

CICLE "CREAR ESPAIS SEGURS PER PREVENIR LA VIOLÈNCIA"

Tallers per a mares i pares: "Stop malestar!"

4a trobada: Les necessitats dels infants i els adolescents



Les activitats que apareixen a continuació han estat pensades perquè puguin implementar-se fàcilment seguint aquesta guia.

Hem fet un càlcul de temps per tal de poder planificar la sessió (90' en total). Es pot decidir fer el contingut complet o fer només una de les activitats.

En cursiva veureu veureu el text per adreçar-vos als i les participants.

Per a totes les trobades es proposa disposar les cadires en cercle, sense taules, deixant un ampli espai al mig on els participants puguin desplaçar-se amb comoditat.

4a trobada: Les necessitats dels infants i els adolescents

OBJECTIU PRINCIPAL DE LA TROBADA

Reconèixer i descriure quines són les principals necessitats que tenim nosaltres com a mares i pares (o adults de referència en la família) i quines tenen els infants, els adolescents i els joves (en funció del grup que tinguem, posarem el focus en una etapa o en una altra), per poder-les comprendre.

FRASE DEL DIA (aquesta frase estarà penjada en un mural i escrita en les llengües dels i les participants)

Als pares i les mares ens agradaria que educar fos fàcil, que els nostres fills i filles ens fessin cas a la primera, que no hi haguessin conflictes a casa. Però com a adults ens hem d'esforçar a suportar la insatisfacció, l'enueig o la frustració que podem causar quan posem límits o quan ajudem a comprendre com és la realitat.

MATERIAL

Reproductor, puzles de les etapes del desenvolupament maduratiu (basat en E. Erikson), fulls impresos amb petites vinyetes per a l'activitat principal, bolígrafs, solucionari de l'activitat principal, dos fulls de paperògraf (en un hi posarà "*Com són els i les adolescents?*" i en l'altre "*Quines necessitats tenen?*"), retoladors gruixuts i unes quantes pilotes petites.

SALUTACIÓ I ACOLLIDA (15')

En arribar, procedirem com en els dies anteriors: ens saludarem, preguntarem com ha anat la setmana o què es recorda de la trobada anterior i podem llegir la frase del dia.

Observarem si falta algú i ens preguntarem com ens fa sentir que hi sigui tothom o que falti algú. Preguntarem si ara que ja han passat uns dies, ens sentim més còmodes en les trobades. Ens preguntarem perquè, sigui en un sentit o en un altre. Ens interessarem per saber com se senten les persones que s'han incorporat més tard, si és que és així. *Com és l'experiència de ser-hi des del primer dia? I la d'haver-se incorporat més recentment? Quan podem considerar que comença a existir un grup?* (no retirarem la cadira de les persones que falten mentre no s'hagin donat de baixa d'una manera explícita).

Si cal, recordarem que tothom pot proposar alguna peça musical per fer la relaxació per als propers dies.

RELAXACIÓ (5')

Procedirem com en els dies anteriors. *És important que dediquem uns minuts a fer aquesta activitat perquè encara que tinguem moltes coses a fer cal estar bé per poder assimilar, per poder experimentar, perquè pugui sorgir quelcom nou, sinó caiem en les mateixes coses de sempre.*

ACTIVITAT INTRODUCTÒRIA (10')

Introducció: Presentarem l'objectiu de la trobada (identificar tant les necessitats dels adolescents com les dels adults per poder-les comprendre) i explicarem que tenir aquesta comprensió ens pot ajudar a compaginar millor les necessitats d'uns i altres dins la família, a relacionar-nos millor i a sentir menys malestar. Això ens portarà a veure quina responsabilitat tenim com a adults per facilitar que es pugui donar un clima de convivència més satisfactori. Per començar, situarem l'adolescència dins del conjunt d'etapes del desenvolupament maduratiu humà.

Procediment: Repartirem petites peces de puzzle, el qual, un cop muntat ens aportarà una visió global de les deferents etapes de la vida. Els i les participants s'hauran d'agrupar segons el color de les peces rebudes. Un cop formats els grups, es penjaran a la vista de tots les peces del puzzle on es veuran totes les etapes. Ens aturarem a comentar les característiques de l'etapa que correspon a l'adolescència i la que correspon a les etapes que travessen els pares i les mares dels adolescents. *Son fàcils de compaginar aquestes etapes?*

ACTIVITAT PRINCIPAL (35')

Introducció: *Aquesta activitat ens ha de permetre veure en detall com són els adolescents i quines necessitats tenen, però també ens permetrà de reflexionar sobre com som els adults i quines necessitats tenim.*

Procediment: (*Factoria d'idees*)

1a part: Posarem una taula al centre de l'aula, al mig de la rotllana. Damunt la taula hi posarem uns quants bolígrafs i, en una pila, diferents vinyetes de situacions de relació que podrien donar-se a casa. Cada petit grup agafarà una vinyeta i anotarà totes aquelles característiques i aquelles necessitats tant d'adolescents com d'adults que s'hi mostren. Quan hagin acabat, deixaran la vinyeta treballada a la pila i n'agafaran una altra. Es poden agafar vinyetes que ja han treballat altres grups. No cal treballar totes les vinyetes. (15')

continuació

2a part: Passat el temps indicat, seurem en cercle i col·locarem a la paret dos fulls de paperògraf (en un hi posarà "Com són els i les adolescents?" i en l'altre "Quines necessitats tenen?"). Anirem comentant vinyeta per vinyeta i anotant als paperògrafs tot allò que ens sembli rellevant (al solucionari podem veure diferents suggeriments del que podríem extreure de cadascuna de les vinyetes). (20')

ESPAI DE REFLEXIÓ EN CERCLE (entre 15')

Procedirem com en els dies anteriors.

Aquest cercle anirà cap a l'esquerra i podem compartir lliurement aquelles reflexions que ens sorgeixin a partir del treball que acabem de fer.

