

En la societat tradicional, el temps es vivia al ritme quotidià, independentment de la voluntat de les persones. En canvi, en la societat moderna, com diu Cardús (2001), el temps és viscut com una mercaderia que s'ha d'invertir, estalviar, que no es pot perdre. És un bé limitat, que no es pot malbaratar.

La vivència del temps

Temps i modernitat

El temps ha passat a ser el nervi i el rector de la nostra cultura. És un paràmetre a través del qual donem sentit a les nostres relacions, a les nostres prioritats, als nostres valors i, per tant, a la nostra forma d'entendre l'educació i la vida.

Qui té temps, té poder perquè pot decidir (teòricament) en què l'inverteix. Però són tantes les possibilitats d'inversió, que haver d'acumular la quantitat de propostes en una variable limitada i finita com és el temps, arriba a ser quelcom angoixant i estressador.

Nosaltres, els pares i les mares, els educadors i les educadores, tenim (teòricament) el poder del temps dels nostres

infants. Hem de decidir per a ells quines de les multituds de propostes i activitats, formacions i informacions, relacions i aventures, poden fer o han de fer, per tal d'invertir amb la màxima eficàcia i, en termes moderns, amb el màxim rendiment les seves hores d'infància, per tal que siguin competitius el dia de demà.

Quina fal·làcia! Aquesta és la gran trampa de la nostra societat de consum. Ho consumim tot, fins i tot la infància dels nostres fills i filles. Fem, fem, fem, però:

- Donem opció a reflexionar sobre el que fem o per què ho fem?
- Tot el que fem, ens serveix realment per ser més feliços?
- Triem allò que volem per gaudir del nostre temps, o allò que ens venen que hem de fer?

És a dir, parlant ara en termes «mediambientalistes», hem arribat a una gestió insostenible del recurs «temps».

Aquesta cursa frenètica cap a la bogeria comuna no ha desembocat en-

cara en el seu punt màxim. Els experts en informació diuen que, d'aquí a cinc o sis anys, la informació que actualment es genera a nivell mundial és doblarà cada dia. Us ho imagineu! I, paral·lelament, afirmen també que una de cada quatre persones adultes passarà per un trastorn greu de la personalitat al llarg de la seva vida!

Són dades prou alarmants que ens obliguen a plantejar-nos si volem fer algun canvi en els nostres hàbits i en el nostre ritme de vida.

Amb ulls d'infant

Els infants, com viuen aquest ritme?

Si féssim un recompte del tipus de vocabulari que utilitzem en un dia, quedaríem esfereïts de la quantitat de mots referits al temps, a la pressa, als imperatius... I a la poca quantitat d'expressions del tipus: «com estàs?», «com et sents?», «com t'ha anat?»... (Vegeu l'exemple del quadre 1)

Quina percepció en tenim, del temps?

La percepció que tenim del pas del temps, depèn:

- Dels anys que hem viscut (a més edat, més de pressa percebem el pas del temps). Aquesta percepció té relació amb la quantitat de dopamina que deixa anar el cervell.
- De l'interès i la implicació amb l'activitat que estem realitzant.

Des del naixement, disposem d'una capacitat innata que ens permet desconectar l'atenció quan el nostre sistema nerviós detecta saturació (control homeostàtic). Per exemple, quan està cansat, un nadó deixa de mirar un objecte que li interessa molt.

Aquesta capacitat la tenen tots els animals i la mantenen durant tota la vida. Davant d'un fet hostil, es preparen per lluitar o per fugir. Després, ataquen o

Des del naixement, disposem d'una capacitat innata que ens permet desconectar l'atenció quan el nostre sistema nerviós detecta saturació

Quadre 1

Retrat d'un dia qualsevol:

A casa, a les vuit del matí. Hora de llevar-se (si no és més aviat):

—Ring, ring...!

—Bon dia! Apa, de pressa, desperteu-vos que ja són les vuit! Afanyeu-vos que farem tard! Ràpid! Encara no t'has vestit? Quantes vegades t'he de dir que avui tinc pressa?...

A l'escola:

—Bon dia nenes i nens. Avui tenim molta feina. Hauríeu d'espavilar-vos perquè aviat arribarà la mestra de música i no haurem acabat. Va noi! Encara estàs així? Si no acabes de seguida, t'hauràs de quedar a l'hora del pati! Va, de pressa, recolliu, que hem de marxar al gimnàs!

—Vinga, vinga, que semblen formigues! Recolliu totes les pilotes, que ha de venir l'altre grup!

A l'hora de dinar:

—Si no calleu, no podem començar! Ràpid, acabeu el primer, que es refreda el segon! Va, menja, afanya't, corre!...

