

# ÍNDIX

CAPÍTOL I. El problema .....	11
Educar i conviure, una tasca gens fàcil .....	11
Els límits i el vincle afectiu .....	12
Resum i conclusió del capítol 1 .....	21
CAPÍTOL II. Què fa difícil la convivència.....	23
Elements clau de la conducta humana .....	23
El desig de pertànyer.....	23
La conducta propositiva (els objectius).....	26
La conducta perturbadora no com un trastorn, sinó com un error.....	32
L'educació com a element clau per corregir els errors dels nens.....	34
Els objectius erronis del nen i de l'adolescent: la trampa del poder .....	35
La intuïció i l'inconscient.....	35
Els objectius inconscients .....	40
Sentiments d'inferioritat i afany de poder.....	41
Objectiu d'atenció .....	46
Objectiu de poder .....	46
Objectiu de venjança .....	47
Objectiu de demostració d'incapacitat .....	47
I els nens més grans? Els adolescents?.....	52
Resum del capítol 2.....	54
CAPÍTOL III. Els errors educatius .....	57
El "mètode" del capellà, del mafiós i del setciències .....	57
Per què no funcionen aquests "mètodes"?.....	68
Resum del capítol 3.....	72

CAPÍTOL IV. Solucions.....	75
La teoria del canvi: alguns punts a tenir en compte .....	75
Només ens podem comportar d'una manera diferent si aquesta manera és coherent amb el nostre estil de vida.....	75
Allò que sovint manté el problema són les solucions intentades .....	76
La solució parteix de la persona que desitja el canvi .....	77
Educar és una tasca continuada.....	77
Un petit excurs: la intervenció estratègica del professional .....	78
La pràctica del canvi: actituds, principis i tècniques.....	80
Eix 1. Les actituds fonamentals.....	81
Respecte.....	81
Conèixer els propis límits i deixar-los clars.....	82
No tolerar que els nens ens faltin al respecte i no riure les paraulotes o entremaliadures .....	83
Eix 2. Els principis fonamentals d'EDUCON .....	85
El principi dels Tres Micos .....	85
Donar atenció quan convé.....	86
El principi del Buda .....	87
Mantenir les pautes establertes .....	87
Aguantar la protesta i les rebequeries .....	88
Mantenir la calma i ser ferm .....	88
Tècnica fonamental 1. Les conseqüències lògiques .....	90
El principi de Martin Luther King .....	96
Tècnica fonamental 2. L'encoratjament .....	98
Resum del capítol 4.....	99
 CAPÍTOL V. Més enllà d'educació per a la convivència .....	 101
El temperament: per què hi ha nens més difícils que d'altres? .....	101
Els tipus de temperament: fàcil, difícil i d'adaptació lenta .....	109
Resum de l'apartat sobre temperament.....	111
Trastorns psicològics a la infància .....	113
Trastorns de llenguatge i desenvolupament cognitiu .....	113

Trastorns de l'espectre autista (TEA).....	116
La hiperactivitat i el dèficit d'atenció .....	118
El comportament dissocial.....	121
Problemes emocionals i d'ansietat .....	123
Intervencions addicionals .....	130
Entrenament en habilitats socials.....	130
Reeducacions .....	131
Treball amb els pares i els centres educatius.....	131
El cas d'en Carles .....	132
Resum del capítol 5 i reflexió final.....	134
Resum del mètode Educació per a la Convivència: els cinc passos .....	136
Pas 1. Descriure la situació amb detall .....	136
Pas 2. Detectar l'objectiu erroni del nen .....	137
Pas 3. Identificar les solucions que han fracassat .....	137
Pas 4. Revisar l'actitud i aplicar els principis i les tèc- niques .....	137
Pas 5. Observar la reacció del nen .....	138
 Bibliografia.....	 141
Agraïments .....	143

## CAPÍTOL I EL PROBLEMA

### Educar i conviure, una tasca gens fàcil

L'Óscar és el fill de la parella "La Parejita", una tira còmica del dibuixant Manel Fontdevila que surt cada setmana a la revista El Jueves. L'Óscar és un nen d'uns dos anys normal, com tots els altres: trapella, malcriat i consentit... i la parella (els seus pares), també són del tot normals: inexperts, desorientats, inconseqüents. Però s'estimen i, per descomptat, estimen molt el seu fill, motiu pel qual s'esforcen per ser bons pares. Com la majoria dels pares d'avui dia, intenten fer les coses ben fetes, estimar sense malcriar, educar en valors sense ser moralistes i posar límits sense ser autoritaris.

