

Família

COM RESOLDRE ELS CONFLICTES AMB ELS INFANTS?

L'acompanyament és necessari perquè quan els conflictes siguin entre els mateixos nens o adolescents, se'n puguin sortir

JUDIT MONCLÚS

Hi ha una dita popular que diu que dos no es barallen si un no vol. Però què passa quan algun fet motiva l'aparició d'un conflicte amb l'altre? És habitual que el conflicte arribi perquè el que un vol, opina o fa xoca amb el que vol, pensa o fa l'altre. "En el cas dels conflictes entre infants i adults, la situació pot acabar amb l'adult dient que mana ell i que es fa el que ell diu. Llavors, el conflicte queda resolt. O no: el conflicte queda aparcat, però es manté latent i torna a sorgir més endavant", explica el doctor Xavi Forcadell, mestre, psicomotricista, educador emocional i formador de docents i famílies. Com la resta d'experts entrevistats, afirma que reprimir les emocions en moments de conflicte no és una opció vàlida, sinó que cal acompanyar l'infant des de l'acceptació i l'empatia, així com dotar-lo de les eines necessàries perquè pugui expressar aquestes emocions.

"L'acompanyament té a veure amb la nostra pròpia biografia emocional, amb la gestió de les nostres emocions i amb l'acompanyament que vam rebre nosaltres mateixos. Per això, si estic més irascible, hi haurà més conflicte i més impacte. Si estic més equilibrat i obert per veure què li passa a l'infant, puc actuar d'una manera diferent", observa Augusto Barceló, psicomotricista i director del centre Cèntric Barcelona. Explica que, per a l'infant, la comunicació verbal i corporal és important, com també donar nom a les emocions que viuen els adults. "Els pots explicar que avui estàs més nerviós que de costum o si t'ha passat

alguna cosa, així ells també són més conscients de la situació". A la vegada, Barceló assenyalava que la manera com s'acompanya l'infant en aquests moments de rebequeria influeix en molts aspectes, ja que també hi intervenen factors externs com ara les mirades d'altres persones, les creences, les expectatives, els prejudicis i, fins i tot, els consells i les falses necessitats que poden arribar des de l'entorn familiar i social més pròxim.

L'acompanyament és necessari perquè quan els conflictes siguin entre els mateixos infants o adolescents, sense pares o altres adults pel mig, se'n puguin sortir. Per això també és molt important que l'adult es converteixi en model per als joves que tingui al costat. "Els adults diuen que l'infant ha de resoldre els conflictes mitjançant el diàleg, i llavors observes que ells ho fan amb ordres i crits. On queda el diàleg? Si creus que aquesta és la millor manera de resoldre'ls, demostra-l'hi", indica Forcadell. Des de la seva experiència com a docent, explica que quan hi ha conflicte entre infants, primer cal garantir la seguretat física entre ells i després transmetre'ls seguretat afectiva. "Aquests infants tenen unes emocions i cal que les identifiquin. Quan hi ha un conflicte, cada infant ataca l'altre i assenyalava què li ha fet. Jo els demano que cadascú m'expliqui què ha fet. Com que han de reconèixer en què s'han equivocat, ja no parlen. Es fa el silenci. Llavors, els demano que cadascú expliqui a l'altre què ha fet malament i que mirin de resoldre-ho, que es materialitzi



aquest diàleg". En aquest sentit, Forcadell apel·la a la necessitat de formar-se en creixement personal i educació emocional per identificar i posar paraules a allò que ens passa, per tenir consciència emocional. "En un conflicte, les emocions apareixen, puguen de cop i, si no prens consciència de quina emoció tens, no pots resoldre el conflicte o serà més complicat fer-ho. En canvi, si identifiquem quina emoció estàs tenint, la seva intensitat es redueix i facilita les coses".

"La gestió emocional, sense discriminació d'edat, és adonar-se que totes les emocions tenen una raó de ser i són importants. Venim d'una cultura que, de vegades, ha reprimat mostrar la ràbia, per exemple i, en un conflicte, hem tendit a respondre «No t'enfadis». Eliminar i reprimir no és la solució. Al contrari, és contraproduent i pot portar a una sensació d'injustícia que faci que augmenti aquesta ràbia i, en conseqüència, l'agressivitat i la violència", expressa Mireia Garcia Uroz, psicòloga i psicomotricista. Reconeix que els conflictes són inevitables però que, a la vegada, també són sans perquè el món de les relacions és complex però vital per al desenvolupament de l'infant. També subratlla la importància de ser conscients de l'edat evolutiva de l'infant per saber quins discursos

fer-los arribar per resoldre aquests conflictes.

"Per aconseguir aquesta gestió emocional els nens necessiten l'adult, que mai els ha d'invalidar, sinó sempre ajudar perquè siguin autònoms però tenint en compte les limitacions cognitives i emocionals que poden tenir segons la seva edat i etapa evolutiva", exposa Garcia Uroz. Forcadell afegeix que, de vegades, és l'adult qui pressuposa que l'infant té una sèrie de característiques, però, com que les té diferents, qui acaba tenint el conflicte és l'adult. "N'hi ha que es queixen que els nens de 3 o 4 anys són molt egocèntrics, no escolten, van a la seva i només volen jugar. Si mires les característiques psicoevolutives dels nens d'aquesta edat veus que van a la seva i només els interessa jugar. Quin és el problema? Les famílies i els docents han de ser conscients d'aquest fet, ja que els pot transmetre tranquil·litat a l'hora d'abordar els conflictes i a entendre que aquest infant no fa res més que complir amb els requisits propis de la seva edat".