En sortir de l'escola:

—Hola mare.

—Hola fill. Corre, anem, que ja fem tard a anglès!

En sortir d'anglès:

—Com ha anat la classe? T'has portat bé? Ja saps parlar anglès?

—No, hem cantat una cançó.

—Quina pèrdua de temps! Per això paguem i anem com bojos perquè arribem a l'hora a classe?

Les set de la tarda, a casa:

—Has de fer deures? De pressa, que després t'has de dutxar, recollir la roba, llegir...! Encara no has començat? Espavila't, que al vespre vas a dormir tardíssim!...



NICOLAU BALCELLS

fugen, descarreguen i tornen a la calma. Avui dia, les persones grans, i els infants també, no podem descarregar d'una forma acceptable. Mantenim la tensió constantment, fins que explotem mitjançant comportaments agressius o poc saludables.

D'aquí sorgeix el concepte d'estrès. Aquesta sobrecàrrega de tensió acumulada i no descarregada d'una manera raonable, acaba portant conseqüències com ara impaciència, inquietud, falta de concentració, fatiga, hiperactivitat i irritabilitat, entre d'altres.

Aquestes són algunes de les dificultats més grans dels nostres infants.

I pares i educadors ens preguntem: «què els passa als nostres nens i nenes?».

Com fem conviure el temps individual amb el social?

Podríem definir tres tipus de temps:

- Temps individual: el fenomenològic, el ritme propi de cada persona.
- Temps social o sociològic: el que marca un grup o un sistema de relacions.
- Temps cultural o antropològic: el propi d'una cultura.

El repte que tenim constantment al davant, i els infants estan aprenent a manejar-lo constantment, és buscar estratègies per tal de poder conviure en un grup social que té un ritme que no sempre coincideix amb el personal.

Quines possibilitats de respostes tenim?

- Acomodació: adaptem el nostre ritme al del grup.
- Transformació: intentem canviar el ritme del grup a partir d'un procés de transformació.
- Revolució: trenquem de cop amb la dinàmica del grup.
- Tancament: no es canvia res, es desconnecta, es passa.

L'ús correcte d'aquestes estratègies és vital per no acabar estressat. Cap no és

Les persones grans, i els infants també, no podem descarregar d'una forma acceptable. Mantenim la tensió constantment, fins que explotem mitjançant comportaments agressius o poc saludables.

D'aquí sorgeix el concepte d'estrès

bona ni dolenta del tot, està en funció del moment idoni per utilitzar-les.

Hi ha infants que quan ja no els funciona la seva capacitat innata per desconectar (control homeostàtic (Brazelton, 1993)) davant d'una situació que els supera, fan una revolució, trenquen amb la situació d'una forma involuntària i, sovint, descontrolada. En aquest cas, nosaltres interpretem que té ganes de cridar l'atenció.

Altres vegades serà interessant saber trobar estratègies de pacte, per poder anar transformant el ritme d'una situació que se'ns fa difícil de suportar. Hi ha criatures que tenen molta capacitat per fer-ho.

En d'altres, en canvi, haurem d'adaptar-nos al ritme que se'ns marca, perquè, si no, perdriem el carro social.

Condicionants socials que dificulten l'adaptació dels infants

Vivència frenètica del temps: sobreestimulació

La quantitat d'activitats i d'estímuls que els nens i les nenes reben, des que neixen i fins i tot abans de néixer, fa que

les seqüències temporals siguin constantment canviades, els ritmes, molt ràpids i curts, i les possibilitats de concentració, aprofundiment i d'equivocar-se, factors pràcticament inexistent.

L'animal humà és el que té la infància més llarga. Aquest fet no és casual. La criatura necessita temps per tal de poder assentar la seva personalitat d'una forma sòlida i, així, poder anar esdevenint conscient del seu propi jo i agafar confiança en si mateixa i autonomia per arribar a convertir-se en un ésser independent.

Cada vegada deixem menys temps als infants perquè segueixin aquest procés. Prioritzem el fet que sàpiguen moltes coses (anglès, informàtica i música) i com més aviat millor, amb «l'excusa» que tenen molta capacitat per aprendre, i no els queda temps per descobrir qui són ni com són. És a dir, temps per menjar sols, per vestir-se sols, per provar i equivocar-se, per assajar els propis límits... Els donem fet tot el que podem, per no «perdre el temps» i que puguin «aprofitar-lo» per aprendre.

