intervención Socioeducativa*, 51, p.103 - p.117

## ▲ Introducción

La presente experiencia educativa, a partir de la educación formal, quiere hacer realidad el paradigma del envejecimiento activo y responder adecuadamente a la creciente demanda de proporcionar oportunidades de aprendizaje a lo largo de la vida. Nuestro reto es crear contextos plurales y de calidad en los que las personas mayores puedan crecer, optimizar conocimientos y habilidades, para afrontar mejor la vida a medida que cumplen años. Para lograrlo, los profesionales de la gerontología educativa deben realizar contextos educativos, como el *Programa Universitari per a Gent Gran* (PUGG) de la Facultad de Educación Social y Trabajo Social Pere Tarrés (URL) creado y dirigido por el profesor Xavier Lorente.

La experiencia educativa se sitúa en la asignatura de Vida Social y Cultural (Seminario) y donde se incorporan metodologías de trabajo del ejercicio profesional, con la intención de unir las diversas fuentes teóricas de las que emana la práctica profesional con la particular experiencia vivencial.

Se expone una visión funcional de la *intervención emocional*, huyendo de sentar doctrina en un mundo tan desconocido como el de las emociones, que actualmente están tan en boga de nuestra sociedad.

## Aspectos básicos de la intervención emocional

Previo a entrar en el campo de la intervención es preciso encuadrar varios aspectos con el objetivo de validar lo emocional como un servicio de bienestar que nuestro organismo ejecuta constantemente.

Es preciso partir de la base que el ser humano es el único animal que ha salido de la cadena adaptativa natural, construyendo un mundo aparte de la naturaleza y configurando nuevas realidades que han demandado utilizar el intelecto por encima del instinto (en base a una supervivencia).

El resultado es la comodidad. Todo funciona solo, únicamente hay que seguir lo que se tiene que hacer y se vive bien (más o menos); sin embargo han ido apareciendo trastornos como la ansiedad o la depresión, y disciplinas tan sabias como la Medicina se abren de brazos y señalan a la mente como causa.

En nuestro cerebro existe una glándula llamada hipotálamo, que es la encargada de movilizar energía ante cualquier estímulo interno o externo que requiera accionar inmediatamente.

Cada vez más orientaciones psicológicas señalan la necesidad de asociarse no sólo con el intelecto sino con los movimientos energéticos que el hipotálamo acciona, los cuales, comúnmente, se les ha denominado sensaciones y se suelen situar en el cuello, en el pecho, en el diafragma, en el abdomen o en el bajo vientre.

## Las sensaciones

Las sensaciones son respuestas biológicas que suceden tras la interacción del individuo ante todos aquellos estímulos internos o externos que se producen en la vida diaria y tienen la función de focalizar aquellas necesidades carentes que el organismo requiere satisfacer instintivamente, para su correcto equilibrio orgánico.

La particularidad de las sensaciones es que se producen en el momento presente y, de por sí, el ser humano continuamente se enfoca en el pasado, revisando todas aquellas vivencias que sucedieron, o en el futuro, previniendo lo que ocurrirá.

Para una adecuada intervención emocional hay que reaprender a situarse en el momento presente, en el aquí y en el ahora, ya que es la única vía para localizar las sensaciones, a diferencia del pensamiento que puede ir a cualquier lugar en el tiempo y podemos observarlo.

Las sensaciones son abstractas de por sí, son movimientos eléctricos que se producen dentro del cuerpo y suelen ser incomprensibles para la mente, por su velocidad, su invisibilidad y su volumen.

Se detectan realizando un cambio perceptivo: redirigiendo al cuerpo la continua atención al pensamiento, con el objetivo de silenciar el intelecto para amplificar el campo sensitivo. El motivo: si se alcanza el campo sensitivo con la racionalidad, los juicios y las comprensiones acaban por disolver la genuinidad de las sensaciones.

Una vía que facilita hacer más consciente el área corporal del organismo es la respiración. Al estar en continuo funcionamiento, con su recorrido se pueden localizar diferentes zonas del cuerpo: boca, cuello, pecho, diafragma y estómago. Fijarse en la respiración facilita detener el ritmo del pensamiento y percibir el propio cuerpo, más allá de las ideas.

## Las emociones

Las emociones son las identificaciones de las sensaciones que se generan en el hipotálamo. Las básicas son la alegría, la tristeza, el miedo y el enfado.