Per enriquir les reflexions preguntarem:

- Què entenem per maduresa emocional i com la podem descriure (Definició breu: Reconèixer allò que sentim, poder-ho comunicar i reconèixer què senten els altres).
- Els adolescents són madurs emocionalment?
- A través de les situacions que vivim, com els podem ajudar a ser més madurs?
- Quina responsabilitat tenim els adults en aquest procés?
- Els adults sempre actuem com a persones madures emocionalment?
- És fàcil compaginar les necessitats dels adults i les dels adolescents?
- Amb els nostres comentaris, aportem esperança? Ajudem a pensar? Transmetem amor? Aportem consol?

Reflexió final:

Cal que tinguem una mirada ben oberta i àmplia sobre com són els adolescents. Hem d'aconseguir de no agafar-nos allò que ens diuen al peu de la lletra, sinó d'entendre perquè ens ho estan dient, què estan sentint i què els deu estar passant. I molt important!!! No hi ha dos adolescents iguals!!!! Cada adolescent descobreix el món i forma la seva identitat com pot i sobretot necessita que l'escoltem de manera personalitzada i que li donem respostes genuïnes, que sentin que parlem des de nosaltres, des del vincle i l'estima que compartim.

ACTIVITAT ENERGITZANT (5')

En parelles, repartirem una pilota petita a cada una. Esquena contra esquena, amb la pilota entremig, cada parella haurà de creuar la sala (anar i tornar) procurant que no caigui la pilota i mirant de tenir en compte les necessitats de cadascú en el desplaçament (l'alçada, el ritme, la velocitat, la pressió...). Es recomana formar parelles de persones amb característiques físiques el més diferents possibles.

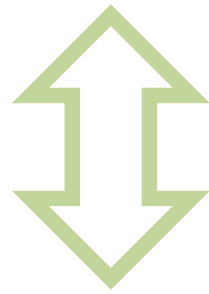
RONDA DE TANCAMENT (10')

- *Com ens sentim? Ens emportem alguna cosa de tot el que hem compartit avui?*
- Farem un breu resum del què hem tractat des de la primera trobada i enunciaré el tema que tractarem en la propera.
- *Recordeu que és important no perdre la continuïtat del taller i que cal venir. És un privilegi poder venir. Si malgrat tot no podeu venir, cal que aviseu (donar telèfon de contacte). Si sorgís algun inconvenient, penseu si podríeu comptar amb algú perquè poguéssiu venir sense faltar.*

TEMPSTOTAL: 90 MINUTS

del
naixement
a 1 any

confiança

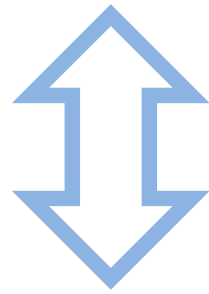


desconfiança

mare

d'1 a 3 anys

autonomia

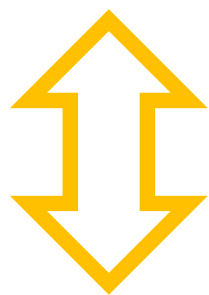


vergonya i dubte

mare, pare
i/o tutors

de 3 a 6 anys

iniciativa

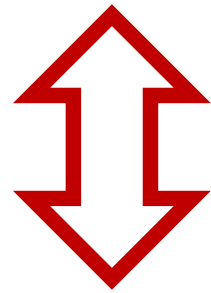


culpa

família

de 6
a 12 anys

diligència

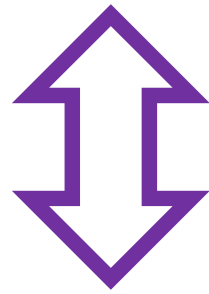


inferioritat

professorat i
amistats

dels 12
als 20 anys

identitat

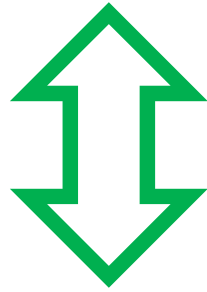


confusió de papers

iguais

dels 20
als 40 anys

intimitat

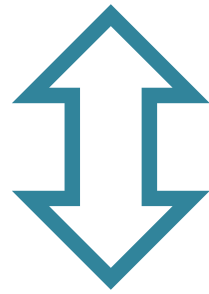


aïllament

parella,
amics íntims

dels 40
als 65 anys

generativitat

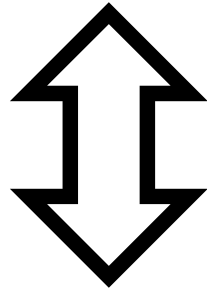


estancament

comunitat

a partir
dels 65

integritat

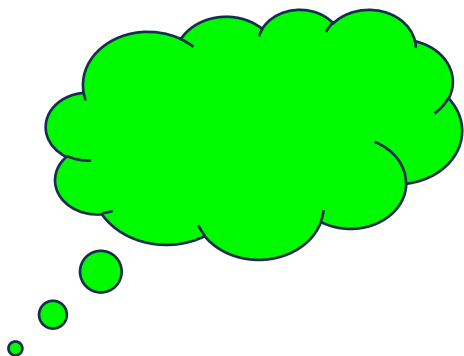


desesperació

síntesi

Taller 4

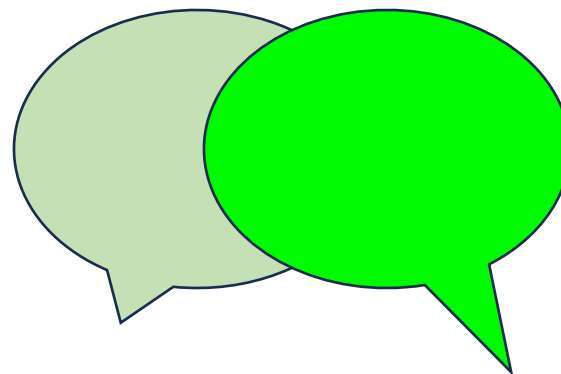
Material per a l'activitat principal



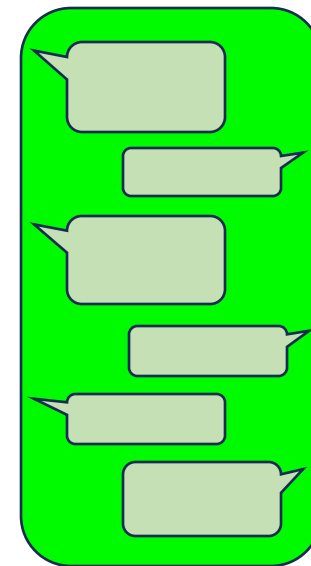
pensament
o reflexió



monòleg
o declaració

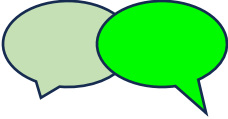
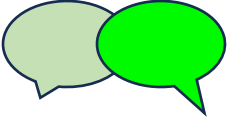


