

# Portada



Què cal prioritzar en l'educació dels fills perquè siguin infants honestos, crítics, empàtics, solidaris i autònoms, a més de feliços? ¿Hi ha una fórmula màgica?

## COM PODEM EDUCAR NENS 'BONS'?

ESTHER ESCOLÁN

Abans de convertir-se en pares, les parelles debaten i pacten els elements en què es basarà el seu estil educatiu. L'objectiu sol ser fer dels seus fills bones persones que facin gala de valors com la generositat, el respecte o la igualtat. Tot això, al marge de dotar-los de recursos perquè sàpiguen desenvolupar-se en qualsevol context per ells mateixos, d'acompanyar-los en la descoberta del seu entorn i de les seves habilitats, i un llarg etcètera de missions que conformen l'aventura de ser pares i mares. L'ofici d'educar se sol considerar el més difícil del món. De fet, més enllà de la literatura i de l'opinió dels experts en la matèria, no disposem de gaires eines que ens aplanin el camí, així que cadascú haurà de fer proves i adaptar el seu es-





til educatiu a mesura que avanci posicions, una aventura en què tots, tard o d'hora, descobriran que no hi ha una única recepta que garanteixi l'èxit, de la mateixa manera que no hi ha dues criatures iguals.

### EL SEU MIRALL

Un estudi recent dut a terme per psicòlegs de Harvard apuntava que per criar nens *bons* cal compartir temps amb ells i tractar-los d'una manera afectuosa, comunicar-se i parlar-hi de manera freqüent, mostrar-los com poden resoldre un problema sense fer èmfasi en el resultat, mostrar-los gratitud de manera regular i dotar-los d'una amplitud de mires que els permeti ser més atents, sensibles i respectuosos amb allò que els envolta, una

síntesi amb la qual la psicòloga Sílvia Guillamón està d'acord. La també directora del centre L'Arbre afegiria tanmateix "la necessitat de conèixer la nostra importància com a vehicle educatiu". I alerta: "Els fills aprenen fonamentalment de les nostres actuacions, no només a casa, sinó en tots els àmbits en què ens desenvolupem". Per tant, "no podem entrar en la paradoxa de verbalitzar sense actuar en conseqüència". Perquè també siguin feliços, Guillamón apunta que cal que "se sentin estimats i respectats". La psicòloga afegeix que "si eduquem els fills en valors i en una sana gestió emocional els farem forts, crítics i empàtics".

Fixem-nos en els protagonistes de la fotografia del reportatge. Carles Piquer és el pare de l'Aran, de tres anys. Com que van ser pares "en un dit i fet", tal com reconeix, l'Emma i ell prèviament no van parlar gaire de l'estil de criança i educació del seu fill. "No vam tenir temps ni de discutir-ho!", recorda. Tot i així, el que sí que tenien "claríssim des de sempre" era que la millor manera d'aconseguir educar en els valors en què ells creien era "amb l'exemple". I ho il·lustra: "Si vols que el teu fill endreci les joguines, tu també has de tenir cura de les teves coses; si vols que mengi fruita i verdura, te n'ha de veure menjar a tu; si no vols que pegui, tu no pots anar donant cops o cridant; si no vols que estigui tot el dia amb el mòbil o la tele, no ho facis tu tampoc".

### NO ELS SOBREPOTEGIU

Per a l'educadora emocional Cristina Gutiérrez, una altra de les fites a assolir com a progenitors és "ser conscients d'allò que estem fent i no sobreprotegir-los, tenint clar que des que els despertem al matí fins que els fem el petó de bona nit els estem entrenant en un munt d'aprenentatges". Per a la també directora de La Granja, decidir en quines competències els volem entrenar també és vital: "Hem de pactar quines habilitats volem que els nostres fills tinguin integrades i, un cop les decidim, començar a entrenar-les de manera intencionada, és a dir, fent que les practiquin". De la mateixa manera, si volem que gestionin l'error, quan s'equivoquin, també hem de "felicitar-los perquè ho han intentat i animar-los a fer que segueixin practicant, però d'una altra manera... I així amb totes les competències".

En tot aquest camí d'educació i aprenentatges, per a Cristina Gutiérrez hi ha dues enemigues clau d'una "educació sana, coherent i amb sentit" que cal tenir sempre presents. Aquestes enemigues són l'acceleració i les presses, malauradament tan habituals al nostre món d'avui. "Tenir la capacitat d'aturar-nos i no convertir les tardes a casa en un seguit d'ordres constants, sinó en un espai per jugar, riure i xerrar constitueix un entrenament brutal per fer dels infants

criatures amb empatia, autoestima i autonomia emocional", destaca l'experta en educació emocional.

