

El meu fill/a, és comporta així?

- No es responsabilitza de les seves obligacions. (acadèmiques, de casa)
- Incompleix les normes.
- Discuteix les ordres.
- Rebuja comunicar-se (deixem fer!!!, buff!!! ara no!!!,...)
- Actitud positiva si **hi ha premi**. (mòbil, sortir,...).
- És un Bon Nin, però també Egoista, Gandul,...
- Altres?

I nosaltres, pares, què fem?

- **Repetim** de manera continuada el que ha de fer?
- Passam a les **amenaces** perquè reaccioni d'una vegada o deixi de fer el que fa?
- **Explotam** quan ja no podem més?, **crident**, **sancionant** i acabant amb el conflicte **angoixats**? **Enfadats**, inclús, moltes vegades durant dies amb el fill/a?.
- Quan estam més tranquils, passam als **sermons**? i li explicam que ha de canviar perquè si no hi posa de la seva part, hi haurà més sancions o desistirem d'ell?
- Altres....

I més envant, hi ha algun canvi en el meu fill/a?

- Si hi ha algún canvi, dura uns dies o com a molt dues setmanes.
- Llavors tornam a les mateixes,
 - REPETIM PER EVITAR EL CONFLICTE
 - AMENACEM PERQUÈ REACCIONI!!!
 - SANCIONAM ENFADATS AMB ELL/A
 - FEM SERMONS PERQUÈ NO TORNI A PASSAR.

Per què no canvia el meu fill/a?

- **NO DEPÈN DE LA VOLUNTAT DEL FILL/A.**
- **ENCARA QUE HO ENTENGUI I ES PROPOSI FER-HO, LA SITUACIÓ LES SUPERA.**
- **EL MEU FILL/A NO ÉS UN GANDUL, NI DOLENT**
- **SIMPLEMENT ES UN TEMA**
D' APRENTATGE
DE CREAR UN HÀBIT

COM S'APREN O ES CREA UN HÀBIT?

- Qui aprèn és el COS (nin de 4 anys), no la PERSONA (adolescent).
- el COS es UN SISTEMA DE SUPERVIVÈNCIA. (sempre serà un nin de 4 anys)
- Cal ser CONSEQÜENT amb el que es vol ensenyar i COMPASSIU amb la dificultat de l'aprenentatge.
- Quan s'ha consensuat l'aprenentatge o l'hàbit que es vol aplicar amb la PERSONA (FILL), llavors cal ser IMPLACABLE amb el COS.
- La RESISTÈNCIA a canviar no s'ha de personalitzar amb el nin. És un fet natural de l'aprenentatge del COS.
- L'ERRADA és necessària i s'ha de viure com un altre fet natural de l'aprenentatge del COS.