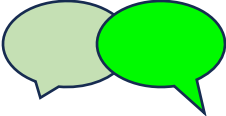
diàleg o
discussió



diàleg
per mòbil

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>No entenc perquè vosaltres no us interesseu per les coses que passen, ni per la política ni per res... Si no lluitem per un món millor, després ja sabem les conseqüències. Hem de lluitar per tenir una vida més sana. I no té cap sentit viure en família. Les persones hauríem de viure amb la gent que ens sentim millor. Hauríem de tenir pisos comunitaris amb espais individuals i espais col·lectius, amb serveis compartits, sales per escoltar música, sales d'estudi, sales de joc pels més petits... Tot amb energia solar... Sou uns antiquats.</i>	Adults  Mare: <i>Que fort! A la seva edat, jo pensava el mateix.</i>  Pare: <i>A mi, mentre em deixis veure el quadrat de la tele i no m'emprenyis amb els teus rotllos, en tinc prou!</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescents  Adolescent 1: <i>Estic ratllat! No paren d'explicar a tothom que estudiaré administració i direcció d'empreses perquè continuaré el negoci del meu pare. És que no els suporto! No sé que més dir perquè sàpiguen que passo d'aquest rotllo.</i> Adolescent 2: <i>Tio, tio! Que a casa meva estan igual! Són uns plastes!</i>	Adults  Pare: <i>Estic molt preocupat. El veig molt desmotivats. Últimament ho suspèn tot.</i> Mare: <i>Li hauríem de posar un professor particular?</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>Espero que no m'hauré quedat embarassada...</i>	Adult  Pare: <i>Fàtima, estava estenent la roba i he trobat uns calçotets dins del sac de dormir de la Laila. He tingut un sobresalt. Haurà fet l'amor amb algun noi? Amb qui ha anat aquest cap de setmana? No anava amb unes amigues?</i> Mare: <i>Potser hauríem de parlar amb ella? O potser és millor que no?</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>Ho sento mama, avui no em quedaré a dinar.</i>	Adult  Mare: <i>Però si avui et tocava triar a tu el menú i he fet el teu plat preferit...</i>  Pare: <i>Carme, però no l'has fet com a ell li agrada.</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>Uala!!! Un altre gra de pus!</i>	Adult  <i>Vols fer el favor de deixar de mirar-te al mirall? Va que no ets l'única persona que necessita el bany en aquesta casa!</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>Mmmmm! Mm Mmm!</i> (movent les espatlles amunt i avall, però sense pronunciar cap paraula)	Adult  Mare 1: <i>Quan era petita, no parava de xerrar, ho explicava tot a tothom. I ara no obre la boca per a res.</i> Mare 2: <i>Jo estic igual. La meva era com un llibre obert i ara és com una pedra.</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>La Marta s'ha quedat embarassada d'un noi que passa d'ella.</i>	Adult  <i>Ho ha pogut parlar amb els seus pares? Penses que podem ajudar en alguna cosa?</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>El cap de setmana passat, en Carlos va agafar un coma etílic. Dos companys de classe el van trucar al 061 i el van acompanyar a urgències a l'ambulància.</i>	Adult  <i>A mi un fill meu em fa això i li parteixo la cara només de tornar a casa! Que no m'assabenti mai que a tu t'ha passat una cosa així!</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>I tu què? Tu pots follar sempre que vols amb la mama i jo no puc follar amb qui m'agrada? Això és una puta merda!</i>	Adult  <i>A mi no em parlis així! Que soc el teu pare!</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>He conegut un noi maquíssim per Instagram. Superguai! Quedarem un dia per veure'ns.</i>	Adult  <i>Però tu de què vas?! Tens ganes de liar-la o què?</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

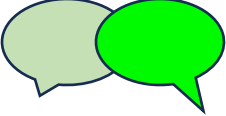
Com són els adolescents?	Adolescent  <i>Has passat sempre de mi i ara em vens amb collonades de que vols ser un bon pare i tota aquesta merda? Sempre has preferit a l'Aleix i a mi mai no m'has fotut ni cas!</i>	Adult  <i>Ja no reconec el meu fill.</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>Quan em surt amb la cançoneta de que ella no va poder seguir estudiant perquè es va haver de posar a treballar i que farà tot el possible perquè jo pugui tenir estudis, em treu de polleguera! És que no s'adona que fa el ridícul dient això?</i>	Adult  <i>Tant de bo pogués tenir uns bons estudis, no com jo, que vaig haver de deixar d'estudiar per posar-me a treballar... I tant de bo ella en el futur tingués una feina millor que la meva....</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>Me'n vull anar d'aquesta casa! És que no m'enteneu! Els meus amics sí que m'entenen!</i>	Adult  <i>Clar que t'entenem! Que et penses que no vam tenir quinze anys com tu?</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>He decidit que vull deixar l'FP. Vull treure'm el carnet de conduir i apuntar-me a anglès.</i>	Adult  <i>Marta, pensa que uns estudis inacabats no serveixen per a res. Ho has rumiat bé?</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>Papa! Que ja sé què he de fer! Què?! Ho he de fer perquè tu ho diguis? Doncs no em dona la gana! De les meves coses mano jo!</i>	Adult  <i>Quan em demostris que et comportes com una persona adulta, podràs prendre totes les decisions que vulguis.</i>  <i>No sé com parlar amb ella...</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescents  Adolescent 1: <i>Quin rotllo el cap de setmana amb els pares! Ara volen que anem a dinar tota la família a no sé quin puto poble...</i> Adolescent 2:  	Adults  Pare: <i>Sempre passa el dia fora, amb amistats que no coneixem de res.</i> Mare: <i>Potser hauríem de pensar més activitats per fer en família. Ens aniria bé a tots.</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?

