

ESCOLES MINGUELLA	Ponent	M ^a Mercè Conangla
Conferència	Data	11 d'abril de 2011
"Estima'm perquè me'n pugui anar"	+ info	ampaminguella@gmail.com

Aquests apunts s'han elaborat a partir de les anotacions de diversos participants del taller. A tots ells, moltes gràcies.

Delegació per a la Formació de Pares

L'educació emocional és gestionar l'íntangible. I en aquest sentit, és molt important connectar amb fonts il·lusionants per fer les coses. Hem d'educar sí, però no tallar els somnis. La protecció del somni és molt important ja que un somni és molt motivador, l'hem de canalitzar. I és que tots necessitem un projecte, un objectiu a la nostra vida. Per exemple un d'aquests projectes (molt important) és el d'educar un infant. Però, quin és el model o projecte?

Per començar va exposar la següent idea: els pares i mares tenim planings o idees per al dia a dia, per a un dia en concret, tenim grans projectes de vida, etc, que sovint són bastant immòbils, que no estan oberts a noves opcions, canvis. Per exemplificar aquest punt va parlar d'una comunitat a l'Índia i d'en Martí Pol. La comunitat índia cada dia donen gràcies al nou dia de la següent manera, després d'haver gravat un dibuix al terra davant la porta de casa (allà no hi ha rajoles) : ohola dia que tornes a néixer, benvingut de nou, gràcies per tot el que aprendré, per les coses bones i no tant bones, però gràcies sobretot per poder-les viure. És a dir, aquella gent s'obren al que hi ha i no viuen del passat (l'endemà, s'esborren el gravat dahir i en fan un de nou). Per la seva part, el poeta Martí Pol també diu això mateix però en diferents paraules: cadà dia s'ha de fer foc nou. En resum, caldria saber desprendre'ns de coses encara que siguin bones i viatjar sense esquemes tancats, treballar cada dia amb el que la vida ens regala i no viure del passat. Tot això, permet tenir la ment oberta.

L'ecologia emocional és una educació per influència (fets), no per paraules. I va ensenyar un vídeo en que es ve via com els fills imitaven el que feien els pares. Ens hem de preguntar, si jo creo (sóc solució) o destrueixo (i formo part del problema)?

<http://www.youtube.com/watch?v=x68Q4Tyod6Q>

Per educar als infants fa falta tota una tribu: els pares no són els únics que eduquen, sinó que tothom que envolta els infants es converteix en educador. Per això cal teixir relacions amb els fills, amb els fills dels altres, amb altres pares, avis... per a crear un ambient amorós, i amb l'objectiu d'aconseguir que els infants siguin persones crítiques. I és que educar no és omplir, sinó il·luminar, que sàpiguen destriar entre totes les opcions. Els infants han de passar de la dependència a l'autonomia personal, però han de tenir criteri i valors (ara més que mai) per saber destriar.

No és el mateix tenir fills que ser pares (com tenir un piano, i ser pianista).

Els infants són exploradors nats, però quan perden la motivació i no tenen ganes de fer res vol dir que no estem fent alguna cosa bé (podria ser que els donem pocs estímuls o de vegades masses). Erich Fromm, un important psicòleg va dir: *del propòsit de l'educació és convertir una ment buida en una ment oberta.* Perquè no perdin la motivació els pares hem d'esbrinar i veure quines coses els agrada. Ara bé, també són necessaris espais i moments per no fer res. Si finalment continuen desmotivats, almenys que vegin que nosaltres sí que ens interessem per les coses.

ESCOLES MINGUELLA	Ponent	M ^a Mercè Conangla
Conferència	Data	11 d'abril de 2011
"Estima'm perquè me'n pugui anar"	+ info	ampaminguella@gmail.com

Es va explicar el conte d'un personatge que considerava que s'havia de deixar que el jardí creixi per si sol, obtenint així les millors roses. Al final, resultava que el jardí era una selva!

Continuant amb el tema del projecte va parlar que davant del projecte d'educació cal

- 1- no anar amb esquemes tancats
- 2- veure què és aquell infant, què té a dins per extreure el seu potencial com a persona

La llar ha de ser un ecosistema protegit amb espècies en perill d'extinció que cal conrear: amor, pau, sensibilitat, paciència, í . L'amor protegeix els infants.

Als infants no els hem de dir el què han de fer amb les seves emocions (sí donar-los la informació per a que les puguin reconèixer) sinó que aprenguin amb el nostre comportament. I els adults hem de fer higiene emocional abans d'entrar a casa per no descarregar totes les emocions negatives que hem anat carregant durant el dia a la resta de la família (ni s'ho mereixen, ni entendran res). Per exemple: al llarg de la jornada ens podem carregar emocionalment de manera negativa (estrès, coses que no funcionen a la feina, problemes diversos); en arribar a casa, si alguns dels fills fa quelcom que no ens agrada ens enfadem amb ell però de manera desmesurada ja que li descarreguem amb aquest enuig totes les emocions i tensions negatives que hem acumulat durant el dia. Per tant, abans d'entrar a casa és necessari netejar, depurar, treure'ns de sobre totes aquestes tensions i emocions negatives.