Para una adecuada salud psicológica es preciso procesarlas con la finalidad de descubrir la necesidad carente que disuelve la emoción y retorna al organismo al estado de reposo, que permite vivir la tranquilidad y la paz.

El objetivo es combinar el campo sensitivo (emocional) con el campo racional (inteligencia), para descifrar cuál es la necesidad que requiere el organismo para regularse. De ahí la denominación de Inteligencia Emocional.



## La estructura de carácter

Existen diferentes mecanismos que impiden la consecución de las necesidades, con tal de preservar el estado de comodidad. Los más importantes tienen que ver con la estructura de carácter.

Se ha acostumbrado a excluir las sensaciones a través de todas aquellas informaciones que incorporamos desde pequeños sobre lo que se puede sentir y lo que no, lo que ha llevado al ser humano a vivir limitado a cómo se tiene o se debe vivir.

Este es un punto fundamental en el encuadre de la Inteligencia Emocional.

El psiquiatra Claudio Naranjo es una de las máximas referencias en el campo de la Psicología de la Personalidad, una herramienta que ha ido evolucionando generación tras generación, ha desglosado con claridad la tipología de caracteres que los seres humanos desarrollan desde los cinco años de edad (Naranjo, 1994).

Las personas estamos, por tanto, limitadas a experimentar la globalidad de las sensaciones debido a los condicionamientos caracteriales que llevaron a vivir situándose más en el intelecto (y en lo normativo) y no tanto en lo genuino (las sensaciones).

El conflicto reside en haber estado tan fijados en aquello que se debe o tiene que hacer; por consiguiente la mayoría de personas se pierde al encontrarse con las sensaciones y apenas naufragan ante los movimientos energéticos que el hipotálamo envía al organismo, por ser inentendibles para el intelecto.

Los aspectos previos de una buena salud emocional parten del darse cuenta de la propia estructura de carácter, de la neurosis o del Ego (palabra que a partir de ahora utilizaré).

El Ego es una reacción que el ser humano desarrolla alrededor de los cinco años de edad, cuando después de haber vivido un vínculo afectivo con sus progenitores/as se encuentra que más allá de ellos –su fuente de seguridad– hay todo un entorno amplio e inmenso. Mirándoles, observa cómo actúan y aprende a desarrollar por imitación maneras de interrelacionarse con el entorno para sobrevivir en él.

No es ningún secreto que la sociedad se encuentra en un momento bastante delicado. El poder y el poseer han llevado a configurar unas conductas adaptativas que tienen como objetivo primordial el acumular y el tener. Actualmente existe un alto índice de insatisfacción y desazón.

El Dr. Naranjo hace una clara referencia al sistema educativo como lugar básico de intervención y disolución del Ego para transformar la sociedad y aboga por desarrollar políticas educativas de apoyo a la genuinidad y a la autenticidad de los niños.

Sin embargo, los adultos tenemos ya incorporada una estructura de carácter que nos lleva a ejecutar automatismos sin necesidad de ser filtrados ni procesados, ya que funcionan a través de la repetición. Es preciso, por tanto, recuperar el tópicus del desaprender lo aprendido, para aprender lo nuevo.

Uno de los aspectos más importantes para una adecuada intervención emocional es que el propio profesional viva una adecuada salud emocional, integrando esta actitud a su vida diaria. Es impracticable intervenir a este nivel si el propio interventor no se encuentra alineado con sus propias emociones.

De hecho, existen diversas corrientes psicológicas como la Gestalt o la Sistémica que tienen como requisito básico formativo el trabajo personal, con tal de que sus alumnos consigan comprender y vivenciar en primera persona el resultado de un adecuado bienestar emocional y, por tanto, que estén totalmente afinados ante la intervención.



## Las interrupciones emocionales

Estamos ante un proceso que requiere tiempo de aprendizaje al estudiar campos perceptivos diferentes a los que ha sido enfocado el ser humano. Las principales interferencias que nos encontramos tienen que ver con mecanismos neuróticos desarrollados a partir del Ego, los cuales son denominados de la siguiente manera bajo la teoría de la Gestalt: represión, introyección, deflexión, proyección, retroflexión y confluencia (Zinker, 1996).