I com els van les coses? En una de les historietes veiem com els pares diuen a l'Óscar que ara s'ha de posar l'abric perquè ara aniran a casa de la iaia a dinar. Però sembla que l'Óscar no els ha sentit, així que insisteixen: que deixi de jugar, que s'afanyi, que es vesteixi i, si vol, pot emportar-se les joguines a casa de la iaia. El nen continua jugant com si res. Ara la mare explica que la iaia està esperant i que es posarà molt tristeta si arriben tard. Però res. Els pares canvien d'estratègia i diuen que allà podrà prendre una orxata ben bona (res) i després a l'autoritat: "Comptaré fins a tres, i si no... un... dos..." —no sabem què fan els pares finalment, però després, a l'última vinyeta, veiem uns pares cabrejats, amb el nen plorant davant l'àvia. I aquesta, per rematar la jugada, els critica per no saber educar bé.

Tots els pares, quan miren aquesta historieta, riuen o mostren un somriure de complicitat, perquè tots s'han vist alguna vegada involucrats en una situació com aquesta. I no passa res si és alguna vegada. Però, i si no és una vegada, sinó una altra, i una altra, i...?

Per què el nostre fill no “creu”? —es pregunten molts pares i mares. Per què sempre hem de passar per totes les fases del “cicle”, és a dir, avisar, insistir, subornar, fer xantatge... per arribar, finalment, a on no volíem arribar per res: a enfadar-nos i a imposar la nostra autoritat?

La generació dels pares d'avui dia ha volgut deixar enrere l'educació autoritària amb la qual van ser educats ells o els seus mateixos pares i, d'aquesta manera, educar els fills de forma “democràtica”. És a dir, amb estimació, paciència i bones paraules.

Però, en molts casos, sembla que l'educació “democràtica” no ha funcionat. Tot i que no podem considerar infants com l'Óscar uns nens malcriats o difícils, als pares se'ls fa molt dur tractar amb situacions com aquestes, per no parlar de nens que tenen algun problema, un temperament difícil o mostren conductes realment perturbadores. A la nostra consulta vénen molts pares desorientats a la recerca d'assessorament, perquè ja no saben com tractar els fills i poder arribar a una convivència familiar pacífica i agradable, sense aquestes baralles diàries per coses aparentment fútils.

Hem de ser conscients que és més fàcil ser autoritari que democràtic. Però també és més fàcil ser consentidor que democràtic de debò. L'educació d'abans potser funcionava “millor”, perquè l'autoritarisme no admetia cap discussió, cap elecció per part dels fills. Era una imposició d'uns criteris de dalt a baix, i els nens obeïen per por. Una educació democràtica sempre és una negociació de cara a cara (tot i que no entre “iguals”, com explicarem més endavant).

### Els límits i el vincle afectiu

A tot arreu sentim parlar de la necessitat de “posar límits” als nens, però també de la dificultat que comporta això. Quan els pares ens parlen de límits, sempre té la connotació de “restricció”, de fer saber

als nens fins a on poden anar, i quan es diu “posar límits”, és dir-los que no poden anar més enllà.

Però “límit”, en primer lloc, representa una estructura, una guia i una orientació. En el cas del trànsit, per exemple, el límit de velocitat marca un punt màxim, és a dir, que no puc córrer més del que està marcat al senyal, i, entès així, sí que pot ser una restricció. Però el límit de velocitat també ens orienta i ens guia, a mi i als altres conductors, i regula la “convivència” a les carreteres evitant accidents. Tots els senyals de trànsit són límits, però si no hi fossin hi hauria caos, i seria impossible una conducció fluida i segura.

