



General | | Actualitzat el 03/06/2021 a les 12:03

Deixa enrere els crits i els càstigs: eines per educar en positiu

Parlem amb l'Anna Mas, de Creaduca, sobre un nou enfocament de l'educació i la criança basades en l'amor, el respecte i la comunicació

[inicicentrareport]Video: <https://www.youtube.com/watch?v=Y-aX7uQqHxQ>

No corris, no juguis a pilota, no cridis, si no reculls l'habitació no podràs sortir amb les amistats... els estem tallant les ales? L'**educació en positiu** consisteix a comprendre les **necessitats** i els **motius** pels quals una criatura es comporta de certa manera, i afrontar-ho sempre des de l'**amor**, el **respecte** i la **comunicació**, i **deixar enrere els càstigs, les amenaces i els xantatges**.

Posar més en valor les coses que fem bé i, en lloc de retreure el que es fa malament, reflexionar-hi junts, parlar-ne i mostrar què milloraria si ho féssim diferent, són les claus per resoldre moltes situacions des del **positivisme**.

En parlem en aquest #Criartalks amb l'**Anna Mas**, impulsora de **Creaduca** (@creaduca).

[GotaVerdaPle] **Què és exactament la disciplina positiva i com la podem posar en pràctica les famílies?**

[GotaVerdaBuit] Jo entenc l'educació des del punt de vista d'entendre que **la infància és una etapa**, i que són personetes, i per tant tot el que fem des del respecte i des de l'amor estarà ben fet. Probablement moltes vegades ens equivocarem i haurem de rectificar, però en definitiva, **la disciplina positiva és educar des del respecte, l'amor, i respectar cada etapa** de la seva vida. A partir d'aquí hi ha milions de metodologies i coses, però crec que aquesta és la base. Hem de tenir present que la primera infància és la que repercuteix més en la resta de la vida

[GotaVerdaPle] **Quines es podrien aplicar més en l'àmbit familiar?**

[GotaVerdaBuit] Crec que hi ha dues vessants: la del **joc**, que pot funcionar moltíssim i que potser a moltes famílies falta, i l'altre és el **respecte, l'amor i la comunicació**. A partir del joc podem **generar rutines**, podem fer-ho a través d'objectes, com unes ulleres, que ens serveixen per donar missatges positius. I la comunicació fer-la sempre explicant els perquès, els motius, les repercussions de les nostres accions, etc.

[GotaVerdaPle] **Què és la dinàmica de les ulleres positives?**

[GotaVerdaBuit] És una dinàmica molt senzilla que va nèixer a partir de les ulleres del sexisme que utilitzàvem per identificar comportaments sexistes, i després les vam fer també de la sostenibilitat, perquè no hi havia manera que ningú reciclés. I al final ens vam adonar que, sobretot amb nens més grandets, **ens comunicàvem de forma molt agressiva** o molt poc assertiva, tant entre adults com entre companys o entre pares i fills. Llavors vaig buscar unes ulleres que no fossin d'un color concret i cada vegada que algú es comunica malament o negativament cap a si mateix, per exemple "això no ho sé fer" o "no seré capaç", un company se les posa i li diu "espera un moment, és que tu potser tens unes altres habilitats, o et podem ajudar en això o en allò".

Al final aquella frustració que evoques en un moment que necessites un **reforç positiu**, i com que **ningú ens ha ensenyat a demanar que necessitem que ens diguin coses boniques**, doncs aquest recurs funciona molt bé, perquè se les posen i tots sabem que és un moment de reforç positiu per a aquella persona.



I en l'àmbit familiar també ens fa molta falta, perquè al final la rutina ens porta a un ritme que fa que no sempre reforcem prou totes aquelles coses boniques i positives que tenen les criatures: els seus talents, les seves habilitats? i és un moment divertit, a més a més. Vivim en una societat on sempre es destaquen les coses negatives.