Todos estos mecanismos se dirigen a bloquear las sensaciones, en beneficio de un supuesto estado de felicidad ideado por la mente y bajo creencias preestablecidas.

Zinker (1996) señala en el ciclo de la experiencia que estos mecanismos rompen la experiencia necesaria para que el ser humano entre en equilibrio, en reposo y en tranquilidad, objetivo del bienestar emocional.

Empezamos, en primer lugar, con la represión: es un mecanismo que directamente corta la sensación.

El proceso se genera con la negación de querer vivir la sensación que emerge en ese mismo instante. Imaginemos por un momento que el organismo genera una sensación a partir de detectar una información necesaria para alcanzar un estado de equilibrio y el benefactor la rechaza.

Al ser un movimiento biológico, el hecho de cortar, negar o reprimir una sensación produce, para entenderlo fácilmente, una especie de cortocircuito interno donde la energía producida por el Hipotálamo se queda estancada en el cuerpo provocando cierto malestar, al haber sido desatendida.

Es como ir en contra de la naturaleza biológica.

Si se consigue permitir (y no reprimir) el nacimiento de la sensación, acogéndola tal y como es, se inicia una nueva fase denominada toma de conciencia (Zinker, 1996), etapa donde se procesa la información identificando la sensación con la emoción correspondiente: las básicas son la alegría, la tristeza, el enfado y el miedo.

Es común encontrarse en nuestra sociedad con la creencia de que la felicidad es el desarrollo de la alegría. De hecho la mayoría de las personas fuimos educadas así, focalizando en esta emoción para alcanzar un estado perseguido y transitado a momentos.

Por consiguiente, se han excluido tanto la tristeza, el miedo y el enfado, en mayor o menor grado según el Ego de cada cual.

En un primer lugar es preciso reaprender a vivenciar las emociones, permitiéndose vivenciar la amplitud de las sensaciones que las componen y desafiando todos aquellos mandatos internos que invitan a claudicar del intento, para posteriormente entrar en comodidad con los movimientos emocionales que surgen constantemente en el día a día.

La finalidad es construir e incorporar todas aquellas variables que presenta la vida en forma de sensaciones y deshacer los constructos mentales que se dirigen a cimentar el futuro sin referencias emocionales, acabando en las redes de la insatisfacción.

Estos constructos mentales han sido denominados por Zinker (1996) como introyección.

Es un mecanismo que se tiene como objetivo filtrar el libre procesamiento de los pensamientos, bajo creencias almacenadas que fueron incorporadas según preceptos que se dirigen a una correcta adaptación social.

El desarrollo de la Inteligencia Emocional viene condicionado por el grado de libertad en el momento de observar las sensaciones y de identificarlas con las emociones, ya que cuantos más condicionamientos existan, bajo supuestas maneras de actuar, menos espacio existe para procesar realmente el significado objetivo de la sensación.

Atravesar esta etapa es uno de los aspectos más delicados en el campo de la Inteligencia Emocional, al tomar el Ego mucha presencia con el objetivo de evitar el procesamiento de nuevas opciones diferentes a las establecidas interiormente y elaboradas con el paso del tiempo.

El proceso pasa por darse permiso para romper creencias establecidas e indagar sin juicios ni valores, con el intelecto a pleno rendimiento, cuál es la necesidad que al ser accionada conlleva la remisión de la emoción.

Si bien la etapa de la toma de conciencia es la más importante en el proceso de detección de necesidades, existen más dificultades que interfieren en el desarrollo de una ágil salud emocional.

La deflexión es el mecanismo que corta la experiencia una vez ya se ha detectado la necesidad.

Descifrar el significado de las emociones es de lo más costoso y puede parecer que todo ya está resuelto. Para nada es así, la emoción sólo será remitida al accionarla, no al descubrir su necesidad.

Al entrar en contacto con el conocimiento de la necesidad, su ejecución presenta la dificultad de salir del círculo de confianza del individuo.

El mecanismo de la deflexión se encarga de desinflar la importancia de la necesidad, a través de los constructos de pensamiento (Ego) que invitan a renunciar el movimiento a realizar, ofreciendo incluso posibilidades de distracción ajenas a la situación que ha llevado al organismo a generar la sensación en cuestión.