Quines necessitats tenen els adolescents?

Adolescents



Adolescent 1: *Tia! Quin pal! Hem de triar el tema per fer el treball de socials i no tinc ni idea sobre què fer-lo...*

Adolescent 2: *Però no volies fer-lo sobre protestes socials?*

Adolescent 1: *Ja no! És molt difícil! No mola...*

Adolescent 2: *No em vas dir també que t'interessava l'origen del moviment feminista?*

Adult

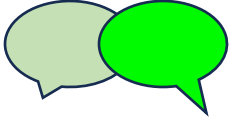


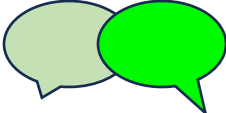
*Sempre està canviant d'idea.
Tan aviat diu una cosa com
l'altre. Ho fa en tot.*

Com són els adults?

Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents? Quines necessitats tenen els adolescents?	Adolescent  <i>Mama! Ets la millor del món! Com t'estimo!</i> (Al cap de 5 minuts) <i>Mama!!! Vols fer el favor de no ficar-te en la meva vida?!</i>	Adult  <i>No hi ha qui l'entengui!</i>	Com són els adults? Quines necessitats tenen els adults?
---	---	---	---

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>Uala!!! He enganxat els meus pares fotent-se el lote! Ni la pel·li més porno!</i>	Adult  <i>M'ha passat una cosa terrible. Quina vergonya que he passat. Ens han enxampat al llit. No sé ni com mirar-lo a la cara...</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>La meua mare sempre m'entra a l'habitació cada dos per tres. Sempre m'està preguntant xuminades: que si amb qui he tornat de l'insti, que si ja he berenat, que si recordo que he d'anar a buscar la meua germana petita al cole... Quan estic a casa, tot el dia la tinc a sobre! És que m'asfixia! Per mi que em vol controlar o em vol preguntar coses i no s'atreveix...</i>	Adults  Mare 1: <i>Arriba a casa, es tanca a l'habitació i és capaç de no dir-me res en tota la tarda. És que ni em saluda! És com si no em necessités per a res!</i> Mare 2: <i>Quan no em deixa entrar sempre tinc por que estigui parlant amb amics que siguin una mala influència per a ella...</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>És que no sé com dir-ho... Sé que m'he passat un ou. Però necessito que m'ajudeu. És que no sé què fer... Em fot molt haver-vos-ho de dir....</i>	Adults  <i>Aquí estem. Saps que t'estimem. De vegades no és gens fàcil parlar de les coses que hem fet i encara més demanar ajuda quan reconeixem que el que hem fet no és correcte. No oblidis que el pare i la mare també ens equivoquem, també tenim les nostres dificultats... però que per damunt de tot sempre estarem al teu costat.</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

Com són els adolescents?	Adolescent  <i>Tio, tio! El meu pare està com una puta cabra. Tan enrotllat que semblava i ara resulta que li ha agafat per clavar-nos no sé quin rotllo de que li sap greu que no fem prou coses junts i jo què sé què... I que ara que ha canviat de feina podrem fer més coses el cap de setmana... Està penjat! Ha fet tard!</i>	Adult  <i>Estic content d’haver pres la decisió de canviar de feina. No sé per què no ho vaig fer abans. Em fa il·lusió pensar que ara podré estar més temps amb els nens i fer més coses junts.</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

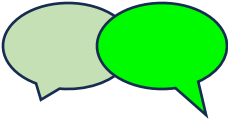
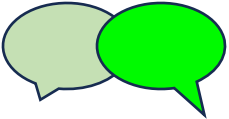
Com són els adolescents?	Adolescent  <i>Tu a mi no em dius res. Per començar, ets el “novio” de la mama, però no ets el meu pare. Tu i jo no tenim res a veure.</i>	Adult  <i>A veure... Ja t’has esbravat?</i>	Com són els adults?
Quines necessitats tenen els adolescents?			Quines necessitats tenen els adults?

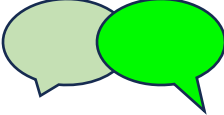
Taller 4

Material per a l'activitat principal

SOLUCIONARI

Com són els adolescents? • Marquen diferències amb els seus pares per trobar una identitat pròpia • Marquen diferències a com eren abans • Assagen les seves habilitats • Desafien els adults • Ajuden a fer evolucionar la humanitat • Volen ser tractats com a adults joves Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten diferenciar-se dels adults • Necessiten mantenir una relació diferent de la que tenien d'infants • Necessiten saber que hi ha algú que els escolta	Adolescent  <i>No entenc perquè vosaltres no us interesseu per les coses que passen, ni per la política ni per res... Si no lluitem per un món millor, després ja sabem les conseqüències. Hem de lluitar per tenir una vida més sana. I no té cap sentit viure en família. Les persones hauríem de viure amb la gent que ens sentim millor. Hauríem de tenir pisos comunitaris amb espais individuals i espais col·lectius, amb serveis compartits, sales per escoltar música, sales d'estudi, sales de joc pels més petits... Tot amb energia solar... Sou uns antiquats.</i>	Adults  Mare: <i>Que fort! A la seva edat, jo pensava coses semblants. Segurament, moltes encara les penso.</i>  Pare: <i>A mi, mentre em deixis veure el quadrat de la tele i no m'emprenyis amb els teus rotllos, en tinc prou!</i>	Com són els adults? • De vegades ens oblidem dels nostres ideals de quan érem adolescents i que nosaltres també vam marcar diferències respecte als nostres pares • Ens costa entendre que el que volen és sobretot que els escoltem i que mostrem que hi som • De vegades evitem sentir-nos confrontats Quines necessitats tenen els adults? • Necessiten temps de descompressió de les tensions que arrosseguem (això no justifica algunes actituds)
---	---	---	--

