

Com podem aconseguir que els nostres fills siguin feliços i responsables? De quina manera els podem ajudar a trobar el seu propi camí? Com ens ho podem menegar per trobar el temps necessari per atendre'ls com necessiten? Victòria Cardona posa a la seva experiència en l'àmbit familiar i professional al servei del lector amb un seguit de reflexions i consells encaminats a aconseguir el desenvolupament integral i harmonic dels nostres infants i adolescents.

**Victòria Cardona** és mestra i s'ha especialitzat en orientació familiar i a conferències sobre temes educatius a associacions, escoles i col·labora en diversos mitjans de comunicació. Ha publicat, fins ara, *Ensenyar a viure* (Portic, 2006), que ara publicuem a Labutxaca, *Som dis (Mina, 2008)*, traduït al castellà amb el títol *Conciliando la vida familiar* (Sygma, 2008), i *Quemana aquí?* (Portic, 2010). Manté actualitzat el seu portal [www.victoriacardona.org](http://www.victoriacardona.org) i el seu bloc <http://notaturnas.cat/seccio/la-convivencia-un-trencaclosques/>.

Bienvenida a la vida familiar  
 (Mina, 2008) traducido al castellano  
 como Conciliando la vida familiar

[www.labutxaca.cat](http://www.labutxaca.cat)

Portic



ISBN: 978-84-9930-033-7

no-ficció

Victòria Cardona Ensenyar a viure

Victòria Cardona

# ENSENYAR A VIURE

Valors de sempre per als pares d'avui

Victòria Cardona

# Ensenyar a viure

Valors de sempre  
per als pares d'avui

Pòrtic  
Barcelona

## SUMARI

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| Pròleg, <i>Martí Aurell i Cardona</i> . . . . .        | 9  |
| Presentació . . . . .                                  | 13 |
| Introducció. Quan dones temps et dones tu mateix . . . | 17 |

### Primera part

#### EL CLIMA DE CONVIVÈNCIA

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Nodrir l'autoestima . . . . .                 | 23 |
| Conèixer i comprendre . . . . .               | 31 |
| De les emocions . . . . .                     | 37 |
| Trets del caràcter . . . . .                  | 47 |
| Comunicació familiar . . . . .                | 53 |
| El diàleg i la capacitat d'escoltar . . . . . | 61 |
| Família i escola . . . . .                    | 67 |
| Parlem dels avis . . . . .                    | 77 |

### Segona part

#### LA CULTURA DE L'ESFORÇ

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| Formació de la voluntat . . . . .     | 87  |
| Participació a la llar . . . . .      | 93  |
| Responsabilitat i autonomia . . . . . | 101 |

|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| Pautes i límits . . . . .                    | 109 |
| De l'autoritarisme al "deixar fer" . . . . . | 113 |
| Arriscar-se a ser lliures . . . . .          | 121 |

## Tercera part

## LA DESCOBERTA DELS VALORS

|                                        |     |
|----------------------------------------|-----|
| Ser respectuosos i tolerants . . . . . | 131 |
| Laboriositat i reflexió . . . . .      | 139 |
| Cívics i solidaris . . . . .           | 147 |
| Saber compartir . . . . .              | 153 |
| Amistat i sociabilitat . . . . .       | 157 |
| Educar la sensibilitat . . . . .       | 163 |
| L'estudi i la lectura . . . . .        | 169 |

## Quarta part

## EL TEMPS D'OCI

|                                                  |     |
|--------------------------------------------------|-----|
| El lleure . . . . .                              | 179 |
| La capacitat crítica . . . . .                   | 185 |
| Navegar sense enfonsar-se per la xarxa . . . . . | 191 |

|                                         |     |
|-----------------------------------------|-----|
| Webs recomanats per a infants . . . . . | 195 |
| Bibliografia recomanada . . . . .       | 197 |

No és gaire freqüent que un fill prologui un llibre de la seva mare. Però si és un fill que ha viscut personalment bona part de les experiències que apareixen en aquest llibre, llavors aquesta tasca té un sentit. Aquest llibre té la força de la realitat personal de l'autora i és el que el fa tan viu i pràctic alhora. No hi trobareu receptes complexes fruit d'una recerca teòrica, sinó consells pràctics resultants d'una existència viscuda amb intensitat, entusiasme, dedicació i capacitat d'observació. És un llibre escrit més amb el cor que amb el cap. Però és que, com deia Pascal, tantes vegades el cor entén molt més que l'intel·lecte i les seves "raons" són més profundes que les del cap.

No és tampoc gaire usual que un acadèmic, imbuït del més ortodox racionalisme francès i dedicat a reflexionar teòricament sobre la realitat, redacti el pròleg d'un llibre dedicat a qüestions tan vitals com la família. Però els historiadors sabem que el nostre avui depèn del nostre ahir. I bona part del que constitueix el nostre ahir ho hem rebut de la família. Aquest llibre parla d'allò que més ens hauria d'ocupar: la família, perquè per mitjà d'ella es forja una bona part de la nostra personalitat.

Aquest és un llibre per llegir d'una tirada –perquè la seva lectura és amena, captiva des del primer moment i, fins i tot, és divertida en molts passatges– i, després, guardar-lo a casa, entre els nostres llibres de capçalera, i donar-li una ullada de tant en tant. Com en tots els llibres que parlen de coses vives, que es fan dia a dia, com és el cas de la família, sempre s'hi pot trobar una nova llum en la lectura d'un fragment, que ens ajuda a afrontar una decisió o un problema concret que se'ns presenta en el camí de la vida. I m'atreiria a dir que no només és un llibre per als pares; és també un llibre per als avis, per als germans grans, i per a tots aquells que, d'una manera o d'una altra, es dediquen a tasques educatives o d'atenció als altres, com els mestres, les infermeres o els que tenen cura de la gent gran.

Tan bombardejats com estem per les notícies violentes que ens arriben d'arreu, tots desitgem que la nostra llar sigui un racó de pau, ni que sigui només per demostrar que una vida serena i feliç és possible. Aquest no és un llibre ingenu, per la senzilla raó que és un llibre fruit de l'experiència. Però, al mateix temps, és un llibre optimista, un valor que és també necessari per a encarar les dificultats de la vida amb què tots ens acabem trobant.

ENSENYAR A VIURE és una exposició amena i pràctica del que cal saber per a ser bons pares, bons educadors. Escolmetre amb precisió els temes més fonamentals, com l'educació dels infants, les dificultats de l'etapa adolescent, les relacions entre els germans, la cultura de l'esforç, la manera de generar un ambient de confiança, i altres temes més “moderns” –però no per això menys importants– com ara l'esperit cívic, l'assetjament escolar i la interacció entre els

nens i el món d'Internet i les noves tecnologies, són alguns dels trets característics del seu contingut.

El llibre està ple d'exemples lluminosos, que tenen molta força pel fet que són vivències reals. Es tracta d'una eina molt valuosa per als pares que vulguin millorar la tasca més important que duen entre mans: l'educació dels seus fills. És paradoxal que el mercat editorial estigui ple de volums que ensenyen a ser millors professionals, millors ciutadans, com millorar la salut, però en canvi manquen llibres com aquest, on es parla de ser, senzillament, millors pares i mares.

Tan distrets com estem sovint pels inacabables reclams d'una vida professional intensa, aquest llibre ens convida a reflexionar per compaginar la feina i l'atenció als nostres. La seva lectura ens aproparà a la realitat de l'educació dels fills, per als quals volem el millor. Però, de retruc, també ens trobarem cadascú de nosaltres en la motivadora tasca de millorar com a persones i, per tant, de ser més feliços. Aturem-nos, doncs, una estona i pensem una mica més a fons en aquest projecte, en l'educació dels qui seran –dels qui ja són– el futur de la nostra societat.

MARTÍ AURELL I CARDONA  
*Catedràtic d'Història Medieval  
a la Universitat de Poitiers*

## PRESENTACIÓ

Fonamentat en les pròpies vivències, ja siguin familiars o professionals, sobre educació familiar, aquest llibre ofereix idees per a compartir, orientacions, suggeriments i propostes dels aspectes més rellevants per a l'educació dels fills i filles. No hi ha receptes màgiques per a arreglar tots els problemes, si bé existeixen recursos per a dur a terme el repte de forjar persones amb capacitat de pensar, amb llibertat responsable i que sàpiguen conviure amb els altres.

En una època marcada per la pressa i els canvis accelerats, vull oferir-vos part de les meves experiències. L'objectiu és ser útil per al desenvolupament harmònic i integral de la personalitat del vostre infant o adolescent. Els educadors no podem limitar-nos a donar qualificatius als problemes sinó que hem d'ajudar a cercar solucions per a un futur amb possibilitats il·limitades que els nostres han d'anar descobrint.

Eduquem pel testimoni de coherència que demostrarem entre el que diem i el que vivim. És per això que el millor consell que es pot donar a cada mare o pare és: estalviem paraules i, en canvi, tractem de viure personalment els coneixements i els valors que volem transmetre. Som el referent del nostre fill o filla.

El llibre ha estat estructurat en quatre parts amb els seus corresponents capítols. Si bé tots es relacionen, la lectura del tema que més interessi en un moment determinat es pot fer cercant directament al sumari per trobar-hi el que es necessita i aplicar-ho, després de la pròpia reflexió, a la circumstància particular.

Us dono, per endavant, les gràcies per dedicar-me part del vostre temps, el tresor més valuós que tengu en benefici de la vostra família, i desitjar-vos, a tots aquells que heu optat per la maternitat o la paternitat, l'ànim i la constància necessaris per a dur a terme amb determinació i èxit aquest projecte de vida escollit.

#### AGRAÏMENTS

Agraeixo a Dolors González la paciència que ha tingut, tothora, amb les meves consultes.

La lectura i els ànims per a dur a terme el que he escrit, a Daniel Arasa, Santi Aurell, Ana Español, Isabel Gaudes i Pilar Torra.

Als matrimonis Beatriz i Marc, Anna i Albert, Arantxa i Joaquim i Loles i Javier, que han estat presents en els meus pensaments, pel seu testimoni en l'educació dels seus fills.

Guardo la memòria del meu pare que em va empènyer a estudiar magisteri. Ell va influir decisivament en la meua trajectòria professional.

Als meus néts Victòria, Clara, Lucas i Tomàs que, amb la seva tendresa, afecte i alegria, han intervingut activament per reforçar els meus criteris.

Al meu marit Toni li dono les gràcies de tot cor per la seva sensibilitat, prudència i bons consells.

A Xavier de Juan i a Laia Tresserra pel seu suport incondicional.

I finalment, a Agnès Rotger, que va creure en el projecte d'aquest llibre, tota la meua estima pel suport i la confiança que m'ha demostrat al llarg del procés d'edició.

VICTÒRIA CARDONA

## Introducció

### QUAN DÓNES TEMPS ET DÓNES TU MATEIX

Era la segona hora de la tarda. Em trobava en una escola finalitzant una conferència, mentre les criatures dels pares que hi assistien estaven jugant en una altra aula. Una mare jove es va aixecar, es va acomiadar, i vaig agrair-li l'assistència. Creia que anava a recollir el seu fill a la classe del costat on jugaven. Llavors, em va sorprendre la seva sinceritat: "Tot el que ens has dit ha estat molt interessant, ja veig que l'únic remei que tinc és començar a millorar personalment; m'has fet pensar que era jo qui havia de canviar i no estic disposada a fer aquest esforç."

La vaig comprendre... era molt bo que hagués pensat a canviar d'actitud i normal que la preocupés la tasca de fer-ho...! i, per tant, li vaig demanar si podia tornar a assegurar-se. Estava previst un col·loqui, en el qual, com és sabut, un pot expressar-se lliurement, i amb les intervencions de tots s'aclareixen moltes idees, tant per al qui les expressa com per als qui les escolten. Aquesta mare es va adonar que es poden aconseguir petits objectius amb paciència, sense esperar resultats a curt termini, no solament per a un mateix, sinó també per a l'aprenentatge dels fills.

Estimats lectors i lectores, en iniciar aquestes pàgines,

voldria fer-vos una recomanació igual que la que vaig fer a aquella mare: "Queda't, escolta, no tinguis pressa."

Si teniu el desig de fer dels vostres fills persones fermes forjant la seva voluntat amb capacitat de decidir lliurement i conviure amb els altres; si voleu fomentar la seva autoestima i compartir els seus sentiments; si voleu criatures i adolescents que no defugin les seves responsabilitats; si voleu augmentar la vostra comprensió amb aquestes experiències viscudes i alhora pràctiques; si voleu gaudir de ser pare, de ser mare, deixant imprès en el seu cor el vostre segell de persona honesta, seieu i llegiu amb calma i serenor, si us plau.

Siguem optimistes, no fem com aquell pare que em va dir: "He llegit molt sobre educació, he assistit a nombroses conferències, però he fracassat, veig que els meus fills són uns ganduls." Vaig preguntar-li la raó d'aquella afirmació tan contundent; la seva resposta estava plena de desànim... i els nens només tenien vuit i deu anys, de fet encara eren a la infantesa! No ens podem desanimar tan aviat, sinó que cal ajudar a polir i a desenvolupar harmònicament la personalitat dels infants i dels adolescents de forma estimulante, i sempre des de la convicció que essent positius i no posant etiquetes assolirem millor els nostres objectius educatius.

Dialoguem, pare i mare, sobre el projecte familiar que dissenyem i dels valors que volem transmetre; la família, creadora de vincles afectius, els transmet amb molta força. Visquem amb coherència tot el que volem que els fills assimilïn donant-ne testimoni.

Diu un autor francès: "Tot amor neix innocent, fràgil, vulnerable; és la nostra fidelitat la que l'ha de protegir i portar-lo a coll com un infant." L'amor s'aprèn exercitant-lo. Es tracta d'amarar de tendresa tots els actes, de tenir

pacència amb les limitacions i els defectes propis i els dels nostres familiars, de no acumular retrets i oblidar els greuges, de passar per alt canvis d'humor dels nostres fills, especialment en l'etapa adolescent, tot pel bé de l'harmonia familiar.

*Ensenyar a viure* ha estat escrit amb tot el respecte i admiració per cada fill i filla que arriba a les nostres llars. Al llarg de la meua vida he escoltat penes, alegries i preocupacions de moltes famílies. Com la majoria, he conegut homes i dones que, amb inventiva i enginy, fan mans i mànigues per trobar més hores per estar amb els seus després de llargues jornades laborals. Amb vivències que m'han deixat commoguda en veure el coratge i les privacions personals necessaris per a obtenir els reptes proposats. Els resultats han estat magnífics.

Moltes de les claus educatives que es troben en aquest llibre refermen probablement el que ja sabíeu, i contenen algunes propostes que ja duieu habitualment a la pràctica; altres, actualitzaran l'afany per a començar cada dia amb renovada il·lusió, i segur que us adonareu que el vostre temps és el bé més preuat que reclamen de vosaltres els qui us estimen. Amb el nostre temps no els donem quelcom material, sinó que ens donem nosaltres mateixos.

Desitjaria, doncs, que ponderéssiu les reflexions i els suggeriments que segueixen i, segons les circumstàncies particulars de cadascú, procuréssiu incorporar-los a l'educació dels vostres fills. No us faltaran inquietuds mentre feu aquest camí, però amb l'objectiu clar d'allò que voleu aconseguir, gairebé es pot garantir que els donareu suport per a fer-los persones amb maduresa per a estimar, amb llibertat responsable per a fer front a les decisions que la vida comporta cada dia i, en definitiva, amb la capacitat d'esdevenir éssers feliços.

Primera part  
EL CLIMA DE CONVIVÈNCIA

"Un nen que no se senti estimat  
diffícilment pot ser educat."

JOHANN HEINRICH PESTALOZZI

"Els nens necessiten models  
més que crítics."

JOSEPH JOUBERT

Volem prosperar en l'art de ser pares o mares? Doncs cerquem-ho pel camí d'estimar, de donar seguretat, d'estimular i de marcar unes pautes per a conèixer el camí del propi desenvolupament integral. Els fills han d'experimentar que són estimats sempre, passi el que passi. Aquesta actitud d'estima és i serà l'eix fonamental de totes les pàgines d'aquest llibre; amb la convicció que els pares som els que estem més qualificats per a comprendre els nostres fills.