Zinker (1996) indica que la deflexión es el mecanismo que interfiere justo en la mitad de la experiencia: en el momento de dirigirse a accionar la necesidad. Si se sucumbe a la renuncia de la experiencia se corta la sensación, lo que produce cierto malestar corporal al haber desatendido la emoción y no haber sido remitida.

Si se consigue avanzar, integrando la necesidad y dirigiéndose a la acción, existe una nueva interferencia: la proyección.

La proyección es el mecanismo que interrumpe la experiencia mediante elaboraciones mentales a partir de posibles consecuencias que pueden llegar a ocurrir en el caso de accionar la necesidad.

Su proceso se inicia cuando, en el momento de accionar la necesidad, el ser humano se desenfoca para anticipar posibles fatales resultados que el exterior le puede causar y acaba desestimando su ejecución regresando al conocido círculo de aparente confianza, acarreado con el consiguiente malestar corporal al haber cortado la experiencia.

Estas situaciones generan altos grados de angustia. Fritz Perls, fundador de la psicología Gestalt, define muy sencillamente este concepto: “la angustia es la anticipación del futuro”.

El ser humano encaja con la naturaleza de la vida y el tiempo es exacto a la experiencia presente. Al pretender anticipar lo que va a ocurrir se fuerza al cuerpo a vivir la anti-naturaleza, ocasionándole descompensaciones comprensivas y facilitándole la confusión.



Es preciso cuestionar todas aquellas ideas conformadas de uno mismo (Ego), ya que la proyección está integrada por todos aquellos constructos mentales que el ser humano no consigue aceptar de sí mismo y que son puestos en el exterior para interferir en la acción y preservar su supervivencia.

La experiencia es mucho más amplia que lo ideado en la mente y es el lugar en el que se encuentra la salud emocional. Hay que traspasar las fronteras del Ego y entrar en las zonas de no comodidad para explorar nuevos movimientos que amplíen la libertad psicológica.

La siguiente interferencia recibe el nombre de retroflexión (Zinker, 1996) y corta la experiencia pretendiendo satisfacer las necesidades por uno mismo sin el contacto con el exterior.

Es un mecanismo que preserva al ser humano de las amenazas del entorno generando constructos mentales (Ego) dirigidos a autosatisfacer la necesidad por sí mismo, interrumpiendo su dirección auténtica.

Se corta la experiencia al desajustar el foco intervencional de la emoción y las consecuencias son el cierto malestar corporal que produce la interferencia de la experiencia, al alejarse del estado de reposo o equilibrio esencial para una adecuada salud emocional.

El último mecanismo que interrumpe la experiencia es la confluencia (Zinker, 1996) y surge como dificultad de salir de la ejecución de la necesidad. El ser humano se agarra al contacto con la experiencia, confundándose en ella y atrapándose, con el consiguiente malestar corporal que produce tal intensidad.

La experiencia del contacto es de duración determinada: al pretender alargar más el tiempo de vivencia, se interrumpe el ciclo exacto de la emoción y el ser humano se confunde en la experiencia, alterándose el estado de equilibrio imprescindible para alcanzar el bienestar emocional.

En muchas ocasiones interrumpir el ciclo de la experiencia mediante estos mecanismos neuróticos, conlleva el desarrollo de diferentes reacciones psicósomáticas, a partir del malestar corporal que ocasiona.

## La frustración

Expresar, pedir o actuar la necesidad no quiere decir obtener. La gestión emocional comporta el riesgo de no conseguir aquello que el organismo requiere para entrar en proceso regulatorio.

Cuando no se logra la satisfacción de la necesidad es preciso buscar nuevas salidas actualizadas que se dirijan a remitir la necesidad. Si aun así no se consigue, hay tres posibles caminos a tomar: estancarse emocionalmente,



buscar lo que se necesita en otro sitio y aceptar la situación si no es posible realmente obtener lo que se busca.

Las dos primeras son acompañadas de malestar corporal, al quedar abierta y activa la sensación. La tercera comporta un proceso que implica un gran paso en el crecimiento personal, al ser el proceso de elaboración de la frustración.

La frustración difiere de la resignación en tanto es la aceptación sentida y desnuda de carga emocional.

La elaboración de la frustración se gestiona dependiendo de la emoción que vehicule la necesidad. Comporta aceptar la condición humana en la tristeza, los propios límites en el miedo, los límites del exterior en el enfado y el bien recibido en la alegría.

