

# PER A TOTS ELS PARES I MARES...

Potser us ha donat per crear un horari estricte per als deures o simplement us esteu atabalant amb les tasques.

Teníeu l'esperança de fer tota la feina de l'escola a part d'un munt d'activitats, manualitats i experiments. Els hi heu tret tota la tecnologia fins que ho acabin tot!

Però la realitat és aquesta:

Els nostres fills i filles estan igual d'espantats i preocupats que nosaltres. Senten tots els comentaris, veuen les notícies i noten la nostra ansietat.

Mai han viscut res així i la idea de no tenir escola i estar de vacances s'ha convertit en la realitat d'estar atrapats a casa sense poder veure els seus amics.

Segons vagin passant els dies notareu un augment en problemes de comportament. Pot ser ansietat, enuig o ràbia pel fet de no poder fer les coses normals. Veureu més enrabiades, rebequeries i comportaments negatius. Això és normal en aquests temps excepcionals.

El que necessiten els nostres fills i filles ara mateix és sentir-se acompanyats i estimats. Això pot significar que hagueu de trencar amb aquell horari perfecte i donar-los molt d'afecte.

Podeu jugar, pintar, jugar a jocs de taula, veure pel·lícules, fer visites virtuals a museus...  
Comenceu junts a llegir un llibre o simplement arrauliu-vos sota les mantes i no feu res!

No us preocupeu de si es queden enrere a l'escola. Tots els nens i nenes estan en la mateixa situació i no passarà res. Quan tornin a l'escola es posaran tots al dia. No discutiu amb els vostres fills i filles perquè no volen fer les tasques, no els crideu per no voler seguir l'horari.

Si us podeu quedar amb una cosa, que sigui això:

Quan acabi aquesta situació, la salut mental dels nostres fills i filles serà més important que les seves capacitats acadèmiques i com s'han sentit durant aquest temps quedarà en ells molt més temps que la memòria dels deures que van fer.

Manteniu això al cap cada moment del dia.

