



Taller de Tècniques de Comunicació entre mares, pares i fills i filles a l'Institut de Llançà

Fa gairebé dos anys ens vam trobar al sector de Serveis Socials de Llançà tres professionals amb uns coneixements teòrics, una experiència laboral i un bagatge vivencial completament diferent però totalment complementari, amb un objectiu comú: fer treball social comunitari. Amb la voluntat, empena i ganes de fer un Taller de Tècniques de Comunicació entre mares, pares i fills i filles vam posar sobre la taula els nostres coneixements en teràpia sistèmica, dinamització de grups i programació neurolingüística. Aquest projecte, finalment, el vam portar a la pràctica entre els mesos d'octubre i novembre de 2014 a l'Institut de Llançà.

L'Institut de Llançà és una institució que, com nosaltres, està oberta a innovar i oferir als seus alumnes espais de reflexió, escolta i formació més enllà del que marca el currículum formatiu. És per aquesta raó que vam escollir aquest espai neutral per treballar des de la nostra vessant, una dificultat que veníem detectant des de feia temps al nostre servei, l'angoixa que viuen els pares i mares davant els canvis importants que experimenten els seus fills i filles en l'etapa vital de l'adolescència. L'angoixa provoca, segons hem anat constatant, que els pares i les mares experimentin emocions contraposades cap als seus fills, dificultant el diàleg des de l'amor, el respecte i l'enteniment mutu.

És evident que per molta experiència, formació i habilitats que tinguem com a professionals, l'adolescència és una etapa de la vida que provoca cert malestar en els nois i noies que no podem desvincular del seu desenvolupament natural. Tenint en compte aquesta realitat ens vam proposar uns objectius molt concrets tant envers els pares i mares com envers els fills i filles:

1. Facilitar estratègies per gestionar les emocions i fomentar el diàleg intergeneracional
2. Reconèixer la posició que ocupem en els nostres sistemes familiars
3. Oferir eines per millorar la comunicació entre els progenitors i els seus fills i filles

Tal com hem referit en l'encapçalament d'aquest article, la nostra base era la teoria sistèmica i la programació neurolingüística, utilitzant les aportacions a aquestes disciplines de la Virginia Satir (Teoria Sistèmica) i en Fritz Perls (PNL). Per què vam escollir aquestes dues persones de referència? Ens va semblar que les seves teories i reflexions podien aportar molt sobre els temes que volíem tractar, la comunicació i la importància de sentir-se part del sistema familiar i ocupar el lloc que ens toca. Però tots sabem que la teoria és molt avorrida i que els adolescents no tenen ganes de sentir cap "charla", com ells diuen en el seu argot, i que per això era important promoure tècniques basades en la dinàmica de grup.

Les sessions que es van dur a terme (tres amb mares i pares i tres amb fills i filles) van ser totalment pràctiques, enfocades a generar un espai en què les mares i els pares i els fills i filles es poguessin expressar, compartir, experimentar i sentir acompanyats entre iguals. Vam utilitzar diferents tècniques com l'ancoratge, la visualització, l'elaboració de genogrames, rodes per compartir, dinàmiques de presentació i de confiança. Totes les metodologies ens van anar molt bé i van facilitar als assistents la possibilitat d'obrir-se, participar i compartir la seva dinàmica familiar i les emocions que experimenten en la seva relació entre progenitors i fills i filles o entre aquests amb els seus pares i mares.

Un exemple que il·lustra la dinàmica i l'aprenentatge creat en aquest espai el trobem en una mare que en les primeres sessions expressava la impotència i la culpabilitat que sentia quan el seu fill acabava les disputes familiars amb un cop de porta. En una d'aquestes pica-baralles familiars va utilitzar una de les tècniques compartides en el grup, la tècnica de la visualització amb una àncora de tranquil·litat, calma i seguretat i, tal i com va explicar posteriorment, aquesta tècnica la va ajudar a empoderar-se i en conseqüència a actuar diferent: *“Fins i tot el meu fill es va estranyar que jo no li respongués cridant i després de la rabieta m'ho va agrair”*.

Un altra experiència que va emergir va ser la d'una noia que, aprofitant l'espai que els vam donar per compartir les seves emocions i els seus sentiments, va expressar la tristesa i la soledat que sentia quan malgrat tenir tot allò material que desitjava li mancava un temps de qualitat per compartir amb els seus pares, atès que treballaven moltes hores. Acostumada a estar sola, no se sentia valorada pels seus progenitors.

Un altre noi va explicar el fet que se sentia responsable envers els seus pares i sentia l'obligació i la responsabilitat d'estudiar i treballar per poder-los cuidar en el futur. Mentre que un altre company va manifestar la seva tristesa davant la dificultat que tenia per aproximar-se al seu pare, a qui sentia lluny atès el tràngol que estava passant la família després del divorci dels seus progenitors.

Tot aquest treball ens ha permès constatar com en aquest tipus d'intervencions no es tracta tant de donar solucions com d'oferir els espais i els temps per a què les mateixes persones reflexionin, i trobin camins per treballar les emocions i els sentiments. En aquest camp no es pot parlar de fracassos sinó de resultats que ens permeten aprendre i adquirir nous coneixements. En aquesta direcció considerem que és important poder fer una bona escolta activa i no negar els sentiments i les emocions que els fills i filles ens transmeten, així com els que nosaltres, com a pares i mares, també sentim. Aquests sentiments, en determinats moments, ens poden desconcertar. En els tallers, algunes mares i pares verbalitzaven sentir-se malament perquè en determinades ocasions havien sentit ràbia cap als seus fills o filles, però aquests sentiments formen part d'un tot i donen significat a d'altres sentiments com l'amor, el respecte o l'alegria. Tots ells ens fan ser pares i mares que estimem i ens preocupem pels nostres fills i filles. Negar aquests sentiments no els esborra, mentre que acceptar-los i parlar-ne fa que els compreguem millor i hi posem solució.

Aquesta experiència ha permès als Serveis Socials de Llançà entrar per primera vegada en una aula. Ha estat un projecte innovador, que ha permès apropar el servei a una part de la població amb la qual no treballem sovint, promovent d'aquesta manera una tasca preventiva, informativa i de treball en xarxa. L'Institut ens ha obert les portes després de constatar la tasca duta a terme i l'impacte en els alumnes i en els seus progenitors. Aquest fet ens reafirma com a professionals i ens permet donar a conèixer una altra vessant de la nostra intervenció més enllà de les urgències socials que atenem i en les quals, sovint, se'ns encasella.

Aquest treball preventiu i comunitari l'hem de continuar duent a terme tot i les dificultats que ens trobem en el nostre dia a dia com ara la manca de temps, la dificultat de fer xarxa o les urgències que hem d'atendre. Constatem com aquest tipus d'experiències, més enllà d'oferir un espai de creixement professional i personal, tenen un impacte positiu en les persones i les comunitats.

Volem aprofitar aquesta finestra d'opinió professional per agrair a tots els participants en aquests Tallers de l'Institut de Llançà -les mares, els pares, els fills, les filles i el professorat-, la seva assistència, bona voluntat i ganes de participar. Igualment agrair a l'Institut de Llançà i a l'àrea de Benestar del Consell Comarcal de l'Alt Empordà el suport i l'oportunitat per dur a terme aquest projecte.

Imma Arrufat, Educadora social àrea de Benestar del Consell Comarcal de l'Alt Empordà
Alba Egido, Treballadora social àrea de Benestar del Consell Comarcal de l'Alt Empordà
Pilar Gràcia, Treballadora social àrea de Benestar del Consell Comarcal de l'Alt Empordà

Figueres, 7 d'abril de 2015