Aleshores, quan parlem de límits, els hem d'entendre en aquest sentit: una orientació per als infants. Un nen, quan neix, és prenòmic i durant el primer any anòmic (abans de la llei i sense llei), com diu el psicòleg català Manel Villegas, és a dir, encara no està subjecte a les lleis morals de convivència. Les ha d'aprendre a través de l'educació i convivint amb altres persones. Villegas, en el seu llibre *El error de Prometeo*, descriu brillantment com les persones que no aprenen les lleis morals de la convivència poden desenvolupar diferents trastorns mentals. Sense límits, un nen no pot convertir-se en un adult psicològicament sa i feliç. Villegas afirma que l'individu, per poder arribar a una autoregulació psicològica, ha de passar per diferents fases de desenvolupament en què no només ha d'acomplir tasques evolutives cognitives i emocionals, sinó també morals; aquestes últimes fan referència a la convivència amb altres. Els èxits i fracassos en la superació de cada etapa evolutiva configuren la personalitat del futur adult, i una resolució no aconseguida d'una etapa posa la persona en risc de desenvolupar psicopatologies (especialment, trastorns de la personalitat i trastorns ansiosos emocionals). A cada etapa, l'individu ha de buscar un fràgil equilibri entre la llibertat i la constricció. A l'etapa neonatal, són

les necessitats bàsiques del nadó —alimentació, cures, afecte, entre d'altres— que estan al centre de l'atenció paterna i materna, i el nen no ha de fer res. A la primera infància, dels dos als sis anys, l'individu viu en un estat anòmic, sense llei, on els actes dels pares encara estan molt centrats en el món egocèntric del nen. En aquesta etapa, ni les lleis de la naturalesa existeixen pel nen; viu en un món màgic, de fantasia, s'imagina les coses, i el seu joc és autoreferencial. Però després passa una cosa molt important: els infants es troben amb les restriccions de la realitat i amb els límits no només del món físic del seu entorn, sinó també amb les limitacions que els imposen les persones, normalment representades pels pares. Aquestes limitacions poden ser oposades als seus desitjos i/o necessitats immediats. I els nens han d'aprendre a "creure". Aquesta paraula fa referència a acceptar la norma de l'altre (l'adult) a base de "fe", perquè sovint no és capaç encara de comprendre el perquè de les ordres dels pares, el perquè ha d'anar al llit, al lavabo, el fet de no poder jugar amb les caques, haver de donar la mà i demanar les coses si us plau, respectar l'ordre, etc. Després, el procés de socialització passa per les normes externes i l'adaptació de l'individu als altres (socioconomia), al grup d'iguals (escola i altres contextos socials fora de la família). El punt culminant del procés evolutiu serà l'estat d'autonomia (que significa "lleï pròpia"). Segons Villegas, a la prenomia l'individu es troba abans de la llei, a l'anomia no hi ha llei, a l'heteronomia són els altres (generalment, els pares) els que regulen la conducta del nen i a la socioconomia és el vincle amb l'entorn més ampli que ho fa. Però, finalment, un cop interioritzats els aprenentatges de les etapes anteriors, amb l'autonomia l'individu haurà desenvolupat una regulació psicològica que depèn del seu propi criteri. Però no és una llibertat sense llei, això seria l'anomia de la primera infància, sinó una

llibertat que té en compte la convivència amb els altres. No es tracta tampoc d'una interiorització de les normes paternes o de la societat, sinó d'una consciència moral que es basa en el judici propi, que és expressada en un sentit de responsabilitat cap a un mateix i cap als altres. Aquesta consciència moral forma part del que nosaltres anomenem "sentiment de comunitat".