És de sentit comú afirmar que ja a la infància, els nens i les nenes comencen a mirar-se segons l'actitud que els pares tenim envers ells, ja que el contacte principal el tenen amb nosaltres. Es veuen a través nostre i tenen d'ells la imatge que els presentem. Som realment el seu mirall i, segons el que hi vegin, se sabran autovalorar i, quelcom important, tenir confiança en ells mateixos. Els pares som també el seu referent, ja que ells no saben què està bé o malament i ho aprenen segons la nostra conducta.

Si sempre renyem els fills, si trobem que tot ho fan malament, si sovint estem enuïjats quan som a casa i no reflectim l'alegria de gaudir de la seva presència, els rebaixarem

l'autoestima. Amb aquesta actitud rondinaire nostra quedaria disminuïda la seva capacitat per a afrontar els problemes que els aniran sorgint al llarg de la vida. Procurem, per tant, crear a la llar un clima, un to emocional, una predisposició per a encoratjar-los a saltar els entrebancs que es trobin. Ensenyem a descobrir-ho tot des d'una perspectiva positiva de curiositat i no a partir de les nostres lamentacions, cosa que els inclinaria a percebre només les dificultats i a desenvolupar una actitud negativa.

No hem d'oblidar tampoc que per a fomentar l'autoestima de l'infant són essencialment bàsiques, en néixer, les carícies i la tendresa. Una cançó, una moixaina, provocar el seu riure són petites demostracions que els nadons perceben, i noten que som feliços que siguin nostres.

Recordem el conte de *L'anequet lleig* de Hans Christian Andersen. Pobressó, l'anequet, que malament ho passa fins que troba la seva família, que l'estima, i es pot integrar en el grup de cignes blancs i distingits, que l'acullen... El cigne, rebutjat entre els ànecs, pot sortir de l'aïllament! Aquest cas el podem aplicar a la vida dels nostres fills i pensar si tots ells se senten estimats dins de la seva diversitat de temperament, de físic, etc.; seria lamentable que un fill tingues mancances afectives perquè en la seva família no s'haguessin demostrat les mateixes mostres d'afecte a tots. Si ho fem així, evitarem molts conflictes a la nostra mainada i als nostres adolescents.

Concretament ara els tres factors que ens han de servir de pautes per a transferir una òptima autoestima: acceptació total i permanent, estimació i valoració.

## ACCEPTACIÓ TOTAL I PERMANENT

Un fill és una persona única i insubstituïble. Té qualitats i defectes, però hem d'estar convençuts que el més valuós per a ell és l'afany de superació per assolir petits objectius personals. Les qualitats del fill o de la filla són agradables de descobrir; els defectes poden fer-nos perdre la pau, però es poden arribar a corregir amb paciència, perquè s'accepta totalment la seva forma de ser, incondicionalment i per sempre, i això és, senzillament, perquè l'estimem.

No és cert que, a voltes, d'un defecte en neix una qualitat o d'una qualitat, un defecte? Potser som tan ordenats que això ens fa poc agradables en les relacions familiars, pel fet que ens neguitgem en trobar qualsevol desordre. I què volèm?: a la llar hi ha d'haver moviment, ja que hi ha vida. Potser heu conegut algú poc endreçat, però —passa sovint— que si li demaneu quelcom a qualsevol hora, sap deixar immediatament el que té programat per estar al costat de qui ho necessita; la conseqüència positiva del desordre seria de molta utilitat; saber improvisar és moltes vegades positiu, sobretot per al dia a dia d'una vida de família normal.

L'acceptació és important i n'esdevenen qualitats com la serenor, l'equilibri i l'estabilitat. Aquesta acceptació condueix a una manera d'actuar ponderada que s'haurà de reflectir independentment del nostre estat d'ànim.

Hi pot haver circumstàncies difícils per als pares, com serien el fet de tenir fills amb alguna disminució, fills que l'entorn considera diferents (de fet tots ho som), fills amb malalties cròniques, etc., no cal dir que en aquest cas haurem de ser molt positius, tenir paciència amb les incomprendensions dels altres i, per descomptat, procurar crear l'ac-

ceptació plena d'aquest fill, per part dels germans i persones més properes, amb la convicció que tots els esforços repercutiran en el benestar de la família i, sobretot, en el desenvolupament ple de les possibilitats d'aquest fill.

Es fa palès que quan tota la família sap acceptar i un sap que és ben acollit, es va amb més seguretat per la vida. Tots sabem, és un exemple, que quan busquem feina ens han de demanar el currículum amb la nostra trajectòria personal per acceptar-nos. A casa nostra ens estimen pel que som i no necessitem papers que ho expliquin.

### ESTIMACIÓ

Gairebé no té mèrit demostrar estima quan hem dormit bé, quan tenim un nadó que és una preciositat i respon a totes les expectatives que haviem somiat; però la majoria hem viscut que, a mesura que els infants creixen, necessiten més autonomia, comencen a fer rebequeries i entrem en l'etapa de l'oposició —més difícil—, que normalment s'escau als dos anys. Cal fer més esforç per a tractar-lo i tenim més enrenou per a compaginar la seva incipient autonomia amb la nostra estima, transformada en paciència, que en l'etapa de nounat. (La primera infància es calcula del naixement als tres anys i la segona infància, dels tres als sis o set anys.)

Nó hi ha dubte que per a tractar adequadament els fills es necessita temps, un bé escàs avui dia i del qual parlarem sovint al llarg del llibre. Un ingredient que hem de tenir present: res de presses, res d'atabalaments, res de neguits. Donem per descomptat que tots ens esforcem per donar un temps de qualitat, però busquem, com sigui, la quantitat;

intentem cercar el temps sota les pedres. Potser, ben organitzats, aconseguirem uns quants minuts més o, encara millor, unes quantes hores més. El més important és que el nostre fill sàpiga que l'estimem.

Però què es pot fer quan a causa de la feina no podem estar amb els infants? Doncs, quan no sigui possible la presència física, l'enginy sempre proposa idees. Hi ha un conte que explica com aquell pare, que sempre atribuïa a la llar quan el seu fill petit ja era al llit, li feia cada nit un nus al llençol. El nen, en despertar-se, sabia que el seu pare havia entrat a la seva habitació a fer-li un petó. Per a ell era com dir: "bona nit". També en el llibre *Contes per telèfon*, de Gianni Rodari (1973), ens trobem amb Bianchi, de professió viatjant de comerç, absent de la seva llar de dilluns a divendres, a qui la seva filla recordava abans de sortir de casa: "Ja saps, pare, un conte cada nit..." Així, el seu pare, cada nit des de la ciutat on pernoctés, a les nou en punt trucava a la seva filla i li explicava un conte. Era una història curta. El dia que havia fet un bon negoci, com que podia pagar la conferència telefònica, l'explicava una mica més llarg.

És fonamental estimar els nostres incondicionalment i és necessari que ho notin. És com fer realitat la frase de pel·lícula que el noi diu a la seva enamorada: "tu ets el més important per a mi", o aquella dels cursos de venedors que diu: "el client és el més important". Si procurem tenir aquesta actitud, possiblement els fills sabran respondre d'igual manera en els ambients en què es trobin.

Normalment podem oferir-los fets petits, menuderies de la realitat ordinària, però que fan que els fills reconguin que els estimem; si esperéssim a complir fets heroics potser no tindríem oportunitat de fer-ne cap a la vida.

## VALORACIÓ

Valorar el nostre fill sempre és més estimulante per a ell que només fer-li recriminacions. És cert que, de vegades, davant de la desobediència o de les males respostes, és fàcil perdre les formes, però hem de tenir la voluntat d'animar encara que estiguem exhausts o amoïnats; per això, en cas de perdre els nervis, el millor és observar, pensar i, quan estiguem més calms, dir, per exemple: "això pots fer-ho millor, jo t'explico com."

Durant les estones que estem amb els fills trobarem moltes ocasions per a valorar el que fan. És fonamental no demanar-los més del que poden fer. Si ho féssim, en no arribar-hi quedarien decebuts. Es tracta de suggerir-los petits reptes procurant que aprenguin a acceptar-se i, amb optimitisme, superin les seves mancances. D'aquesta manera aconseguirem que sàpiguem que els estimem pel que són i seran més capaços de desenvolupar al màxim totes les seves capacitats individuals.

No oblidem mai que en situacions de més estrès o conflicte, tant dels nens com dels adults, l'elogi és, gairebé sempre, una bona medicina. Un elogi que ha de ser fet amb mesura i amb encert. Un "molt bé!", "que bé que ho hagi aconseguit!", acompanyat del rostre alegre del pare o de la mare o d'altres persones és la millor lloança.

Anem descobrint les qualitats dels fills i potenciem-les, així farem que tinguin més satisfaccions i sabran fruir més de les coses bones de la vida. Comprenuem també que hem de lloar el que fan bé però amb objectivitat; es tracta de valorar-los, però ni de bon tros que creixin amb superioritat ni suficiència davant dels seus germans o companys a

causa de qualificatius exagerats. Per això, l'elogi als fills, hem de procurar fer-lo tots sols i en el moment oportú. Algun germà podria entristir-se en veure una lloança per a un altre i interpretar que ell no és tan valorat!

Quan ens acostumem a motivar valorant el que s'ha fet bé es crea un ambient de bon humor i de confort a la llar en el qual gairebé es fan innecessaris els càstigs o les represions.

### ● CLAUS PER A DESENVOLUPAR L'AUTOESTIMA

- Establir una relació afectiva molt forta entre el nadó i la mare i el pare, marcada per la tendresa.
- Transmetre seguretat, especialment des que és nadó i fins als sis anys, amb paraules, carícies, mirades i abraçades, i el missatge que ens agrada molt, que tenim cura d'ell i que està en bones mans.
- Estimular els nostres fills a qualsevol edat, valorant-los i acceptant-los com són.
- Assegurar sempre el nostre afecte independentment del comportament del fill i del nostre estat anímic.
- Recalcar els aspectes positius del fill durant l'etapa adolescent, ja que és una època de més inseguretat personal en la qual convé fer-li interioritzar una bona imatge pròpia.

## CONEIXEMENT I COMPRENSIÓ

"Tractar de millorar-se un mateix és empresa que dóna millor resultat que tractar de millorar els altres."

NOEL CLARASÓ

"El nostre cor és com la terra, que té una part de llum i una altra d'ombres. Davallar per conèixer-lo bé és molt difícil, molt dolorós, ja que sempre costa acceptar que una part de nosaltres està a l'ombra."

SUSANNA TAMARO

Estem disposats a conèixer per comprendre els nostres fills? Òbviament, sí; per tant fem en primer lloc una profunda introspecció al nostre comportament i a les nostres reaccions, no per desanimar-nos si hi trobem mancances, sinó per intentar superar-les amb petites renúncies de l'ego que ajudin a millorar-nos. Segurament d'aquesta observació per al coneixement propi, de l'acceptació de les nostres limitacions i del domini per intentar disminuir-les, en sorgirà la força i la comprensió vers els defectes dels fills i podrem dur a terme amb més optimisme la seva educació.

Ara és el moment apropiat per a escoltar les paraules de Noel Clarasó, per a tractar de millorar-nos primer nosaltres, i les de Susanna Tamaro -mirant que l'ensurt de veure tanta ombra no ens deixi paralizats-, per a analitzar-nos i veure com anem d'estima pròpia i d'acceptació, per a ser persones amb maduresa per al propi coneixement i amb capacitat de

fer l'esforç per millorar personalment amb esperit esportiu, sense traumes que dificultin l'afany d'esmenar-se.

Fem-nos aquestes preguntes:

- Ens acceptem tal com som?
- Ens perdonem nosaltres mateixos el que hem fet malament i som capaços de perdonar els altres?
- Riem de les nostres rellicades i entrebancs i mirem de superar-los?

Per a respondre amb exactitud a aquestes qüestions, ens hem de conèixer. És ben clar que no podem conviure amb un desconegut a dins nostre. Quan ens coneixem i admetem els nostres errors tenim més capacitat per a ser més condescendents amb nosaltres mateixos i no dramatitzar els nostres defectes.

Seria molt perjudicial arrossegar tots els traumes del passat; traumes que tots i totes podem tenir; amb una actitud pessimista ens mancaria ànim per al nostre progrés; moltes de les nostres energies quedarien aturades i no podríem aprofitar l'experiència dels fracassos, buscar-ne les causes, i les dels cansaments que ens esgoten. Hem de solucionar-ho i mirar cada dia endavant per aconseguir les fites que ens hàgim proposat per al nostre projecte personal. No cal mirar el passat, visquem el present sense complexos de culpabilitat.

"He passat per tantes dificultats a la vida que m'he oblidat de les meves reaccions i del desig d'independència que jo tenia a l'adolescència. No m'entenc amb la meua filla, no la comprenc", em deia una amiga.

Em va semblar que era un pas important que sabés què li passava, a la seva noia de disset anys. Jo la coneixia, sabia que havia viscut molts sofriments i podia haver obli-

dat les rebel·lions de la seva joventut. Mare i filla van anar buscant solucions, escrivint en un paper qüestions positives i negatives sobre les respectives actituds. Finalment va resultar que, gràcies al fet d'enraonar i quedar-se més tranquil·la, aquella mare va poder retrobar-se amb la filla amb més bon humor i tornar-li a fer una bona acollida. També em consta que es va haver de superar; en un clima adient per a la noia –en una cafeteria cèntrica–, van poder negociar i pactar unes normes i uns horaris com a fites a aconseguir per tenir més pau en l'àmbit familiar. Sé que a vegades no és tan fàcil ser constant en els objectius acordats; però, si més no, en aquest cas va ser efectiva la serenitat per parlar-ne en el moment oportú, en el lloc oportú i amb el cor de la mare obert per a la reconciliació.

Que necessari és reconèixer, també, que ens equivoquem! Amb aquesta actitud, entenent que no som perfectes, en èpoques més conflictives per als fills, de més inseguretats, els serà un consol saber que també tenim els nostres problemes i seran més comprensius amb nosaltres. Ens coneixeran com som, persones normals com ells. Us heu fixat com és d'antipàtica la persona que creu que tot ho fa bé, no només a la llar sinó també a la feina i en les relacions socials? Que poc atrau! Doncs bé, els pares hem de ser atractius per als fills.

I ara donem entrada a aquest element que és el temps... Tant de bo tinguéssim una vareta màgica per aturar el rellotge, però la realitat és que necessitem temps per a saber comprendre. Des del primer dia que tenim un nounat a casa, quina feinada! L'acabem de nodrir i de canviar i ja hi tornem a ser... I si a més hem de portar el fill gran a la guarderia? I si... i si... tantes obligacions ens fan sortir fum del cap!

Bé, no perdem la calma, visquem el dia a dia, no pensem en quan s'acabarà la baixa de la feina. És de sentit comú que el temps viscut ja no torna, per tant, hem de viure'l veient el que és agradable: nodrir el petit, acaronar-lo, sentir aquella escalfor tan a prop teu... L'estada a la llar d'infants és bona per al teu fill gran: les joguines, els amics... Quan el vagis a buscar demostrarà molta alegria i el podràs abraçar... Canviem tots els pensaments negatius per positius i viurem el temps més intensament, sense angoixes i emmotllant-nos al ritme dels petits.

Ens costa compaginar l'atenció als fills i el treball; ens queda menys temps del que desitjaríem. Però hem de ser malabaristes per a cercar-lo i saber fer el trencaclosques d'encaixar la feina, l'atenció als nostres, el cultiu de l'amistat, l'atenció als avis malalts... Ja ho diu la mateixa paraula, ens haurem de trencar la closca, espremer el cervell per a trobar la manera de conciliar treball professional i feina de la llar. No cal recordar que pare i mare s'hauran de programar la feina junts i equitativament.

Normalment, la manca de temps és preocupació de tots i de totes. No ens enganyem, cada dos per tres ens precipitem pel fet de no entendre la raó de les reaccions dels fills, ja que estem capficats en les nostres preocupacions o amb les genials idees que hem de presentar en una reunió de treball. Hem d'aprendre a desconnectar i tot anirà millor. Estarem en cada moment pel que toca.