[GotaVerdaPle] **Com ho treballem en l'àmbit familiar i com influeix en la seva autoestima?**

[GotaVerdaBuit] Crec que és molt important que fem l'exercici, perquè vull pensar que mai li diríem a un nen "agafa la bicicleta i pedala", sinó que li ensenyem com funciona, l'acompanyem, etc. I, en canvi, en l'**educació emocional** no ho fem mai. I això fa que la primera vegada que intentes fer l'exercici, a casa o a l'escola, sempre surtin les mateixes paraules: simpàtic, amable, bon amic? Hem d'intentar anar més enllà, i podem començar parlant primer d'alguns **adjectius per generar vocabulari**: pacients, sensibles, creatius, inquiets? Els podem posar en un mural perquè el vegin cada dia, per exemple. I a base de veure-les, són paraules que incorporaran i les relacionaran amb persones que coneixen. I amb això anar introduint el reforç positiu, perquè no ens han educat en destacar les coses bones dels altres, i ens estem trobant que moltes vegades això deriva en que els nens i nenes tenen l'**autoestima destruïda**, i cada vegada des de més petits.

[GotaVerdaPle] **Som els adults qui destruïm l'autoestima dels infants. Per on hem de començar perquè no sigui així?**

[GotaVerdaBuit] Jo sempre començo per una cosa molt primitiva que és l'exercici de pensar **què m'ha faltat a mi**. Buscar què ens ha fet caure en algun moment l'autoestima a nosaltres i treballar-ho amb les criatures des de molt abans del que ho hem fet nosaltres. I la **comunicació positiva** és el primer pas: reforçar les coses que estem fent bé, les que podem fer millor, i les que no fem bé no dir-les més, sinó convertir-les en coses que podem millorar, pots entrenar-ho, etc.

I després **no tallar les ales constantment**. Per exemple, recriminar-li que s'hagi embrutat la roba, doncs és un nen, li toca embrutar-se. Però és que ens surt innat perquè ens han educat així: "no caiguis, que et faràs mal", "no cridis, que no és lloc de cridar"... doncs et va posant capes a sobre com una ceba, i quan arribes a l'edat a adulta no hi ha manera de treure-les.

[GotaVerdaPle] **I com trobem el límit entre el que cal fer i indicar-ho de forma positiva?**

[GotaVerdaBuit] És molt important **saber en quina etapa es troba el nen o nena**, perquè de vegades pretenem que entenguin coses que encara no els pertocuen per l'edat. Com per exemple quan pretenem que nens o nenes de tres anys comparteixin les seves joguines. Els estem forçant a fer una cosa que per a ells és com saltar al buit. Per tant el primer és ser conscients de en quina etapa ens trobem.

Després una altra cosa molt senzilla que molt poques vegades fem és **explicar-li per què a mi, com a adult, em fa por**, per exemple, que corri. Perquè és a l'adult a qui li fa por, no a l'infant, i per tant hem d'explicar-li que jo en això no puc seguir-lo perquè he de vetllar per la seva seguretat i que si corre es pot trobar amb diferents perills. També pot ser que no ens funcioni, sobretot la primera vegada, però al final ho entenen.

També podem **negociar**: "mira, aquí no pots córrer perquè hi ha cotxes, però més enllà hi ha un parc". Perquè, al final, si corre és perquè en aquell moment ho necessita. Igual que desafiar-nos o transgredir.

[GotaVerdaPle] Com afecta a les criatures veure com a casa parlem en negatiu o jutgem d'altres persones, o de vegades fins i tot de nosaltres mateixes, i com ho podem evitar?

[GotaVerdaBuit] Hi ha una cosa molt bàsica que és **educar en valors** de debó. Transmetre'ls que



aquests són els nostres i que **en altres llocs potser en trobaran uns altres**, que hi ha persones o famílies que tenen valors diferents. Al final és **mostrar-los que el món és molt complex** però que els valors que seguim a casa són fermes. I que nosaltres **també podem tenir moments de descontrol** perquè també som humans, però l'important és retornar als valors.