Ha de ser acogida con el paso del tiempo, para tolerarse dentro de la existencia del ser humano e integrarse como un proceso básico de crecimiento personal, al ser completamente imposible obtener todo aquello que se necesita.

Este es el definitivo punto de anclaje en el campo de la Inteligencia Emocional.



## La intervención emocional con personas mayores

Si bien estamos ante una intervención aplicable a las diferentes etapas del ser humano, las personas mayores poseen la historia de vida más amplia de toda la cadena evolutiva y el abordaje es más delicado al tener una estructura de carácter o Ego más consistente.

Los mecanismos que interfieren en la experiencia son sólidos, al haberse generado a partir de largos años de funcionamiento mecánico, y la dificultad para traspasarlos requiere mucha más voluntad que en etapas evolutivas anteriores.

Es preciso intervenir en las insatisfacciones que impiden vivir la amplitud del momento presente, al ser el lugar donde enfoca su existencia la persona mayor, acompañando a tomar conciencia de los movimientos a accionar para disolver las incomodidades generadas.

## Establecer contacto

Como en cualquier etapa evolutiva, situarse delante de una persona mayor es el momento más determinante de la intervención, ya que es el lugar donde se produce el contacto o el distanciamiento emocional.

La toma de contacto se realiza a través de la mirada y en sintonía con el corazón. Carl J. Jung cita: “conozca todas las teorías, domine todas sus técnicas pero, al tocar un alma humana, sea otra alma humana”.

Resalto la importancia del equilibrio sensitivo-emocional del profesional. Es prácticamente insostenible intervenir a este nivel sin tener un claro saber acerca del propio funcionamiento emocional, al desenfocar totalmente y durante unos instantes el campo racional.

Aun no circulando la intervención emocional es preciso supervisarse con expertos profesionales, para afinarse y cuidarse en la intervención. Trabajar con personas despierta todo tipo de sensaciones que existen a pesar de no ser perceptibles.

Contactar emocionalmente es una acción que conlleva abandonar lo familiar y entrar en lo desconocido, al no saber qué va a ocurrir. Se trata de mirar a la persona que intervenimos y sentir lo que ocurre en el propio cuerpo, sin ponerle ningún juicio ni valor.

Las personas usuarias de la intervención esperan las directrices del profesional, es extraño para ellos que el especialista que tienen delante entre en silencio por unos instantes y les mire.

Sin ir muy lejos, fijémonos en los hospitales: cuando un terapeuta entra en contacto visual y emocional con un paciente, se oxigena la relación y crece la confianza. El ser humano necesita ser visto en una intervención.

Disponerse a un contacto visual comporta que se empiecen a mover las propias sensaciones y si no hay un sólido manejo de la propia Inteligencia Emocional pueden surgir nuevos malestares corporales que son arrastrados a la vida personal.

Aprender a localizar las propias sensaciones, identificarlas con las emociones, detectar cuáles son las necesidades carentes como consecuencia y ejecutarlas con normalidad facilita el acceso a intervenir emocionalmente con los demás. Sin ese aprendizaje entramos en una intervención difusa.

El objetivo es enfocarse en la relación y desenfocarse de todo lo demás, para entrar en la exacta vivencia del contacto, viendo a la persona dentro del completo presente, al ser la clara representación de la existencia.

Nacen entonces todas aquellas sensaciones que pertenecen al campo de la relación y se genera el contacto real con un igual y en consonancia con la vida. El resultado es el de dos personas permaneciendo en una experiencia, dentro de la vida.

## Acompañar y aprender

La relación está conceptualizada en un marco profesional y la finalidad es la configuración de un acompañamiento que se dirija a disolver todas aquellas emociones que quedaron activas y abiertas, que dificultan el acceso a una salud psicológica expansiva.

El aprendizaje emocional se ancla mediante la experiencia, ha de ser la persona mayor quien encuentre los recorridos sensitivos que recorren su cuerpo y quien aprenda a identificarlos con sus propias emociones.

Con el tiempo y practicando regularmente, la persona mayor aprende a descifrar por sí misma el lenguaje emocional y la trascendencia de su Ego, alcanzando a captar las necesidades carentes que residen en los movimientos emocionales.