Com són els adolescents? • L'exigència i la manca de flexibilitat els pot fer sentir aclaparats • De vegades hi ha adolescents que saben molt bé què volen, però no són prou escoltats • Quan no son tinguts en compte poden radicalitzar les seves opinions Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten sentir-se escoltats • Necessiten que es doni temps perquè puguin definir-se i anar prenent les seves decisions	Adolescents  Adolescent 1: <i>Estic ratllat! No paren d'explicar a tothom que estudiaré administració i direcció d'empreses perquè continuaré el negoci del meu pare. És que no els suporto! No sé que més dir perquè sàpiguen que passo d'aquest rotllo.</i> Adolescent 2: <i>Tio, tio! Que a casa meva estan igual! Són uns plastes!</i>	Adults  Pare: <i>Estic molt preocupat. El veig molt desmotivat. Últimament ho suspèn tot.</i> Mare: <i>Li hauríem de posar un professor particular?</i>	Com són els adults? • De vegades tenim la temptació de buscar solucions “pedaç”, abans que fer l'esforç d'escoltar els nostres fills o filles i comprendre'ls • De vegades sentim molta por davant la incertesa i allò que no coneixem Quines necessitats tenen els adults? • Sovint necessiten certeses perquè els calmen davant les moltes exigències i responsabilitats davant de les quals han de respondre (feina, compromisos socials i familiars, etc.)
--	---	--	--

Com són els adolescents? • Comencen a descobrir la sexualitat (no oblidem que el camí és molt llarg) • Es poden arribar a sentir molt sols • Els costa avaluar els riscos (poden considerar que les seves precaucions són suficients) Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten trobar entorns segurs • Necessiten conèixer els riscos que comporten les relacions sexuals • Necessiten que es respecti la seva intimitat	Adolescent  <i>Espero que no m'hauré quedat embarassada...</i>	Adults  Pare: <i>Diana, estava estenent la roba i he trobat uns calçotets dins del sac de dormir de la Jana. He tingut un sobresalt. Haurà fet l'amor amb algun noi? Amb qui ha anat aquest cap de setmana? No anava amb unes amigues?</i> Mare: <i>Potser hauríem de parlar amb ella? O potser és millor que no?</i>	Com són els adults? • Tenim la capacitat de ser prudents i respectuosos davant la necessitat d'intimitat de fills i filles • Tenim la capacitat de donar informació i acompanyament per aconseguir que fills i filles visquin situacions segures • De vegades sentim enveja i enyorem el passat Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem que els nostres fills i filles creixin en condicions segures
--	--	--	--

Com són els adolescents? • Senten que la família queda en un segon pla, encara que en segueixin sent depenents i la necessitin • Eixamplen el cercle de relacions • Necessiten el grup d'amics, encara que aquests els poden fer patir Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten assajar la seva independència (encara que sembli contradictori, és més fàcil de triar un dia en què saps que t'estan tractant bé que un dia en què no et tenen en compte, és una manera d'evitar que es trenqui el vincle) • Tenir límits clars	Adolescent  <i>Ho sento mama, avui no em quedaré a dinar.</i>	Adults  Mare: <i>Però si avui et tocava triar a tu el menú i he fet el teu plat preferit...</i>  Pare: <i>Carme, però no l'has fet com a ell li agrada.</i>	Com són els adults? • De vegades ens costa acceptar la realitat i projectem en un altre la causa de la decepció que sentim (el culpem) • Sovint sentim desconcert davant les respostes i les actituds dels adolescents Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem que el vincle no es trenqui
---	---	---	--

Com són els adolescents? • Viuen una etapa de transformació amb molts canvis corporals, això els pot causar inseguretat • Passen el dol pel cos infantil que van tenir • Els espanten els canvis • Temen ser rebutjats Quines necessitats tenen els adolescents? • Empatia i comprensió • Estima • Atenció	Adolescent  <i>Uala!!! Un altre gra de pus!</i>	Adult  <i>Vols fer el favor de deixar de mirar-te al mirall? Va que no ets l'única persona que necessita el bany en aquesta casa!</i>	Com són els adults? • Sentim el pes d'haver de gestionar l'ordre a la llar • Ens sentim pressionats per les nostres responsabilitats i les exigències del dia a dia • De vegades sentim enyor per l'adolescència Quines necessitats tenen els adults? • Donem molt valor al temps perquè hem de compaginar moltes responsabilitats • Desitjaríem no trobar entrebancs ni contratemps
---	---	---	---

Com són els adolescents?

- Se senten insegurs, desorientats i desprotegits davant del món que se'ls obre al davant
- Sovint fan tot el possible per amagar els seus dubtes i les seves febleses
- Experimenten noves maneres de fer i noves identitats

Quines necessitats tenen els adolescents?

- Necessiten protegir-se dels adults sobretot quan els resulten incordiants o els confronten amb les seves febleses

Adolescent



Mmmmm! Mm Mmm!
(movent les espatlles amunt i avall, però sense pronunciar cap paraula)

Adults



Mare 1:

Quan era petita, no parava de xerrar, ho explicava tot a tothom. I ara no obre la boca per a res.

Mare 2:

Jo estic igual. La meva era com un llibre obert i ara és com una pedra.

Com són els adults?

- Vivim amb sorpresa algunes respostes dels nostres fills i filles

Quines necessitats tenen els adults?

- Desitgem entendre'ls

Com són els adolescents? • Exploren si poden confiar en els pares Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten poder confiar • Necessiten saber que trobaran ajuda quan ho necessitin • Necessiten tenir punts de referència	Adolescent  <i>La Marta s'ha quedat embarassada d'un noi que passa d'ella.</i>	Adult  <i>Ho ha pogut parlar amb els seus pares? Penses que podem ajudar en alguna cosa?</i>	Com són els adults? • De vegades som confiabels, tenim la capacitat de ser respectuosos i comprensius malgrat que ens desagradi la situació viscuda amb els fills • Tenim capacitat d'oferir ajuda i d'ajudar quan realment calgui Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem fer-nos confiabels
---	--	--	--