Saltar-se les etapes, és a dir, passar directament de l'estat prenòmic o anòmic a l'etapa autònoma, és impossible. Com hem vist anteriorment, només el fet d'haver passat per la constricció (per part dels pares, de l'entorn immediat i de la societat en general) pot produir individus realment lliures, responsables i autònoms. L'error de Prometeu, d'alguna manera, és similar al d'alguns pares: segons la mitologia grega, Prometeu va arrabassar el foc als déus per portar-lo als humans i així fer-los independents de llur clemència i benevolència. Però no va tenir en compte que els desitjos i interessos dels diferents individus, quan prescindien de la coerció divina, xocaven violentament els uns amb els altres. Els humans no ens regulem de forma natural per instints, com ho fan els animals (per exemple mitjançant una jerarquia de força bruta), i ni tan sols amb el nostre intel·lecte, sinó mitjançant l'ordre social interioritzat a través de la consciència moral de cadascú. Si falla aquest ordre social, es produeixen lluites, guerres i caos, i la convivència esdevé impossible. I aquest ordre social no ve d'una inspiració divina, és construït socialment. La comunitat estableix les normes i exigències que serveixen de referència per a l'individu —i és el conjunt dels individus que fa i revisa constantment aquest marc normatiu. I si una persona és bona o dolenta, sana o mentalment malalta, no es pot determinar des d'un punt de vista absolut, sinó sempre des d'un marc social.



Un adult que ja ha arribat a l'etapa de plena autonomia, coneix les normes socials, les respecta, però també pot decidir quan les vol transgredir. També ha de mantenir una actitud crítica envers aquestes normes, ja que no són una cosa absoluta, eterna i inapel·lable, sinó que han de ser sempre susceptibles a una revisió. Per exemple, no fa gaires anys, si una dona tenia un fill sense estar casada, era un fet socialment condemnat, mentre que avui dia és una situació que es viu amb normalitat. Una persona adulta pot decidir no respectar una norma, o pot buscar un consens per a canviar-la o establir-ne una de diferent, precisament perquè abans ha après a respectar les normes. Ara bé, i com les ha apreses? Mitjançant una guia parental i social. De petit, els pares li han inculcat aquestes normes ("això no es fa, això no es diu, això no es toca") i tot i que al principi el perquè d'aquestes normes no sempre s'entenia, el nen les havia de respectar, ja que els pares vetllaven pel seu compliment. Amb la suficient maduresa cognitiva i emocional, el nen aprèn la raó de les normes; quan entra a l'etapa de l'adolescència, és on aquestes normes es tornen a qüestionar. L'actitud crítica de l'adolescent el fa experimentar amb aquestes normes: sovint no les respecta i les transgredeix, per desgràcia dels seus pares. Però aquesta etapa de transgressió és molt important i necessària, perquè només així el jove pot arribar a integrar allò que vol (els desitjos i les necessitats individuals) amb allò que hauria de voler (les necessitats dels altres), per arribar a la plena autonomia i decidir com vol actuar. Idealment, la voluntat pròpia coincideix amb la voluntat col·lectiva; però sovint això no és possible i s'ha de negociar un compromís. Però només un individu que ha passat per una etapa de constricció heteronòmica, l'etapa on són els altres (els pares i la societat) els que marquen els límits, és capaç de trobar els seus

propis límits. Un nen que no ha conegut límits durant la seva infància, no serà capaç d'arribar a aquest punt d'autonomia. Seria un cras error suposar que el nen pot ser autònom, amb lleis pròpies, sense haver passat per les altres etapes.

Per això, els límits són importants. El nen encara no disposa de la capacitat intel·lectual i moral com per distingir el bé del mal, el que s'hauria de fer o deixar de fer. Necessita els límits per orientar-se en el seu món. Com els camins que hi ha al camp o al bosc, els quals es poden entendre com a constricció de la meua llibertat (per què no puc anar camps a través?) o com a orientació (si segueixo aquest camí indicat arribaré a la font i hi podré beure), l'educació pot entendre's com a restricció de la llibertat del nen (per què no pot anar al llit a l'hora que vol?) o com una orientació pel seu propi bé (ha d'anar al llit a una determinada hora perquè necessita una regularitat en les hores de dormir per poder estar bé l'endemà). És cert que els nens no sempre entenen el perquè d'una determinada norma. Per això els pares els ho han d'explicar, i de mica en mica ho van entenent. Però deixar que els nens s'autoregulin (del tot) seria un greu error. Alguns pares ens diuen que permeten que els seus fills vagin a dormir quan vulguin, encara que sigui tard; creuen que l'endemà estaran cansats i que al cap d'un temps tindran prou son a la nit perquè se'n vagin a dormir més d'hora. Però els pares també sabem que un nen que no dorm les hores necessàries, l'endemà no està "cansat", sinó malhumorat i insofrible. A més, el rendiment escolar es pot veure afectat, negativament, és clar. No necessàriament aquest nen interpreta el seu estat com a "cansament" i com a senyal d'haver d'anar a dormir més d'hora. Molts infants cansats només senten un malestar, sense saber com posar-hi remei. Els nens no han de veure aquests límits com a restricció. En