Em deia una mare jove: "La meua filla de nou anys havia fet la primera comunió i estrenava aquell matí el seu rellotge. Jo deia als meus fills, com cada dia: 'Correu, correu, que fem tard a l'escola, no et descuidis l'entrepà, ara t'has tacat, ràpid, canvia't la samarreta, es farà tard!...' "

'Mama, la que fas tard a la feina ets tu', va dir-me la nena mirant-se el rellotge, i era veritat."

I jo aconsello, davant de la confidència d'aquesta mare jove: No demostrem pressa ni ho diguem. No anem accelerats. Demostrem serenor. La pressa és una mala aliada per a la comprensió familiar.

Amb serenitat estem més capacitats per a l'observació. Quan anem accelerats el millor és aturar-se i mirar d'organitzar-se millor: planificar, mirar l'agenda, retallar temps d'una conversa de telèfon, demanar ajuda... i començar per allò que és màxima prioritat i posteriorment anar fent el que puguem. Quan un fa el que pot s'ha de quedar tranquil.

El temps, certament, és indispensable per a analitzar amb calma diverses situacions; així podrem observar i parlar-los de diferent manera. Cada fill és únic, cadascú té les seves peculiaritats, la seva edat, el seu caràcter. En parlarem més endavant.

"Els he educat a tots igual i un ha sortit tan bé i l'altre tan malament." Aquest és un comentari molt generalitzat i bastant poc vertader. No és una equivocació creure que els pares han d'educar a tots de la mateixa manera si tots són diferents?

En aquest sentit, no hauríem de dir mai a un nen tímid: "No et surt la paraula de la boca", ja que podríem tallar-li l'espontaneïtat. Igualment, a un nen que té la mà foradada, no li hauríem de dir: "Ets generós." No és millor callar, sense posar etiquetes, i descobrir com és cada fill i com ens hi hem de dirigir?

Analtzar, escoltar, fixar-se en les reaccions dels fills, esperar a parlar fins a saber exactament el que ha passat,

no repetir sempre el mateix i observar si se les carrega sempre aquell fill que és més mogut. Tot amb l'objectiu de saber comprendre.

#### 1 CLAU PER A APRENDRE A COMPENDRE

- Assumir que hem de dedicar temps per a conèixer i comprendre els fills.
- Una actitud de serenitat és la millor eina per a viure la comprensió.
- Observar les reaccions dels infants i dels adolescents per saber quines són les seves mancances, les seves aptituds i descobrir-ne noves possibilitats.
- No donar voltes a les nostres limitacions ni a les dels nostres fills, només serviria per a entristir-nos. En tot cas, esmercem les nostres energies a buscar solucions.
- Tenir bon ànim. Si hem posat bona voluntat en algun tema, ja podem quedar-nos tranquils, demà serà un altre dia!
- Passar alguna vegada per alt els crits dels infants i els canvis d'humor dels adolescents. Comprenguem que ells tenen moments dolents com nosaltres.

"Les tres quartes parts de les misèries i els malentesos del món s'acabarien si les persones es posessin en les sabates dels seus adversaris i entenguessin el seu punt de vista."

MOHANDAS GANDHI

Era cap a l'any 1914 quan Lewis Madison Terman, psicòleg, investigador de la Universitat de Stanford, va inventar els famosos tests d'intel·ligència. Es mesurava la intel·ligència de les criatures i dels adults a partir del seu coeficient intel·lectual. El resultat d'una sèrie de tests i la comparació amb altres nens i nenes del mateix grup i de la mateixa edat donava la clau per a saber el nivell del coeficient (CI). En aquest aspecte creiem que la majoria de pares i mares de mitjan segle XX estaven pendents d'esbrinar el número de coeficient del seu fill o filla i potser es van decebre una mica quan, segons els estudis realitzats més endavant per altres investigadors, els van venir a dir que no era tan important com tenir un bon coeficient emocional (CE). Només els va quedar la tranquil·litat d'haver fet el que havien pogut sabent que els havien valorat i estimat, i l'esperança que encara eren a temps de ser feliços. Van sospirar assossegats.

Peter Salovey, notable psicòleg de Harvard, defineix la intel·ligència emocional com "la capacitat de controlar i regular els sentiments d'un mateix i dels altres, utilitzant-los com a guia del pensament i de l'acció". Per tant, l'edu-

cació dels sentiments inclou les capacitats de coneixement propi, l'autocontrol, l'equilibri emocional i el saber relacionar-se bé amb els altres desenvolupant l'empatia.

Centrem-nos ara en el tema de la gelosia, de l'empatia i del dol, totes tres emocions relacionades amb els sentiments.

### LA GELOSIA

Un naixement és, per a la vida de la família, un esdeveniment nou i molt especial. Cal anar creant amb anticipació un espai per al nounat i un altre per al germà o els germans, de manera que ningú no se senti desplaçat. La primera qualitat per part dels pares és la previsió: la mudança d'habitació, la incorporació a l'escola bressol del gran, el temps que caldrà dedicar al nadó i altres novetats, com ara la possibilitat que calgui alguna ajuda externa. Tot s'ha de preveure, especialment aquests canvis.

Tinguem present que la gelosia apareixerà, però com que és un fet natural no ens ha de sorprendre ni provocar comentaris negatius de les reaccions del germà gelós amb ningú. Cal parlar-ho amb naturalitat, mai com un problema, ja que no ho és.

Totes les criatures consideren els pares, i especialment la mare, propietat seva; per tant, sorgiran efectes no desitjables en haver-los de compartir, com ara la necessitat de fer-se notar més per cridar l'atenció, l'enuresi o més enrabades.

Aquesta època és especialment adequada per a practicar més la paciència, la tendresa, la comprensió i fer veure al nen els avantatges de ser gran: pot anar amb bicicleta, a passejar,

pot quedar-se a dormir a casa dels avis o d'un amic, pot ser útil ajudant a banyar el nadó, el pot fer somriure per primera vegada, podrà jugar amb ell, etc.

És una situació nova a la qual s'anirà adaptant i, un cop superada, aprendrà a no ser gelós i a no tenir enveja quan sigui més gran.

La regla d'or per a la gelosia i per a l'enveja és que els nostres fills rebin un tracte individual, sense prendre partit per l'un o per l'altre. De mica en mica, el gran anirà incorporant moltes qualitats a la seva personalitat, com ara l'empatia, de la qual parlarem tot seguit.

### L'EMPATIA

Tot ésser humà necessita teixir al seu voltant relacions humanes satisfactòries, tant les familiars com les alienes a aquest àmbit. El benestar emocional depèn, en bona mesura, de la capacitat que es tingui per aconseguir aquest objectiu. És segurament la comprensió dels sentiments dels altres el que dona la clau per a una convivència satisfactòria, a part, per descomptat, del coneixement de la pròpia manera de ser. Saber percebre les emocions dels altres és una gran ajuda per a regular les pròpies. Tota aquesta comprensió no depèn de la simpatia, que neix moltes vegades espontàniament, sinó del que s'anomena empatia.

Un gran avantatge per al germà del nounat és que anirà reconeixent el que aquest necessita quan expressa quelcom sense parlar, amb el gest del seu rostre, i donarà nom als sentiments del petit. Aquest aspecte de l'empatia està molt relacionat amb la intel·ligència emocional, que augmentarà

per la presència i el contacte amb el germà, o germana, petit.

Està comprovat científicament que conviure amb altres infants ajuda a reconèixer les necessitats alienes amb més facilitat, segons el programa Arrels d'empatia, fundat per Mary Gordon (vegeu [www.rootsofempathy.org](http://www.rootsofempathy.org)), que s'imparteix en algunes escoles del Canadà. Aquest programa consisteix a portar alumnes de quatre a catorze anys a visitar bebès, que no s'expressen amb paraules. Es fa una vegada al mes durant tot el curs escolar, per tal d'aprendre a adquirir un vocabulari per a discutir els propis sentiments i entendre els dels altres. La sessió d'aprenentatge de sentiments es fa acompanyada de la mare de l'infant i d'una psicòloga que mesura la comprensió dels escolars. Segons els resultats obtinguts d'aquesta experiència, els alumnes milloren en les seves relacions amb els altres, es mostren més comprensius i menys agressius.

Daniel Goleman (1997) ens descriu el programa d'habilitats emocionals del psicòleg Eric Shaps, dirigit a les escoles per a nens de deu anys a Oakland, Califòrnia, que es divideix en sis punts. Com veiem en l'explicació que ve a continuació, el programa podria aplicar-se també a la llar. A les criatures, les figures i coloraines de què parla, els resulten atractives. Aquest element ajuda a pensar i a actuar els impulsos negatius.

El programa consisteix en el següent: el mestre mostra als escolars un rètol amb els colors del semàfor, segons la situació: la llum vermella significa "atura't, asserena't i pensa abans d'actuar"; la llum groga, "expressa el problema i digues com el sents", "pensa un objectiu positiu", "pensa en diverses solucions", "pensa d'antuvi en les con-

seqüències". Finalment, una llum verda significa "segueix endavant i tracta de dur a terme el millor pla".

L'experiència ha demostrat que aquest tipus de consells de l'adult, en aquest cas del professor, ajuden a l'autotrol del nen enutjat i, quan arribarà a l'etapa adolescent, podrà afrontar millor els seus conflictes.

L'empatia requereix l'observació per a reconèixer i comprendre plenament les persones, així com les seves actituds i les circumstàncies que les afecten en un moment determinat. No és veritat que vivim l'empatia quan calcem les sabates dels altres i caminem junts una estona? Així ens ho recordava Mohandas Gandhi en la frase que encapçala aquest capítol.

Recordo que una amiga m'explicava que un dia parlava amb la seva mare d'un conflicte que patia. Li havia costat molt trobar el moment de sincerar-se amb ella i, a mitja explicació, la mare li havia dit amb molt bona voluntat, però traient importància al que li passava a la filla: "No et preocupis, amb el temps això s'arregla." Davant d'aquesta resposta, la meua amiga no s'havia sentit gens compresa ni escoltada. Ella necessitava l'empatia i el coneixement de la mare de la totalitat del seu problema per a buscar solucions i resoldre'l juntes.

És similar a la situació del pobre malalt, a punt d'entrar al quiròfan per a una operació de risc, a qui se li pot dir amb cara alegre i també amb molt bona voluntat: "Tot es resoldrà immediatament", quan el que necessita és una persona que li faci costat, li doni la mà i comprengui el seu patiment.

Pot ser habitual que no suposi cap problema expressar el que sentim o volem, tractar les discrepàncies i fins i tot

les preocupacions, amb un amic o un company de treball, amb qui tenim una bona sintonia, però es pot fer més comunicat amb un familiar. No hi ha dubte que per a comunicar-nos, a més de conèixer, necessitem de l'empatia.

El nostre fill té quinze anys, comença la seva adolescència, i ens preguntem: "Per què no l'entenc?", "quan li demano quelcom, per què no em diu que em necessita o per què no puc dir-li que el necessito jo?", "en arribar de l'escola ha entrat a la seva habitació amb la música i els auralars. Per què està tan tancat en les seves coses?".

La resposta a aquestes preguntes la trobarem en reflexionar sobre la crisi de la seva edat, els seus neguits, en esbrinar com són el grup d'amics, les seves afeccions. Tanmateix tots tenim mancances, però fixem-nos en l'empatia que és, sens dubte, l'habilitat que ens ajuda a llegir emocionalment aquest fill que no entenem, però que reclama comprensió per als seus sentiments.

#### LA MORT I EL DOL

Llegia amb una nena de deu anys, en veu alta, el capítol de *Platero y yo* de Juan Ramón Jiménez en què l'ase es mor, però què el merge no havia trobat cap remei per a evitar-ho; la nena va posar-se a plorar; s'havia identificat amb el Platero del primer capítol: "[...] petit, pelut, suau, tan tou per fora que es diria tot de cotó fluix, que no porta ossos..." i havia experimentat un gran sentiment de pena!

I quan els infants perden alguna persona propera de la família? Aquest fet suposa un desconcert i un patiment que els preocupa realment; per tant, és de sentit comú reconèixer

que el nen també pateix i cal estar per ell. No es tracta de fingir que no ha passat res, dissimulant els sentiments davant dels nostres fills.

Als infants els preocupa el seu familiar difunt, sobretot si se l'estimen molt —com podria ser l'avi o l'àvia—, i es pregunten si es trobarà sol, si passarà fred, si podrà menjar; el nostre fill o filla està inquiet perquè no troba la seva presència. No ens podem limitar a donar una resposta curta: "Estarà bé." El nen sempre, però especialment a partir dels set anys, necessita respostes sinceres per a fer-se càrrec de la mort; per a entendre que l'avi, l'àvia o qui sigui ja no tornarà i que l'absència del familiar la notarem tots. Hem de donar-li pau explicant-li aquest fet natural motivat per malaltia, per accident o per l'edat.

Amb serenitat és aconsellable dir que el seu record i les vivències passades amb ell o ella sempre serà amb nosaltres, i que sempre el tindrem present, ja que ha format part de la nostra vida. És una ocasió per a parlar als fills sense mentides ni disfresses de la mort, del dolor que sentim i del fet que es necessita consol i viure un temps de dol. És convenient, també, avisar a l'escola perquè puguin oferir al nostre fill o filla confort i companyia, que s'afegeix al que donem els pares.

Hem d'expressar els nostres sentiments i contestar les seves preguntes des de les nostres conviccions. La mort és una realitat present en la vida de tots. I què passa si ens veuen plorar? Senzillament comprendran que el pare i la mare sabem estimar, que tenim cor. No ens hem d'amagar per plorar. En parlar de la mort hem de dir sempre la veritat, sense disfressar-la amb frases com "se n'ha anat de viatge" o "està dormint".

És un fet real que la mort és irreversible; el difunt o la difunta no tornarà mai entre nosaltres i així ho haurem d'explicar; ara bé, si som creients sabem que ens retrobarem, i amb aquesta transcendència afegida ho viurem i ho transmetrem.

És prou il·lustrativa aquesta frase de Josep Pla: "El món modern ha inventat l'acció per distreure's de la mort." No cal distreure's, deixem passar el temps de dol parlant de la persona estimada que ens ha deixat i fomentant la sensibilitat i la capacitat d'estimar dels nostres fills. La presència del familiar que ha deixat aquesta terra ens acompanyarà si el tenim present. Ens en parla Miquel Martí i Pol (1991) en aquest fragment del poema *Parlem de tu*:

...i a poc a poc esdevindràs tan nostra  
que no caldrà ni que parlem de tu  
per recordar-te; a poc a poc seràs  
un gest, un mot, un gust, una mirada  
que flueix sense dir-lo ni pensar-lo.

Potser tindrem variades oportunitats per a parlar de la mort abans de viure-la a la família: la visita a un cementiri, un veí o un familiar d'un company d'escola que s'ha mort, un accident mortal que veiem a la televisió. Són ocasions aprofitables perquè es faci la descoberta de la mort pròpia i la dels altres. És bo parlar-ne i deixar-ne parlar. Per tant, l'hem de fer nostra interiorment, assimilar-la també els adults per a saber-la explicar. Així evitarem als nostres fills moltes pors i angoixes.

Uns pares van tenir oportunitat de començar a parlar de la mort quan, en una visita al Museu Egipci, la guia va

explicar que a Egipte hi havia un gran culte als morts; és només un exemple; ells van aprofitar per treure un tema que fins aquell moment els havia semblat tabú. Tenim molts altres recursos per a anar treballant aquest apartat tan important de la vida, com ara llegint un conte o veient junts una pel·lícula en què aparegui, el cas és tenir-lo present i tractar-lo amb la serietat i el sentiment que exigeix aquesta realitat quotidiana.

#### ❗ CLAUS PER A NO AFAVORIR LA GELOSIA

- No demostrar mai preferències per cap dels fills.
- No fer mai comparances entre germans per tal d'evitar l'enveja.
- Preveure els canvis que calen a la llar abans del naixement d'un germà.

#### ❗ CLAUS PER A AFAVORIR L'EMPATIA

- Procurar que el fill jugui amb infants més petits per tal d'initiar-lo en l'aprenentatge de la comprensió de sentiments.
- No renyar-lo quan perd el control. Fer-li reflexionar el disgust que ha donat al germà, l'amic, els pares...
- Captar els sentiments dels adolescents i comprendre la crisi de la seva edat.
- Enfortir la capacitat d'estimar i anar a poc a poc per entrar en els sentiments dels altres.
- Expressar amb confiança tots els sentiments entre marit i muller.

