

VIVIR A LAS PRISAS **¿CÓMO EDUCAR Y ORGANIZAR NUESTRO TIEMPO?**

Autora: Rosa Rodríguez (Pedagoga)

Cada día escucho con más frecuencia entre adultos/as frases similares a “es que no tengo tiempo para nada”, “ahora no puedo, pero cuando tenga tiempo te aviso”,... Tiempo, todo se reduce al tiempo. Al tiempo que solemos organizar con dificultad para que nos cunda para todo tipo de actividades que queremos o tenemos que llevar a cabo.

Y en la escuela ya se empiezan a escuchar frases con significados análogos a las anteriores, y es que queremos hacerlo todo, y el conseguirlo nos hace sentir distintos y exitosos. Sin embargo, el placer de la tranquilidad se va evaporando en este ritmo de vida.

Tal como nos levantamos, comienza la actividad, algunos a sus trabajos otros a la escuela; en ambos contextos el tiempo libre escasea.

Tras el almuerzo comienza un segundo ritmo frenético para que nos de tiempo de hacer de todo. En los adultos, quizás continuar la segunda jornada del trabajo, quizás un café con amigos/as, ir a comprar la comida o ropa, ir a visitar a algún familiar, preparar trabajo para el día siguiente, darnos una ducha relajante, leer, ver la tele, responder a llamadas de teléfono pendientes, hacer algo de deporte, preparar la cena,... Y en los niños/as y jóvenes, acudir a actividades extraescolares, clases particulares, hacer las tareas, ir a la piscina, jugar al fútbol u otro deporte, ir al parque, entrar en internet, jugar a los videojuegos, leer, estar con los amigos/as, ...

Y es que la sociedad del consumo, en la que vivimos, también nos obliga y nos está educando a consumir todo el tiempo. Cuantas más cosas se hagan, más considerado estás y mejor se siente uno consigo mismo, como si tuviésemos la necesidad imperante de estar ocupados, como si temiésemos no tener algo que hacer. Algunos lo llaman la necesidad de “ascender”, de “mejorarse” a sí mismo constantemente; yo pienso que en ocasiones puede ser así, si, pero en otras, sin darnos cuenta estamos huyendo de nosotros mismos, ya que no nos queda tiempo para pensar, para analizar con calma algunos sucesos del día, para relajarnos a través del descanso y silencio.

Nos ocupamos en exceso, y eso si, sin tiempo para nada, ni para el descanso. Y terminamos los días anhelándolo.

Y lo cierto es, que si nos sabemos organizar, tenemos tiempo para mucho más de lo pensamos, aunque debemos ser conscientes, de que nunca será para todo. La clave está en priorizar las actividades que realmente necesitamos hacer y las que deseamos hacer. Y establecer un orden.

Pero que esto no lleve a error, no se trata de tener organizada la vida al milímetro, gran error en el que estamos cayendo y del que se está nutriendo la generación actual. Simplemente establecer un orden de prioridad, como podría ser:

1. Las obligaciones. Las que deben ocupar el primer lugar, de eso no hay duda: Trabajo, colegio, cursos,...
2. Las que nos permiten evolucionar a nivel profesional o personal, como pueden ser cursos, masteres, actividades extraescolares,...
3. Las que nos agradan y deseamos realizar como pasear, hacer alguna visita, planear algún viaje, ir de excursión,...

Este orden, que se encuentra en nuestro pensamiento, es el que debe ayudarnos a seleccionar qué

actividades y cosas hacer cada día, teniendo presentes que todo no se puede ni se debe hacer en un solo día. Generalmente las que ocupan el tercer lugar, tienden a ser ocasionales, las que ocupan el segundo lugar frecuentes y las primeras prácticamente diarias.

Algo muy importante, la familia, que debe encontrarse en los tres puntos como prioridad, ya que es una obligación cuidarla y mantenerla, nos ayuda a evolucionar y aprendemos a diario (tanto padres/madres, tíos/as, como hijos/as), e igualmente debemos buscar y disfrutar de momentos de tiempo libre, en los que desarrollar actividades en familia.

Aunque el romanticismo de lo perfecto en un abrir y cerrar de ojos desaparece. Y en realidad no debemos pretender la perfección, simplemente asegurar ratos libres en cada día, sin organizar, porque hasta las actividades que deseamos hacer, cuando son entre agobios y prisas, se convierten en obligaciones sin darnos cuenta, y convertimos en apatía, lo que antes era ilusión, permitiendo que el estrés sea parte de lo que estamos ofreciendo a los más pequeños como ejemplo.

El reloj se mueve lentamente, la vida transcurre a pasos cortos, pero nosotros nos empeñamos en ir corriendo. Por todo ello, hoy quería dedicar estas letras a nuestra forma de ocupar el tiempo, a ese vivir con prisas, y proponer que dediquemos tan solo un rato a pensar cómo podríamos organizarnos para disfrutar del tiempo, viviendo y no corriendo, y no transmitir ansiedad a la generación que está empezando a contar con tiempo propio.