El resultat és que les nostres criatures dediquen més hores a aprendre co-

neixements, a acumular informació no sempre valorada i menys temps a créixer com a persones (creixement psicològic, afectiu, social). Cada vegada hi ha més nens i nenes que als quatre anys et poden parlar del sistema solar i que per esmorzar prenen un biberó, per no haver de fer cap esforç ni perdre temps. Aquest gran decalatge en el desenvolupament dels infants els porta molta insatisfacció i desconcert. Per algunes coses, se senten *supermans* i per a les més bàsiques i importants per a ells, se senten dependents.

Curiosament, en la societat de la informació disponible (Internet), seguim obsessionats per adquirir-la, i no pas per aprendre les capacitats d'escollir i decidir.

L'animal humà és el que té la infància més llarga. La criatura necessita temps per tal de poder assentar la seva personalitat d'una forma sòlida i, així, poder anar esdevenint conscient del seu propi jo i agafar confiança en si mateixa i autonomia per arribar a convertir-se en un ésser independent

Poca resistència a la frustració: desigs, esperes

La mateixa sensació de poc temps dedicat als nostres infants, fa que la majoria dels pares i les mares del nostre entorn intentem satisfer immediatament els seus desigs, amb la lògica intenció de procurar-los les comoditats i el millor benestar possible i calmar així els sentiments de culpa que ens envolten. Aquest comprensible sentiment de les famílies amaga, però, una gran trampa: en una societat del benestar com la nostra, satisfem les necessitats o els desigs dels nostres infants gairebé abans que ells puguin ser conscients que els tenen i que puguin sentir-los.

Aquesta frenètica protecció de les nostres criatures les fa dependents del nostre aixopluc i els roba la possibilitat, necessària per créixer, de trobar-se en situacions per superar, d'haver de provar diversos mecanismes per sortir d'un problema, d'haver sentit la frustració de no aconseguir a l'instant allò que volen i d'haver d'esforçar-se per aconseguir-ho... Només quan hi ha una distància entre el seu desig i la realitat, l'infant és

capaç de posar els mecanismes per defensar-se de la frustració.

La incapacitat de molts pares i mares de posar un fre als desigs de les seves criatures, de dir-los «no», de fer-les esperar, de posar barreres a les seves exigències, donen a entendre als infants que són omnipotents i que tenen dret a tot, sense esforç ni respecte vers les altres persones.

Per tant, el temps que requereix la rebequeria d'una criatura que està intentant entendre, o si més no admetre, que allò que vol ara no pot obtenir-ho, és vital per al seu desenvolupament i la seva felicitat. No és un temps perdut, ni mal emprat.

La sobreestimulació comportarà, a més, una baixada en el nivell d'interès per allò que envolta la mainada i potència una actitud d'exigència i desvalorització de tot allò que sigui plantejat com a millor que el que es tenia fins llavors.

Ritmes intensos i encadenats

La majoria de les vivències temporals dels infants (i també de moltes persones adultes) adquireix una manera de funcio-

nar de seqüències ràpides i intenses, i a més encadenades, sense silencis al mig.

És a dir, les activitats que han d'anar fent, canvien sovint, duren poc (màxim una hora), són intenses, ja que poques vegades tenen previstes estones de preparació i de recollida, es proposa de fer-les encadenades.

Aquesta cadència no dóna cap possibilitat de preparar-se mentalment, ni físicament, ni afectivament, per a allò que farem, ni dóna lloc a repetir-ho, ni a aprofundir-hi, ni a equivocar-se, ni a respectar els diferents camins o temps per arribar-hi.

Tant és així que, per convèncer els infants que deixin de fer allò que fan i que comencin una altra activitat, els hem d'oferir quelcom superior i immediat perquè vulguin canviar sense muntar un gran enrenou.

Parar de fer una activitat demana que la persona que hi està immersa, hi renunciï, hi perdi quelcom i centri l'atenció en una altra de diferent. Per tant, una certa capacitat de regular el seu desig i d'acceptar la frustració.

Aquest ritme intens no preveu tampoc l'experiència de temps sense fer res,

d'esperar, d'estones de silencis, en podríem dir.

Aspectes que cal recuperar

Destriar els condicionants fixos i els modificables

Hi ha obligacions i responsabilitats socials que hem d'assumir tal com són i sobre les quals el nostre marge de manobra és nul. Però n'hi ha moltes més que les podem organitzar o prioritzar segons els nostres valors. Cal que fem aquesta tria si ens volem plantejar una modificació de la nostra vivència temporal. Cal destriar allò que és essencial del que és realment accessori. I això no ha de coincidir pas amb aquells aspectes que socialment es consideren importants.

Recuperar temps de silenci

Tenir presents els temps d'espera, els de no fer res, de badar, temps on els infants es puguin gestionar i responsabilitzar-se de l'organització del seu temps: a què el dediquen, què prioritzen, com s'organitzen, quines estratègies utilitzen per

saber l'estona de què disposen per a cada cosa que volen fer o que han de fer...

