



Els millors mestres del 'mindfulness' els tenim a casa, els infants

El temps dels infants

Clara Puigventós, PSICOPEDAGOGA I DIRECTORA DE PROJECTES A LA BAULA SCEL
Gemma Torregrosa, DIRECTORA TÈCNICA A LA BAULA SCEL



Quan pensem en el concepte del temps, sobre com l'entendem i quina relació hi establim, cal que siguem conscients que aquesta idea ens ve condicionada socialment i històricament per l'ús que en fem. És a dir, associem el temps a la utilitat i a la productivitat que se'n deriva. L'expressió «el temps és or» n'és una bona mostra, i és evident que el valor que li donem ve determinat per com l'hem fet servir. Sembla que no hi pugui haver res més inoportú que perdre el temps!

Els infants no tenen aquesta idea del temps. Per als nens i nenes el temps és un aquí i ara, un etern present amb múltiples possibilitats de descobrir, meravellar-se, d'aprendre, de decidir, de provar i intentar... Però viuen en un món d'adults i, molt sovint, trobem un xoc entre la seva manera d'entendre el temps i la nostra. Quantes vegades ens sentim dir: «afanya't, va, que farem tard!», «ara no és moment de fer això» (encara que el que estigui fent no comporti cap perill ni risc per a ell/a ni per a ningú), «vinga, va, ràpid!», «ja ho faig jo que tu hi estàs mil hores!». I un llarg etcètera de frases i ordres que vénen a dir a l'infant que el temps en sí és el més important i que no sap fer-ne un bon ús perquè no està sent productiu o no l'està utilitzant com s'espera. No volem dir que els infants puguin fer sempre el que els sembli amb el seu temps, però sí que convé entendre més com el viuen i la frustració que poden sentir quan constantment els estem donant pressa per tot i quan no respectem prou el seu propi temps.

Deixar-los el seu temps per pensar, per decidir i per provar és vital per a l'adquisició de la seva autonomia i per a l'aprenentatge. Si els resollem constantment els dubtes i les dificultats que troben per culpa del temps i d'anar ràpid, els estem restant aprenentatges valuosos i també la seva autoestima, en posar en evidència que no ho poden fer, encara que no és que no siguin capaços de fer-

«Ara que estem començant a sentir parlar del 'mindfulness', tenim a casa els millors mestres a ser i estar en el present»

«Deixar-los el seu temps per pensar, per decidir i per provar és vital per a l'adquisició de la seva autonomia i per a l'aprenentatge»

ho, sinó que no els hem deixat el temps suficient per aconseguir-ho.

Parem un moment. Busquem l'equilibri entre el que ells necessiten i el que els demanem, entre el seu temps i el nostre. Posem-nos a la seva pell i provem de deixar-nos meravellar pel lent caminar d'un insecte o per com cau la pluja o pel tacte d'una pedra. Aprenem també de com viuen els infants i com senten el temps, també tenen molt per ensenyar-nos! Ara que estem començant a sentir parlar del *mindfulness*, tenim a casa els millors mestres a ser i estar en el present. Intentem modificar certes estructures rígides de pensament envers el temps, deixem-nos sorprendre per les coses que passen i els imprevistos, busquem-hi la part positiva. Potser així evitarem molts dels conflictes entre pares i fills derivats de l'ús del temps i de la pressa que sempre ens acompanya.



ALGER, RELAN/ISTOCK/REXUS

Aprenen també de com viuen els infants i com senten el temps