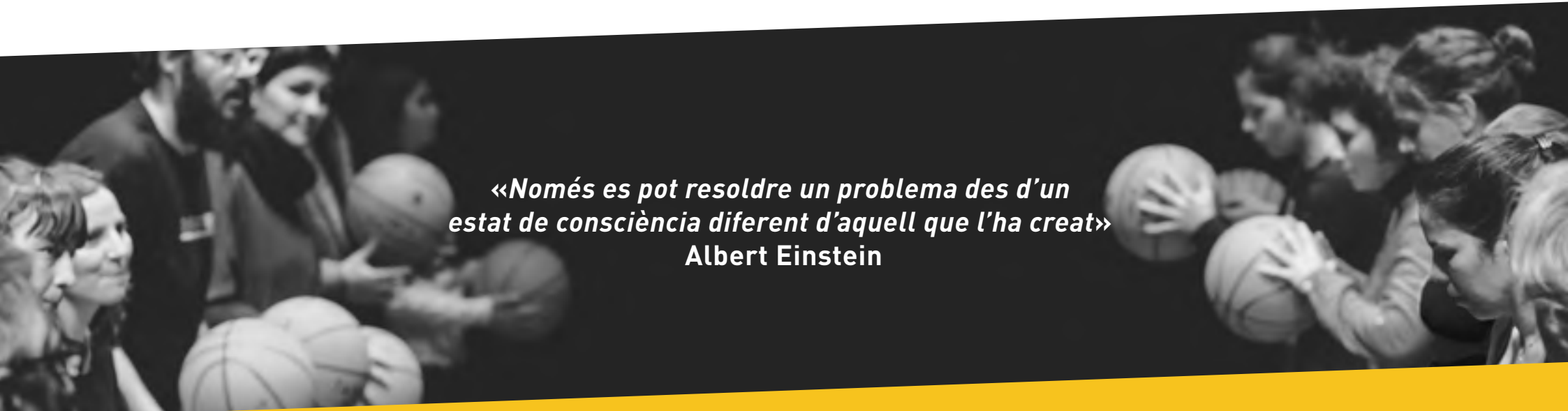


# CONSCIÈNCIA GRUPAL, HIPERCOMUNICACIÓ I LIDERATGE IMPERSONAL, UNA NOVA PROPOSTA DE BASKET BEAT



*«Només es pot resoldre un problema des d'un estat de consciència diferent d'aquell que l'ha creat»  
Albert Einstein*

## UN JO ABANS QUE UN NOSALTRES

Si ens preguntem què hem pogut observar durant aquests 10 anys de tallers amb persones de procedències i biografies tant diferents, ens adonem que emergeix tot un repertori de comportaments tan extens i variat com la mateixa naturalesa humana però que té un denominador comú: tendim a operar prioritant l'individu per sobre el col·lectiu, el jo per sobre del nosaltres.

D'entrada és quelcom que pot semblar no només evident, sinó lògic i fins i tot necessari. No obstant, si el què busquem és la consecució d'un objectiu comú, aquesta estratègia fracassa. Si només em preocupo per mi, el conjunt és disfuncional.



## UN NOU PARADIGMA

Sigui gràcies a la connectivitat que ens brinda internet, sigui pels virus que es riuen de les nostres fronteres, o sigui perquè la física quàntica ens ha revelat sense cap mena de dubte que a nivell subatòmic tot està interconnectat, la idea de sistema sobrevola tots els àmbits de l'experiència humana, fent ineludible una revisió del supòsit sobre el que aquesta descansa: el "jo" individual.

Que la realitat sigui sistèmica significa que la idea de "jo" deixa de ser central, per deixar lloc a la idea de "relació". Allò rellevant, funcional, creatiu, ja no és el que jo crec, el que jo imposo, o allò que m'imposen, sinó el que emergeix de la interacció entre dues o més persones i que no podria emergir sinó fos d'aquesta manera. El sistema sap millor que les parts que és el que convé al conjunt, però perquè les parts participin d'aquesta intel·ligència han de renunciar, si més no temporalment, a la seva subjectivitat.

