

# Dialogar amb un mateix ajuda a avançar (I)

## Desenvolupament de la capacitat de reflexió en el decurs de l'acció



[ Fotografia: Pere Virgili ]

**Joan Teixidó Saballs**  
Universitat de Girona

Joan Teixidó és professor de la Universitat de Girona i director del Grup de Recerca en Organització de Centres (GROC). Una part significativa de l'activitat que du a terme posa atenció en el comportament de les persones a les organitzacions. Recentment ha estat guardonat amb el tercer dels Premios Nacionales de Investigación Educativa (BOE núm. 284, del 25 de novembre del 2008) que convoca el Ministeri d'Educació i Ciència.

**Sovint ens agradaria poder aturar tot el doll d'informacions que ens ve al damunt i romandre una estona en silenci per reflexionar i conversar amb nosaltres mateixos. Pensar les coses amb calma ens ajuda a preveure possibles errors, a assumir les regnes de la situació, a decidir la millor opció a seguir... En síntesi, ens ajuda a progressar; a créixer com a persones.**

Passem la major part del dia comunicant-nos. Anem a treballar escoltant les notícies per la ràdio de butxaca o bé llegint el *20 Minutos*. Tot just arribem a la feina i la companya ja ens aclapara amb el pla de treball, l'informe pendent o un nou projecte per engegar. Iniciem l'ordinador, i abans d'accedir al programa, una veu melosa ens recorda que tenim un munt de missatges electrònics per llegir. La majoria d'aquests missatges reclamen la nostra atenció o esperen una resposta; com a mínim haurem de llegir-los i, si ho considerem oportú, emmagatzemar la informació que contenen. A mig matí hi ha una reunió en la qual es difonen múltiples informacions, es prenen decisions, s'encomanen informes, es deixen qüestions sobre la taula... Ens truquen per encomanar-nos feina, per fer-nos una consulta, per plantejar-nos una demanda que percebem com una possible amenaça...

Els exemples amb què hem obert el text corresponen al món laboral, però hi podem afegir l'àmbit familiar, les amistats, les afeccions, els compromisos socials... Tot plegat fa que tinguem el cap ple d'informacions, de dades, de preocupacions, d'obligacions, de responsabilitats, de feines per fer... És com una



mena de disc dur de moltes gigues a punt de vessar. I, a més, encara que tinguem el cap al llindar del col·lapse, ens entossudim a ficar-hi més i més coses.

Aquesta situació pot ser delicada i se'n poden desprendre repercussions molt importants: per tant, requereix tota la nostra atenció. Però no podem parar el món per pensar-hi, per concentrar-nos-hi. No som entrenadors de bàsquet i, per tant, no tenim la possibilitat de demanar “temps mort” per pensar-hi, per analitzar les possibles jugades, per decidir amb calma i amb l'ajut d'una pissarra quina serà la defensa més adequada per contrarestar l'estratègia del rival.

Ens agradaria tenir una vareta màgica que ens permetés aturar tot el doll d'informacions que ens vénen al damunt. Apagar el mòbil, el fix, l'ipò, internet i, també, el cap i la veu dels nostres interlocutors. Romandre una estona en silenci; uns moments preciosos que ens permetin pensar, reflexionar, meditar, conversar amb nosaltres mateixos, sense les distraccions que es deriven dels estímuls externs. Pensar les coses amb calma ens ajuda a no caure en l'activisme, a construir-nos seguretats, a preveure possibles errors, a assumir les regnes de la situació, a decidir la millor opció a seguir... En síntesi, ens ajuda a progressar, a créixer com a persones.

N'hi hi ha que són capaços de crear-se una mena de silenci interior que els permet concentrar-se en un problema, analitzar-lo i prendre decisions sobre

la marxa, decidir la conducta que convé seguir en el decurs de l'acció; i que saben fer-ho simultàniament a la percepció de múltiples estímuls externs: s'aïllen en una mena de bombolla invisible; es creen un silenci mental que els permet dur a terme una mena de diàleg interior mentre continuen fent la feina amb tota normalitat. Reflexionen mentre fan, i els resultats d'aquesta activitat mental esdevenen guies per a l'acció.

Potser tu, que ens llegeixes, ets una d'aquestes persones. Enhorabona! Ara bé, també pot ser que siguis d'aquells als qui els agradaria posseir o desenvolupar aquesta capacitat o, si més no, millorar-la. El progrés és possible. En primer lloc, cal que ho vulguis, que tinguis una bona motivació per aconseguir-ho. Per què t'interessa? Per a què i en quins moments et serà útil?

En el proper número de la revista trobaràs algunes idees pràctiques sobre això. De moment, et poso un parell de deures. El primer: respon les dues preguntes anteriors, atès que la motivació per a l'aprenentatge és la clau de l'èxit: aprenem allò que volem aprendre. I el segon: mira d'endevinar quines recomanacions contindrà el proper text. Perquè has de saber que preveure les coses, pensar-hi, sempre ens acosta a la solució.

## Pensar i sentir; hi ha moments per a cada cosa. Només es tracta de triar!

Quan girem la vista enrere ens adonem que una bona part dels errors que hem comès a la vida es deuen a no saber posar-los al seu lloc: quan allò més sensat és pensar, ens deixem anar pel pendent dels sentiments; quan ens convé sentir, ens entossudim a pensar.