AL MEU COS LI AFECTA TOT

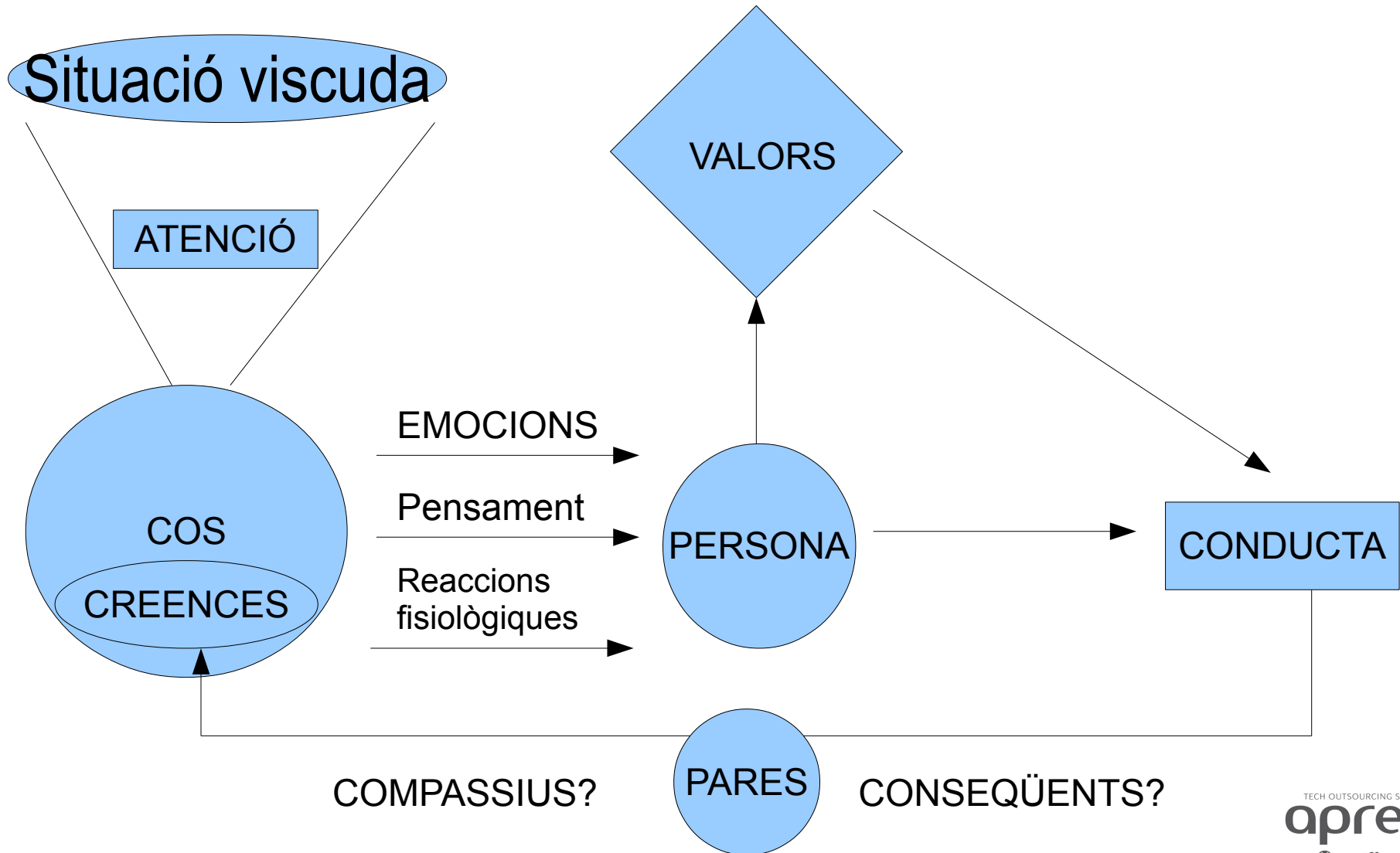
CAL SABER...

- La nostra persona ve acompanyada d'un COS que PENSA, S'EMOCIONA, SENT, NOTA, sense que podem evitar-ho.
- Ni nosaltres (pares) ni ells (fills/es), decidim com ens AFECTA determinada situació.
 - Fer el deures. (aborriment)
 - Haver d'estudiar cada dia un poc. (peresa)
 - No poder anar a una festa. (enfadament)
 - Haver estudiat el que s'havia proposat. (satisfet)
 - Repetir-li 2 vegades que faci els deures (preocupació)
 - Repetir-li 6 vegades que faci els deures (enfadat)
 - Repetir-li 10 vegades que faci els deures (enrabiad)
 - Veure-lo content per una bona nota (content)
 - ...

