



Sabies que?

La gelosia es produeix quan ens sentim en desavantatge o veiem perillar l'afecte i l'atenció que rebem de figures importants per a nosaltres.

El fet que aquest desavantatge o perill de pèrdua sigui real o imaginari no importa, la gelosia és real per a les persones que la pateixen.

+

Par a saber
La Gelosia
www.programasi.org/portal/1584/sabernas.aspx

L'arribada d'un germà, la visita de familiars, l'aniversari d'un amic... Existeixen nombroses situacions en què la gelosia pot aparèixer.

En la majoria de casos, els infants estimen i juguen amb aquell germanet o amic de qui senten gelosia, però quan hi ha adults entre mig l'actitud canvia, arribant, fins i tot, a tenir comportaments violents amb l'objectiu de fer-li mal.

Intentar eliminar la gelosia és com intentar eliminar l'amor o la tristesa, senzillament són a la nostra natura i, igual que la resta d'emocions, són necessàries per a la nostra maduresa.

Ho que sí cal tractar de modificar i castigar (veure Per saber-ne + de la Nota 8) són aquestes conductes violentes o agressives. Cal que el nen aprengui que, igual que no totes les mostres d'amor són adequades però l'amor en si mateix és bo, sentir gelosia no és dolent, simplement és quelcom que cal identificar, acceptar i tractar de gestionar, sense culpabilitzar-lo de les seves emocions, si ho fem, només se sentirà pitjor i augmentarà la seva ràbia.

Ho millor és fer-li comprendre que l'amor no és menys quan es comparteix. Cal recordar que es castiga l'acte de pegar, no de sentir gelosia, i que mai cal utilitzar l'amor que sentim envers els nostres fills com a moneda de canvi perquè se sentin millor.

Què fem?

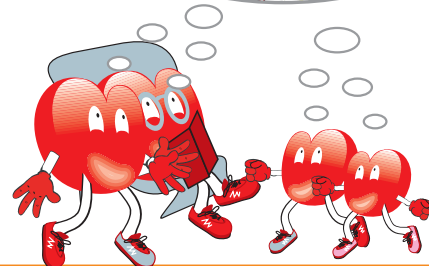
Inventem un conte

Aquesta setmana anem a aprendre com utilitzar el conte com a tècnica per parlar de les emocions i treballar-les.

Podem utilitzar contes que ja existeixen o bé inventar-nos un de propi, ho més important és que el conte no guardi una relació massa estreta amb la realitat, de manera que el nen no senti que estem parlant d'ell, sinó que aprengui amb l'exemple d'altres.

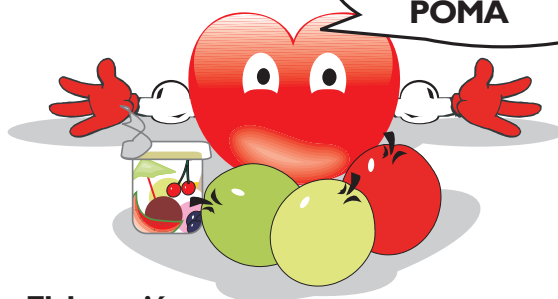
Si veiem que l'infant està preparat, podem demanar-li que ell mateix vagi ajudant en la invenció del conte, dels seus personatges i de les situacions que van vivint.

El vostre fill pot dur a escola el conte que li hàgiu llegit per tal de compartir-lo amb els companys. Si és inventat, pot fer alguns dibuixos ell mateix i explicar-ho a classe.



Recepta Saludable

Què booo!!!!
logurt amb
POMA



Elaboració

1. Rentar i ratllar la poma.
2. Barrejar amb el iogurt.
3. Afegir sucre al gust.

Ingredients

iogurt
2 pomes
Sucre



1
pers.