Com són els adolescents? • Exploren com son els pares • Cerquen riscos per superar les pors Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten saber si els pares son confiabls, si els podran explicar les seves dificultats	Adolescent  <i>El cap de setmana passat, en Carlos va agafar un coma etílic. Dos companys de classe van trucar al 061 i el van acompanyar a urgències en l'ambulància.</i>	Adult  <i>A mi un fill meu em fa això i li parteixo la cara només de tornar a casa!</i> <i>Que no m'assabenti mai que a tu t'ha passat una cosa així!</i>	Com són els adults? • De vegades som intolerants i intransigents • De vegades no ens mereixem la confiança dels nostres fills i filles • De vegades eludim la nostra responsabilitat d'acompanyar els fills • Desitjaríem que tot fos com una bassa d'oli Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem sentir-nos satisfets dels nostres fills i filles
--	--	---	---

Com són els adolescents? • Senten un fort desig de llibertat • Es mostren desafiants • Qüestionen l'autoritat • Dissimulen les seves pors amb actituds prepotents Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten que qui els escolta no caigui en el parany de la provocació • Necessiten tenir límits clars	Adolescent  <i>I tu què? Tu pots follar sempre que vols amb la mama i jo no puc follar amb qui m'agrada? Això és una puta merda!</i>	Adult  <i>A mi no em parlis així! Que soc el teu pare!</i>	Com són els adults? • De vegades som autoritaris Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem sentir que ens respecten
--	--	--	---

Com són els adolescents? • És el moment de la descoberta del desig sexual • Arriben els primers enamoraments • Oscil·len entre sentiments infantils i sentiments adults Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten llibertat per poder fantasiejar • Necessiten tenir noves experiències i això els pot confondre • Necessiten explorar i diferenciar entre l'amistat, l'enamorament i la sexualitat	Adolescent  <i>He conegut un noi maquíssim per Instagram. Superguai! Quedarem un dia per veure'ns.</i>	Adult  <i>Però tu de què vas?! Tens ganes de liar-la o què?</i>	Com són els adults? • Ens sabem responsables de tot allò que pugui passar als nostres fills i filles • De vegades sentim molta por Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem que els adolescents duguin les seves descobertes amb seguretat
--	--	---	---

Com són els adolescents? • Desafiants • Tenen por de no ser estimats • Oscil·len entre sentiments infantils i sentiments adults Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten molta serenor • Necessiten estima • Necessiten escolta	Adolescent  <i>Has passat sempre de mi i ara em vens amb collonades de que vols ser un bon pare i tota aquesta merda? Sempre has preferit a l'Aleix i a mi mai no m'has fotut ni cas!</i>	Adult  <i>Ja no reconec el meu fill.</i>	Com són els adults? • De vegades som molt serens • Tenim una gran capacitat de reflexió Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem no caure en provocacions
---	---	--	---

Com són els adolescents? • Busquen un camí genuí • Busquen criteris que els ajudin a decidir el seu futur Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten que els adults puguin diferenciar les necessitats que van tenir d'adolescents de les que ells tenen ara • Necessiten referents	Adolescent  <i>Quan em surt amb la cançoneta de que ella no va poder seguir estudiant perquè es va haver de posar a treballar i que farà tot el possible perquè jo pugui tenir estudis, em treu de polleguera! És que no s'adona que fa el ridícul dient això?</i>	Adult  <i>Tant de bo pogués tenir uns bons estudis, no com jo, que vaig haver de deixar d'estudiar per posar-me a treballar... I tant de bo ella en el futur tingués una feina millor que la meva....</i>	Com són els adults? • De vegades voldríem oblidar que els camins de realització personal són llargs i que cal donar temps al temps • De vegades projectem les nostres necessitats i els nostres desitjos en els nostres fills i això els confon Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem veure'ns com a bons pares i mares capaços d'acompanyar els fills i filles en el llarg camí de realització
--	--	---	--

Com són els adolescents? • Lluiten per construir la seva identitat • Quan senten que es rebutja la seva identitat se senten desorientats i poden experimentar molt patiment Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten que es respectin aquelles decisions que prenen en la construcció de la seva identitat • Necessiten sentir-se part de l'entorn cultural en què viuen • Necessiten diferenciar-se dels adults	Adolescent  <i>No sé perquè m'he de casar amb algú que sigui d'origen xinès com nosaltres... La meva família ja no viu a la Xina i jo he nascut aquí! Em sento que em falta l'aire i que m'estic consumint. És com si m'estiguessin robant la meva vida.</i>	Adult  <i>No puc permetre que se'n surti amb la seva... Els meus avantpassats no l'hi permetrien mai. El disgust dels meus pares seria majúscul.</i>	Com són els adults? • De vegades som molt estrictes i els nostres convenciments ens impedeixen d'escoltar els nostres fills i filles, posar-nos al seu lloc i comprendre'ls • Podem tenir una por visceral a ser jutjats Quines necessitats tenen els adults? • Quan provenim d'un país diferent d'aquell en què vivim, podem sentir una necessitat molt forta de mantenir els referents culturals d'origen (costums, tradicions, rituals, normes, etc.)
--	--	--	--

Com són els adolescents? • Atorguen al grup d'amics més importància que a la família, encara que els amics els poden fer patir • El grup els ajuda a reforçar la seva identitat Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten experimentar l'allunyament de la llar • Necessiten assegurar que hi mantenen el vincle, de vegades, la manera de fer-ho és a través del conflicte i la provocació • Necessiten ampliar l'espai vital	Adolescent  <i>Me'n vull anar d'aquesta casa! És que no m'enteneu! Els meus amics sí que m'entenen!</i>	Adult  <i>Clar que t'entenem! Que et penses que no vam tenir quinze anys com tu?</i>	Com són els adults? • De vegades oblidem de parlar amb delicadesa i podem caure en el sarcasme i la provocació • Sovint prenem allò que ens diuen al peu de la lletra sense llegir què més ens estan expressant els nostres fills i filles Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem que es mantingui la relació per damunt de tot • Necessitem ser comprensius
---	---	--	---

Com són els adolescents? • Els espanta haver de prendre decisions de futur i això els pot fer precipitar a prendre altres decisions que condueixin a resultats més immediats • Senten por que algunes decisions els puguin fer sentir lligats i que perden llibertat Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten sentir que duen a terme projectes concrets i palpables	Adolescent  <i>He decidit que vull deixar l'FP. Vull treure'm el carnet de conduir i apuntar-me a anglès.</i>	Adult  <i>Marta, pensa que uns estudis inacabats no serveixen per a res. Ho has rumiat bé?</i>	Com són els adults? • Tenim la capacitat d'ajudar a raonar • Podem ajudar a contenir el malestar que comporta començar a afrontar el futur, fer que se sentin acompanyats Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem poder acompanyar els adolescents de manera adequada i reflexiva
--	---	--	---

Com són els adolescents?