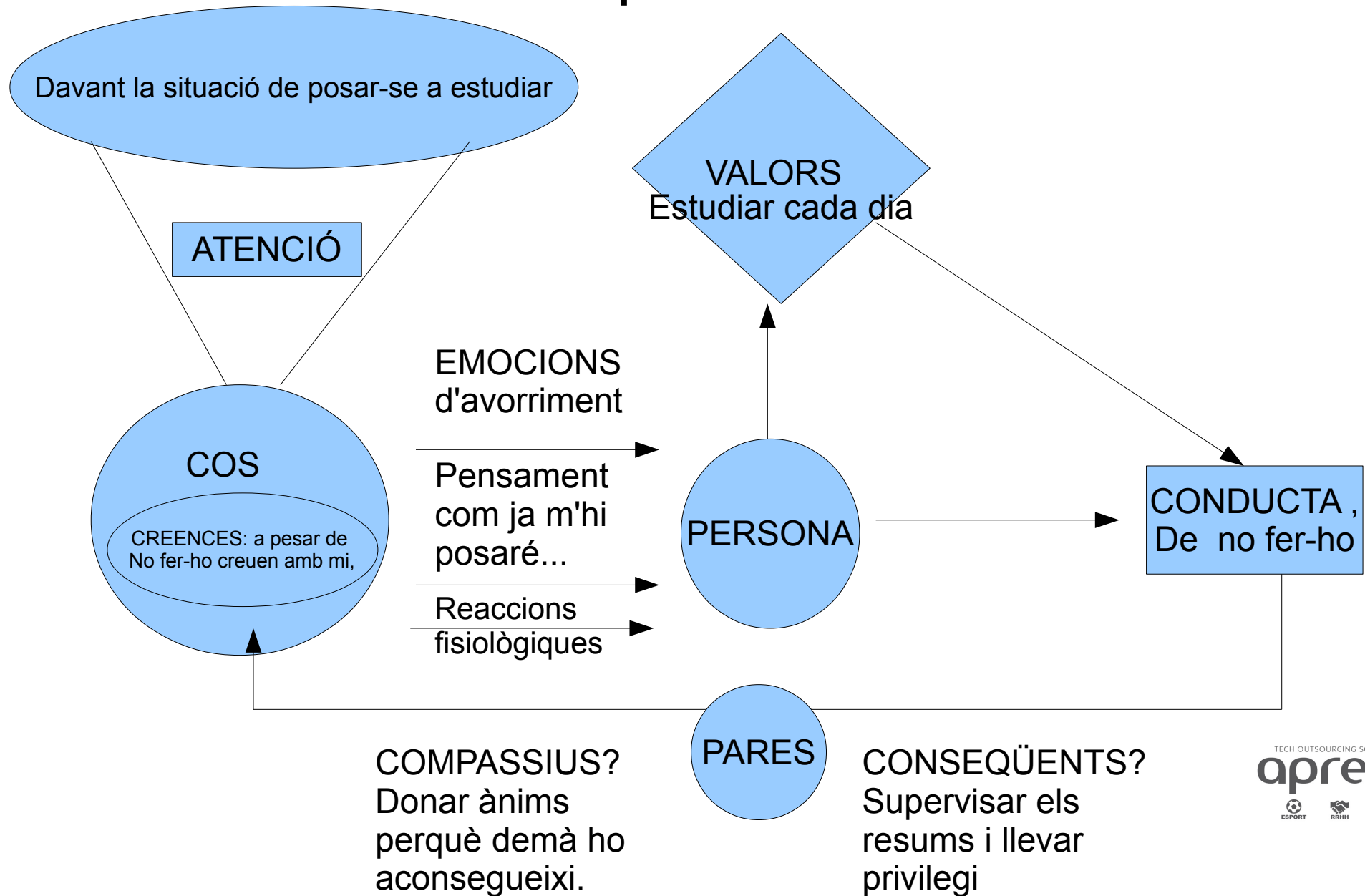
I ELL COM A PERSONA?

- La seva PERSONA està en construcció.
- La PRESENCIA de la PERSONA, la podem veure quan el seu COS està tranquil, seré, sense una AFECTACIÓ elevada.
- Les SITUACIONS, quan AFECTEN al COS, enmascaren la PERSONA, i les EMOCIONS, PENSAMENTS distorsionats, SENSACIONS, influeixen a la CONDUCTA dels nostres fills.
- Perquè el COS reguli millor les **emocions**, ha d'aprendre que aquestes influeixen però no limiten.