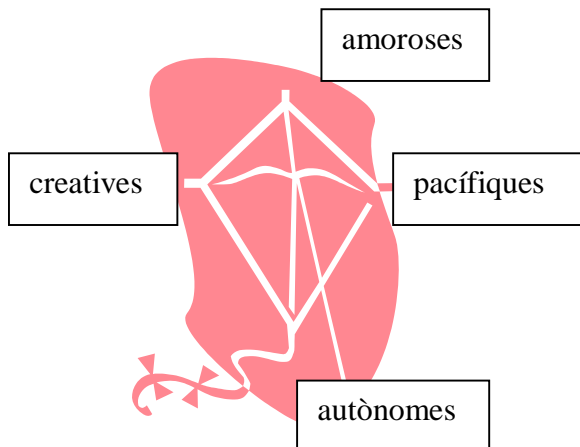
Va continuar preguntant-nos si volem fills òtmorencs i còmodes o òexploradors i confiats. Per exemplificar això, va posar una vinyeta en la qual sortia un cocodril pare/mare que li deia al seu fill/a òdejate de junglas y búscate un buen zoo. Ella digué que s'havia d'educar perquè els fills siguin òexploradors i confiats. No és el mateix educar en la confiança que en la seguretat. La seguretat està basada en una cosa externa que moltes vegades no es pot controlar. Si eduquem en la seguretat estarem formant persones que busquen la seguretat total i això és impossible perquè significa voler controlar coses tangibles que en molts casos ni depenen de nosaltres. Evidentment que si deixem un bebè al terra seria convenient envoltar-lo de coixins perquè si cau no es faci mal. Però a mesura que la criatura creix s'han d'anar traient elements de seguretat i en paral·lel, treballar la confiança per aconseguir fills exploradors i confiats.

Per a educar en la confiança cal que els nens es coneguin a ells mateixos (tant les virtuts com els defectes).

Com més grans siguin els somnis, més motivacions tindran per a continuar fent camí. Créixer és guanyar òterritoris (per dintre i per fora). Cal ensenyar que el món és bonic, i cal viure-hi. En aquest sentit, va convidar a les famílies a fer participar als infants de les activitats dels espais. Per a motivar els adolescents cal que no els desaparegui la curiositat i les ganes d'explorar.

ESCOLES MINGUELLA	Ponent	M ^a Mercè Conangla
Conferència	Data	11 d'abril de 2011
"Estima'm perquè me'n pugui anar"	+ info	ampaminguella@gmail.com

Va parlar del model CAPA, models infants CAPA, com a model a seguir per a educar a les nostres criatures i que creixin sanes emocionalment:



A continuació parlà de conductes desadaptatives dels adults:

- sobreprotecció: hem de fer que els nostres fills visquin també experiències de frustració, o òvacuneso de frustració. Per exemple si sortint de l'escola la criatura ens demana els típics cromos li podem dir que ara no, que serà després; d'aquesta manera cultivarem la frustració i de passada la paciència.
- desídia
- expectatives desajustades (hem d'esperar que l'infant sigui ell mateix)
- manca de límits

La resiliència és la capacitat que té una persona en no només no enfonsar-se davant d'un fet tràgic de la vida, sinó treure profit d'aquella experiència i tirar endavant amb la vida.

La capacitat de resiliència és dona quan els fills se senten acceptats pel que són (no pel que jo vull que sigui) i també se senten estimats. Hem de veure que hi ha altres maneres de ser persona. Si li surt quelcom malament a l'infant li podem dir òavui has posat la pota, però tu ets millor que tot això i un altre dia ja ho faràs bé. La paraula té molt poder i hem de vigilar com l'utilitzem ja que pot fer mal. Per exemple, en lloc de dir-li òno siguis egoistaò li podem dir òet demano que siguis generós i deixis la joguina al teu germà. Mai no hem de jutjar a les persones, però sí als fets.

Proverbi xinès: òSi estimes algú deixaø anar. Si torna llavors és teu, però si no torna és que mai ho ha estat.

Ja per acabar, va posar un vídeo en el qual sortien imatges d'una o varies persones que feien alguna cosa i a sota d'aquestes imatges sortia sobreimprès la cosa que estaven fent aquelles persones. El missatge d'aquest vídeo era que tots plegats gaudíssim més de la vida. A continuació poso algunes de les coses que deia el vídeo:

òtingues idees, apassionaø, imagina, vola, somnia, toca, olora, escolta, mira, emocionaø, relaxaø, sent, recorda, somriu, òdesmelénateø, abraça, rep, viatja, pren-te temps, balla, arriscaø, [...], confia en tu, reapren, interessaø, juga amb el teu cos, dibuixa, gaudeix, sent-te feliç.