#### ❗ CLAUS PER A AJUDAR EN TEMPS DE DOL

- Viure'l amb la naturalitat i sinceritat i el dolor normal que es té quan es perd un ésser estimat.
- Deixar expressar els sentiments i expressar els nostres.
- Procurar superar-se. Sempre podem guardar la persona que ha mort en el pensament i en el cor, amb pau, sense oblidar-la.

"El nostre caràcter és el resultat  
de la nostra conducta."

ARISTÒTIL

"El caracteròleg tracta de comprendre  
el conjunt d'una personalitat."

MARIE-MADELEINE MARTINE

El temperament és un element estable en el caràcter de cadascú, influït per la nostra constitució, però això no vol dir que n'estiguem determinats. Les respostes que donem amb la nostra conducta a diverses situacions de la vida estan subjectes a la manera com utilitzem els sentiments, la intel·ligència i la voluntat; aquest principi, el podem aplicar fàcilment a la vida dels nostres fills.

A part de les diferents etapes de desenvolupament, segons la seva edat: la infantesa, la pubertat i l'adolescència, i de la influència que es rep de l'ambient on es viu, és important tenir unes idees de caracterologia per a comprendre el caràcter de cadascú. Les particularitats del caràcter ens serveixen de pauta per a millorar l'educació i, coneixent millor les maneres de ser diferents, saber com tractar-les.

La caracterologia és una eina de la psicologia que s'ha de fer servir convenientment, amb sentit comú, tenint en compte que és només un suport; l'element fonamental per a conèixer és estimar cada fill per qui és, per allò que és i per com és individualment.

Hi ha molts tractats sobre el caràcter. És interessant aprofundir-hi per a entendre més els fills, sense encaixar-los en un tipus concret —la personalitat té molts altres vessants—, si bé l'ampliació de coneixements de psicologia o de pedagogia són un gran ajut per a la nostra tasca de pares.

Fem unes pinzellades sobre el caràcter per captar i comprendre millor el perquè d'algunes reaccions dels nostres fills. Els trets més destacats del caràcter són: la ressonància, l'emotivitat i l'activitat.

### RESSONÀNCIA

És la repercussió que les impressions tenen sobre l'ànim de cada persona. La ressonància pot ser breu o més duradora. Hi ha persones que reaccionen més impulsivament. En elles les impressions tenen un efecte immediat i les obliden immediatament; les anomenem primàries. En aquelles persones que reaccionen d'una manera més reflexiva, les impressions perduren en la seva consciència i influeixen en la seva conducta, fins i tot quan ha passat molt temps; les anomenem secundàries. Per exemple, si a una persona primària li donen una empenta a l'autobús, sense voler, és clar, la seva reacció serà de protesta, però abans d'arribar al final del trajecte ja ho haurà oblidat. És com aquell fill que no recorda el que acaba de dir, i sembla objectivament que t'ha faltat al respecte; no és per falta de memòria, ni perquè et digui una mentida, sinó perquè ha vibrat per impuls. El fill secundari seria el contrari de l'anterior. Alhora, davant d'una ofensa rebuda, qui és primari oblidarà fàcilment, però no així el qui és secundari, que viu més del

passat. És millor o pitjor qui té una reacció o qui té l'altra? Ni millor ni pitjor, simplement són diferents.

La ressonància es barreja amb l'emotivitat i l'activitat, com veurem a continuació; per tant, mai no és tot tan precís ni exacte, però ens serveix per a entendre millor les reaccions i tenir menys conflictes.

### EMOTIVITAT

La persona emotiva es commou per tot, encara que de vegades no es noti. Té inquietud, és impressionable. En una família, veient tots la mateixa pel·lícula i amb la forma de reaccionar davant una escena, capturem qui és el més emotiu. El no emotiu, ho diu la mateixa paraula, no s'emociona fàcilment; es mostra normalment tranquil i amb un humor poc variable.

Donem per descomptat que no podem confondre aquest tret caracterològic amb el disgust, l'angoixa o la tristor de la criatura maltractada psicològicament o físicament, abandonada o menystinguda, que fins i tot tindria, segons els experts, manifestacions d'agressivitat o d'aïllament ben visibles. En aquests casos, malauradament existents, hi hauria sofriment, manca afectiva, trauma, i la solució seria rebre suport psicològic o bé allò que fos més aconsellable per al seu estat.

### ACTIVITAT

L'activitat és més difícil d'esbrinar. Podríem confondre-la amb la que té un infant molt mogut. Es pot dir que l'actiu

actua sempre; fins i tot en el lleure, tria activitats d'acció; mentre que l'inactiu és una persona que actua poc i, quan ho fa, és especialment per agradar als pares, per amor, per obligació o per compliment del deure, però pot romandre moltes estones sense fer res. L'actiu actua pel delit de fer. L'inactiu, en canvi, no té aquesta inclinació.

Aquests són els trets principals del caràcter; de fet, de la combinació de l'emotivitat, l'activitat i la resonància es deriven diferents tipus de caràcter, cadascun amb el seu nom i que no anomenarem per no crear confusió. Serviran per a identificar maneres de ser de les persones del nostre entorn. També per a conèixer-nos nosaltres mateixos, però sense oblidar que tots som susceptibles i capaços de canviar i progressar personalment. A part d'aquest factor genètic, també posseïm els altres factors de l'aprenentatge: l'àmbit familiar, l'escola i l'ambient, que configuren la personalitat dels nostres fills i filles. En tot cas és molt efectiu conèixer el tret de la resonància, ja que és fonamental per a comprendre moltes reaccions que a voltes ens poden resultar sorprenents.

### SENTIT COMÚ

Totes les persones tenen capacitat per a millorar i esmenar-se si són ben tractades. Fixem-nos, per exemple, que els nostres fills responen de manera diferent segons qui els tracta. De vegades quedem impressionats de la promptitud amb què obeeixen aquell professor, l'àvia o el monitor de l'esplai; podem els pares imitar la forma com aquests els parlen?

Encara que sembli mentida, molts hem sentit la frase que ve tot seguit; normalment es diu quan volem "ensenyar" el rei de la casa a alguns amics o coneguts i pretenem que ens faci quedar bé. Al menut li preguntem: "No saludes... Se t'ha menjat la llengua el gat?", i ell segurament tindrà una reacció de vergonya i, de l'ensurt, seguirà sense parlar i, segons el nostre criteri, fent-nos quedar malament fins que no ens adonem que l'hem humiliat.

Reflexionem sobre les particularitats del caràcter. És un encert fer-ne una aplicació pràctica amb sentit comú, amb el bon seny; recordem que un fill o una filla no és mai un esquema prefabricat i que cadascú és cadascú, tothom té les seves coses i alhora cada casa és un món amb el seu estil peculiar. Per tant, cal dur a terme el que s'ha après amb reflexió i amb l'atenció individualitzada per a cada nen o nena.

### ! ALGUNS CONSELLS ADIENTS A TOT TIPUS DE CARÀCTERS

- Tenir a la llar un calaix on hi hagi de tot: joguines petites, llibres per a dibuixar, guix, plastilina per a fer treballs de modelatge, tisores de puntes rodones per a retallar, adhesius, cartolines per a fer collages, etc.
- Promoure el treball en equip i l'esport.
- Tenir mà esquerra per a tractar a cadascú i recordar les reaccions diferents que es donen en el que és primari respecte al que és secundari, sense neguitejar-se.
- No col·locar etiquetes a cap fill.

"Les relacions més importants a les nostres vides i les que més incidències sembla que tenen sobre la salut són les que mantenim amb les persones amb què convivim quotidianament."

JOHN T. CACIOPPO

Comunicar-se és prioritari per a la nostra convivència. A la llarga aquesta comunicació pot ser verbal i també no verbal, una comunicació tan bàsica com la parla i molt relacionada amb els sentiments. La bona comunicació és font de serenor, goig i harmonia, i és fonamental també que el pare i la mare busquin estones per estar sols, per comunicar-se i posar-se al dia de tots els temes que interessen a cadascú.

Certament, la convivència està feta de coses petites, de paraules i de somriures, de mirades i de gestos afectuosos; si no hi fossin, notariem la seva mancança.

Alguns segurament sabeu aquell acudit del nen que no parlava. Els pares, desesperats després d'haver recorregut molts metges i especialistes diversos per fer que parlés, van decidir conformar-se. Un matí, a l'hora d'esmorzar, el xicot, que ja tenia trenta anys, va obrir la boca no només per a menjar, sinó per a dir: "Mare, falta sucre." La mare va avisar el pare: "El noi parla, ha dit: 'no hi ha sucre.'" Pare i mare el van interrogar: "Com és que no has parlat fins ara?" Ell els va contestar: "És que fins ara tot estava bé."

És gairebé natural que en el tracte diari amb els altres els adults tinguem ensopegades i friccions, ja sigui en l'àm-

bit familiar, en el lloc de la feina o en les relacions socials, així com els nens les tindran a la llar, a l'escola i en el seu grup d'amics; això és un fet normal, l'estrany seria tenir problemes de relació amb els desconeguts. De tota manera, per arribar a millorar en aquest aspecte, en aquest capítol reflexionarem sobre com resoldre tots aquests inconvenients que poden perjudicar la qualitat de vida de tots i de totes, fins i tot perjudicant la salut psíquica i, de retruc, la física.

A part de fer la vida agradable, recordem que la majoria de problemes del dia a dia de la convivència familiar es resoldrien si ens esforcèssim per tenir una bona comunicació amb els nostres fills. Hi ha moltes formes de fer-ho. Un petit exemple el trobem en la pel·lícula *La jove de la perla*, inspirada en la novel·la de Tracy Chevalier; crida l'atenció, pel tema que tractem, la interpretació de Scarlett Johansson per la forma d'expressar-se i de fer que ens endinsem en els seus sentiments, tot i que pràcticament no fa servir la paraula.

Els missatges també es poden donar o rebre amb aquest llenguatge no verbal: un gest, una abraçada, una mirada de comprensió o de complicitat, un petó, escoltar música o llegir l'un al costat de l'altre en silenci diferents llibres, és ben cert que així ens podem comunicar sense enraonar. Només contemplant uns pares al costat del llit d'un fill malalt, acaronyant-lo, mirant-lo o donant-li la mà, notem una òptima comunicació. La quietud es fa necessària per al repòs del fill; la tendresa i l'afecte, encara més. La comunicació es fa normalment mitjançant la parla, però també hi ha aquest llenguatge de l'estima, no oral, especialment imprescindible durant la infantesa, on les carícies, les festes i les abraçades

són la base d'una afectivitat sana, tal com comentàvem en les claus per a fomentar l'autoestima del primer capítol.

Veig àvies que quan un menut plora diuen: "A aquest nen li falta la falda dels pares...", i és consolador que trobin la falda de l'avi o de l'àvia, sobretot si juguen amb el menut a l'arri, arri, *tatanet*, o altres cançons similars ben arrelades en les nostres tradicions. O és que ens pensem que els avis i les àvies només serveixen per a malcriar? Doncs la veritat és que no; la majoria transmeten molt d'afecte als infants i, per tant, molta autoestima. Segons el meu parer, els avis serveixen per a "mimar" en el bon sentit d'aquest mot, cosa que no vol dir consentir-ho tot, ja que això seria malcriar.

I ara tornem al tema que ens ocupava amb aquest exemple: és possible que l'adolescent de setze anys ens aparti la galta quan li fem un petó, però no per això hem de deixar de fer-l'hi. No hem de deixar d'amanyagar cap fill ni filla: ho necessiten molt més que grans discursos; l'adolescència és una etapa de més inseguretat, i saber que els estimem és el seu millor suport. És evident que sempre es necessita aquest llenguatge no verbal. No trobeu que una mirada, un gest de complicitat o un somriure comuniquen molt?

La comunicació verbal, lògicament, és indispensable, però com es pot aconseguir? Essent acollidors, intuitius per saber què els preocupa, i força alegres. És curiós que a vegades tenim la sensació que els fills ens volen explicar els seus problemes just en el moment que sortim de pressa, quan ens estan esperant en algun altre lloc i resulta que no estem disponibles.

Tinc una amiga que sovint em telefona per retardar l'hora de trobada: "Espera'm, si pots, mitja hora; el meu

fill vol parlar amb mi ara." Prefereixo que el seu fill sigui primer que ningú, i jo puc aprofitar el temps, que també en tinc poc.

Per a tenir una bona comunicació és evident que hem d'interessar-nos per les seves coses i deixar que s'expliquin. En la llegenda de Robin Hood, aquest adverteix a un jove simpatitzant: "...parla lliurement i revela'ns les teves cuites. El fluir de les paraules apaivaga el cor de qui pateix; és com obrir les portes quan l'embassament és a punt de desbordar-se." Aquest consell de l'intrèpid Robin ens fa pensar que no és bo que quedí quelcom inexpressat dins del cor. Per descomptat, tampoc hi pot quedar al cor dels adults. Qualsevol hora és bona per a deixar que pares i fills s'expliquin lliurement i dialoguin amb claredat i senzillesa. Una educació molt rígida dificultaria el fluir de les paraules.

Hi ha molts valors que poden ser útils per a fonamentar la comunicació, però en destaquem dos: la sinceritat i la discreció.

#### SINCERITAT

Es creu que la paraula 'sinceritat' deriva del llatí *sine cera* (sense cera) referint-se a les ceres, cremes i ungüents que utilitzaven les dones romanes per a amagar les arrugues del rostre (Chevrot, 1985). Sinceritat és dir sempre amb veritat el que es pensa i el que es viu. Els nostres fills han de veure que nosaltres també som transparents i sincers; ens han de veure tal com som. Per això cal que ens preguntem: quantes vegades hem deixat incompleta una promesa o una reprensió que havíem anunciat? Quantes vegades ens han telefo-

nat i, per comoditat, hem fet dir que no érem a casa? Quantes vegades hem espantat els petits dient: "...que ve l'home del sac!", i encara l'esperen. O altres mitges veritats, que no deixen de ser mentides i que malmeten la confiança. La nostra sinceritat ha de ser un bon referent, la veritat ha de ser objectiva, clara. Ells entenen més una frase autèntica que molts sermons i consells repetitius.

Que no ens passi com a aquell pare de l'acudit, que s'allargava i s'allargava en el seu discurs a una petita de vuit anys; eren al camp i de sobre la nena li deia: "...saps quantes formigues he comptat que entraven en aquest niu mentre em parlaves?"

A vegades ens preguntem "per què ens diuen una mentida?". Potser no són prou sincers per no quedar malament o perquè tenen por d'una reacció desmesuradament enutjada per part nostra. Hem de ser pacients i estar preparats perquè en l'adolescència ens expliquin el més impensable sense perdre els nervis ni escandalitzar-nos. El més important és que ens diguin la veritat, encara que de l'ensurt rebut ens quedem sense alè. Això sí, procurem que no es noti; ells ens miren la cara per saber la nostra reacció. Amb totes les dades reals del problema no ens equivocarem quan arribi el moment de buscar solucions plegats, i per als nostres fills es farà evident que som, de debò, amics seus a qui poden confiar totes les preocupacions i els conflictes.

Una mare em comentava: "La meua filla de catorze anys em va confessar que m'havia pres cinquanta euros del moneder. No em vaig espantar i em va explicar què li passava: estava coaccionada per uns missatges de mòbil que li enviava un noi. Li deia que estava enamorat d'ella, li demanava càrregues per al seu mòbil amb l'excusa que ho neces-

sitava per a comunicar-se sovint amb ella"; ella havia 'cagut' en el parany. Aquest fet va servir per a donar-li els criteris convenients sobre l'ús del mòbil i estar a l'aguait: no sabem qui hi ha darrere d'aquests missatges, persones que s'aprofiten de la feblesa sentimental d'altres persones.

"Vam decidir que els cinquanta euros me'ls aniria tornant de la seva paga i els donàrem a una persona coneguda (amb nom i cognom) que ho necessitava de debò. Ha passat un any i la meua filla ha après la llicó, només utilitza el mòbil quan fa falta i quan ho creu convenient explica a alguna amiga el que li va passar perquè no li prenguin el pèl com a ella.

