



# PETITS RECORDATORIS PER A GRANS BENEFICIS

## Avorrir-se per aprendre i créixer

Font: Trinitat Gilbert - 18/02/2017- *criatures.ara.cat*

**En un context social en què perdre el temps està mal vist, hi ha un corrent en educació que aposta perquè els infants badin per saber què els agrada.**

“No recordo que m’hagin dit mai: «Mama, m’avorreixo»”, explica **Cristina Puyoles**, mare del Lluís (9 anys) i de l’Àlex (6). Els dos germans arriben tres dies a la setmana a les 17.30 h a casa, mentre que els altres dos hi fan cap a les 19 h, aproximadament, perquè juguen a futbol. “L’anglès, que el fan a l’escola a l’hora del pati, i el futbol, que el fan dos cops a la setmana a la tarda, són les úniques extraescolars que fan, i mentre pugui, és el ritme que vull mantenir”, explica la Cristina.

**A casa, els dos germans no paren.** Un bon passadís casolà els permet jugar al seu esport preferit, el futbol. Se situen als extrems i es passen la pilota l’un a l’altre. “Com que és de goma tova, la diversió queda sempre en diversió”, aclareix la mare. Després del futbol, els Playmobil, que els apassionen, i que els permeten fer joc lliure i imaginatiu; els mil i un personatges que tenen els van com l’anell al dit per fer volar coloms. I, per acabar, la tarda s’arrodona amb els deures que toqui fer, dutxa i sopar. “Quan els dic que s’han de dutxar, sempre em diuen: «Un moment, que acabem de fer una cosa»”. És a dir, que “els falta temps fins i tot sent a casa des de les 17.30 h”. A les nou ja són al llit.

“Són dues criatures a les quals els han costat des de petits les tasques escolars i, per tant, a casa, les reforço amb ells”, diu la Cristina. També sosté que, amb les hores de l’escola, n’hi ha prou per no carregar-los amb més esforços intel·lectuals. “Sé que a classe s’esforcen, m’ho diuen els professors, i per això penso que la millor recompensa és tenir temps lliure a casa”, continua la Cristina. Com reconeix la mare, l’estructura organitzativa rutllava perquè ella plega cada tarda de treballar a les cinc, però tot i així, “si no pogués jo ni tampoc el pare, ho muntaríem perquè fossin a casa igual que fem ara”, diu.

## ELOGI DE L’AVORRIMENT

A la Universitat de Barcelona, el professor de pedagogia **Enric Prats** recorda una xerrada que va fer el 2004 a mestres de primària i secundària. “Quan vaig dir-los que les criatures i els joves s’havien d’avorrir, es van revoltar perquè em van dir que llavors es propiciava l’apatia, i que l’avorriment era un pas cap a la indiferència i el desinterès”. En aquella època, explica Prats, es parlava molt de la “cultura de l’esforç” i apostar per l’avorriment com una manera d’activar els interessos personals i impulsar la creativitat es malinterpretava. En canvi, “tretze anys després, **l’avorriment està ben vist**”, assegura el professor de pedagogia de la UB. **D’entrada, és una negació del plaer, però just per això és un antídote contra l’afany de trobar el plaer fàcil.** “Com a tal, l’avorriment pot ser una porta d’entrada a l’esforç, entès com la capacitat de sobreposar-se a allò que no ens ve de gust”, diu Prats. I encara més, **“també és una manera de conèixer-nos millor: és una estratègia d’autoconeixement, perquè l’avorriment dona temps per pensar, per saber on som i per què hem arribat on som. Però també per no fer res”,** diu.