Si se accionan y se resuelven, se accede a los limitados y amplios estados de tranquilidad, básicos para entrar en armonía y plenitud y si, por el contrario, son necesidades que a pesar de hacer todo lo posible no pueden satisfacerse, se entra en el proceso de elaboración de la frustración.

En él y dependiendo de cada emoción, se trabaja aceptando y acogiendo la realidad que impide satisfacer la necesidad, entrando en un proceso existencial de crecimiento que tiene como resultado la mayor comprensión de la vida esencial.

A nivel grupal, la intervención emocional con personas mayores aumenta la potencia resolutive: se contacta a nivel individual en grupo y se establece el marco grupal como lugar de exploración y experimentación emocional.

## Experiencia práctica en el Programa Universitario de Mayores (PUGG)

Durante el curso 2011-2012 se inició, en el Programa Universitario de Personas Mayores (PUGG) de la Facultad de Educación Social y Trabajo Social Pere Tarrés - Universidad Ramon Llull, una asignatura que integró la metodología emocional en cuestión a un grupo de alumnos que iniciaron su primer curso.

La asignatura de Seminario en el PUGG<sup>1</sup> es un espacio educativo a partir de educación formal que se entiende como un proceso gradual que parte del autoconocimiento personal y el conocimiento del grupo con una clara orientación hacia la organización como equipo de trabajo. Este equipo se desarrolla como tal durante el proceso formativo de primer y segundo cuatrimestre.



Durante el primer cuatrimestre se prioriza el conocimiento de las propias actitudes y habilidades y durante el segundo cuatrimestre se prioriza el potencial de interacción y trabajo del grupo, en un intento de contrastar de manera sistematizada la dimensión teórica y práctica de nuestra formación como personas adultas-mayores.

La característica fundamental del seminario del primer cuatrimestre es que éste está directamente vinculado a las competencias actitudinales que deben alcanzarse para poder profundizar en la tarea que se puede realizar en el marco del crecimiento personal. Esto implica que las tareas de análisis y de profundización respecto a las temáticas de interés para el alumno, se realizan a partir de la vinculación a la realidad social y a la propia experiencia personal.

El seminario se organiza en torno a dos grandes ejes: el *trabajo individual*, donde se desarrolla una guía personalizada, y el *trabajo grupal*, donde se hace una puesta en común de la experiencia y se profundiza en aquellos temas que se consideran fundamentales para una mayor comprensión de la realidad.

La filosofía, por tanto, es la del grupo de trabajo que se organiza y toma decisiones autónomamente, el resultado final del seminario dependerá de la dinámica interna del grupo y de las interacciones que se establezcan, partiendo siempre del aprendizaje colaborativo.

Los objetivos a alcanzar en relación a la acción formativa son, por tanto, los siguientes:

- Analizar la propia experiencia en el campo social y transmitirla al resto de participantes del seminario.
- Experimentar de forma activa la implicación y la construcción de un trabajo de equipo que permita identificar elementos transversales inherentes a la acción social.
- Desarrollar actitudes que permitan comprender la complejidad de la realidad social.
- Valorar el proceso de aprendizaje personal (autoconocimiento y autocrítica).
- Desarrollar la práctica del diálogo y la argumentación en las opciones de trabajo que se vayan proponiendo.
- Contextualizar los contenidos académicos en la realidad social.

La estructuración del programa de la acción formativa responde a la necesidad de reflexionar y analizar la experiencia de las personas mayores; por este motivo, la interrelación entre el conocimiento de unas temáticas marco y la reflexión en torno a la experiencia de aprendizajes vividos por parte del alumno, facilita y estimula el desarrollo del espíritu crítico y la reflexión que caracteriza a la persona.

Esta propuesta de contenidos responde a aspectos transversales de los diferentes ámbitos de intervención en el ámbito de la atención a las personas. El conjunto final de contenidos trabajados dependerá de los intereses y de la dinámica interna de cada seminario. Así podemos encontrar el trabajo de:

### A. Hechos, conceptos y sistemas conceptuales

- Características de la intervención en los diferentes ámbitos para personas mayores.
- Profesionales que intervienen en la realidad social: funciones comunes y diferenciadas, tareas.
- Características y necesidades de los destinatarios.
- Límites y condicionamientos en el desarrollo de la intervención social.
- El trabajo en equipo.