"M'he alegrat moltes vegades del fet que, gràcies a una malifeta i de la confiança que em vaig guanyar per no renyar-la, vam poder parlar-ne i, sobretot, va entendre que allò era un *timo*, que havia fet malament, però que per la meua part estava del tot oblidat."

Aquest últim exemple ens porta a considerar el que dèiem de no espantar-se. La responsabilitat d'agafar els euros del moneder era de la noia, tot i que estava influïda per un *fantasma*. Qui va actuar malament en prendre el que no era seu va ser la filla. La mare li ho va fer reparar fent que li tornés els diners, i va obrir el seu cor al diàleg i al perdó.

## LA DISCRECIÓ

Avui, més que mai, es fa palès que els pares hem d'aprofundir en aquesta qualitat, que no és freqüent en l'ambient actual. En el diccionari de l'Institut d'Estudis Catalans trobem aquesta paraula definida com la "manera de comportar-se de qui

no fa sinó allò que convé de fer, de qui no diu sinó allò que convé de dir, que sap callar allò que li ha estat confiat".

Molts fills es lamenten que els seus pares, bé per vanagloriar-se o bé per queixar-se, expliquen les confidències que els han fet. Ja es veu que aquest seria un error greu que influiria en la confiança que haurien dipositat en nosaltres; ni més ni menys seria ventilar les seves emocions. Tampoc no entendrien les ironies ni les bromes sobre els seus maldcaps, per tant no convé comentar mai el que ens confien i hem de considerar que les seves coses són molt preuades, encara que als adults ens sembli una nimietat.

Amb la qualitat de la discreció neix el discerniment per a saber quan és prudent preguntar o quan cal esperar a fer-ho, ja que és convenient respectar la intimitat del fill i tenir paciència a l'hora de rebre la confidència; hem de distingir quan és el moment oportú.

Quan el menut de dos anys fa una rebequeria, si ens posem a cridar com ell és molt difícil que pari, més aviat l'hem de distreure i reflexionar sobre el perquè dels plors si es repeteixen sovint. Amb el fill de disset anys hem de fer el mateix quan s'enuja: es tracta senzillament de passar per alt el moment d'ofuscació i buscar el temps i el lloc per dialogar amb calma i serenitat.

Una persona discreta no imposa, no coacciona, sinó que observa i espera, sap que ella també té defectes; per tant, no se sorprèn de res i, amb aquesta comprensió, anima els seus a viure la franquesa en l'estona més adequada.

És de gran ajut que hi hagi aquest ambient agradable a casa per fer dels pares bons amics dels fills, als quals poden explicar els seus ideals, els seus problemes, les seves emocions, alegries i penes. Comencem a interessar-nos pel que

els preocupa quan són infants: les joguines, el sorral del parc, la bicicleta, la pilota que els han pres... i així fonamentarem la confiança del dia de demà: els companys amb qui surten, els seus primers amors, les afeccions, els esports que practiquen, les pel·lícules que els agraden, etc.

#### ● CLAUS PER A UNA MILLOR COMUNICACIÓ

- Agrair la sinceritat del fill o filla quan ens diu la veritat, sobretot quan ha fet alguna cosa que no estava bé. No fer-li retrets, valorar el seu coratge.
- Fem els possibles per comunicar-nos marit i muller, per renovar-nos, nodrir l'amor, no caure en l'avoriment. També cal parlar més tranquils i, si convé, barallar-nos. Però, això sí, mai hem de discutir davant dels fills.
- Tenir el do de la discreció i buscar moments oportuns i espais adients per a comunicar-se amb els fills.
- Mai explicar els "secrets" que ens han confiat.
- No descoratjar-nos quan, a voltes, després de fer grans esforços per millorar la nostra actitud i aconseguir una bona comunicació, el resultat ha estat un fracàs. Demà serà un altre dia. Fem les paus abans d'anar a dormir.

"Mirem per la finestra el brogit del carrer i ens oblidem d'algú que és al nostre costat i que necessita la nostra companyia."

ANDRÉ FROSSARD

"Escolta amb atenció i sense jutjar. Escolta amb el teu cor tant com amb les teves orelles. L'escolta sentida és la millor forma perquè els altres comprenguin que els valorem i ens interessen per ells."

JULIE KUEBELBECK I  
VICTORIA O'CONNOR

En el capítol anterior hem reflexionat sobre dos valors fonamentals, la sinceritat i la discreció; ara analitzarem la millor manera d'arribar a un bon diàleg, que és la base d'una bona comunicació, i de crear un clima de confiança dins l'àmbit familiar.

L'estudi de situacions verídiques que es viuen en una llar s'utilitza com un mitjà per a l'orientació familiar, per a aplicar a la vida personal aquells temes que s'han aprofundit en un estudi previ individual i, després, en grup petit, amb altres pares i mares per a analitzar els fets, detectar problemes i trobar solucions, que s'aporten a la sessió general compartint el que s'ha reflexionat amb les altres persones de diferents equips.

Els moderadors de la "metodologia del cas", que així s'anomena aquesta tècnica, acostumen, amb la participa-

ció dels assistents, a fer l'anàlisi dels fets de la situació real per detectar-ne els problemes i cercar les possibles solucions. Si hagués de recollir totes les meves experiències de moderadora, arribaria a la conclusió que el 80% dels problemes i conflictes són provocats per la manca de diàleg i de comunicació.

Els nens de tres a quatre anys són uns veritaders experts en l'art de preguntar. Mantinguem-nos tranquils i no els responguem mai amb frases com "...i jo què sé", "que pesat que ets". Donem-los tota la informació que puguem i ells ja es quedaran amb la que necessitin.

Perquè hi hagi un bon diàleg s'ha de saber escoltar i tenir la voluntat de buscar espais agradables que l'afavoreixin. Davant dels fills, els pares hem de tenir l'actitud de pensar que no sempre tenim tota la raó i que, escoltant activament, aprendrem del que ells ens diuen i els facilitarem la conversa.

Els ens obriran el seu cor sempre que no tinguem els defectes següents: ser dogmàtics, rígids o poc flexibles. Ja es veu que, perquè hi hagi bon diàleg, és molt important anar amb la senzillesa de qui vol ajudar, mai imposar, i que hi ha diversitat d'idees i de maneres de veure la vida.

Seguidament us explico una anècdota personal. Recordo l'estiu que vam convidar el fill d'una bona amiga a passar, amb el meu marit i els meus fills, uns quants dies de vacances. El nen tenia set anys, i la seva mare necessitava el nostre ajut, a causa d'un compromís de feina ineludible.

Un dia no es va portar bé i jo li vaig dir en to molt seriós i dret al davant seu: "Escolta, això que has fet està molt malament, has de comprendre que no ho has de tornar a fer...", i em vaig allargar bastant més. Prèviament havia reflexionat que a set anys els nens ja tenen idea del raona-

ment i per això la meva exposició del fet va ser àmplia. Tot d'una, el nen em va dir: "Calla, si parles no puc pensar!"

Com que és un fet personal em permeto analitzar-lo i criticar-me per treure'n unes conclusions. Què és el que no vaig fer bé?

- No calia allargar-se tant en les explicacions.
- No m'havia d'haver posat dreta al seu davant.
- No m'havia d'haver excedit en la durada del raonament.

Així doncs, hauria d'haver estat més breu, concisa i concreta; dir-li el que havia fet malament asseguda al seu costat, tocant-li l'espatlla amb afecte, i preguntar, dominar-me per escoltar millor i parlar menys.

La reacció del nen va ser bona; vaig tenir la satisfacció de percebre, d'una banda, que volia desenvolupar la capacitat de pensar, de l'altra, que em tenia confiança i que volia examinar el seu comportament.

"Mai encarat per a recriminar", ens aconsella Lawrence E. Shapiro. Aquest pedagog creu que és convenient parlar des del costat, també tocar el braç o l'espatlla, o baixar físicament a l'alçada del nen, si és molt petit, per donar-li més serenitat i caliu. Aquest consell sembla interessant per a donar un to més amigable a la correcció.

La meva història va acabar bé, jugant una partida d'escacs. Ell s'havia calmat després d'haver pensat què havia fet malament i que no ho faria més. Quan havia callat per pensar, me'l vaig imaginar canviant-se el "barret vermell" de les emocions pel "barret blau del control", tal com ho explica Edward de Bono. I ens fem una pregunta: no estem agraïts de tot el que aprenem dels infants i aprofitem les nostres experiències negatives per no tornar-hi?

Arran d'això, vaig decidir ser més comprensiva i més breu.

Un tema de reflexió important per a tots nosaltres és recordar sovint que no podem donar res per sabut quan el fill o filla ens vol fer una confidència o comentar quelcom. Seria perjudicial per a ell pensar que ja sabem què ens dirà, que coneixem les seves respostes perquè creiem que és d'una determinada manera o bé per alguna altra experiència que tenim. Amb aquesta actitud no li donem la possibilitat d'expressar-se ni tampoc el podem ajudar. És evident que donar la resposta per sabuda o tenir prejudicis són actituds molt desaconsellades per als pares.

Ara enumerarem algunes pautes positives per al diàleg, que es poden aplicar també al diàleg dins del matrimoni. La primera de totes serà respondre a totes les preguntes que ens facin.

– *No interrompre*. Hem d'aprendre a escoltar activament, amb tots els sentits: "La persona que té més habilitats comunicatives és aquella que sap escoltar millor, que escolta amb els ulls i amb tot el cos" (Serrano, 2003).

Això val per a totes les edats, des de l'infant que quasi no sap expressar-se i ens vol demanar quelcom, fins a l'adolescent que ens vol explicar un problema o una alegria i ho fa de manera acalorada. Per exemple, ens estan explicant una cosa i nosaltres ens preocupem de la forma gramatical que estan emprant, més que del contingut i dels sentiments que mostren; fariem malament si corregíssim la gramàtica a mitja explicació perquè potser els tallàrem l'espontaneïtat o la sinceritat.

– *La mirada*. De ben petits els nens necessiten per a la seva afectivitat aquest contacte visual amb els seus pares. El

primer que veuen del nostre rostre són els ulls. Per a comunicar-se, es fa evident aquesta premissa: mirar directament sense abaixar la vista. Aproveem afirmativament amb la mirada, animem-los i mostrem-los que ens interessa el que ens diuen; amb la mirada dels pares es pot demostrar interès i afecte, i descobrir, en la dels fills, el seu estat d'ànim.

– *Saber preguntar*. Segons com fem les preguntes podem produir un ensurt tan gran que privi la confidència dels nostres fills. Convé fer una pregunta de manera suau i, si s'escau, dues o tres, per assegurar-nos que ells s'assabenten i entenen el que els diem i que nosaltres també els comprenem.

Mai hem de fer un interrogatori; és més adient utilitzar frases com "suposo que el que ha passat...", o bé "m'imagino...". Tanmateix, actituds així serveixen per a captar el nivell que tenen d'enteniment sobre un tema determinat, i, per tant, per a avançar informacions sobre sexualitat, diversions, addiccions, etc. Cal tenir aquestes converses aprofitant moments d'oci i tranquil·litat. Quan estem acompanyats, les preguntes no inquieten sinó que faciliten la confiança i la complicitat.

– *No mirar el rellotge*. Hem de demostrar interès per les seves coses; aturem els rellotges; tindrem bons moments per a dialogar si els sabem aprofitar, encara que l'experiència ens digui que el moment del fill potser no coincideix amb el nostre. Es tracta de deixar les coses pròpies pel bé del fill; segur que no ens en penedirem. Si anem amb pressa podem, sense voler, envair la seva intimitat.

És important afavorir rutines diàries en les famílies que permetin el diàleg confiat entre pares i fills. Pot semblar difícil però convé organitzar-se per tenir un temps marcat

per a estar per ells. En algunes famílies potser aquest moment s'aconsegueix sopant plegats i fomentant la conversa durant aquesta estona. Per a altres, aquest moment són les hores de tornada de l'escola i el treball. El que és desitjable és estar disponible tothora.

#### 1 ALGUNS SUGGERIMENTS PER A FOMENTAR EL DIÀLEG I LA CAPACITAT D'ESCOLTAR

- Escoltar sempre els altres i respondre a totes les preguntes plantejades.
- Tenir sempre disponibilitat, deixar de mirar un programa de televisió quan els fills ens parlen, saber abaixar el diari o sacrificar una sortida nocturna o un dia festiu per estar amb els fills.
- Oferir-los tot el temps que puguem per esperar amb paciència que ens facin confidències. Si només ens dediquem a preguntar, sense escoltar el que els preocupa, els semblarà que es troben espiats en lloc d'estimats.
- No pensar que ja sabem què ens volen dir. Hem de procurar escoltar com si tot el que ens expliquen fos nou.
- Posar-se pare i mare d'acord quan sorgeixen divergències, parlant a soles amb un diàleg que també requereix saber parlar i escoltar.
- Escoltar de manera immediata i activa. La naturalesa ens ha donat dues orelles i una boca, potser per escoltar més i parlar menys.

“És obligació del mestre que el nen aprengui i obligació de la família que el nen estudiï.”

JOSÉ ANTONIO MARINA

“La intel·ligència no consisteix només en el coneixement sinó també en l'habilitat per a aplicar els coneixements a la pràctica.”

ARISTÒTIL

Els nostres fills i filles passen moltes hores a l'escola; de fet, és el complement educatiu més important; per tant, quan deleguem una part de la seva formació hem d'informar-nos i reflexionar amb profunditat l'escola que triem. L'aspecte a tenir en compte és que el caràcter propi de l'escola s'identifiqui amb els nostres objectius educatius. Es tracta, doncs, que hi hagi coherència entre el projecte del centre educatiu i el projecte dels pares.

El nostre fill o filla ha de comprendre que és bo assistir a l'escola i la gran sort que té de poder anar-hi; continuament ens arriben notícies de nens que es passen la vida al carrer, de nenes que són discriminades i han de treballar de ben menudes, sense poder anar a l'escola; de criatures que han de caminar dues hores d'anada i dues de tornada per rebre només dues hores de classe. Convé que els nostres infants i adolescents prenguin consciència d'aquest fet per a poder valorar el que tenen.

Em sembla interessant el testimoni d'una amiga meva mestra i, com ella, moltes altres ho subscriurien. Ella sabia

que estava escrivint aquest llibre i em va enviar una carta en què ens recorda que els alumnes estan en bones mans a l'escola i ens convida a estar pendents perquè apreïin la figura del professor o professora:

"Benvolguda Victòria: T'escric per si vols incloure aquests pensaments en el teu llibre. Cada matí quan vaig a l'escola per a mi és un nou repte, el repte de poder donar el millor de mi. Hi vaig amb la il·lusió de poder arribar a cadascun dels nens, no em preocupa només ensenyar, sinó també mirar-los als ulls i saber com estan. Sé que un somriure és per a ells quelcom important, com escoltar-los i deixar-los parlar i explicar les seves coses. Procuro tenir paciència i inculcar bons hàbits, marcant límits i pautes. Desitjo ser molt humana i alhora tenir capacitat per a idear estratègies per a instruir, per a ensenyar i per a saber compaginar l'autoritat i la confiança. Hi som per a ajudar-los a ser persones en una societat plural en la qual ha d'existir el respecte i l'ajuda mutua. El testimoni que podem donar és essencial. S'ensenyava vivint el que es diu. Podria dir moltes més coses, però el que desitjo és que se sàpiga que cadascun dels meus alumnes és important per a mi i que sóc privilegiada de poder fer camí al seu costat. El més important per a mi és estimar-los i potenciar el millor d'ells."

A continuació desenvolupem algunes propostes interessants per a assolir una bona concordança entre pares, professors i alumnes.

## CONFIANÇA EN ELS TUTORS

Sobre les relacions amb l'escola, el primer que cal esmentar és la importància que els pares mantinguin contacte amb el tutor o tutora per mitjà de visites o entrevistes periòdiques al centre, que són de gran benefici per a tota la família. En aquestes tutories, és de vital importància transmetre la forma de ser del nostre fill, així com els objectius que ens proposem per a la seva educació. També és bo que els professors coneguin, per a poder comprendre, l'estil propi de la nostra família i l'àmbit familiar en què el nen o nena es mou.