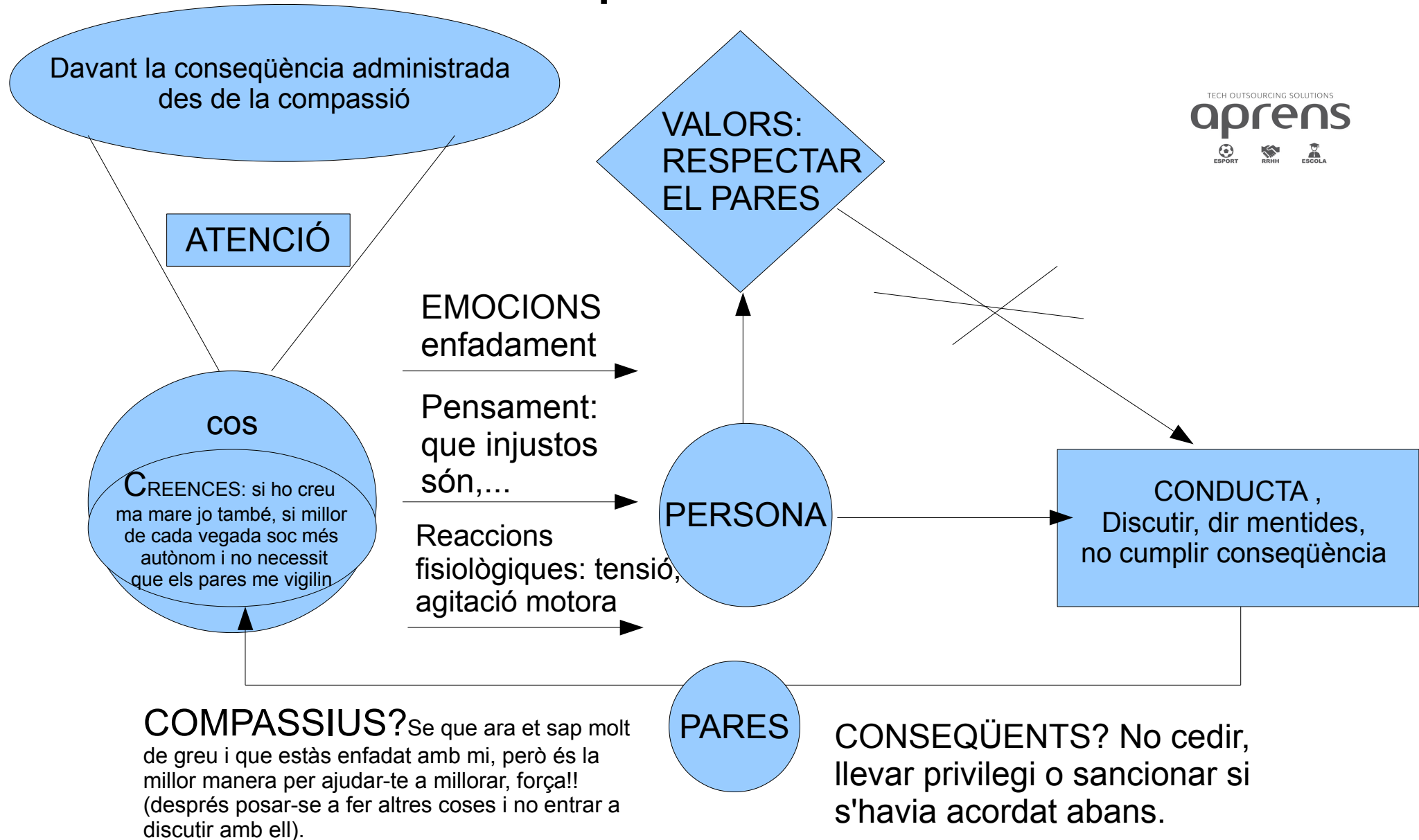
Funcionament del cos i construcció de la persona