el moment que experimenten un benefici resultant de l'acció dels pares (el benestar de romandre descansats, per exemple), aquests límits es converteixen en allò que haurien de ser: una guia i una orientació.

Un aspecte molt important dels límits i de les normes és la rutina. Tots aprenem amb la repetició, sigui una destresa física com anar en bicicleta, tocar un instrument o qualsevol tasca cognitiva com les taules de multiplicar, una llengua estrangera, etc. I el nen també necessita la repetició, la rutina, per aprendre les normes. Per això és important que hi hagi rutina en la vida quotidiana del nen, repetició, assaig i error. El meu (U. O.) fill va veure la pel·lícula Dumbo de Disney potser trenta o quaranta vegades quan tenia tres o quatre anys, i no se'n cansava (els pares sí que n'estàvem ben farts). Tots els pares saben que els nens tenen els seus rituals establerts i que s'enfaden o es desconcerten quan s'altera un detall. També recordo com el meu propi pare em llegia un conte infantil una vegada i una altra. Me'l sabia de memòria, però no em cansava d'escoltar-lo. I quan el meu pare, cansat de llegir tantes vegades el mateix text, intentava saltar-se algun paràgraf, m'enfadava amb ell i li exigia que me'l llegís al peu de la lletra.

Si portem els nostres infants a dormir cada dia a la mateixa hora, els estem creant una rutina que triguen molt de temps a qüestionar (algun dia sí que ho faran, i amb raó), perquè aquesta rutina, possiblement acompanyada amb la lectura d'un conte o el ritual de posar-se el pijama i de fer carícies i magarrufes, és experimentada com a positiva, com a guia en un entorn molt complex, massa complex per a un nen petit. Si sovint els portem al llit a hores diferents per negligència o, el que és més habitual, a causa de les nostres pròpies necessitats de vida canviants, no ens ha d'estranyar que es posin nerviosos, que els costi

adormir-se, que es rebel·lin i que la propera vegada no facin cas quan els diem que és hora d'anar a dormir. Si establim límits i normes, els adults hem de ser els primers en respectar-los.

Lamentablement, els pares d'avui dia tenen poc temps per aquests rituals. Vivim en una societat molt exigent i molt complexa, amb jornades laborals llarguíssimes, amb inseguretats laborals, amb la necessitat d'estar constantment disponibles, amb distraccions i estrès, on queda poc marge per "badar". L'oci, entès no com a activitat frenètica que fem els caps de setmana, sinó com a temps de no fer res i deixar passar les hores, és una cosa que ha passat de moda. I l'agenda dels mateixos nens sovint està tan plena, o més, com la dels pares que actuen de "taxistes" per portar-los del col·legi a música, de música a karate, de karate a anglès, d'anglès a dibuix i, finalment, quan són tots a casa, és hora de sopar i anar al llit —i si hi ha més germans, la cosa es complica encara més. Els pares saben que això és una sobrecàrrega per a ells i per als nens, però no volen "desaprofitar" el temps perquè creuen que han de fomentar els (possibles) talents dels seus fills per propiciar-los el màxim d'oportunitats a la vida. I per tenir-los ocupats, perquè el joc a casa sovint consisteix en la consola de joc. Però aquest espai de temps obert, sense estar ocupat en alguna cosa "de profit", és important per donar marge als nens a desenvolupar-se, a implantar les seves rutines, a repetir processos i a establir vincles. Per això, els pares s'hi han de dedicar, han de dedicar temps als fills. I no parlo del "temps de qualitat", mitja hora al dia, el temps que té la mare o el pare per estar amb ells i fer una activitat pedagògica. Parlo de temps a seques. De temps de deixar-se portar pel joc del nen. El que passa és que els nens també, quan "no fan res", en lloc de recórrer a la imaginació, a la creativitat,