El professor tutor té tots els elements sobre el comportament a l'escola, però també coneixerà millor el seu deixeble després de cada trobada amb els pares, i aquests, en saber més coses de la conducta del seu fill a l'escola, ampliaran coneixements des de la visió professional.

És convenient revisar sempre les fites marcades a la reunió anterior de comportament i de seguiment dels informes escolars, ja que és important comentar-los i, conjuntament, anar resolent els problemes que puguin sorgir des del punt de vista humà i acadèmic. La instrucció que el nen rep a l'escola es complementa amb les informacions mútues per arribar a la seva sòlida educació.

Darrerament han augmentat algunes conductes agressives a les escoles. Convé manifestar a la tutoria qualsevol dubte que tinguem respecte a això. Deturem-nos ara a comentar aquest fenomen, aquest assetjament, que actualment ha proliferat a les escoles.

Es tracta d'un assetjament anomenat *bullying*, un fenomen de violència física i psíquica entre companys d'un mateix centre educatiu. En el cas que tinguéssim un fill que

menyspreés algun company d'escola, ja fos perquè aquest fos immigrant, tingués algun defecte físic o li tingués mania i el volgués ridiculitzar o dominar, també seria un avís per a observar amb atenció el seu comportament, fer-se assessorar i esbrinar urgentment què passa amb el nostre fill. (Podem trobar un test per a saber si un nen o jove pateix assetjament escolar a: [www.acosoescolar.com](http://www.acosoescolar.com))

El *bullying* es manifesta amb burles, cops, ofenses, crítiques, apartant la víctima del grup, insults, etc. Els agressors que el practiquen necessiten teràpies per a canviar les seves actituds i els nens que en són víctimes poden arribar a patir estats lamentables de por i de malaltia. D'altra banda, hi ha unes altres víctimes, que són els testimonis d'aquesta violència, que no la denuncien perquè no els considerin uns acusadors.

Els nostres fills i filles es relacionen amb molts altres grups, a part de l'àmbit familiar, i per això hem de procurar saber amb qui van. Cal estar atent a qualsevol símptoma preocupant o canvi de comportament, ja que pot succeir-li a qualsevol i no solament a qui hagi estat abandonat o menyspreat en l'àmbit familiar. Tanmateix, pensem que tots hauríem d'intentar reforçar l'autoestima dels fills, per ensenyar-los a tractar tothom amb empatia i afavorir les relacions interpersonals.

Segons alguns experts, quan els fills viuen en un ambient poc càlid o bé hostil a la llar, o quan no poden establir lligams duradors d'afecte amb les persones que es fan càrrec d'ells perquè, pels motius que siguin, aquestes canvien sovint, o quan es presenta com un model ser un pinxo o el més agressiu, es poden arribar a tenir més fàcilment conductes violentes. D'una banda, els joves poden creure que

en el món que els envolta tot és hostilitat i la seva resposta pot ser més agressiva i violenta i, d'altra banda, com que no estableixen vincles constants afectius amb persones properes, els queda disminuïda la seva capacitat afectiva i això és un caldo de cultiu per a l'agressivitat i la violència.

La solució rau a crear a la llar un clima afectuós i comprensiu per afavorir una bona predisposició per a la convivència i per a ser nois i noies de pau, i a arribar-hi procurant petits objectius en l'àmbit familiar i escolar. Com sempre la comunicació, reforçada per la confiança, serà bàsica per a evitar aquestes situacions, ja sigui en el paper d'executor o en el de víctima. En aquest darrer cas el nostre fill ens ho podria explicar immediatament i rebria el suport de la família i de l'escola.

Insistim que, davant de qualsevol conflicte i per tal de no empitjorar-lo, en parlem a la tutoria, evitant caure en l'error de parlar malament d'algu a la llar i menys davant dels escolars. Els centres docents tenen el suport i l'assessorament del Departament d'Educació.

He escoltat sovint en els colloquis de les conferències que he donat, que els pares estan molt preocupats amb els seus infants que tenen problemes amb el menjar, i els sembla que l'únic que cal preguntar a la criatura en sortir d'escola és què ha menjat. Es dona per descomptat que a l'escola la reben una dieta variada i l'alimentació recomanada per a la infantesa. Jo penso que no ens hauríem de preocupar exclusivament per aquest tema. Hi ha elements més importants, com poden ser, per exemple, la relació amb els altres nens i l'actitud a classe. I si la criatura passa una temporada en què no té tanta gana, cal observar-lo i demanar consell al pediatre. Diuen els entesos que en cas d'inapetència

és millor omplir menys el plat i presentar-li el menjar amb una mica de colors o tallat més petit, o que es prengui una sopa de brou, que estimula el desig de menjar.

També he trobat moltes mares que es queixen que van sempre soles a parlar dels fills a les tutories. És curiós que la mare sempre pugui -això sí, amb vertader esforç!- compaginar feina i atenció als fills i que a algun pare li quedi per aprovar aquesta assignatura. És del tot necessari la seva assistència per a millorar les necessitats de tots plegats i ampliar els punts de vista de les tres persones encarregades del nen: pare, mare i mestre. No cal dir que, alhora, és apropiat i necessari que la parella assisteixi a les reunions i xerrades que ens proposin des de l'escola.

Què hem de fer quan sorgeix algun conflicte amb el nostre infant? De moment, segurament ens disgustem, però es tracta de ser àgils i reaccionar demanant informació al seu tutor per conèixer a fons el problema. Abans de fer comentaris negatius procurem viure aquella dita, que fa més o menys: "escoltar les dues campanes i el que diu el campaner." Si el nostre fill ha tingut una avaluació molt fluixa, per exemple, aturem-nos i analitzem a fons el problema preguntant-nos:

- Com distribuïm l'horari dels deures a casa?
- Parlem bé dels professors i tenim els mateixos objectius?
- Hem valorat la capacitat de concentració intel·lectual del fill o filla?
- Hem tingut una reacció molt enutjada per una mala qualificació en lloc d'animar el fill i col·laborar amb ell en el treball escolar?

Després, amb les pròpies respostes reflexionades, parlem

amb el tutor o tutora amb serenitat i sinceritat per trobar les solucions adients, escoltant i valorant el que ens aconselli.

## **PARTICIPACIÓ A L'ASSOCIACIÓ DE PARES I MARES (AMPA)**

Una manera de participar més a l'escola és cooperar amb l'Associació de Pares i Mares, l'AMPA. L'actitud en aquestes participacions sempre ha de ser positiva, amb lleialtat, amb bona voluntat. Els pares confiem en l'escola i hi deleguem bona part de l'educació dels fills; no podem intervenir en aquells aspectes que desconeixem, però sí fer aportacions per a ajudar en el que sigui adequat i conegut per nosaltres, com pot ser organitzar sortides, excursions, reunions periòdiques amb altres pares o convidar conferencians perquè facin exposicions atractives i pràctiques per a tots. Aquesta cooperació activa amb l'escola és interessant en el procés educatiu dels fills, ja que família i escola estem units en el mateix objectiu: l'educació dels fills.

En el cas que ens trobéssim amb algun problema com unes instal·lacions esportives deficientes o poca integració d'algun nen o nena immigrant procedent de minories ètniques i culturals, o amb necessitats educatives especials, o si trobem altres dificultats ho podem debatre buscant solucions fent arribar les propostes als qui tenen la competència de resoldre-ho: el consell escolar de l'escola.

Un altre aspecte important és fomentar l'amistat amb les altres famílies de l'escola sempre que en tinguem ocasió: celebrar aniversaris, sortides culturals. És l'àmbit adequat per a aprofundir en la relació i el coneixement de l'entorn del nostre fill. I per a saber que, com deia una amiga meva: "als altres també els passen coses", o bé com diu el refrany: "quan plou, plou per a tothom." Així, segur que podrem entrar amb una actitud positiva i dialogant amb els pares de l'escola, per riure'ns una mica de les nostres desgràcies. Reconforta molt saber que els amics també s'esforcen per educar els seus fills i aprenem els uns dels altres. A vegades, en veure actituds diferents de les nostres, tenim alguna bona idea i aprenem de la seva experiència.

La nostra presència a l'escola encoratja molt els fills o les filles. Són molt feliços quan ens veuen en actes recreatius organitzats per l'escola, on es participa de la millor manera, segons el caràcter de cadascú: amb entusiasme en una competició esportiva, amb emoció quan actuen els més petits, amb bon humor i alegria si es tracta d'una excursió...

Fem-nos una pregunta d'un altre nivell, amb aquest exemple: què hem de fer si el nostre fill ens comenta que està dubtant si fer de delegat de la classe? Sembla que és adient analitzar amb ell els avantatges i els inconvenients; potser s'haurà d'organitzar millor el temps d'estudi o retallar aquella activitat extraescolar. D'altra banda, fem-li veure que és un primer pas molt important per a la seva vida cap a un compromís social de responsabilitat cívica i un pas cap a la maduresa personal. No cal dir que si l'hem

animat a tirar endavant en aquesta comesa hem de donar-li facilitats.

És important donar-li suport, i evitar frases com ara: "Millor que no t'hi emboliquis, et complicaràs la vida."

Els reptes dels alumnes en l'àmbit escolar són: tenir un bon rendiment escolar, del qual parlarem més endavant, i ser acceptat en les relacions amb els seus companys, ja sigui individualment o en grup, i ser competents en alguna activitat esportiva o artística. L'autoestima torna a exercir un paper fonamental per a aconseguir aquests reptes. Pares i professors forgen la imatge que es crea ell mateix, som el seu mirall i el seu referent. El valor de l'esforç sempre té un paper fonamental en l'estudi i en l'esport. En aquest sentit, és convenient inculcar la idea que no és tan interessant guanyar com participar i que per a tenir bons companys és bàsica l'amistat, a la qual dedicarem tot un capítol.

#### ! CLAUS PER A UNA BONA COOPERACIÓ AMB L'ESCOLA

- Donar importància a les activitats quotidianes de l'escola dels nostres fills.
- Participar de l'escola. Deixar el nen o a la nena a l'escola no és deslliurar-se'n sinó adquirir un compromís per a fer-ne un bon seguiment.
- Parlar immediatament amb el tutor si el nostre fill ens diu que no vol anar a l'escola, per esbrinar la raó de la seva actitud.
- Evitar fer davant del fill comentaris negatius de l'escola i dels mestres.
- No permetre que els fills donin la culpa als professors o a l'escola del seu baix rendiment escolar, sense fer les consultes oportunes als professors i sense observar el temps dedicat a l'estudi a la llar.

- Si participem en l'AMPA, fem-ho amb lleialtat i positivament; pares i mestres tenen el mateix objectiu.

#### ❗ QUÈ CAL FER PER A COMBATRE L'ASSETJAMENT

- No fer comentaris ni donar missatges d'intolerància racial o cultural.
- Escoltar el nostre fill i filla amb comprensió i atentament. No minimitzar el que ens explica de l'escola, ja que si se sent refusat o assetjat vol dir que necessita el suport dels pares.
- En cas de conflictes a l'escola, parlar en primer lloc amb els tutors.

## PARLEM DELS AVIS

“El que realment necessita l'home no és viure sense tensions, sinó esforçar-se per un objectiu que mereixi el seu afany.”

VIKTOR E. FRANKL

Per a acabar aquesta primera part sobre la convivència no poden faltar unes breus reflexions dedicades a les relacions amb els avis. Aquests, des de la integració de la dona en la vida laboral, tenen un paper fonamental en l'àmbit familiar. Per tant, parlem-ne.

Possiblement, per a alguns que em llegiu, no és gaire llunyà el dia en què vau deixar en braços del vostre pare o de la vostra mare aquell nounat que els alegraria la vida. Potser vau captar l'emoció i la tendresa que es va despertar en el seu cor. Aquesta situació, per als avis, és com ser dues vegades pares.

En moltes escoles on he anat a fer conferències, he vist la necessitat que tenen els pares de rebre consells sobre la relació amb els avis. Fins i tot en alguna escola bressol m'han demanat una xerrada col·loqui el dia de la festa que dediquen als avis, per parlar del seu paper en la vida de família.

Recordo una notícia força colpidora que vaig llegir a la premsa: uns avis salvaven en un accident ferroviari els seus dos néts de sis i vuit anys. Van donar la seva vida protegint amb els seus cossos els dels petits. En llegir la notícia, vaig

pensar en tants altres avis i àvies que també donen la vida, minut a minut, dia a dia, perquè els seus néts rebin tendresa, afecte i atenció de tota mena davant les absències necessàries dels progenitors. Segurament, aquells avis de l'acció, que van morir amb tanta generositat, també havien dedicat molt del seu temps a aquells petits. Aquell gest no era fruit d'un impuls, sinó de l'estima envers l'Abdelaziz i l'Olia, els supervivents d'aquell fet real.

Cal reflexionar sobre algunes situacions familiars que poden influir positivament o negativament en les relacions amb els avis.

#### NO FER-SE LA VÍCTIMA

Es parla, des del punt de vista mèdic, de la síndrome de l'àvia esclava, l'àvia que només procura pels fills, que no s'atreveix a dir que està esgotada per l'excés de responsabilitats en què es troba immersa, i que no es queixa perquè té por de no ser útil. Finalment, per aquesta circumstància acaba emmalaltint.

És possible que això succeeixi —especialment a l'estiu, en època de vacances escolars— perquè les àvies segueixen tenint el mateix esperit maternal. Acullen els néts perquè els fills tinguin un temps de relax; tenen experiència i s'ofereixen per a tenir cura dels néts. Però també els costa més refer-se del canviament, i sobretot del neguit que els crea haver de vetllar els infants quan estan malalts o simplement quan els tenen al seu càrrec per qualsevol motiu. L'àvia o l'avi ho fan, tot i l'esgotament que això els provoca, amb l'esperança de quedar bé davant dels fills i que aquests descansin més.

És palès que l'àvia o l'avi que té cura d'una criatura no ho fa creient-se esclava ni esclau de ningú, sinó per ser útil, per esperar de servei. Tal com diu el diccionari, el verb 'servir' significa ésser útil a algú.

Els avis, sense distinció de gènere, volen compartir amb els fills sentiments, vivències, feina, afeccions, els bons moments i els no tan bons, i, per descomptat, totes les tasques; però això s'ha de fer en la mesura que el seu estat físic o psíquic ho permet. Recordem la dita: "La caritat ben entesa comença per un mateix."

Tanmateix, és necessari que els pares estiguin a l'aguait d'aquest cansament dels avis i comprenguin el que necessiten. A la vegada, els avis han de reconèixer les seves limitacions i acceptar-les, sabent demanar el que els cal i posant límit al seu esforç. Quan se sap demanar no es cau en el vic-timismo, es complau, es poden donar les gràcies i s'eviten confusions. A vegades els joves veuen els seus pares amb tan bons ulls que no s'adonen que el decurs del temps els va minvant forces.

#### INDEPENDÈNCIA DEL MATRIMONI

A través de converses amb matrimonis joves m'he adonat que, en algun cas, aquests no han aconseguit una autonomia real i plena, a causa de la dependència vers els seus progenitors; es fa palès que els favors que els fan guardant la mainada o altres —com pot ser una ajuda econòmica—, els poden impedir de ser autònoms. Per a solucionar aquesta situació de dependència, cal reflexionar-hi, parlant-ne marit i muller sempre amb delicadesa; la delicadesa és necessà-

ria per a no ferir-se mai en comentar coses negatives dels pares de cadascú. És fonamental que la parella pugui preveure algun petit problema, que després es podria fer més gran, i solucionar-lo des de l'òptica equilibrada de la serenor.

L'autonomia i la independència és necessària per a una bona convivència entre el matrimoni. És evident que els avis han de deixar viure la parella jove sense pressions a la seva intimitat, encara que siguin indispensables en tenir cura dels néts.

És normal que el matrimoni necessiti temps per a estar junts, discutir i fer les paus; però mai no ho han de fer davant dels avis, que podrien posar-se a favor o en contra d'algun dels dos sense tenir prou elements de judici o, per no fer-se càrrec d'una situació determinada —que podria ser passatgera—, dramatitzar-la i fer-la més conflictiva.