Com assenyalava Garcia Uroz, el vincle també ajuda a guarir moltes coses. És aquesta presència ferma que no abandona l'infant però que també té en compte què diu i com li diu, ja que l'influència molt. En tot cas, però, cal no oblidar que

GETTY



Quines situacions propicien els conflictes?

Cèntric Barcelona va realitzar durant el confinament un taller virtual de gestió emocional i conflictes perquè les persones a càrrec d'infants d'entre 2 i 6 anys descobrissin quines situacions poden afavorir aquestes disputes. S'hi va identificar el cansament, és a dir, quan se li demana a l'infant un sobreesforç en moments que no són els adequats; la hiperestimulació, que pot arribar per un consum excessiu de pantalles o altres situacions que el saturin de forma mental o emocional, i, al contrari, una absència d'estímul que el portin a l'avorriment i a la manca de motivació per desplegar la seva curiositat. També en són causants la manca de presència parental o de temps compartit, les presses del dia a dia que no s'adeqüen al seu tempo, les gelosies entre germans o, com ja hem apuntat, la falta de límits.

El conte, una eina per aprendre a gestionar emocions i conflictes

El conte es pot convertir en una eina de mediació i, amb les seves històries, un referent per aprendre a gestionar les emocions i a resoldre els conflictes. Forcadell és autor d'*El cranc juganer* (Autoeditat, 2020), que, il·lustrat per Núria Majoral, tracta de ple la resolució de conflictes amb els infants. La història se centra en un cranc que no para de molestar els altres fins que aquests decideixen marxar i deixar-lo sol. Aleshores, el cranc reflexiona sobre què ha fet i arriba a una conclusió que ho canviarà tot. Al final del conte, hi ha unes preguntes que busquen afavorir que l'infant reflexioni sobre la seva actitud amb els amics. "La màgia del conte infantil acaba sent una eina vital i necessària per mostrar una realitat en el llenguatge dels infants, que s'identifiquen i connecten amb els personatges i aprenen les paraules per expressar allò que els passa", explica Forcadell.

L'actitud de l'adult en el conflicte amb els infants ha de ser calmada, tranquil·la i serena però ferma. "Fermesa vol dir mantenir la postura i deixar clar quins són els límits. Si durant el conflicte, l'adult mou aquests límits, l'infant descobreix que pot jugar amb ell i, si l'adult cedeix, el conflicte s'acaba fent més gran", explica Forcadell. Afirmar que els infants estan creant el seu món i necessiten saber on hi ha el final, per això busquen aquests límits. "Quan creus que estan provocant, estan buscant els límits, que els marquis. I per això tenen les seves estratègies, com cridar l'atenció".

"Com ens relacionem a casa ens dona moltes eines per relacionar-nos fora. De fet, si parlem de conflictes i gestió de la ràbia, durant la pandèmia n'hem vist molts. Aquesta situació ha fet aflorar altres conflictes latents que s'han unit als sorgits durant el confinament. Per això, la coherència emocional és bàsica: allò que pensem, sentim i fem és important que estigui en harmonia, i els adults ho han de transmetre als infants", indica Garcia Uroz. "Els pares han de veure també que quan hi ha molts conflictes és perquè passa alguna cosa i s'han d'informar per saber com actuar. En tot cas, no hi ha una fórmula màgica, te l'acabes construint tu mateix", conclou Barceló. ✖

FORA DE CLASSE

M'AGRADA ANAR DE COLÒNIES

M'encanta una cançó d'en Jordi Tonietti que parla d'anar de colònies. És una cançó alegre que associo a quan els meus fills eren petits i per casa cantàvem temes infantils a totes hores. La veritat és que començo a trobar a faltar aquesta innocència en la manera de fer dels meus fills. A vegades penso que la societat té pressa perquè aprenguin el pitjor de la humanitat. De fet, aquest és el doble tema d'aquest article. El primer és ¿per què fer-se gran, sovint, ha de voler dir tornar-se un pinxo, un malparlat i un egoista, lluny dels valors que intentem inculcar els docents? L'altre és sobre les colònies d'estiu, en el meu cas, els campaments.

Per primera vegada hem dut els fills a uns campaments d'estiu. La idea era que visquessin de prop la muntanya, l'experiència de dormir en tendes i conèixer gent nova que, en principi, estima la natura. L'altre motiu inconfessable és el de tenir uns dies de parella i recuperar els projectes ajornats. Uns dies fan miracles, vam pensar. El resultat no us l'explicaré aquí, però sí que us diré que la visió d'un fill i d'un altre va ser oposada. Tampoc van estar junts, o sigui que cada història és un món.

Sí que em va sorprendre que, segons el caràcter, una persona es pot prendre les coses d'una manera molt diferent. Això em recorda la feina que durant anys s'està fent a la majoria de centres educatius, on cada vegada més es tenen en compte les capacitats i les sensibilitats dels alumnes. Alguns són emocionalment forts i creixen davant les adversitats, i d'altres s'enfonsen i ho viuen tot com un terrible malson. No penso fer generalitzacions perquè aquesta no és ni la intenció ni el meu estil, però potser no totes aquestes experiències estivals, de muntanyes idíl·liques, segueixen un control ni garanties adequat. Em refereixo al fet que les

colònies, els campaments o els casals haurien de partir del creixement personal en positiu. No poden ser només un entreteniment, també cal seguir uns valors, que han de ser semblants als de les escoles i els instituts. No ens podem trobar que siguin una mena de servei militar conduït per monitors adolescents que tracten els seus nens subordinats com a soldats, amb els perills ben reals, amb competitivitat entre ells i la desconfiança i la por de dubtar per on et fotran la broma pesada. Sí, a alguns nens els traumatitza llevar-se amb un penis pintat a la galta, i a d'altres no. ✖



XAVIER GUAL
Escriptor i professor