- Poden sentir enveja per les responsabilitats que tenen els adults
- Poden sentir ambivalència: volen poder prendre decisions importants i a la vegada els pot fer por la responsabilitat
- Els costa tolerar que encara depenen dels pares
- No suporten els sermons alligoadors, no els fan moure fitxa, en tot cas els fan sentir culpables

Quines necessitats tenen els adolescents?

- Necessiten anar assumint responsabilitats i sentir que es fan grans els pot causar plaer

Adolescent



Papa! Que ja sé què he de fer! Què?! Ho he de fer perquè tu ho diguis? Doncs no em dona la gana! De les meves coses mano jo!

Adult



Quan em demostris que et comportes com una persona adulta, podràs prendre totes les decisions que vulguis.



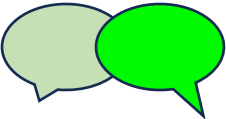
No sé com parlar amb ella...

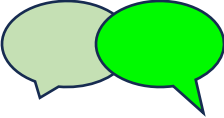
Com són els adults?

- Ens costa adonar-nos que amb les nostres paraules podem resultar culpabilitzadors i podem causar molt dolor
- De vegades no ens adonem de quan fiquem el dit a la llaga

Quines necessitats tenen els adults?

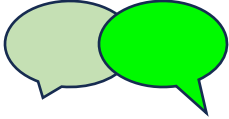
- Necessitem tenir l'ocasió de parar per poder prendre distància i no sentir-nos atrapats pel que ens diuen

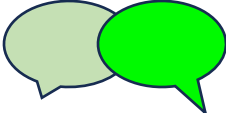
Com són els adolescents? • Senten molta incertesa davant el futur Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten trobar certeses en el present: adonar-se de les seves capacitats, adonar-se que són estimats i estimables, assumir responsabilitats, mostrar que poden prendre decisions • No necessiten que se'ls confronti amb el futur	Adolescents  Adolescent 1: <i>Cada vegada que veig els meus avis em fan la típica pregunta: “Què ja saps què estudiaràs? Ja saps a què et voldràs dedicar quan siguis gran?”. És que sembla que no els importi res més! No ho suporto!</i> Adolescent 2: <i>Doncs a mi no paren de dir-me que estic tan guapo, que totes les noies em deuen anar al darrere i merdes d'aquestes...</i> Adolescent 3: <i>Els meus passen de tot i no em pregunten res...</i>	Adult  <i>Em fa patir veure'ls tan desorientats. Estem fracassant com a pares?</i>	Com són els adults? • De vegades prenem la part pel tot • Ens costa cedir marge d'autoritat • Som impacients davant la incertesa del que depara als fills i filles • Oblidem d'estar presents i valorar tot allò que va bé Quines necessitats tenen els adults? • Voldríem tenir certeses
--	--	--	---

Com són els adolescents? • S'identifiquen amb els amics • Necessiten el grup d'amics • Desitgen fer coses fora de la família Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten assajar l'autonomia, construir criteris propis, explorar situacions noves, aprendre de les relacions amb els altres per saber com són i qui són • Necessiten espais d'intimitat	Adolescents  Adolescent 1: <i>Quin rotllo el cap de setmana amb els pares! Ara volen que anem a dinar tota la família a no sé quin puto poble...</i> Adolescent 2: 	Adults  Pare: <i>Sempre passa el dia fora, amb amistats que no coneixem de res.</i> Mare: <i>Potser hauríem de pensar més activitats per fer en família. Ens aniria bé a tots.</i>	Com són els adults? • De vegades no recordem com érem d'adolescents • Tenim por d'allò que desconeixem (amics, noves formes de relació...) • No ens atrevim a confiar en els fills i filles • Som patidors Quines necessitats tenen els adults? • També necessitem tenir relacions fora de la família per no quedar-nos estancats
---	---	---	---

Com són els adolescents? • Viuen un moment de transició: senten inseguretat i desorientació, no saben què els passa ni què volen Quines necessitats tenen els adolescents? • Voldrien tenir certeses	Adolescents  Adolescent 1: <i>Tia! Quin pal! Hem de triar el tema per fer el treball de socials i no tinc ni idea sobre què fer-lo...</i> Adolescent 2: <i>Però no volies fer-lo sobre protestes socials?</i> Adolescent 1: <i>Ja no! És molt difícil! No mola...</i> Adolescent 2: <i>No em vas dir també que t'interessava l'origen del moviment feminista?</i>	Adult  <i>Sempre està canviant d'idea. Tan aviat diu una cosa com l'altre. Ho fa en tot.</i>	Com són els adults? • De vegades som poc tolerants davant la inestabilitat dels fills i oblidem les dificultats que representa passar per l'adolescència • De vegades ens identifiquem amb el patiment dels fills i voldríem que no passessin pel que estan passant • Tendim a generalitzar i això no ajuda Quines necessitats tenen els adults? • Voldríem tenir certeses
--	--	--	--

Com són els adolescents? • Se senten inestables emocionalment • Pateixen canvis d'humor (hi ha una base fisiològica que ho facilita) • La critica els pot fer patir, poden sentir que se'ls qüestiona globalment i això els desestabilitza (prenen la part pel tot) Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessitat de trobar el seu espai • Necessiten serenor, tolerància i comprensió • Necessiten respecte i tacte	Adolescent  <i>Mama! Ets la millor del món! Com t'estimo!</i> (Al cap de 5 minuts) <i>Mama!!! Vols fer el favor de no ficar-te en la meva vida?!</i>	Adult  <i>No hi ha qui l'entengui!</i>	Com són els adults? • De vegades tolerem malament la inestabilitat, les contrarietats i les contradiccions • Si no ens sabem estimats, ens sentim qüestionats com a pares i mares • De vegades no sabem llegir entre línies (només ens quedem amb el més aparent) Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem saber-nos estimats i voldríem que sempre fos així • Necessitem sentir-nos respectats
---	--	--	--