#### EXCÉS DE REGALS

Un problema força generalitzat és que els avis fan massa regals als seus néts. Davant d'aquest fet, els podem preguntar, amb fermesa embolcada per l'afecte que els tenim: "Què us sembla... què podríem fer... amb la qüestió dels obsequis. Els nostres fills tenen ja massa coses, desitgem un clima més auster a la nostra llar; es dispersen molt amb tantes joguines..."

Plantejat d'aquesta manera, segur que ho entendran. Tots els avis volen fer aportacions positives a la família, però, en alguna ocasió, hi ha malentesos per no dialogar. De la mateixa manera que els podem informar de l'excés

d'obsequis, també els hem d'advertir que els petits han de viure dins uns horaris, o que han de ser tractats de forma diferenciada per alguna circumstància nova en què es troben i necessiten més aixopluc, com podria ser el naixement d'un germà, un canvi de domicili o l'entrada a l'escola bresol o a la llar d'infants.

Igualment, convé explicar als avis els objectius educatius que tenim per a la nostra quinxalla i els nostres adolescents; així aprendran a respectar-los i secundar-los amb molt de gust. És interessant que estiguin informats de quins reptes tenim per als fills, per a fer-se'n ressò. Sovint, en situacions problemàtiques i havent-se posat prèviament d'acord, els avis han pogut fer de mitjancers entre pares i fills. Està comprovat que, en l'adolescència, molts joves han fet confiança als avis dels seus problemes i entre tots s'han pogut trobar solucions més adients.

Per a viure l'esmentat anteriorment es fa imprescindible, com sempre, la comunicació i, per tant, la confiança, el diàleg, el pacte i saber passar per alt petites banalitats, distingint el que és essencial del que és accessori. Pensem cadascú de nosaltres què volem dels fills i de les filles i diguem-ho clarament als avis, amb l'ingredient de l'afabilitat.

#### MEMÒRIA BIOGRÀFICA

L'avi i l'àvia sempre ens ajudaran a mantenir el caliu familiar. Hi trobarem les nostres arrels, la nostra memòria i bona part de la nostra biografia, amb records que han quedat impresos al nostre cor i al nostre cap. S'ha de comprendre que, alguna vegada, trobarem que tenen idees molt

diferents de les nostres i, això, potser serà una bona prova que ens han educat molt bé; almenys tenim la nostra personalitat; no cal ferir susceptibilitats criticant o jutjant costums d'altres temps.

Si copiem dels avis la capacitat d'estimar, d'agrair i de perdonar i la transmetem, segur que no ens equivocarem. Algunes mares joves d'avui poden treballar fora de la llar gràcies al fet que les àvies van mantenir-se en un segon pla, sacrificant la seva vida laboral, perquè elles poguessin preparar-se millor professionalment. Procurem recordar-ho, els joves, i transmetre als nostres fills i filles l'estimació i el reconeixement als avis.

En la mesura que els avis de totes les èpoques han contribuït a omplir les hores de la mainada amb cançons, rondalles i jocs, podríem dir, sense por d'equivocar-nos, que hem rebut molts costums dels nostres avantpassats gràcies a ells, que han esmerçat generosament el seu temps.

La saviesa i l'experiència que donen els anys de la gent gran són un privilegi, com també ho és el fet de poder comptar amb ells. Valorem-ho i fem que els nostres fills els admirin i els respectin.

#### 1 ALGUNS CONSELLS PER A CONVIURE EN HARMONIA AMB ELS AVIS

- Recordar que devem la nostra existència als nostres pares i que gràcies a ells ens és possible assolir el do de la maternitat i de la paternitat.
- Transmetre les vivències de la família.
- Tenir present i comprendre que, generalment, allà on la gent gran es troba més realitzada és amb la seva família. Tot i això,

cal procurar que aquest fet no perjudiqui mai l'autonomia del matrimoni i la particular independència que comporta el seu estat.

- Comprendre que cada generació, avis i pares, som fills d'una època diferent, amb diferent educació i manera d'entendre la vida.
- Orientar els avis en els obsequis que considerem més pedagògics i útils per als nostres fills segons la seva edat.

Segona part  
LA CULTURA DE L'ESFORÇ

## FORMACIÓ DE LA VOLUNTAT

"La nostra glòria més gran no consisteix a no haver caigut mai, sinó a aixecar-nos cada cop que caïem."

OLIVER GOLDSMITH

"Voler és triar. I triar és anunciar i renunciar. Voler és determinació. I per això necessita el suport d'una voluntat ferma, temperada per la lluita i l'esforç."

ENRIQUE ROJAS

Si comparem el tarannà d'algunes famílies actuals amb la vida dels nostres pares o avis, ens preguntem: no deu ser que hem passat de la cultura de l'esforç a la cultura del benestar i ens ha atrapat aquest fet sense valorar que podia perjudicar l'educació dels fills, convertint-los en uns petits tirans vers nosaltres, disposats a aconseguir-ho tot sense moure un dit?

Hem de rebutjar l'estil autoritari, que, afortunadament, ja ha passat a la història. Com també els càstigs humiliants que ens descrivia Charlotte Brontë a *Jane Eyre*. Però alhora hem de rebutjar un "deixar fer" excessiu, que no condueix a bon port l'autonomia i la responsabilitat dels nostres infants i joves, finalitat de tota tasca educativa i que està fonamentada en l'educació de la voluntat.

Educar la voluntat dels fills és fonamental per a fer-los entendre la cultura de l'esforç i alhora encarrilar el seu desenvolupament integral. Tots els pares desitem que arribin amb un bon bagatge a la seva maduresa personal quan

s'hagi acabat l'adolescència, cosa que succeeix normalment als divuit o dinou anys.

És a partir dels quatre anys que la mainada comença a reconèixer el que està bé i el que està malament, i als set anys, aproximadament, amb l'ús de raó, són ja capaços de distingir-ho. Ponderem, en aquest context, si som capaços de fer distingir el que està bé del que està malament. Si saben diferenciar els dos conceptes, ja ho tenim gairebé tot guanyat. Aquesta distinció, sens dubte, és la fita d'una bona educació i està fonamentada en la seva voluntat per a dur a terme allò que és bo per a ells; per això no escatimarem temps a fer-los forts i a no cedir fàcilment als seus capricis.

Per a formar en l'esforç i educar la voluntat hauríem de basar-nos en la creació d'hàbits i en les motivacions.

#### CREACIÓ D'HÀBITS BÀSICS

La directora d'una escola bressol em deia, abans de comentar una conferència: "Sobretot, explica extensament la necessitat dels infants de dormir al seu llit i a una hora fixa. La majoria es queden adormits al sofà de la sala d'estar amb la televisió engegada o al llit dels pares."

Hem d'establir mètodes, actuar amb regularitat; és en la primera infància quan cal inculcar els hàbits o repetició d'actes, i així, d'una manera habitual, els infants van fent l'aprenentatge de la formació de la voluntat. Fixem-nos que la nostra vida també té uns ritmes, ritme del dia, de la nit, de la higiene, dels àpats, de l'hora de dormir. El costum fa que ho visquem sense que ens costi, ens hi hem habituat.

Si bé cada família té el seu estil, es fa palès que haurem de tenir unes regles del joc a la llar per a incorporar-les a la vida dels infants, amb puntualitat. El costum de complir el que està establert a la mateixa hora és necessari, si bé alguna vegada pot haver-hi un esdeveniment extraordinari que obligui a modificar els horaris.

Tinguem present que l'ordre a la llar és un pilar fonamental en l'educació. Cal establir horaris per a llevar-se i per a anar a dormir, per a l'hora dels àpats, per a l'hora del bany, per al temps de lleure, per a l'estudi. De vegades convé advertir els fills amb aquell refrany: "a la taula i al llit al primer crit", ja que les dites queden bastant fixades i són recordades.

Tenint en compte les circumstàncies, possibilitats i limitacions de cadascú, és convenient organitzar-se, no fos cas que, per massa perfeccionisme, ens equivoquéssim a l'hora de marcar-nos objectius i no els poguéssim complir; per això s'ha de preveure l'horari del dia de festa i l'horari del dia de feina, i posar-se d'acord mare i pare per fer el reparament, però essent realistes.

Un pare em deia: "Com vols que jugui amb el meu fill si sóc a la cuina preparant un rostit?"

Bé, tenia tota la raó, potser s'hauria de plantejar si podia fer aquell dia un altre tipus de menjar, ja que l'estava preparant a l'hora del joc del nen. Aquell pare no era simplement dels que ajuden, sinó dels que ho comparteixen tot, feina de la casa, temps de convivència... Sempre es pot canviar un àpat per un altre que ocupi menys temps per poder dedicar-se a jugar amb el fill!

No oblidem que l'ordre d'una llar no és el d'un museu ni el d'un cementiri, ja que els nens i les nenes necessiten jugar, estudiar, anar al bany... Per tant, es mouen i... tant de

bo que sigui així! No poden estar tot el dia asseguts al sofà veient la televisió, convertida en mainadera electrònica.

## MOTIVACIONS

Els infants desitgen veure contents els seus pares. L'alegria transmet una actitud positiva que anima a creure i a complir les pures establertes amb millor disposició. En aquest aspecte, convé recordar que tot el que hem estudiat sobre autoestima els ajudarà en aquest aprenentatge de l'esforç, que és un element clau per a tota la seva evolució integral.

Hem de tenir molt clars els objectius de l'educació que establim per als infants i adolescents; els reptes que desitgem que es plantegin han d'estar al seu abast per poder-ne valorar l'esforç; si els demanèssim més de les seves possibilitats, els causaríem una constant frustració, no els podríem encomiar i quedarien mancats de l'al·licient de l'elogi dels pares i de la seva pròpia satisfacció. No és bo, doncs, demanar-los més del que poden fer, ja que així es potencien nens tímids atès que no poden assolir el que els demanem. En aquest sentit, cal estar a l'aguait amb el primer fill, ja que a vegades se li pot exigir massa amb allò de: "Tu, que ets el gran, no et fa vergonya fer això?"

En l'etapa adolescent, compresa entre els quinze i els divuit anys (aproximadament), hem de dedicar més temps per parlar i negociar junts els acords i fer pactes. Em va fer gràcia el gest d'una mare amb la seva filla de setze anys. Havien arribat a un acord: mare i filla amb un bon somriure van aixecar el braç i es van tocar les mans obertes tot dient: "tracte fet."

També podem preguntar-nos si quan donem ordres ho fem de forma positiva. Per exemple, si diem a un nen de cinc anys: "No facis soroll; no juguis amb això, que moles-tes", l'ordre és negativa i només aconseguirem disgustar-lo. En canvi, si li diem: "Et dono una altra joguina?; potser amb aquesta farem menys soroll, el teu germà petit no es despertarà i així la mare i el pare t'ho agrairan", la seva motivació ha estat doble, d'una banda ho farà per amor als pares, de l'altra, farà un bé al seu germà.

No cal dir que la mateixa escena, però amb els nostres fills adolescents, es presentaria amb una actitud més participativa: "Què et sembla..., què en penses..., què faries...?" Gairebé podem assegurar que quan a la llar es viuen aquests ingredients de la participació, en surt una fórmula motivada; es passen molts dies en què no cal fer cap reprensió i aquest fet asserena molt a tothom.

Les qualitats que contribueixen a incrementar la motivació dels infants i adolescents són: la confiança, el bon humor, l'alegria, la paciència, la generositat, l'afecte... Per tal de ser un bon referent per als nostres fills cal esforçar-nos perquè totes les qualitats esmentades siguin transmeses pel nostre testimoni personal.

Sovint ens trobem que, als fills, els costa complir amb les seves obligacions, ja que no tenen el desig o les ganes d'esforçar-s'hi; per això, és convenient fer-los veure que el que se'ls demana és quelcom que els reportarà un bé, i donar-los algun al·licient, encara que sigui dient: "si fas això em faràs feliç."

Què ens passa, als adults? Normalment, la nostra voluntat actua quan la intel·ligència ens fa veure que una proposta és bona per a nosaltres. Si, a més a més, la fem de tot cor, el resultat és òptim. Als fills, els succeeix el mateix.

⬇️ **ALGUNS CONSELLS RESPECTE A LA CREACIÓ D'HÀBITS I MOTIVACIONS**

- Fer viure els hàbits bàsics: horaris de son, àpats, higiene, lleure.
- Viure l'ordre amb una certa flexibilitat quan convingui. A la llar hi ha vida i, per tant, animació i moviment.
- Motivar i animar per ajudar a l'esforç de la voluntat, essent alegre i positiu.
- No és convenient cedir al caprici dels infants sense una causa justificada, hem d'aprendre a dir "no" quan calgui.
- Negociar i fer participar els adolescents, perquè estiguin més motivats en els pactes o acords que s'estableixin.

"El treball ajuda sempre. Treballar no és realitzar allò que un s'imaginava; és descobrir allò que un porta a dins."

BORIS L. PASTERNAK

Quan tots els membres de la família comparteixen i col·laboren en les feines de casa s'assimila millor el concepte de cooperació. Aquesta capacitat participativa, que anem infontent en l'infant i el jove, el motiva a tenir sempre una bona disposició per a saber què manca a la llar. També l'ajuda a pensar en els altres per donar-los suport o demanar ell mateix ajut quan cal. Tots necessitem de la cooperació. Un exemple senzill el trobem en la novel·la *Robinson Crusoe*. Arriba un moment en què, al naufrag, li cal la cooperació d'un salvatge fugitiu, el seu criat Divendres, a qui salva. El protagonista de la novel·la necessita companyia per a no embogir o morir de soledat.

Una bona eina educativa per a ensenyar als fills i filles a cooperar és la participació en les tasques que comporta la vida ordinària de cada família mitjançant l'assumpció d'encàrrecs, dels quals parlarem tot seguit, destacant-ne els beneficis.

## AGRAÏMENT

La llar és de tota la família, si bé el pare i la mare són els que han d'organitzar-ne el bon funcionament, aconseguir-hi una bona convivència i també que els qui la formen, els fills i les filles, siguin feliços, capaços de cooperar i de saber relacionar-se bé amb els altres, i augmentar la seva capacitat d'agraïment.

En una xerrada d'una escola bressol, una mare va comentar que el seu nen d'un any i mig, quan li canviaven el bolquer, l'agafava i anava tot sol a llençar-lo al cubell de les escombraries —desitjava compartir amb els altres assistents del col·loqui aquest èxit; era una manera de fomentar la participació del petit i de poder-li agrair el que feia.

Un dels valors importants amb vista al futur per a l'educació dels infants és, sens dubte, ensenyar als nostres fills a ser agraïts. El reconeixement i la satisfacció que demostrem els pares en veure complert un encàrrec és un dels referents per a transmetre aquesta qualitat.

Hem de saber donar, però també hem de saber rebre. Si pare i mare s'acostumen a rebre ajuda, podran donar les gràcies i no es queixaran de la poca participació familiar. No fèssim com aquell o aquella que es passejaven pel passadís de casa rondinant: "Pobre de mi, tant que pateixo i tan poc que em queixo."

## DESENVOLUPAMENT DE LA PERSONALITAT

Tenir la responsabilitat de l'encàrrec ajuda al creixement personal dels fills des de diversos vessants. A casa tenim a

l'abast moltes ocasions per a fer-los col·laborar, des de coses materials que contribueixen al bon ordre de la llar, com ara anar a comprar, recollir la cuina, repartir la brossa i el paper en els contenidors, endreçar els armaris, etc., fins a d'altres que contribueixen més a potenciar la seva sensibilitat i la bondat, com ara ocupar-se de jugar amb un germà petit, explicar-li contes, fer companyia a un avi malalt... Aprenent el valor de la participació, el noi i la noia es preparen, al mateix temps, per a la sociabilitat i el treball en equip.

Un pare, mestre d'una escola, em va explicar el seu costum d'omplir la rentadora al costat del seu fill, que l'ajuda a classificar la roba per textures, colors, mida i fins i tot per olors. Per a la criatura és un joc i mentre realitza aquesta activitat lúdica està desenvolupant moltes capacitats: la capacitat d'observació, i per tant de concentració, a més d'estimular el tacte, la vista, l'olfacte i l'oïda.