es queixen de l'avorriment, i els pares de seguida, en compte d'encoratjar-los a buscar solucions ells mateixos, els busquen activitats per mantenir-los ocupats i evitar aquesta sensació desagradable. Però l'avorriment és necessari per a la creativitat; si portem els nens d'una activitat d'oci a una altra, no despertem la seva creativitat; els convertim en éssers passius que esperen que els entretinguin constantment.

Ara hem de parlar de la importància del vincle. Sense aquest vincle afectiu entre pares i fills, posar límits sí que significaria imposar una llei paterna arbitrària i ser autoritari. Perquè el nen accepti les normes i els límits proposats pels pares, hi ha d'haver una relació afectiva positiva i estable entre ells. El psiquiatre John Bowlby mostrava, en els seus estudis sobre aferrament, que aquest vincle emocional que desenvolupa el nen amb els seus cuidadors o figures d'aferrament (en especial, la mare), li proporciona la seguretat indispensable per a un bon desenvolupament de la personalitat. El grau en què la figura d'aferrament és capaç de respondre a les seves necessitats (físiques i afectives) de forma adequada, té una influència important en la seguretat i en el benestar psicològic del nen. Si l'infant no se sent acceptat i protegit incondicionalment, pateix ansietat i corre el risc de desenvolupar trastorns psicològics.

Un estil d'aferrament segur entre mare (o una altra figura) i nen també és la base de l'aprenentatge i de la socialització. Quan observem la interacció de mare i nen petit amb un aferrament segur, veiem com el nen tendeix, de forma natural, a fer cas a les indicacions de la mare. Sembla que al nen, fins i tot, li fa il·lusió fer-li cas, complaure-la, ja que la mare també està disponible quan el nen té alguna necessitat (gana, afecte, jugar, etc.). Quan hi ha un tipus de vincle insegur, és a dir, el nen no confia que la mare estigui disponible en cas de necessitat, l'infant

també tendeix a fer cas a la mare, però més aviat per temor. Així, doncs, tot i tenir interès per relacionar-se, els és molt difícil aconseguir-ho. A més a més, un cop comencen a ser grans, mostren dificultats per establir relacions afectives íntimes amb els companys. D'aquesta manera, establir un bon vincle serà de gran rellevància, no només perquè la relació entre pares i fills sigui més fàcil, sinó que serà molt important per al desenvolupament socioemocional de l'infant al llarg de les altres etapes evolutives. És a dir, depenent de les seves característiques socials i emocionals, el nen podrà conviure d'una manera més o menys sana.

## Resum i conclusió del capítol 1

Hem començat amb un exemple divertit d'interacció entre pares i fill, tan còmic com desesperadament real, perquè molts pares s'hi reconeixen i hi veuen reflectits els problemes quotidians que tenen amb els seus propis fills: el nen que no fa cas. També hem vist moltes "estratègies" que fan servir els pares per aconseguir que el nen obeeixi a una invitació aparentment tan senzilla com la de l'exemple i que cap d'aquestes mesures tenen l'efecte desitjat o, com a mínim, no deixen contents i satisfets ni els pares ni el mateix nen, perquè sembla que hem de recórrer a les mesures autoritàries, cosa que, en el fons, els pares d'avui dia ja no volen.

Després ens hem fet ressò d'una cosa que els pares d'avui dia també saben: la necessitat de posar límits als nens. Però hem destacat que els límits no s'han d'entendre només com una restricció de la conducta del nen, sinó com una orientació per al nen per tal que pugui trobar el seu camí en un entorn extremadament complex. Si l'infant percep les normes exclusivament com a restricció de la seva llibertat, tindrà la tendència a desafiar-les, però si les experimenta com a una ajuda diària, hi ha més probabilitat que les accepti.