**La màxima aportació que pot fer un individu al grup és fa efectiva quan l'individu renuncia temporalment i voluntària a la seva subjectivitat.**

## **UNA NOVA PROPOSTA**

**La nova proposta de Basket Beat, que d'una manera menys conscient portem fent des del primer dia, sorgeix de la voluntat d'entrenar la capacitat específica de connectar-nos directament amb la intel·ligència que sorgeix de la trobada entre dues o més persones. Creiem que actualitzar aquest potencial, latent en totes nosaltres, és clau no només per la salut de les nostres relacions interpersonals sinó també per transitar el moment que ens ha tocat viure.**

En aquest cas el nostre objectiu no serà visibilitzar patrons de comportament ni desvetllar la consciència crítica, com hem fet fins ara, sinó fomentar un estat de consciència que ens connecti amb la intel·ligència col·lectiva. I és que aquest és el salt cognitiu que ens permetrà transcendir els límits de la intel·ligència autocentrada.

Així doncs, utilitzarem l'experiència de Basket Beat, centrant-nos ara en l'atenció plena , exercicis de contacte intra i interpersonal profund, seqüències rítmiques repetitives, i exercicis d'estimulació cognitiva, per generar dinàmiques que ens facilitin entrar en ressonància amb un camp d'informació més ampli.

És la connexió amb aquest camp el que ens permet prendre les decisions més encertades pel grup (consciència grupal) , comunicar-nos sense paraules ni gestos (hipercomunicació), i deixar-nos guiar per la intel·ligència col·lectiva (lideratge impersonal).

## CONTINGUTS

- 1 Els diferents estats de consciència, la coherència cerebral i la coherència cardíaca
- 2 La metacognició com a pilar de la intel·ligència intra i interpersonal
- 3 La consciència grupal i el lideratge impersonal
- 4 Comunicació verbal, comunicació no verbal i hipercomunicació

Tot i que podem plantejar aquesta activitat de forma puntual, la nostra proposta és fer un treball regular perquè l'aprenentatge adquirit trascendeixi més enllà de l'activitat en sí i es pugui incorporar i aplicar en el nostre dia a dia. És per això que oferim també fer un acompanyament posterior per facilitar la transferència del que hem après.

## BASKET BEAT

Basket Beat som una entitat amb qui acompanyem a persones en el seu creixement personal, especialment en entorns desfavorits, a través de la creació i aprenentatge musical en grup i amb pilotes de bàsquet. La realització de més d'un miler de tallers socioeducatius i projectes comunitaris durant els darrers 10 anys (actualment més de 30 grups setmanals) ens han portat a fer recerca i publicacions (com el nostre primer llibre: Les arts comunitàries des de l'educació social. L'experiència Basket Beat), participar de nombroses jornades i congressos així com impartir formació per a més de 2.000 estudiants i professionals cada any.

Actualment som professores de creativitat a la Universitat París Est-Créteil així com dels Màsters de Mediació Artística i Musicoteràpia de la Universitat de Barcelona. Som col·laboradores del grup GIAS en “Llenguatges artístics i acció social” de la Facultat Pere Tarrés, de la Universitat de Ciències Aplicades de Nordhausen i del postgrau en arts escèniques i acció social de l’Institut del Teatre.

El nostre equip és interdisciplinar (educació social, música, musicoteràpia, teatre, pedagogia musical...), i cadascú aporta a la metodologia una mirada i experiència pròpies. És des dels quasi 10 anys d'experiència amb la metodologia i de col·laboració, diàleg i amistat amb Josep Maria Aragay, creador de Basket Beat, que David Sitges Sardà ha anat desenvolupant una visió particular de la mateixa que ara culmina amb la present proposta.

David Sitges Sardà és músic multiinstrumentista, llicenciat en Filosofia (UAB) i màster en Musicoteràpia (UB). El que des de ben petit el va fascinar de la música era la seva capacitat per emocionar-lo, per produir en ell un canvi profund i sobtat. Per sort o per desgràcia, cap dels professors de música que va tenir li donàven importància a aquest aspecte. Amb els anys ha anat descobrint que la música ha estat utilitzada com a mitjà per la modificació de la consciència des de temps immemorials. El seu propòsit és reivindicar la dimensió extàtica de la música i posar-la al servei de la transformació personal, social i global.

**BASKET BEAT**  
MOVIMENT, ART, EDUCACIÓ I ACCIÓ SOCIAL

🐦 twitter: @basket\_beat  
📷 insta: @basket\_beat  
📘 Facebook: @basketbeat.org

www.basketbeat.org  
basketbeat.formacio@gmail.com  
coordinacio@basketbeat.org  
656664804 • 620750768