Com són els adolescents? • Desconeixen moltes coses de la realitat i descobrir-la els fascina i a la vegada els espanta • Senten necessitat de mostrar-se forts per minimitzar l'espant • L'evidència de la relació entre el pare i la mare els pot fer sentir exclosos i els pot provocar la necessitat de buscar refugi en el grup d'amics Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten que els diguin la veritat • Necessiten tendresa • Necessiten mostres d'afecte	Adolescent  <i>Uala!!! He enganxat els meus pares fotent-se el lote! Ni la pel·li més porno, tio!</i>	Adult  <i>M'ha passat una cosa terrible. Quina vergonya que he passat. Ens han enxampat al llit. No sé ni com mirar-lo a la cara...</i>	Com són els adults? • De vegades ens atemoreix parlar de la veritat amb els nostres fills i filles Quines necessitats tenen els adults? • Necessitat d'intimitat • Necessitat de perdó • Necessitat de reparar quan ens adonem que hem pogut causar un dany
---	---	---	---

Com són els adolescents? - Assagen la seva autonomia i el primer lloc on fer-ho és entre les quatre parets de la seva habitació Quines necessitats tenen els adolescents? - Necessiten intimitat - Necessiten espais propis	Adolescent  <i>La meva mare sempre m'entra a l'habitació cada dos per tres. Sempre m'està preguntant xuminades: que si amb qui he tornat de l'insti, que si ja he berenat, que si recordo que he d'anar a buscar la meva germana petita al cole... Quan estic a casa, tot el dia la tinc a sobre! És que m'asfixia! Per mi que em vol controlar o em vol preguntar coses i no s'atreveix...</i>	Adults  Mare 1: <i>Arriba a casa, es tanca a l'habitació i és capaç de no dir-me res en tota la tarda. És que ni em saluda! És com si no em necessités per a res!</i> Mare 2: <i>Quan no em deixa entrar sempre tinc por que estigui parlant amb amics que siguin una mala influència per a ella...</i>	Com són els adults? - Enyorem ser el punt de referència principal dels nostres fills i filles - Tenim molta informació i ens sentim amenaçats pel que podrien patir els nostres fills; això ens pot portar a no veure com són realment i a no confiar-hi - De vegades tenim por que passin per situacions com les que vam viure nosaltres Quines necessitats tenen els adults? - Necessitem sentir-nos útils com a pares i mares - Necessitem sentir que la llar és un espai segur i això ens pot portar a voler controlar
---	---	--	--

Com són els adolescents? • Tenen dificultat per mesurar els riscos i les dificultats • Tendeixen a pensar que tenen capacitat per fer més coses d'aquelles per a les quals estan preparats Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten ser estimats incondicionalment • Necessiten ser escoltats i compresos • Necessiten ser perdonats • Necessiten tenir la possibilitat de reparar allò que han fet	Adolescent  <i>És que no sé com dir-ho... Sé que m'he passat un ou. Però necessito que m'ajudeu. És que no sé què fer... Em fot molt haver-vos-ho de dir....</i>	Adults  <i>Aquí estem. Saps que t'estimem. De vegades no és gens fàcil parlar de les coses que hem fet i encara més demanar ajuda quan reconeixem que el que hem fet no és correcte. No oblidis que el pare i la mare també ens equivoquem, també tenim les nostres dificultats... però que per damunt de tot sempre estarem al teu costat.</i>	Com són els adults? • Tenim una gran capacitat per estimar • Tenim capacitat de ser tolerants i pacients • Tenim capacitat de perdonar sense mantenir rancor • Tenim la capacitat de ser confiabels • Gaudim quan podem ajudar un/a fill/a Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem estimar
---	--	---	--

Com són els adolescents? • Senten el dol pels pares que veien com a perfectes durant la infantesa • Sentir-se enfadats amb els pares els causa malestar Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten que els adults els responguin amb serenor quan ells expressen la seva disconformitat • Necessiten adults segurs, fermes, tranquils, capaços d'escoltar el seu malestar	Adolescent  <i>Tio, tio! El meu pare està com una puta cabra. Tan enrotllat que semblava i ara resulta que li ha agafat per clavar-nos no sé quin rotllo de que li sap greu que no fem prou coses junts i jo què sé què... I diu que ara que ha canviat de feina podrem fer més coses el cap de setmana... Està penjat! Ha fet tard!</i>	Adult  <i>Estic content d'haver pres la decisió de canviar de feina. No sé per què no ho vaig fer abans. Em fa il·lusió pensar que ara podré estar més temps amb els nens i fer més coses junts.</i>	Com són els adults? • Tenim dificultats • Sentim el dol per l'etapa infantil dels fills • Ens costa veure que es fan grans Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem demostrar l'estima pels fills i filles • De vegades podem necessitar que algú (la parella) ens ajudi a comprendre les situacions que vivim i les causes d'enfrontament amb els fills i filles
---	--	--	--

Com són els adolescents? • Cerquen la seva identitat, de vegades la defineixen amb l'ajuda de l'oposició • Canvien la percepció que tenen de la família i els referents Quines necessitats tenen els adolescents? • Necessiten que es compregui l'etapa vital que travessen i que es tractin amb respecte les seves febleses	Adolescent  <i>Tu a mi no em dius res. Per començar, ets el “novio” de la mama, però no ets el meu pare. Tu i jo no tenim res a veure.</i>	Adult  <i>A veure... Ja t'has esbravat?</i>	Com són els adults? • Tenim la capacitat d'asserenar-nos i de no prendre'ns allò que ens diuen els i les adolescents com una provocació personal Quines necessitats tenen els adults? • Necessitem trobar la manera de ser tractats amb respecte tot i comprendre que sovint allò que ens pot resultar ofensiu entranya altres missatges, com podria ser una demanda d'ajuda
--	--	---	--