Una altra experiència viscuda que dona bons resultats i que és útil per a incitar la iniciativa i la il·lusió dels fills és reunir-se per fer el repartiment de tasques, i que quedí escrit en un cartell a qui s'adjudica cada cosa. Mensualment, es revisa i s'hi fan els canvis oportuns. Per exemple, l'encàrrec de recollir la cuina no és igual que el de prendre nota de qui telefona, o el d'anar a comprar o bé llogar una pel·lícula per al diumenge no és igual que baixar les escombraries fent una recollida selectiva; per tant, cal fer el repartiment de manera que tots tinguin els seus torns i que aquests no els resultin feixucs.

És molt important, a l'hora de repartir els encàrrecs, conèixer bé el caràcter i la manera de ser de cadascú i tenir en compte la seva edat; hem d'observar profundament l'un i l'altre. L'encàrrec té una finalitat educativa, per tant ha de ser adequat a la individualitat de cada fill o filla; es tracta de saber què pot fer bé el fill, per poder-li-ho valorar, o què li reportarà un benefici per al seu aprenentatge. Conec un nen molt actiu que compleix molt bé quan ha d'anar a comprar a una botiga lluny de casa. Sé d'una nena, entusiasta de l'ordinador, que és l'encarregada de fer la comanda de la llar a través d'Internet al supermercat del seu barri.

Tenir una responsabilitat a la llar és alhora un mitjà per a créixer en molts valors personals i per a comprendre la realitat del goig que proporciona ser útil. Aquesta responsabilitat augmenta l'autoestima del nen ja que està motivat per a complir-la i perquè rep la resposta positiva dels pares amb l'actitud de complaença i gratitud.

Tots els pares sabem per pròpia experiència que fem més de pressa la feina sols, però també és un fet que, per a educar, s'ha de tenir paciència i saber esperar. Els bons resultats, algunes vegades, no són immediats per als adults, però sí per als nens que participen activament a la llar.

Fixem-nos en aquestes expressions, són el tipus de frases que motiven els infants i adolescents i els estimulen: "tu pots fer-ho, n'estic segur", "et felicito pel que has fet", "quina alegria que m'has donat!", "si necessites que t'ajudi, diguem-ho!".

El valor de l'ordre és per a la disposició de les coses personals. Des de la infància els fills han de tenir el mateix calaix, prestatge i armari per a guardar les seves joguines, llibres i roba. Hi ha d'haver un lloc per a cada cosa i cada cosa ha d'estar al seu lloc.

En el col·loqui d'una conferència en què vaig parlar de l'educació en el valor de l'esforç, un dels assistents va comentar: "Quan el meu fill de vuit anys no endreça l'habitació de jugar, si no recull les joguines a l'acte, llenço totes les que trobo per terra a les escombraries." Després que els altres participants a la reunió hi diguessin la seva, la conclusió general va ser que això no es podia fer ni com a càstig extraordinari. Un altre pare de la reunió va fer broma dient que es podia donar el fet que l'endemà li tornessin a regalar més joguines, i el nen s'acostumés a no donar valor a res; per tant, s'havia d'estudiar una altra opció. Una mare va explicar que avisava amb temps el seu fill i que li feia deixar guardada la joguina preferida per poder seguir-hi jugant una estona després de sopar a la sala d'estar o emportar-se-la al llit, i que junts endreçaven les altres; una altra opinió era no recollir res i els dissabtes, que era festa i es tenia més temps, fer ordre a l'habitació amb el fill o filla. Bé, és prou manifest que escoltant-nos els uns als altres sempre aprenem i treballem el que és el més convenient.

A part de l'encàrrec que s'acordi per a la llar, es dona per descomptat que cal tenir cura de les coses personals. D'un a quatre anys els nens ja poden endreçar les joguines, amb l'ajuda del pare, la mare o els germans grans. A partir dels cinc anys poden fer-ho sols i més endavant també po-

den fer-se el llit, recollir la roba bruta i fer altres tasques. És bo recordar que hem de començar donant encàrrecs que el nen sàpiga fer bé i anar de mica en mica pujant el grau de dificultat, no fos cas que es desanimés.

No oblidem que l'ordre de la llar ha de ser com el d'un obrador o el d'un taller, dinàmic, per tant, i s'ha de motivar la participació de tots els membres, que han d'estar disposats a viure canvis; no hem de tancar-nos ni violentar-nos si no aconseguim que tot funcioni amb el ritme que havíem previst. Hem de ser flexibles, tal com hem aconsellat en parlar de la creació d'hàbits.

Expressament no posem en aquest capítol una llista exhaustiva d'encàrrecs que es poden dur a terme, ja que cada família té el seu estil, les seves circumstàncies, les seves necessitats i les diferents edats dels fills, però en suggerim alguns:

- Contestar al telèfon.
- Ajudar a netejar el cotxe.
- Revisar la bossa de la brossa i, si és plena, canviar-la.
- Canviar el rotllo de paper higiènic.
- Desparar la taula.
- Vestir el germà petit.
- Fer el rètol d'encàrrecs.
- Programar el que es mirarà a la televisió.
- Fer la llista de la compra.

Els nostres fills volen saber quin és el seu paper protagonista a la llar i què han de fer. El que els sap greu és que els pares els recriminin per haver fet malament coses que no sabien com les havien de fer. Després d'un bon plantejament se'ls pot fer participar en unes quantes tasques, i així s'animaran a acabar l'encàrrec i, sobretot, a reconèixer la llar com a molt seva.

### ! ALGUNS SUGGERIMENTS SOBRE LA PARTICIPACIÓ A LA LLAR

- Deixar que els fills tinguin la possibilitat de triar l'encàrrec encomanat i fer-ne un seguiment posterior.
- Que els pares no trïin l'encàrrec més fàcil per al qui pugui semblar el "preferit". No hi ha res que entristeixi més els altres que notar alguna predilecció.
- Fer la vista grossa si hi ha hagut algun fracàs.
- Fer que els encàrrecs siguin rotatius.
- Permetre que algun encàrrec més feixuc es faci entre dos o més germans.
- No fer els pares les tasques que puguin fer els fills, encara que les facin millor i més de pressa.
- Donar responsabilitats iguals als nois i les noies.
- Demostrar agraïment i acostumar els fills a donar les gràcies, però no es tracta de fer-ho repetir com fan els lloros, ells ho han d'aprendre contagiats pels pares.

"El secret de la felicitat no és fer sempre el que es vol sinó voler sempre el que es fa."

LLEÓ TOLSTOI

"La llibertat suposa responsabilitat. Per això la majoria dels homes la temen tant."

GEORGE BERNARD SHAW

L'objectiu de l'educació és formar persones honestes, amb conviccions profundes i fonamentades en valors. La responsabilitat personal és necessària per a tots, petits i adults. Educar en la responsabilitat és forjar persones amb capacitat de pensar i procurar que adquireixin criteris després d'assimilar el que s'ha après. La força de l'educador, sigui pare, mare o docent, es troba en la seva pròpia responsabilitat, de la qual aprenen els fills i els escolars. Som el seu referent: segons la manera de fer, l'optimisme amb què afrontem les dificultats, la maduresa amb què prenem les decisions i, sobretot, per la resposta que donem als deures familiars, professionals i socials.

Una característica de la vertadera responsabilitat és assumir els actes que hom fa sense carregar, si s'equivoca, les culpes als altres. Es tracta d'aconseguir dels fills i de les filles, per ajudar-los en l'aprenentatge de la responsabilitat, que sàpiguen què han de fer i com ho han de fer a casa, a l'escola, amb els amics, sense buscar excuses i enfrontant-se a les conseqüències dels seus actes. Aquest tema està molt

relacionat amb l'aspiració que tots els éssers tenim de viure en llibertat, a la qual dedicarem un altre capítol.

Com veurem a continuació, la responsabilitat té diversos vessants pràctics dins l'àmbit familiar.

#### FOMENTAR L'AUTONOMIA

La independència que la mainada va assolint és necessària per a arribar a ser autònoms i, per això, cal començar a impulsar-la abans que tinguin un any. Un primer pas seria deixar que prenguin unes cullerades de menjar tots sols i que es vesteixin amb ajuda; a quatre anys, que triïn la roba que s'han de posar, i així un llarg etcètera que els pares anem veient en el moment en què ell demostra la seva iniciativa.

Alguns coneixem aquella anècdota del nen de sis anys a qui preguntaven: "Què és un jersei?" I ell responia: "És la peça que m'abrica quan la meua àvia té fred!"

Recordem que perquè els nostres fills siguin autònoms, cal que els deixem triar i decidir coses com ara afeccions, jocs o altres interessos que puguin tenir. Tot això, amb la intenció que sàpiguen tenir iniciatives i aprenguin a decidir, perquè amb els errors aprendran a rectificar. No oblidem la dita: "L'experiència és la mare de la ciència."

Tenim un ventall de possibilitats per a fomentar que l'infant o adolescent prengui iniciatives triades per ell mateix. És convenient que experimenti inquietuds i desigs d'assolir reptes i, alhora, de demostrar que és capaç d'assolir-los. Donem-li la nostra aprovació perquè realitzi algunes activitats de forma independent i no el col·lapsen.

Fa poc, una amiga em mostrava la seva preocupació en aquests termes: "dues de les meves filles, de nou i onze anys, volen anar soles a l'escola." Li vaig aconsellar que els en donés permís, acompanyant-les el primer dia per assegurar-se que coneixien bé el camí. Ho vaig fer sabent que era un risc; ara bé, si els ho deixava fer, d'una banda les nenes pensarien que la mare els tenia confiança i, de l'altra, anirien assumint autonomia. Tot anirà bé, sempre que la mare no mostri una preocupació excessiva. No oblidem mai que per a tots els aprenentatges és necessari donar seguretat i no transmetre angoixes ni por.

És important que els infants i els adolescents vagin solucionant tots sols els problemes quotidians i ordinaris i els conflictes que tinguin a la llar i a l'escola, sense una intervenció directa dels pares, tret dels conflictes extraordinaris. Han de saber que tenen les espalles cobertes, però han de ser decidits per a poder solucionar els seus petits conflictes.

#### APRENTATGE DEL VALOR DELS DINERS

Un element a considerar com a valor educatiu, en el tema que tractem de la responsabilitat, és l'administració dels diners. Alhora cal aprofitar per a inculcar el criteri que els diners són només un mitjà i, per tant, recordar sovint la frase que "és més important ser que tenir".

Què hem de fer perquè els nens comprenguin que les coses costen i que els diners s'han de saber administrar?

És probable que als vuit o nou anys ja s'hagi tingut l'experiència de comprar quelcom per a nosaltres i haver après a comprovar el canvi i fer servir els diners. Potser han jugat al

Monopoli o a algun altre joc de taula semblant, o han jugat a botiguers o els hem deixat anar a comprar sols alguna cosa que els feia falta per a l'escola: un llapis, una llibreta... Sembla interessant que, més o menys a aquesta edat, o com a màxim a deu o onze anys, els fills tinguin assignada una quantitat periòdica i fixa per a les seves petites despeses. Potser els pares i mares pensem que ja els comprem tot el que necessiten, però, en aquest tema, no es tracta de suplir, sinó d'aprendre el cost de les coses materials. És fonamental que els ensenyem a organitzar-se; no és convenient donar-los més diners quan s'acaba la quantitat establerta. Aquesta paga ha d'estar relacionada amb l'edat i un cop acordades les despeses habituals que tenen els fills, parlant-ho amb ells.

En el mateix sentit, és del tot desaconsellable donar diners per fer tasques domèstiques, ja que la casa és l'espai de tots. Tampoc hem de donar remuneració per les notes de l'escola, ja que és la seva responsabilitat com a estudiants intentar que siguin com més bones millor.

De vegades ens preguntem: "i si es treu el títol de batxillerat li puc regalar una moto?" En aquest cas cal plantejar-nos si li fa falta aquest vehicle per a anar a la universitat o a treballar, o si és necessari per a fer petits serveis a la família. Un cop analitzades aquestes qüestions, podem comprar-la o no, però el motiu ha de ser una necessitat familiar, mai les seves qualificacions, ja que l'estudiant té el deure d'estudiar sense esperar cap premi a canvi.

Tanmateix és important fomentar l'estalvi, per la qual cosa cal un aprenentatge de la previsió i de la planificació. Tenir un objectiu pot motivar els fills de totes les edats, per exemple un viatge, potser una sortida a un parc d'atraccions que impliqui passar alguna nit fora de casa, una acam-

pada a la muntanya o alguna altra activitat extraordinària decidida entre tots. Això, cal preveure-ho amb temps fent el pressupost del que es necessita i fent una guardiola on cada setmana s'hi posi una quantitat; per exemple: cada setmana els pares hi poden posar deu euros i els fills, dos euros o més de la seva paga... Les quantitats dependran, és clar, de les possibilitats econòmiques. Quan arribi el dia de trencar la guardiola tots plegats, feliços i divertits, veuran els resultats de l'estalvi, un concepte avui dia una mica passat de moda però que fomenta "no estirar més el braç que la màniga". S'experimentarà la satisfacció d'haver col·laborat i la compensació d'una diversió.

Un altre punt relacionat amb els diners seria, també, fer participar els joves en l'elaboració del pressupost familiar; això pot ser útil per a acostumar-los a la realitat econòmica familiar i a no viure sempre influïts per la societat de consum, que només anima a gastar més. No és cert que un objectiu a aconseguir seria que en l'àmbit familiar es gastés millor i amb intel·ligència, en comptes de gastar per gastar? Fomentariem així el rebuig a aquesta moda del consum.

Vaig tenir una reunió amb un matrimoni amb dos fills adolescents i un de quatre anys. El pare tenia una professió liberal, la mare es dedicava a l'ensenyament. Em van explicar que, quan havien de fer una despesa extraordinària, els dos fills grans obrien la carpeta de l'ordinador on figuraven les entrades del despatx del seu pare i, entre tots, comentaven el que es podia fer. Ells comprenien perfectament que no podien tenir roba de marca, que havien de reduir la despesa del mòbil... També sabien, ja que pare i mare els havien format de petits, que podien oblidar-se d'un caprici mirant al seu entorn i donant a qui ho necessitava més que ells.

Em va cridar molt l'atenció l'optimisme i la complicitat d'aquella família, i em vaig preguntar: "Quants nois i noies joves tenen un rampell de mal geni o tanquen la porta de cop, enfadats amb els pares, perquè no els han comprat l'últim model de...?" Quasi asseguraria que la majoria de famílies passem moltes angúnies per a arribar a final de mes a causa d'haver cedit en tot allò material que ens demanen els fills.

Reflexionem-ho i contestem-nos: som del parer d'explicar l'economia real de la llar als nostres fills joves i fer que sàpiguen el valor dels diners o, pel contrari, estem amb l'aigua al coll per culpa de fer-los obsequis innecessaris o per anar a l'última moda?

#### ! ALGUNS CONSELLS PER A DESENVOLUPAR LA RESPONSABILITAT I L'AUTONOMIA

- Deixar que els fills tinguin iniciatives i les duguin a terme, saber esperar i tenir paciència.
- Que siguin conseqüents amb la responsabilitat dels seus actes.
- Descobrir noves capacitats en els infants i joves i saber-les potenciar.

#### ! ALGUNS CONSELLS PER A ADMINISTRAR ELS DINERS

- Parlar mensualment de les despeses amb els adolescents per orientar-los i guiar-los.
- Fer veure el preu real de les coses perquè aprenguin a entendre si està ajustada la qualitat amb el preu.
- Ensenyar que no es creïn necessitats superflues, transmetent-los seguretat davant dels companys que obtinguin molts capricis. Que valorin i respectin els altres pel que són més que pel que tenen.
- La retribució és un instrument d'educació. Hem de saber trobar el moment adequat per a apujar la setmanada, segons les noves despeses que se'ls apareguin.

- Les habilitats negociadores són necessàries perquè els joves aprenguin a viure la vida de forma efectiva en el seu entorn social: amb els amics, amb els professors i, en el futur, amb els seus caps de treball.

- La quantia de la setmanada ha d'estar vinculada al tipus i volum de despeses que s'han d'administrar. Per tant, es tracta de mantenir un diàleg seriós amb els fills, amb paper i llapis o calculadora, per concretar les despeses.