



General | Alba Castellvi Miquel/Irene Ramentol | Actualitzat el 22/02/2024 a les 07:00

# No, no n'hi ha prou amb dir «molt bé»: 8 maneres d'educar per a l'esforç

*Claus perquè els infants es posin reptes, amb una mirada inclusiva*

[inicicentrareport]Esforçar-se no sempre és agradable, però és important. Per fer realitat qualsevol **objectiu, personal o col·lectiu**, és necessari posar-se **reptes**, fins i tot si això suposa, en certs moments, fer coses que no venen tant de gust.

Tots els infants tenen **capacitats diferents**, tant des del punt de vista físic com intel·lectual. I això cal tenir-ho sempre ben present i ajustar els reptes segons les aptituds, condicions i contextos de les criatures.

Però sigui quin sigui el punt de partida, tots són capaços d'esforçar-se, i això significa aplicar **concentració** i **intensitat** per anar més enllà d'on s'arriba còmodament.

La qüestió important és **com els ho podem ensenyar**. De quina manera des de casa podem animar el seu esforç i la persistència? Ho explica l'**Alba Castellvi Miquel**, educadora i consultora de famílies, al llibre *Els hàbits que els faran feliços (com educar els fills de 3 a 14 anys perquè creixin autònoms i segurs)* d'**Angle Editorial**.

En aquest llibre, els pares i mares hi trobareu la manera senzilla d'aconseguir que els nens i nenes s'acostumin a concentrar-se, a intentar un cop i un altre allò que els costa sense perdre la paciència, a esperar, a renunciar a algunes preferències en pro dels acords, a organitzar el seu temps, a esperar el torn a l'hora de parlar, etc.

I avui us acostem algunes pistes...

## Com podem educar per a l'esforç?

[GotaVerdaPle] **Proposant a l'infant situacions o reptes que l'aboquin a repetir els intents per assolir l'objectiu**. Encara que pensem que l'infant no se'n sortirà, hem de proposar-li situacions que comportin cada vegada una mica més de dificultat que la que ja sap resoldre. En són exemples cordar-se les sabates de cordons o aprendre a fer un truc de màgia. Sempre ajustant-ho a l'etapa madurativa o condició de la criatura.

[GotaVerdaPle] **No avançar-se a l'infant per facilitar-li una tasca, sobretot si no ho demana**. Si, per exemple, es proposa fer una cabana, val més dir-li: "Quin material voldràs posar-hi?" per estimular-lo a fer-ho que no pas proporcionar-li tu el material. Si vol sucar una llesca amb mel, val més protegir la taula si ens preocupa que l'embruti tot sucant la llesca que no pas sucar-la nosaltres i donar-li la feina feta. En definitiva, evitar dir la frase "Ja t'ho faig jo."

[GotaVerdaPle] **Si l'infant demana ajuda, val més que aquesta sigui indirecta i parcial que no pas directa i total**. És millor donar pistes que no pas les solucions mastegades. Per exemple, si no saben com lligar les fustes per fer la cabana les unes amb les altres, és millor dir "Penseu on trobar cordills..." que no pas "Aneu a demanar cordills al Josep que ell en guarda."

[GotaVerdaPle] **Donar temps i tenir paciència**. És evident que moltes coses es faran més de pressa i sortiran millor si les fa l'adult. Però sempre que sigui possible val més que s'inverteixi el



---

doble de temps per cordar-se els botons de la jaqueta, o la cremallera, que no pas que ho faci l'adult.

[GotaVerdaPle] **No enfadar-se davant la frustració de l'infant perquè fracassa.** Cal tenir paciència també davant la **frustració**. Quan l'infant s'enfadi perquè una cosa no li surt quan i com li agradaria, evitar el comentari tipus "Si desisteixes tan de pressa no arribaràs enlloc!" i substituir-lo per un altre del tipus: "Entenc que tinguis ganes de deixar estar l'intent, perquè això està costant més del que pensaves. Sort que t'hi estàs dedicant tan intensament, que amb una estona més d'esforçar-t'hi, o unes quantes vegades més, segurament te'n sortiràs." No desqualificar-los mai pels intents fallits.

[GotaVerdaPle] **No recórrer sempre al "molt bé".** Si donem sempre per bo el que no ho és prou, no els ajudem a millorar. Per assenyalar que alguna cosa no està encara prou bé tot respectant el resultat obtingut, es pot dir: "Està millor que l'última vegada, però jo crec que encara pot estar més bé."

[GotaVerdaPle] **Responsabilitzar-los de les seves coses.** Sempre ajustant-ho a l'edat i a les condicions, se'ls pot animar a tenir en ordre les seves pertinences.

[GotaVerdaPle] **Responsabilitzar l'infant d'alguna tasca que beneficiï tota la família.** Per exemple, desparar taula retirant el que és comú i no tan sols el seu propi plat i coberts; baixar la brossa; fer el sopar un dia a la setmana (segons l'edat i les capacitats de cadascú, podem adaptar múltiples tasques.)

I també anar d'excursió caminant, tastar-ho tot, esperar dates assenyalades o el torn a l'hora de parlar, arribar a acords renunciant a part de les seves preferències i altres accions els ajudaran a aprendre a esforçar-se.

[info]Alba Castellvi Miquel és sociòloga, educadora, consultora de famílies i autora d'*Els hàbits que els faran feliços* (Angle Editorial).[/info]  
[ficientreport]