

Resum taller per pares – Gener 2014

AMPA
angeleta

AMPA IES Angeleta Ferrer i Sensat
C. Granollers, 43. 08173 Sant Cugat del Vallès
Tel. 630 50 89 74

TALLER PER PARES D'ADOLESCENTS
de l'Institut Angeleta Ferrer
Dates: 23 i 30 gener 2014, 20-21.30h.
Lloc: Institut Angeleta Ferrer

Una experiència d'intercanvi i d'aprenentatge compartit ... poder parlar tranquil·lament de les coses que ens preocupen escoltant a altres famílies que passen pel mateix. Us esperem!

ACTIVITAT GRATUITA
30 places per ordre inscripció
Apunta't clicant aquí
<https://mail.google.com/mail/u/0/#inbox/x/14261073510ac5fa>
L'assistència ha de ser a les dues sessions: dijous 23 i 30 gener

"L'adolescent i la família. Punts de trobada, punts de desacord"
Amb l'entrada dels nostres fills a l'adolescència la nostra relació amb ells canvia. Això genera desorientació. El que era clar quan els nostres fills eren nens deixa de ser-ho. De vegades ens qüestionem, d'altres no comuniquem i de vegades no sabem com situar-nos davant d'ells. Som amics? Estem allunyats? Com ens comuniquem? Donem lloc al fet que es puguin expressar?. En dues sessions conduïdes de manera voluntària pel psicòleg Mario Izco, tractarem qüestions com ara: Com construïm el vincle amb els fills? Quin model transmetem? Quin lloc li donem als afectes: l'amor, l'alegria, la tristesa, la preocupació, ...?

Mario Izco, psicòleg, fundador i col·laborador de l'Institut de la Infància de Barcelona. Autor dels llibres *Tiempo de transformación*, *Adolescencias por venir* (coautor) i *Ejercir l'autoritat a l'adolescència* (coautor). És pare d'alumne del Institut.

Introducció



El Mario comença amb un toc d'humor ...

I dóna una visió global de la societat actual i ens fa reflexionar: podem demanar que els adolescents siguin diferents de la societat on viuen?

- Societat consumista
- Societat impacient: que vol la satisfacció immediata
- Societat canviant: vol canviar les coses contínuament, fins hi tot quan no hi ha necessitat
- Societat tecnològica: depenent de "pantalles": mòbil, tablettes, ordinadors, etc
- Societat en crisi: a les institucions generals, com a les institucions properes com escola, institut, família, etc
- Societat de la incertesa: és un concepte difícil d'entendre pels adolescents i que pot angoixar als adults

Taller: metodologia

Com a base, queda clar que no hi ha una recepta màgica i que gestionar la relació amb adolescents és difícil i depèn de la persona i les circumstàncies. La idea és, que entre totes les opinions i experiències, obtinguem més recursos.

- En parelles, els participants escriuen una pregunta que ens plantegem amb els nostres fills adolescents
- Posteriorment, en 4 grups de 7/8 participants, es treballa una de les preguntes des de la pròpia experiència
- Finalment, cada grup explica com creu es pot abordar cada pregunta i quines respostes possibles pot tenir

Preguntes comentades el 1r dia taller: 23 gener

- Com saber els interessos del adolescents i saber-los motivar?
- Com gestionar el tema "tecnològic"?
- Com reaccionar quan el fill menteix, i a més, nega que ho fa?
- Com alinear-se la parella quan es vol posar un "càstig"?

Preguntes comentades el 2n dia taller: 30 gener

- Com fer que les nostres normes de convivència diària les entenguin i integren els nostres fills?
- Com gestionar quan ens responen malament?
- Com els podem ajudar a prendre decisions, sense que es sentin influïts?
- Com gestionar realitats que es troben els fills, com parelles separades, famílies amb crisi econòmica, etc?

Resum generals de les respostes que es van debatre, ja que no hi ha una recepta per a cada pregunta sinó estratègies

Els adolescents i els adults hauriem de entendre la família com una comunitat, on s'han de compartir temps i vivències, on s'han de compaginar els interessos dels adolescents i de la resta d'integrants de la família. Per això, i perquè es motivin, hem d'intentar trobar l'equilibri entre els interessos i decidir junts, demostrant que tots som importants. Hem d'entendre la societat on vivim per adaptar-nos i també per entendre als nostres fills. Saber que vivim un temps tecnològic i que gestionant correctament i pactant, es pot fer un bon ús de la tecnologia. Hem de saber posar distància quan els adults ens trobem exaltats i analitzar les situacions que els passen, com les mentides. Hem d'intentar evitar el "melodrama": quan les coses no passen sovint, desdramatitzar. Si hi ha situacions que es repeteixen, poden ser conductes, potser per cridar l'atenció (és la imatge del iceberg que ens va passar el Mario). Ser el més objectius possibles. Marcar límits clars, si pot ser entre tots. Deixar clar que esperem d'ells i quins és el nostre criteri. Crear una cultura de confiança i diàleg (parlar i ESCOLTAR activament), perquè sàpiguen que poden venir a parlar amb nosaltres si ho necessiten, acompanyant-los, però sense envair el seu espai íntim d'adolescència... I tenir molta paciència, no lluitar contínuament, que ens desgasta, saber a quines batalles realment s'ha de lluitar.

Orientacions finals

1. Dol

- Pèrdua: deixen de ser nens amb tot el que això suposa. Dóna por
- La relació amb els pares és diferent: ja no són el seu ideal i model a seguir
- Com a pares, hem d'acceptar que es fan grans: han de tenir intimitat. És la seva vida. Hem d'acceptar que no tot els que els passa és cosa nostra

2. Expectatives dels pares cap els nostres fills: el que esperem d'ells (narcisme dels pares/mares)

- Això pot ser una càrrega per als nostres fills

3. Corregim i controlem (intimitat)

- Ens passem el dia corregint... això és cansat pels fills (i desgasta els pares)
- Està bé acompanyar, controlar una mica... però els hem de deixar anar

4. Cultura del diàleg: parlar i escoltar

- No hem d'estar sempre interrogar-los: Què has fet? On has anat? Amb qui? ...
- Hem de dialogar: parlar i escoltar
- Els hem d'explicar coses que ens han passat i ens passen a nosaltres

5. Valor de la paraula

- Si repetim alguna cosa massa vegades, perd el sentit
- No podem lluitar sempre en totes les batalles: hem d'escollir el més important

6. Què aprenem dels nostres fills?

- Tot és un aprenentatge. Hem de valorar el que diuen, també nosaltres podem aprendre d'ells

7. Dir-los que els estimem

- Els dóna molta seguretat



... i no perdre mai el sentit de l'humor