

***LES PÍNDOLES  
DEL CENTRE JOVE  
DE SALUT***

Centre Jove de Salut



Gratuit i amb confiança!

**2.**

***ACORDS I CONDUCTA***

*“És que li tenen mania!”*

# ***HOLA!***



Som el **Centre Jove de Salut**, un servei de l'**Ajuntament de Girona** (Secció de Promoció de la Salut). Acompanyem a adolescents i joves en temes de salut sexual, emocional, consums i addicions, relacions, alimentació...

**Gratuït | Anònim | Confidencial**

## **OBJECTIUS**



Promoure la reflexió i el debat al voltant d'algunes **pautes educatives** essencials pel desenvolupament dels nostres fills i filles.

Entendre com aquestes pautes actuen com a **factors protectors** davant possibles conductes de risc futures.

**CONVIURE AMB ADOLESCENTS I  
TENIR CONFLICTES ÉS INEVITABLE.**

**ELS CONFLICTES NO SÓN  
UNILATERALS, SEMPRE HI HA DUES  
PARTS, ADOLESCENTS EN RELACIÓ  
AMB ADULTS: VISIONS DIFERENTS  
D'UNS/ES I ALTRES.**

**ELS CONFLICTES  
NO SÓN ÚNICAMENT UN  
PROBLEMA. TAMBÉ FACILITEN  
CONÈIXER-NOS I APRENDRE.**

**UN CONFLICTE ES POT  
"FINALITZAR" MITJANÇANT TRES  
VIES: RESOLDRE, NEGOCIAR O  
DEIXAR LATENT.**

# ***FUNCIÓ EDUCATIVA DE LA FAMÍLIA***

Funció de suport: dona resposta a les necessitats bàsiques dels fills/es, tant garantint el seu benestar físic com mostrant afecte, comprensió i aprovació.

Funció de control: els pares intenten exercir certa disciplina sobre els fill/es, així aprenen regles de funcionament.

PUNT D'EQUILIBRI ENTRE LES DUES



# ESTILS EDUCATIUS

es classifiquen en

## AUTORITARI

els pares són

els fills són

CONTROLADORS  
EXIGENTS  
NO MOSTREN AFECTE  
PODEN SER HOSTILS  
PODEN SER DEGRADANTS

OBEDIENTS  
AGRESSIUS  
IMPULSIUS

i tenen

POCA AUTOESTIMA  
POCA COMPETÈNCIA SOCIAL  
BAIXA TOLERÀNCIA A LA FRUSTRACIÓ

## NEGLIGENT

els pares són

els fills són

EXPRESSEN POC AFECTE  
NO CONTROLEN ELS FILLS  
NO POSEN LÍMITS  
TENEN ALTRES INTERESSOS

IMPULSIUS  
IRRESPECTUOSOS

i tenen

POCA AUTOESTIMA  
EMOCIONS INESTABLES

## PERMISSIU

els pares són

els fills són

POC EXIGENTS  
POC CONTROLADORS  
AFECTUOSOS  
POC COMUNICATIUS

VITALS  
SOCIABLES  
IMPULSIUS  
IMMADURS

i tenen

BONA AUTOESTIMA  
POCA MOTIVACIÓ

## RESPONSABLE

els pares són

els fills són

AFECTUOSOS  
COMUNICATIUS  
EXIGENTS  
CONTROLADORS

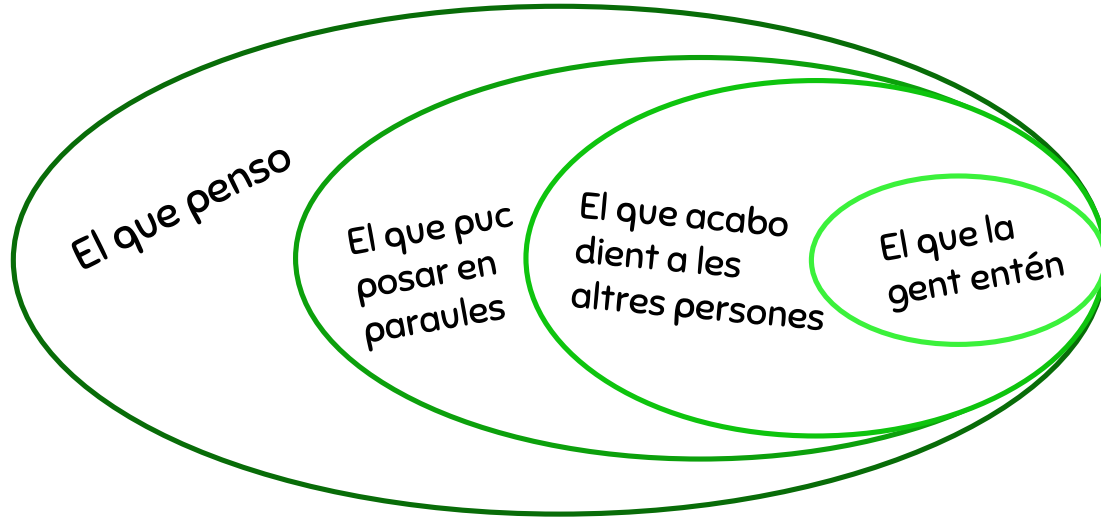
AUTÒNOMS  
PACIENTS

i tenen

BONA AUTOESTIMA  
COMPETÈNCIA SOCIAL  
MOLTA MOTIVACIÓ



# ***NIVELLS DE COMUNICACIÓ***



# **NORMES**

**+**

# **LÍMITS**



Com les establím?