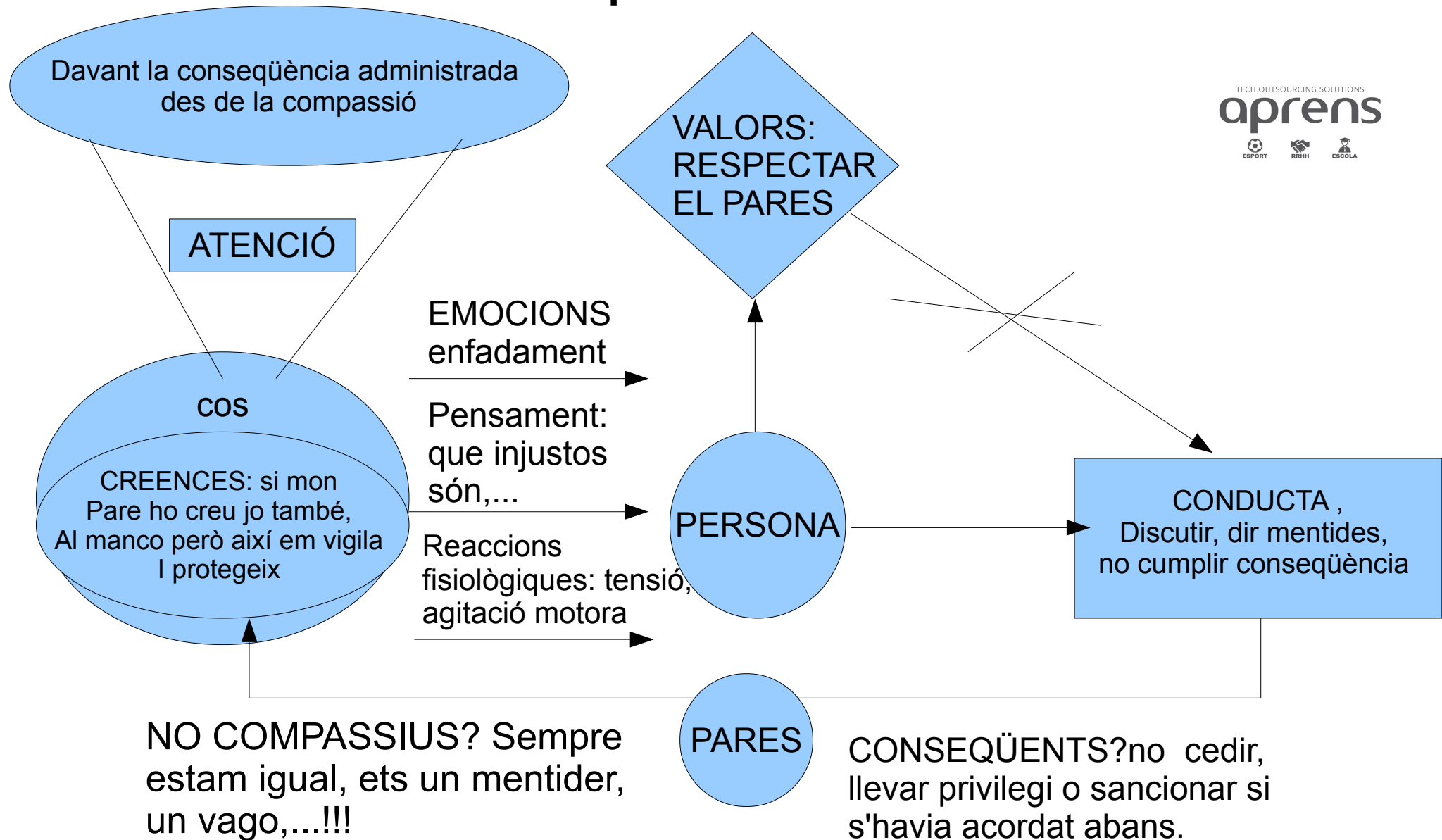
Funcionament del cos i construcció de la persona



Funcionament del cos i construcció de la persona



Funcionament del cos i construcció de la persona



Conseqüent i Compassiu amb el cos del teu fill.

- Amb un nin de 5 anys podem ser més compassius que amb un BERGANT/A de 15.
- Per exemple:
 - (*Després d'haver romput l'establert entre ambdós*). Carinyo, me sap greu però no puc fer-ne res, així com vàrem acordar, deixes el mòbil sobre la taula i demà si ho fas, el podràs agafar...ànims!!!! (to compassiu)
 - (*Quan s'ha estat conseqüent i el fill/a entra a discutir la desició*). Se que ara et sap molt de greu i que estàs enfadat amb mi, però és la millor manera per ajudar-te a millorar, força!! (després posar-se a fer altres coses i no entrar a discutir amb ell).

Presenta moltes dificultats perquè es faci càrrec de les seves **responsabilitats**: acadèmiques, de casa...

- Perquè el seu cos es motivi a canviar, les nostres emocions no poden donar-li el REFUGI que mantén la conducta.
- Si ho ha fet, explèndit!!! mostram afecte!!!
- Si no ho ha fet, simplement sancionam mitjançant la conseqüència acordada i l'animam a què demà ho aconseguirà, evitant les discussions i no mostrant enfadament.
- **Si el problema el fem nostre, mai serà responsabilitat seva.** (no es ser indiferent, sino cal supervisar-lo des de l'acceptació de la dificultat i resistència).

Encara que acordem junts les normes o fets puntuals, llavors generalment les **incompleix**.

- No hi haurà canvi en el COS del meu fill/a si mentrestant la conducta d'incomplir les normes tenguí **reforçadors que les mantengui**.
- Els **reforçadors**, generalment és que la conducta d'incomplir les normes, té la gran capacitat de **desencadenar les emocions dels meus pares**.
- Encara que me sancionin i ho passi malament, me donen una **atenció única i privilegiada que me dóna protecció i supervivència**.