

Petits recordatoris per grans beneficis



Contemplem, descansem i estimem

Ha arribat l'estiu i els nostres fills i filles aparcuen horaris d'escola, obliden el "ràpid, ràpid que arribem tard" i, tot i que moltes famílies encara seguim enfeinades, es nota l'ambient més calmat i això ja és un privilegi.

Segurament aviat tindrem vacances i podrem estar tots junts per fomentar el bon humor per casa, el descans, les sobretaules tranquil·les o bé aquelles excursions, siguin al mar o a la muntanya, per gaudir de la natura mentre les criatures més petites recullen les varietats de minerals, insectes, ocells, petxines fulles d'arbre diferents..., i s'animen a descobrir meravelles naturals que animen la seva creativitat i imaginació.

L'estiu és l'espai idoni per desenvolupar la vessant social, tan important i necessària pel desenvolupament de la personalitat.

És temps també de donar hores extres a cada fill/a – sigui quina sigui la seva edat – perquè és trobi singular, acompanyat i comprès i de tenir les portes obertes de casa per convidar amics dels fills i filles, especialment en l'etapa adolescent.

No hi pot faltar a les nostres vacances – si tenim avis que s'ocupen dels infants – fer una escapada en parella sense criatures per sortir de la rutina i per, senzillament, passar-ho bé.

Us deixo, per finalitzar, aquesta frase de "**L'elogi a la lentitud**" de Carl Honoré. **És adient per desconnectar i carregar piles:**

"Hem creat una embrutidora cultura del perfeccionisme. Esperen que tot sigui perfecte: les nostres dents, els nostres cossos, les nostres vacances. I, volem fills perfectes per arrodonir el retrat. El problema és que no hi ha tal cosa i aquesta cerca s'està girant contra nosaltres".

Font: Victòria Cardona. Diari ARA, suplement "ara criatures". Adaptació.

Victòria Cardona és escriptora i professora i s'ha especialitzat en orientació familiar. És conferenciant sobre temes pedagògics. Col·labora regularment en ràdio, en diverses publicacions i en portals d'Internet. Ha publicat diferents llibres per a l'educació dels infants i manté actualitzat el seu portal: www.vidadefamilia.org



ESTIMACIÓ
Comunicació
felicitat constància
dedicació valors
paciència HIGIENE
acompanyament
DESCANS TEMPS