

## INFORMACIÓ

Com en anys anterior, celebrarem la festa de les Verges, al pati de l'escola el proper divendres dia 19.

- A les 4,15 obrirem portes i podreu gaudir de les cançons clàssiques de la Tuna que amb la seva música i colors animaran la nostra festa.

No hi faltaran els bunyols i els clavells.

Estau tots ben convidats.

- ✓ Heu rebut informació sobre les eleccions al Consell Escolar, que és l'òrgan de participació entre tots els que formen la Comunitat educativa de Sant Rafel. En el tauler d'anuncis trobareu més informació.

Equip de Direcció

**02** OCTUBRE  
2018

# CARTA a les FAMÍLIES

Escoltar l'altre des de la compassió i l'empatia



CONVIURE, VIATGE D'HUMANITAT

 Col·legi  
Arcàngel  
Sant Rafel

### **Escoltar l'altre des de la compassió i l'empatia**

Practicar l'escolta activa no és fàcil. Escoltar d'una manera efectiva i afectiva requereix fer-ho amb tot el cos. Amb l'oïda, per suposat, però també amb el cap, amb el cor i amb el cos.

Escoltar des de la compassió i l'empatia és un exercici ben complex. Significa escoltar com si fossis una altra persona, però sense identificar-t'hi. Posar-te en el seu lloc, però sense fer-ho, mantenint sempre la distància entre el que nosaltres faríem i el que pensa, el que sent i com actua la persona que tenim al davant. Significa escoltar sense jutjar, sense cercar en la nostra experiència un cas semblant al que puguem recórrer per aconsellar el nostre interlocutor.

Perquè compassió i empatia no és com si fóssim nosaltres en una situació que descriu una altra persona. Perquè empatia és deixar de pensar com pensam nosaltres per fer-ho com si fóssim un altre, deixar de sentir com sentim nosaltres per fer-ho com sent un altre, deixar enrere les nostres pors i les nostres certeses i confiar en les d'una altra persona. Convertir-nos en un mirall.

Només així l'escolta serà vertadera, autèntica i efectiva i ens servirà per ajudar a una altra persona a superar-se, a prendre decisions, a enfrontar-se als problemes i a créixer.

Malgrat la dificultat, escoltar l'altre des de la compassió i l'empatia és segurament allò que ens apropa més a una altra persona. I realment val la pena. Val la pena en primer lloc perquè sentir-se escoltat i valorat, sense prejudicis ni judicis de valor, és una sensació gairebé màgica que ens fa sentir en pau. I en segon lloc perquè si som capaços de fer això (posar-nos al lloc d'un altre sense identificar-nos-hi) serem capaços de deixar de costat l'egoisme i posar-nos realment al servei d'una altra persona.

També val la pena posar en pràctica l'escolta activa i empàtica no només a la nostra vida diària, sinó també a la nostra tasca docent. Escoltar els nostres alumnes des de l'empatia ens permetrà un apropament i una entesa que no només minimitzarà els conflictes, sinó que també establirà un vincle sòlid i posarà les bases d'una relació sana i perdurable. Escoltar des de la compassió i l'empatia ens permetrà ajudar el nostre alumnat a créixer, i a nosaltres mateixos a ser millors persones.

Magdalena Moreno

Equip docent Col·legi Ramon Llull