“Quan deia que les criatures i els joves s’han d’avorrir, es revoltaven perquè em deien que es propicia l’apatia. Ara l’avorriment està ben vist”

**Enric Prats** - Professor de pedagogia

La catedràtica de la Facultat d’Educació de la UB **Maria Rosa Buxarrais** defensa que **“avorrir-se és un dret dels infants i és una emoció humana legítima”**. Com el professor Enric Prats, també

opina que **l'avorrimt requereix esforç**, perquè la criatura ha de pensar en alguna cosa per fer, pas innegociable de la creativitat, que demana temps. És més, continua explicant Buxarrais, **l'avorrimt ha esdevingut un dels pocs plaers que queden**, perquè “les criatures viuen sotmeses a una activitat constant, una sobreestimulació que no ajuda a fomentar la llibertat per pensar”. Resseguint aquest fil, la psicòloga infantil i juvenil **Marta Selva** afirma que **l'estimulació en una dosi adequada és beneficiosa**. Per contra, “l'estimulació constant a la qual estan sotmesos (jornades maratonianes a l'escola, mil i una extraescolars, deures) anul·la el temps del joc simbòlic, imaginatiu i creatiu”.

## **'SLOW PARENTING'**

I és just aquí on apareix el concepte de 'slow parenting', és a dir, **un tipus de criança que intenta lluitar contra la rapidesa i l'estimulació constant de la societat competitiva**. A la pràctica, vol dir que el ritme el marca la criatura i no l'adult, i que es gaudeix del temps lliure no planificat ni estructurat, fins i tot amb moments d'avorrimt. “La recomanació que sempre faig als pares és que la millor extraescolar que poden donar als seus fills és jugar, crear i imaginar amb ells, i que tinguin el seu moment dolç compartit durant el dia”, argumenta Selva.

Slow Parenting vol dir que el ritme el marca la criatura i no l'adult, i que es gaudeix del temps lliure no planificat ni estructurat, fins i tot amb moments d'avorrimt

Preguntat per l'avorrimt versus l'estimulació, el neuròleg **David Bueno** explica com treballa el cervell quan la ment està concentrada en alguna tasca: “El cervell desconnecta l'activitat en les àrees que no necessita per focalitzar el seu treball”. En canvi, “**quan ens avorrim** (que no vol dir necessàriament tenir la sensació de disgust amb què a vegades ho relacionem, sinó simplement que no està fent res especial, només badar), llavors, curiosament, **tenim tot el cervell actiu** (no li cal centrar-se en res especial)”. I just quan això passa entren en connexió zones del cervell que normalment no es relacionen, la qual cosa facilita el flux d'idees i pensaments normalment no relacionats. “**La creativitat és just això, establir connexions noves entre elements no vinculats**”, explica Bueno.

Però la cosa no s'acaba aquí, continua raonant el neuròleg. “S'ha vist que els infants que tenen estones per avorrir-se, quan són grans tenen més capacitat per prendre les seves pròpies decisions”. El motiu és que, si no tenen res planificat, s'ho han de planificar ells mateixos, fet que afavoreix que es creïn connexions a la zona de l'escorça implicada en la presa de decisions. “El resultat final és un cervell més entrenat per prendre decisions”.

## **BADAR, NO AVORRIR-SE**

Per acabar, el mestre i coordinador de les formacions de Pedagogia Sistèmica a Catalunya, **Carles Parellada**, **aposta per la paraula badar en comptes d'avorrir-se**, perquè *badar* va lligat al temps lliure per a un mateix. “El que deixarà una empremta important en la vida dels nostres infants i joves no serà tant el que hagin fet o après, com més aviat la manera com ho hagin fet i amb qui ho hagin fet”. Dit amb altres paraules, és més una qüestió de qualitat que de quantitat; es tracta més de sentir que de fer, és més un tema de relació, encara que sigui amb un mateix, que de manifestació.

Un aprenentatge que cal impulsar és “**ajudar-los a gestionar el temps** fins i tot arribant al punt que en algun moment puguin dir que s'avorreixen i aleshores els sorgeixi l'estímul intern de trobar alguna cosa que és pròpia d'ells, que no els vingui imposada per l'exterior, i que en puguin disfrutar”.

Per concloure, diu Parellada, “**l'experiència del temps és una de les vivències més complexes de gestionar**, i l'estimulació excessiva, per no dir compulsiva, juga en contra d'aquesta possibilitat”.