### APRENTATGE DIARI

En aquesta cursa de fons el Carles afirma que "la realitat sempre sempre supera la ficció". I afegeix: "Fas el que pots i vas aprenent dels teus errors. Per educar també calen tones de paciència, i no sempre en tens perquè la conciliació avui dia és molt difícil i de vegades vas tard, tens pressa o estàs cansat, i aquesta és una feina de 24 hores els 7 dies de la setmana sense xarxa de seguretat". Així, encara que te les expliquin altres pares que ja hi han passat, "hi ha moltes situacions que no pots preparar fins que t'hi trobes, i les estratègies que un dia et van donar molt bon resultat l'endemà poden quedar obsoletes". Educar, per tant, "esdevé un aprenentatge diari" en el qual, reconeix aquest pare, "molts cops acabes fent o dient coses que sempre havies jurat que tu no faries". "Per sort -celebra-, hi ha recursos a l'abast si tens ganes de *millorar* com a pare/mare i, al final, confies que el que has anat sembrant d'aquella manera, a batzegades i com pots, acabi donant bons fruits".

### DIÀLEG I EMPATIA

Sobre les tècniques que els permeten tant a l'Emma com a ell sortir airosos de la cursa diària que representa l'educació del seu fill, el Carles apunta que "sobrevius perquè, encara que sigui l'ofici més difícil, també és el més apassionant i agraït". "És molt fort perquè ets tu qui estàs educant una persona! Tens una gran responsabilitat, però també una gran oportunitat", afegeix. Una oportunitat en què l'empatia, la comunicació i mostrar els nostres sentiments i pors també és clau. Tal com afirma Sílvia Guillamón, "ells s'eduquen a partir d'allò que comuniquem, però sobretot per allò que observen en nosaltres, la coherència, la credibilitat i l'autenticitat". La clau, per a ella, és "comunicar-nos amb sinceritat, preguntar i acompanyar".

En aquest punt, el Carles reconeix que l'Aran encara és molt petit i hi ha moltes coses que encara no ha abordat, però vol pensar que "a casa sempre podrem parlar de tot amb naturalitat, adaptant la conversa en funció del grau de maduresa, etc.". En aquesta línia, els seus pares també volen que l'Aran entengui com és el món i les diferents realitats que hi conviuen. I és que, apunten, "com més eines de comprensió tingui, més ric serà el seu pensament i més recursos tindrà per canviar allò que cregui que ha de canviar". Tot això, sense oblidar-se d'assaborir cada moment, perquè "sense això, res no té sentit". "Educar és com una cursa de fons. I ningú no pot córrer una marató sense entrenar-se. Per tant, per arribar a la meta primer cal recórrer molts quilòmetres plegats", conclou.✳

### El consell

#### Abans que res: fora culpabilitat!

Com a pares i mares, ¿com ens podem desempallegar del sentiment de culpa perquè no els dediquem prou temps (sentiment que molts cops fa que els *compensem* amb coses materials i no sapiguem disfrutar del més simple al seu costat)? Per a Cristina Gutiérrez, el primer que cal fer és prendre una decisió clau sobre qui volem que eduqui els nostres fills, si nosaltres o les nostres pors. "La por que no pugui, que no en sigui capaç, que pateixi, que no tingui amics, que es frustri o que tingui por és natural i ens envaeix en el mateix instant que neix la criatura, moment en què també aflora la por de no estar a l'altura, de no ser un progenitor perfecte en aquell quadre imaginari de família perfecta que ens han venut", afirma. Tot i això, subratlla, "si la que pren les decisions és la por, ¿qui l'estarà educant, tu o la teva por?" I les pors, alerta, "són contagioses, com els virus, i ... no volem fills porucs, oi?" Segons ella, els infants "es mereixen que siguem pares valents perquè ells puguin ser també nens i joves amb coratge". Per a la directora de La Granja, també abunda un sentiment de culpabilitat rere el qual torna a haver-hi la por; aquest cop "la de decebre perquè hem cregut que sent un pare perfecte tindrem un fill perfecte, que complirà amb tot el projecte que hem dissenyat per a ell o ella". Però un fill, sosté, "no és un projecte, ni un clon, sinó un ésser únic i especial". Un consell? "Divertiu-vos!", afirma Gutiérrez. "Els fills saben que riure és important i intenten fer-nos riure cada dia. Deixeu-vos contagiar i eduqueu amb humor, perquè us donarà resultats brillants!"