

I'Entrevista

Alba Castellví, sociòloga, educadora i mediadora de conflictes

El proper 1 de juny presentarà a la Garriga el seu llibre *Educar sense cridar* a la Biblioteca Núria Albó

"Quan cridem, els primers que hi perdem som nosaltres"



Alba Castellví (Sant Sadurn d'Anoia, 1976) és l'autora del llibre *Educar sense cridar* (Angle Editorial), un manual àgil i pràctic per a la convivència diària amb els fills i filles. El llibre, que es presentarà a la Biblioteca Núria Albó el proper 1 de juny a les 21 hores, recull consells i propostes per criar infants segurs, responsables i lliures sense haver de recórrer als crits. La presentació del llibre *Educar sense cridar* és una de les activitats de suport a les famílies que organitza cada curs l'Àrea d'Ensenyament de l'Ajuntament.

És realment possible no alçar mai la veu quan s'educa?

És possible no alçar tant la veu, cridar menys del que cridem. La qüestió és saber com fer-ho. *Educar sense cridar* és un conjunt de tècniques per aconseguir que allò que volem que passi, passi, sense haver de repetir les coses quaranta vegades, sense haver de cridar per desbloquejar situacions, sense haver d'escriu-dassar els fills perquè no fan el que toca. Hem de pensar que quan cridem els primers que hi perdem som els pares: ens crispem, ens enfadem, i després haurem de refer-nos, tornar a la calma i recuperar el bon humor. I això no passa automàticament. Per tant, com menys cridem, menys esgotats i més tranquils ens sentirem.

Per què cridem? Perquè perdem la paciència?

Si en comptes de pares i mares fóssim mestres zen de la meditació, no cridaríem mai. Però som pares i mares de família, persones enfeinades i, com és natural, no ens agrada haver de repetir les coses massa vegades. Per tant, hem de tenir a punt unes quantes eines per poder-les fer servir just abans de perdre la paciència del tot i aixecar la veu. Si posem en joc les estratègies adequades, no caldrà repetir tant les ordres que donem, i a més els nens aprendran quin és el sentit que tenen aquestes ordres.

Com afecten, els crits, als infants?

Els infants aprenen del que nosaltres fem, i no pas del que diem que cal fer. Per tant, quan cridem els oferim un model que ells imitaran en altres circumstàncies. Això és molt important, ja que significa que, si oferim un model constructiu basat en la serenitat, també el podran imitar. I, per tant, es relacionaran millor amb les altres persones i viuran més feliços.

Com cal actuar davant d'una rebequeria?

Cal donar un argument que expliqui la negociació o el límit que posem, mantenir-lo sense afegir-ne de nous, comprendre la frustració de l'infant i expressar aquesta comprensió adequadament, i a continuació mostrar serenitat i fer servir molt poques paraules (les paraules són unitats d'atenció, i quan

ja hem expressat la nostra comprensió cal retirar l'atenció del nen per evitar reforçar la conducta). Al cap d'uns dies de fer-ho així, els nens i nenes deixen de fer rebequeries. Si l'escena es produeix en un lloc públic, cal evitar les molèsties als altres en la mesura del possible però, més enllà d'això, tampoc cal fer res diferent del que fem a casa. Que la mirada dels altres no modifiqui una bona decisió educativa.

Al llibre dius que hem de donar el mínim d'ordres possibles...

Com menys ordres donem, millor. Perquè com més en donem, més possibilitats hi ha que algunes quedin sense complir. I res ens desautoritza tant com donar una ordre, que no es compleixi i que no passi res. La qüestió és: com donar menys ordres quan hi ha tantes coses que cal fer i que si no les ordenes tu no les farà ningú? Hi ha diverses maneres d'aconseguir-ho, que s'expliquen al llibre.

Planteges que és bo transformar els errors dels nens i nenes en oportunitats. Com es fa, això?

Dient, en to positiu i optimista, coses com: "Com que ara t'has equivocat, pots aprendre a fer-ho d'una altra manera. És una sort que això t'hagi passat aquesta vegada, perquè així ja ho sabràs per sempre!" Com a pares hem de tenir present que aprendre és un procés i que ningú neix ensenyat, de manera que els errors no ens han de sulfurar sinó que els hem de considerar graons d'una escala que anem pujant junts.

Què en penses dels grups de Whatsapp de pares i mares? Són necessaris?

Ho eren fa quinze anys? Són tan necessaris com ho eren llavors. Faciliten algunes coses, perquè fan la comunicació més immediata. La pregunta és: podem fer amb altres mitjans allò que fem per Whatsapp? Perquè, si és així, val més no fer servir els grups: solen comportar malentesos, contenen reaccions irreflexives i ens prenen un temps preciós. Si el grup de pares del grup-classe ja existeix, almenys hem de tenir en compte certes normes d'ús.