## ***ALGUNES PAUTES***



- En lloc d'ordres i prohibicions, és ideal donar autonomia i autoestima als fills i filles; per tal que puguin pensar, decidir i actuar per si mateixes/os.
- És bo que pares i mares tinguin un enfoc constructiu, a més de ser propers, i expressar opinions i criteris sobre tot tipus de riscos.
- Procurar pactar les normes amb els fills/es.

## ***PARENTALITAT POSITIVA***

- Actuar amb justícia: no es pot imposar una nova norma per cansament, ira, frustració o desànim.
- Establir poques normes noves i que siguin raonables.
- Confiar en els propis valors i principis en relació amb el manteniment de les normes, mostrant fermesa i respecte. No oblidar flexibilitat.
- Ser coherents i donar exemple.



## ***ALGUNS CASOS PRÀCTICS...***

El pare d'en Carles, de 13 anys, està desesperat amb el seu fill: "No torna al seu lloc les coses que fa servir. No s'endreça les coses de l'habitació. No apaga l'ordinador del menjador, que compartim tots els de casa... i ho deixa tot escampat, fins i tot els seus llibres i papers de l'escola. S'ha acabat, no li deixaré més l'ordinador!"



*Imatge: Programa CONNECTA (Generalitat de Catalunya, 2003).*

# ALGUNS CASOS PRÀCTICS...



## Cridaré el nano i li diré... Què li diré?

- × “No et torno a deixar l’ordinador mai més!! Si a l’institut et renyen perquè no portes la feina, ja t’espavilaràs!”
- × “Si torno a trobar l’ordinador encès i les teves coses escampades per aquí, et retiro la Play una setmana!”
- × “Hauries de recollir les teves coses. No pot ser que sempre estiguem igual... La pròxima vegada fes-ho”.
- × “Recordes les normes que vam pactar? Com és que avui no les has complert? Què hem de fer?”

## ***ALGUNS CASOS PRÀCTICS...***

Aquest cap de setmana la Mireia, que té 15 anys i està acabant 3r d'ESO, ha anat amb la colla d'excursió a un festival de música d'aquests que duren tot el cap de setmana i es fan a l'aire lliure. En tornar, la Montse, la mare de la Mireia, ha agafat la motxilla per posar la roba a la rentadora i, en una de les butxaques d'uns pantalons, sorpresa!! Hi havia un preservatiu i un paquetet de paper amb un tros de haixix.

Mare: Ostres, Vicenç vine, corre, mira què he trobat!  
*El pare va amb molta tranquil·litat a veure què passa...*  
Pare: Què passa?  
Mare: Mira, Vicenç!

# ALGUNS CASOS PRÀCTICS...



## Model de resposta A:

- **Pares:** Mireia, ja em diràs què representa això?  
Nosaltres confiem en tu, et deixem anar on vols i mira...!!!
- **Mireia:** I vosaltres què, regirant-me les butxaques de la roba!
- **Pares:** A nosaltres no ens parlis d'aquesta manera!  
Això s'ha acabat!!

## Model de resposta B:

- **Pares:** Mireia, fa temps que volíem parlar amb tu del tema dels preservatius i de les drogues. Aprofitant que hem trobat un preservatiu i un tros de haixix en la teva roba quan l'anàvem a rentar, m'agradaria que en parléssim.
- **Mireia:** Mira mare, tot això ja m'ho sé, m'ho han explicat mil vegades a l'insti! Que et penses que em mamo el dit encara?
- **Pares:** Sí filla, és veritat que ja us n'han parlat. De fet, a mi em preocupa el que et pugui passar i m'agradaria saber quina informació tens i què en penses.

Font: Programa CONNECTA (Generalitat de Catalunya, 2003).



# REFERÈNCIES I BIBLIOGRAFIA



- × Programa “Connecta amb els teus fills i filles” (Generalitat de Catalunya, 2003):
  - × [https://drogues.gencat.cat/ca/detalls/Article/PGR\\_DROGUES\\_Connecta\\_\\_fills\\_adreca\\_AMPA](https://drogues.gencat.cat/ca/detalls/Article/PGR_DROGUES_Connecta__fills_adreca_AMPA)
  
- × Programa “Créixer en família”:
  - × [https://dretssocials.gencat.cat/ca/ambits\\_tematicos/families/formacio\\_per\\_a\\_pares\\_i\\_mares/creixer\\_en\\_familia/](https://dretssocials.gencat.cat/ca/ambits_tematicos/families/formacio_per_a_pares_i_mares/creixer_en_familia/)

# TENS MÉS DUBTES?

*Contacta'ns!*

Telf: 972 20 42 12

IG: @centrejovesalut\_gi

A/e: centrejovedesalut@ajgirona.cat



**GRÀCIES!**



Ens veiem al Centre Jove de Salut!