



Com hem de parlar

Aconseguir que els nens ens escoltin

PALOMA ARENÓS

FOTO: GETTY IMAGES

“**E**ls pares són a primera línia de foc set dies la setmana. Tot i així, molt pocs han rebut un entrenament per als requeriments d'aquesta feina. No és estrany que fins i tot els pares amb bones intencions sovint es trobin amb sentiments de frustració, perplexitat, culpabilitat o solitud”. Així s'expressen les nord-americanes Adele Faber i Elaine Mazlish, autores del supervendes *Com hem de parlar perquè els fills escoltin. I com hem d'escoltar perquè els fills parlin*, davant l'asfixiant quotidianitat amb què molts pares es troben cada dia a l'hora d'educar els fills.

En aquest context, l'holandesa Esther van Zoem, mare de tres criatures i arrelada a Seva, va veure que necessitava orientació i ajuda en la criança dels fills. “Sobretot perquè sempre hi havia tensions i situacions que se m'escapaven

de les mans, per més que ho intentés fer bé. Era com si no m'escoltessin”, recorda. Van Zoem va conèixer Júlia Mateo, formada en assessorament psicològic amb Carl Rogers i Gestalt, que li va parlar del llibre de Faber i Mazlish. La seva vida va fer un tomb. “Vaig agafar consciència de mi mateixa i vaig saber aturar-me per veure què estava fallant. Generalment, no identifiquem els sentiments reals dels nostres fills, sinó que els tapem, els anul·lem o els canviem en funció dels nostres interessos i això fa no se sentin escoltats i s'emprenyin. Se senten confusos”, apunta. Posa un exemple quotidià: “Un dels meus fills s'ha fet un tall al dit, poca cosa, i comença a plorar desesperat. Abans, jo li hauria dit que no era res, que fos valent,

que no cal plorar per tan poca cosa”. Ara li dic que entenc que li faci mal i que plori perquè és normal que senti dolor, i un cop ha vist que l'escolto, deixa de plorar. És impressionant”.

Deixar de jutjar

Després de la millora de la relació amb els fills, Van Zoem i Mateo van decidir treballar plegades i han fundat ComInica't, la primera empresa que té els drets per impartir tallers amb la metodologia de les autores nord-americanes a Catalunya i, ben aviat, a l'Estat. A més d'aprendre a acceptar i reconèixer els sentiments, les claus d'aquest projecte són creure el que diu l'altre –un nen no menteix quan diu “tinc calor”, tot i que l'adult tingui fred i no pari d'abrigar-lo–, l'empatia, la sinceritat, deixar de jutjar i d'etiquetar les

criatures –“ets un ploramiques, un rondinaire...”– i permetre que siguin autò-

Acceptar i reconèixer els sentiments, generar empatia i no jutjar és essencial

El gran discurs no funciona, és molt més útil fer servir la idea clau i el missatge curt

noms. “No es tracta d'abandonar-los i que s'espavilin, sinó d'acompanyar-los emocionalment i donar-los eines. Acaben resolent ells sols els conflictes perquè, si se'ls educa des del respecte i no des de la intervenció contínua, veuen de seguida on és el problema i la resolució”, argumenta Mateo.

Vinyetes

La responsabilitat també és fonamental. “Si un nen incompleix una responsabilitat, com ara fer els deures, veurà que hi ha una conseqüència. I, per tant, assumirà que ha de complir si no vol que torni a passar. No creiem en el càstig perquè no forma, deforma, però sí que cal que hi hagi límits”, apunten Mateo i Van Zoem.

Al llibre hi ha vinyetes amb situa-

cions familiars habituals amb dues resolucions: una en què no s'escolta i una altra en què sí. En la primera, una nena explica a la mare que algú li ha robat el llapis vermell nou a l'escola. La mare li pregunta: “Segur que no l'has perdut tu?” La nena diu que no. Després la renya: “I què pots esperar si deixes les coses sempre tirades per qualsevol lloc?” Sempre et dic que endrexis. El problema és que mai em fas cas”. La nena, trista i frustrada, acota el cap i diu a la mare que la deixi en pau. En la segona vinyeta, en la d'actitud recomanable, quan la filla explica que li han pres el llapis, la mare només assenteix i diu “ooh, ummm” o “ja ho veig”. Al final de tota l'explicació, la menor s'adona que si la pròxima vegada desa el llapis a l'escriptori, no li tornarà a passar. “Expressions com aquesta, amb una actitud sol·lícita, conviden la nena a explorar els seus sentiments i pensaments i, probablement, acabarà trobant la solució”, argumenten les autores.

ComInica't compta amb un equip d'una dotzena de facilitadors –com anomenen els educadors o terapeutes-

EVITAR L'EXCÉS. La intervenció contínua de l'adult genera rebuig en la criatura i fa poc útil el missatge.