Aquesta tasca és de les més difícils i, sovint, ni els grans la sabem gestionar amb satisfacció. Si els infants no ho aprenen a fer de petits, d'adolescents, tenen veritables problemes per triar correctament.

Temps per a les relacions i per al joc

Els nens i les nenes necessiten jugar amb la mateixa proporció que menjar. El joc és l'aliment per a la seva vida afectiva i social.

L'organització familiar i social sovint deixa en últim terme les estones de joc o (pitjor encara) no les té en compte, com si fos un luxe o una pèrdua de temps. En canvi, si escoltem una mica els nostres infants, veurem que mai no deixen de tenir ganes ni desig de jugar, que són capaçs fins i tot de no menjar per poder

Els nens i les nenes necessiten jugar amb la mateixa proporció que menjar. El joc és l'aliment per a la seva vida afectiva i social

esplaiar-se i que quan un infant no té ganes de jugar, pensem que està malalt.

Quan parlem de jugar, no ens referim a activitats lúdiques regulades, on les persones adultes organitzen el que han de fer les criatures, quines són les normes que han de seguir..., sinó al joc lliure, on l'infant pot escollir, amb qui jugarà i a què.

Preservar temps familiars per ser-hi

La vida en família hauria de poder disposar de moments en què els seus membres convisquessin, compartissin sostre, experiències, vivències, il·lusions i tristeses. No tan sols hi ha d'haver estones on l'ocupació passi per davant de les persones.

Els moments d'or per estar plegats són els àpats. Per culpa dels condicionants laborals, la majoria de les famílies no poden compartir els dinars. Per tant, s'hauria de fer un esforç per tal de poder recuperar el sopar com un fet familiar. És una veritable pena que uns dibuixos animats robin la conversa i la possibilitat d'establir diàlegs i llaços d'estimació en una família.

Necessitat i dret a una vivència relaxada i tranquil·la del pas del temps

- És molt important tenir temps per fer allò que ens proposem. Temps de preparació, d'acció i de recollida.
- No «activitis». Val més qualitat que no pas quantitat. No es tracta d'anar sempre a poc a poc. Com diu Thió (2002), es pot anar de pressa quan és necessari, però no anar amb presses.
- Temps necessari per aprofundir. Hi ha el costum de fer moltes activitats en un dia i no es permet repetir-les, ampliar-les, reflexionar-hi, corregir-les...
- Donar temps per a l'error, per al repte personal, per repetir, per competir amb un mateix, per equivocar-se i rectificar, per fer i desfer, per construir.

El temps com a factor rellevant en la transmissió de valors

- Els horaris quotidians, familiars i escolars, expressen una manera d'entendre el món i transmeten una escala de valors determinada.
- En la planificació i la distribució del temps i dels horaris, es plasmen i es

concreten les concepcions educatives. Es tracta de convertir el temps en una acció educativa positiva.

El temps com a mobilitzador de capacitats emocionals

- La forma de gestionar el temps individual en relació amb el temps del grup ens provoca vivències emocionals difícils de regular. La resistència a la frustració, la capacitat de regulació i d'esforç, les nostres habilitats socials i comunicatives són posades a prova en cada canvi de ritme, en cada espera.
- Per tal d'aprendre d'aquestes situacions difícils, cal que analitzem tots els elements emocionals que es mobilitzen i que valorem aquestes estones com a paradigmes de l'aprenentatge de capacitats psicossocials, dels infants i dels mestres.
- Els rols de pare i de mare comporten una gran pressió i una gran intensitat personal. La parella hauria d'aconseguir prou confiança per poder servir per evocar i/o contenir les nostres emocions, provocades arran dels conflictes relacionals que es puguin generar amb els infants, amb la família o en

qualsevol dels sistemes relacionals que hi hagi.

- Si considerem que aquests fets són importants a nivell educatiu, hem de dedicar-los el temps que requereixin per tal de viure'ls de forma positiva i de valorar-ne els petits avenços que es vagin produint (fent-ne conscients els infants i les persones adultes).

Com diu Salvador Cardús:

Qualsevol proposta sobre l'educació hauria d'anar lligada a una reflexió sobre com vivim el nostre temps [...] i qualsevol transformació educativa relevant que vulgui aconseguir-se, ha d'anar lligada a una transformació de les formes d'organització temporal.

HEM PARLAT DE:

- Psicopedagogia.
 - Educació emocional.
-

Sílvia Palou Vicens

CEIP Estel-Guinardó. Barcelona

spalou@pie.xtec.es