Una criatura es pot trobar que en diferents entorns es poden imposar normes diferents. És difícil. Aquí nosaltres com adults potser ens tocava seure i marcar unes línies comuns. Per exemple a l'escola i a casa s'haurien de seguir uns valors i unes normes bastant similars. Però a partir del moment que vas a un parc i et trobes un cartell gegant que prohibeix jugar a pilota, **els drets els infants ja estan vulnerats**. Però com et deia, els infants tenen la capacitat d'entendre-ho perfectament, i per tant els podem explicar que hi ha llocs o espais on no es poden fer les mateixes coses que a casa, i que **ens hem d'adaptar al lloc on estem**.

[GotaVerdaPle] **Sobre els càstigs i les amenaces, per exemple, "si no endreces l'habitació no podràs sortir amb les amistats", com ho veus? Quina alternativa hi ha?**

[GotaVerdaBuit] Evidentment jo estic **en contra dels càstigs, les amenaces i els xantatges**. Justament estic fent un curs de monitors amb joves de 18 a 23 anys i el primer dia que els vaig explicar que tot el que els ensenyaria seria en la línia de no haver de castigar, ni cridar, ni amenaçar, ni fer xantatge mai, es van posar les mans al cap, perquè no entenien com podriem fer-ho, perquè no ho han viscut d'una altra manera.

Castigar és la cosa més dura que pots fer-li a un infant, o a una persona adulta. Jo **no estic per sobre teu, només sóc la persona responsable de que tu estiguis bé**. Cridar és el primer que fem, fins i tot per exigir-los que no cridin ho diem cridant. I òbviament hi haurà un moment que cridarem, som humans. Però al final es tracta de **pensar si a nosaltres ens agradaria que ens ho fessin**.

I com ho canviem? Doncs amb molta feina, amb molta **consciència**, molta **persistència** i dedicant temps i hores als nens i nenes, fent plans, dedicant espais de qualitat, muntant rutines de joc, espais on vegin que tenim ganes d'estar amb ells.

[GotaVerdaPle] **Quan una activitat tant rutinària i bàsica com anar a la dutxa es converteix en una batalla diària, com ho podem gestionar?**

[GotaVerdaBuit] Al final cada família és un món i es poden anar provant diferents coses. Al final és tenir clar que sóc jo, com a adult, que necessito que es dutxi en aquell moment per com tinc organitzat el temps i perquè tinc altres coses a fer.

Però, és el que necessita aquella criatura en aquell moment? Potser prefereix no dutxar-se, o fer-ho l'endemà al matí? Podem **explicar-li** per què és important que es dutxi. Que si li agrada embrutar-se molt a l'escola i jugar molt lliurement, després és important rentar-se. O potser podem fer-ho només 3 o 4 cops per setmana i **negociar**, que és una manera molt divertida, que, per exemple, el cap de setmana no caldrà que es dutxi. Potser ens podem banyar amb ell?

I després també **explicar-li que per tu està essent molt difícil que ell es banyi**, que no li vols fer cap tipus de xantatge, però **que necessites entendre què li passa** i per què no es vol banyar.

També hem de ser molt conscients, i perdonar-nos, que **no sempre tenim les eines**. Si ho estem intentant ja és moltíssim. **Comunicar-nos en positiu no vol dir dir-los que tot és perfecte**. També els podem explicar que tenim un mal dia, que hem tingut un problema a la feina, o que hi ha coses que passen al món que ens fan sentir tristos. Transmetre'ls això també és comunicació positiva.

[GotaVerdaPle] **I com fem que aquestes coses negatives que li expliquem no l'afectin?**



[GotaVerdaBuit] Doncs **aprofitem que tenim un nen o nena al voltant, que és una gran sort.** Li podem explicar que aquest dia estem tristos o més baixos d'energia, però també podem **demanar-li que necessitem que ens abraçi,** que estiguem junts, i que ens farà pensar en una altra cosa. Siguem conscients que **tot el que fem ara acaba repercutint al llarg de la vida.** Ara mateix estem en una situació social molt dura i moltes coses es poden abordar a la primera infància, i no ho estem fent, i llavors **arriba un moment a l'adolescència que tot implosiona** i és molt més complicat.

Educar és cosa de tots. Tots som agents educadors, i, si creues el semàfor en vermell al final el que estàs fent és dient que això es pot fer, i n'hem de ser conscients.
[fcentrareport]