

XARXA de Debat EDUCATIU amb i per a les FAMÍLIES

Parets del Vallès

Xerrada	"Els conflictes en el dia a dia a càrrec de Ma. Helena Tolosa. Dijous, 15 de maig de 2014. Escola Municipal Pau Vila.
---------	---

A continuació us oferim un resum d'alguns aspectes sobre els quals vam reflexionar en la xerrada a càrrec de la Ma. Helena Tolosa, "Els conflictes en el dia a dia" el passat 15 de maig de 2014.

Ma. Helena Tolosa és psicopedagoga i logopeda. Treballa com a assessora personal i familiar en diferents col·lectius. Amb llarga i dilatada experiència com a docent i logopeda. Actualment, realitza tallers per adolescents sobre orientació vocacional i personal, resolució de conflictes i comunicació així com a la formació de docents en l'acció tutorial amb les famílies.



Per què hi ha conflictes?

- Perquè n'hi ha d'haver! Cada edat té els propis i són necessaris per créixer!
- Perquè potser tenim poques normes o potser en tenim masses?
- Perquè ho tenim clar però... davant situacions concretes, no ho veiem tan clar.
- Per manca de confiança, de temps (acabem fent allò que la criatura vol), por al fracàs..
- Per salvar-lo: per exemple, diem "pobret si va a l'escola sense l'esmorzar" i li portem a l'escola.
- Pel nostre passat: el que hem viscut com a fills/es ens afecta a l'hora de ser pares, mares. Cal adequar les pautes i criteris a la realitat que vivim ara.
- Per cansament: hi ha certs moments del dia en què ens falta energia com a pares i mares. Cal pensar què prioritzem en l'ara i avui. Quan estigui assumit, ja ens plantejem què continua.
- Perquè exigim èxits immediats: cal dedicar un temps per ensenyar els hàbits i puguin adquirir les rutines.
- Perquè potser no som realistes: pensem que cal fer les coses d'una manera determinada. És important adequar-nos als fills i filles que tenim i la realitat.

Més que autoritat, cal aconseguir el respecte i la confiança dels nostres fills i filles, amb la nostra presència, afectivitat i comunicació. A més, necessiten fermesa i constància en els criteris que posem i que aquests siguin coherents.

Els hàbits i rutines estructuraren, guien, pauten, orienten....

- Ofereixen una estructura útil per sempre, serà un puntal on aferrar-se
- Donen seguretat
- Ajuden a prevenir, planificar, preveure
- Donen estructura cognitiva, un ritme, automatitzen comportaments
- Ajuden a desenvolupar el còrtex frontal, control de voluntat, planificació...
- Responen a les seves necessitats i a les nostres

Les normes

- Hi ha diferents tipus de normes: a) *Fonamentals* (de seguretat...); b) *Importants* (pròpies de cada casa i que hem de tenir molt clares i anar repetint-les); c) *Accessòries* (canvien segons l'edat, el temps, les circumstàncies).
- Quines són les importants per nosaltres? quantes en tenim? Si vivim en parella, les veiem iguals? Les majors dificultats apareixen per manca de coherència entre adults, sobretot quan ens desautoritzem.
- Les normes han de ser realistes, clares, consistents, estables i flexibles segons l'edat
- Quan hi ha unes normes i sobretot uns criteris, no cal negociar constantment.

Hem de posar càstigs? Donar premis?

- Cal posar càstigs? Potser sí, en una situació puntual.
- Els càstigs són més efectius per a evitar conductes, no per a afavorir-les. Amb els càstigs no donem eines, estratègies, recursos, ni promocionem la conducta que volem.
- I donar premis? Cal anar en compte amb els que són materials! Tot i que val la pena celebrar i reconèixer allò que fan.
- Hi ha moltes coses que s'han de fer, sense premis ni càstigs. Els nostres fills i filles han d'aprendre a responsabilitzar-se de tasques quotidianes. I això no és traumàtic: és allò que els fa créixer.
- Calen conseqüències de les accions, de les responsabilitats en el dia a dia. Així, les conseqüències s'han de relacionar amb el fet, han d'ésser raonables, respectuoses amb la persona, reparadores o compensatòries (Per exemple si no desfan la roba de la bossa de bàsquet i el següent dia d'entrenament la roba està bruta, han d'assumir la seva responsabilitat i la conseqüència d'això. Nosaltres, no li hem de desfer la bossa).
- Quan la conseqüència és per un fet desprevingut o nou: En un primer moment, cal parlar, escoltar, dialogar, rebre les necessitats... En un segon moment i si torna a passar, cal posar normes i les conseqüències.

☐ Actitud de les persones adultes

És important que, quan tenim un conflicte, pensem amb calma:

- analitzant el conflicte: què passa, per què passa, amb qui passa? Tothom ho viu igual? Què passa si no faig res? Què puc fer?
- definint els conflictes, centrant-nos en les causes.
- identificant les conseqüències.
- implicant al nen i a la nena en les solucions.

☐ Alguns trucs

- ✓ Donar a escollir el que realment es pugui escollir.
- ✓ Donar alternatives, oferir compensacions.
- ✓ Anticipar, prevenir, eliminar obstacles.
- ✓ Diferenciar entre què has fet i què ha passat.
- ✓ Descriure exactament què esperem, el que volem.
- ✓ Evitar les amenaces! El que han d'haver són conseqüències de les seves conductes, davant les seves responsabilitats.
- ✓ En els moments de rebequeria entre els 2 i els 5 anys (a partir dels 6 ha de ser puntual perquè tenen control emocional): treure de context la situació i, sobretot, parlar amb el fill i filla (què ha passat?, has vist com t'has posat?, a tu t'agrada veure't així?). No recomana cedir en aquestes situacions.
- ✓ Els infants han d'aprendre a fer les coses perquè considerin que les han de fer o perquè volen, no per agradar als altres. I, com a adults, no hem de condicionar que les facin perquè nosaltres volem o per a fer-nos contents.

L'autora ens recomana les següents lectures:

- GORDON, T (2002) "Técnicas eficaces para padres". Editorial MEDECI
- MEEKS, C (1993) "Recetas para educar". Editorial MEDECI
- PHILIPS, A. (2008) "Saber dir no". Editorial LA BUTXACA (NOVA EDICIÓ)
- SAGRERA, I. (2004) "Del xumet a la birra". Editorial COSSETANIA
- SEGURA, M. y MESA, J. (2011) "Enseñar a los hijos a convivir". Editorial DESCLÉE
- STEDE, K. (2002) "Los diez errores más comunes de los padres". Editorial EDAF
- ST JAMES, E. (2000) "Simplifica tu vida con los niños". Editorial ONIRO
- OBERTS, U (2009) "El trastorn del nen consentit". Editorial Pagès