### B. Procedimientos

- Observación y análisis de las dinámicas internas del grupo.
- Identificación de los factores que dificultan/favorecen la implementación del proceso de equipo.
- Participación en la construcción conjunta de conocimiento dentro del seminario.
- Identificación de los elementos que facilitan o dificultan el trabajo en equipo (ya sean metodológicos o actitudinales).

### C. Actitudes

- Actitud abierta a la identificación de las propias dificultades y/o limitaciones en el espacio de construcción del seminario.
- Predisposición a asumir responsabilidades respecto del buen funcionamiento del seminario (implicación, cooperación, compromiso...).
- Flexibilidad y adaptabilidad ante las situaciones y las dinámicas observadas.

De esta forma la metodología emocional desarrollada por el docente genera un primer impacto en los alumnos mayores: si bien están acostumbrados a sentarse uno detrás de otro, la propuesta de situar la clase en un círculo –donde todos pueden verse– ya genera un primer desencaje en el aprendizaje y también en el medio educativo.

El momento decisivo emerge al reorientar la clase hacia ellos mismos para que empiecen a vivir sensaciones; primer objetivo de la metodología emocional: la toma de conciencia sensitiva.

Al hacer este movimiento no sólo son los alumnos quienes empiezan a sentir, el trabajo del profesional consiste en captar y empatizar emocionalmente con cada uno de ellos y trabajar las necesidades carentes en el aula.

Una vez ya se ha procedido a la sintonización emocional es el momento de sensibilizarse con las sensaciones producidas a nivel global y las necesidades grupales a tener en cuenta a la hora de ir a enfocarse en los objetivos de la asignatura. Así incorporamos al grupo como un elemento más.

Dentro de la asignatura en cuestión, el hecho de reenfocar la atención al grupo condicionó, como era de esperar, resistencia, al plantear a los alumnos la salida del personal círculo de confianza que les otorgaba presuponer una clase de tipo magistral.

El impacto duró entre dos y tres sesiones hasta que el grupo estableció un sólido vínculo al comprenderse emocionalmente dentro de sus inquietudes en la asignatura y al empatizar con sus compañeros acerca de los objetivos comunes para obtener un crecimiento honesto a sus inquietudes.

Hay que resaltar que el papel del docente atraviesa un proceso ciertamente delicado: al reenfocar la metodología haciendo desaparecer su capacidad racional al principio del vínculo, los alumnos desconfían y cuestionan.

La resistencia ha de manejarse muy sutilmente y hay que atravesar el vacío que generan los momentos de cuestionamiento, proponiendo continuar con la dinámica sensitiva y confiando en uno mismo. De nuevo resalto la importancia de elaborar el propio proceso personal.

Una vez se traspasa la resistencia, se establece el vínculo y es el momento en el que el grupo ve al docente y lo hace descubriendo la metodología, la cual es integrada y querida por el alumno al darse cuenta de estar dentro de una experiencia formativa en la que él forma parte del conocimiento a desarrollar.

El grupo de trabajo caminó durante un año conformando un vínculo nutritivo entre los alumnos y con el profesor, cumpliendo los objetivos de manera sólida y unida.

El resultado final, la realización de un intercambio estatal en Granada, dónde de forma interactiva el grupo fue capaz de desarrollar el proyecto elaborado en la asignatura, en el que se combinaron diferentes aspectos identificativos con sus raíces. Se trata con este esfuerzo, nada más y nada menos, de recuperar el valor de la educación como herramienta para la mejora y el cambio personal y social.

Miguel Martín Montalvo  
Director de Formaser, Psicoterapeuta y Formador  
miguelmm@copc.cat

## Bibliografía

**Lorente, Xavier.** (2006): *Els estudis universitaris per a gent gran*. <http://hdl.handle.net/2072/4054> [Consulta: 14 maig 2012]

**Naranjo, Claudio** (1994). *Carácter y Neurosis: una visión integradora*. La Llave. Vitoria-Gasteiz.

**Zinker, Joseph** (1996): *El proceso creativo en la Terapia Gestalt*. Paidós. Buenos Aires.



- 
- 1 La asignatura de Seminario del PUGG es un formato educativo formal desarrollado en la tesis doctoral del profesor Xavier Lorente Guerrero y que se fundamenta a partir del trabajo constructivista del pedagogo J. Dewey.
-