



Acompanyar i compartir la **CRIANÇA**



Ajuntament
de Sant Adrià de Besòs

Agraïments Presentació

L'equip de la Xarxa de Petita Infància de Sant Adrià de Besòs, vol agrair la col·laboració feta per les famílies i professionals dels diferents serveis que s'han interessat pel treball realitzat, aportant opinions i suggeriments sobre aquest document.

Aquest llibret neix de la reflexió del grup de professionals que formen part de la Xarxa de Petita Infància de Sant Adrià de Besòs. Professionals dels diferents àmbits i serveis del territori que, des de fa tres anys, es troben per compartir i per dialogar al voltant de les necessitats de les famílies amb infants menors de tres anys. Aquesta publicació parteix d'una mirada cap a l'infant com a persona que desitja sentir-se part del món i que per fer-ho desplega totes les seves capacitats de comunicació i relació. També parteix del convenciment que la criança és una etapa fonamental per al desenvolupament de la persona, de l'ésser humà. Amb aquests punts de partida, la publicació que teniu a les mans, pretén poder acompanyar a la família en la criança per tal d'oferir-li suport, entenent que les persones adultes que conformen una família són les persones educadores per excel·lència a l'hora d'acompanyar els seus fills i filles. Tanmateix, la reflexió ens ha dut a pensar que el fet d'educar i acompanyar un infant és una tasca per ser compartida. Ser mare, ser pare, és una experiència única i plena amb els seus moments de dubtes i de dificultats. Per aquesta raó, en aquest llibret ens agradaria plantejar algunes qüestions que poden ajudar al diàleg i a la relació de respecte dins la família entre les persones adultes i els infants.

Acompanyar a créixer

El primer que necessita un infant per créixer és un entorn familiar que el miri, que li parli, que l'acaroni... que en tingui cura; que pensi i confïi en ell; que l'escolti per poder donar resposta a les seves necessitats:

- biològiques: menjar, reposar, higiene, moviment...
- de protecció: donar seguretat física, afectiva...
- de pertinença: formar part d'una família, d'un entorn proper, poder establir diferents relacions...
- d'estimació: sentir-se estimat, pensat, valorat i respectat com a persona...
- d'autonomia: jugar, poder fer les coses per ell mateix, poder decidir, donar ocasions per poder exercir i desenvolupar la curiositat, el desig d'explorar i conèixer el món que l'envolta.

L'infant necessita rebre afecte i reconeixement. Necessita persones que es relacionin amb ell i que l'ajudin a reconèixer-se i a descobrir el món que l'envolta.



Reflexioneu sobre la frase que en algunes ocasions es diu quan es parla a un bebè:

- *No sé per què li parles, només té dos dies... Total... si no t'entén!*

Els àpats



Alimentar-se és molt més que una necessitat fisiològica, nutricional. L'alimentació també és relació.

Tenint en compte això, el moment de menjar hauria de ser una estona agradable i tranquil·la, entenent que els infants, com les persones adultes, tenen els seus gustos, el seu ritme i no sempre la mateixa gana. Necessiten tocar els aliments per saber com són i, a poc a poc, aniran aprenent a menjar amb una major autonomia. Compartir l'estona dels àpats amb els adults, amb la família, veure com mengen les persones més grans és, segurament, una bona manera d'ajudar-los a gaudir del moment de menjar.

Els aliments no s'haurien d'utilitzar en cap cas com a consol, premi o càstig. Les situacions de dificultat haurien d'intentar resoldre's amb la comprensió i el diàleg. És important oferir una dieta equilibrada, amb aliments saludables, de qualitat i de l'entorn proper, de temporada.

Reflexioneu un moment sobre com ens angoixa sovint l'alimentació:

- *"Vinga , que si t'ho menges ràpid anirem al parc".*
- *"Si t'acabes el peix, et donaré un iogurt".*
- *"És que si no menges, no creixeràs."*

- **Penseu que la rapidesa és un valor a l'hora de menjar? Que els "petits xanatges" ajuden a gaudir dels àpats i a fer les coses per decisió pròpia? Realment és veritat que si no menja alguna cosa no creixerà?**

El descans

Dormir és un procés evolutiu que es va adaptant a les necessitats de l'ésser humà.

És una necessitat vital. No depèn que algú ens n'ensenyi, la naturalesa ja ens prepara.

Cada infant és diferent i també ho és la seva necessitat de descans.

Cal acompanyar l'infant en aquest procés, sense pressa, i entendre que sovint la seva necessitat i la nostra no sempre són coincidents.

Segurament l'estabilitat i la continuïtat, el fet d'establir uns ritmes quotidians, poden ajudar l'infant a l'hora d'anar a dormir de manera regular.

No hi ha mètodes, es tracta d'acompanyar en aquest procés, que en cada infant és diferent.



Reflexioneu sobre per què ens angoixa el moment en què el nostre fill o filla ha de dormir:

- Penseu que tots els infants han de dormir 10 hores?
- Penseu que els infants necessiten estar acompanyats per dormir?
- Els rituals d'anar a dormir han de ser iguals per a tothom?

Del bolquer al lavabo



És un procés únic i diferent en cada infant que té a veure amb el desenvolupament físic i fisiològic, i també amb la maduresa psicològica i emocional.

De la mateixa manera que no es felicita l'infant quan fa pipí o caca al bolquer, tampoc caldria fer-ho quan en fa a la gibrella o al vàter les primeres vegades. El retrets i els comentaris negatius no acompanyaran l'infant en aquest procés, cal tractar el tema amb naturalitat.

No s'ha de convertir aquest moment en un ensinistrament, l'infant està preparat o no ho està. I ho fa saber, ja que cada vegada pot aguantar més el pipí i el bolquer està sovint sec; té ganes d'imitar la mare o el pare i anar al lavabo com ells; juga amb els nins i nines a fer pipís o caques... A través de la seva acció, el seu interès, la seva demanda, el seu joc, l'infant ens ho fa saber.

La persona adulta pot facilitar aquest moment amb una actitud de respecte, possibilitant que pugui fer-ho però sense obligar-l'hi.

Pot passar que al principi els infants utilitzin la gibrella com a element de joc; aquesta potser una bona manera d'apropar-se a l'objecte, per conèixer-lo i arribar a utilitzar-lo.

Sovint s'utilitza la paraula "caca" per parlar de menjar, d'objectes quotidians, de brutícia, per tal que l'infant no els agafi o no se'ls posi a la boca. Què en penseu?

- Els bolquers, penseu que només s'han de treure amb l'arribada del bon temps?
- S'ha d'exigir a l'infant que deixi el bolquer a una edat determinada?

Diàleg, comunicació, plor

Perquè hi hagi diàleg hi ha d'haver possibilitat d'expressió i escolta.

Per a dialogar amb l'infant cal escoltar i observar per saber què ens vol comunicar, fins i tot quan encara no sap explicar verbalment què li passa: si té gana, son, fred o calor, si està cansat, si vol jugar o necessita afecte. Quan posem paraules al que li passa, l'estem reconeixent com a persona i l'estem ajudant a entendre els seus propis sentiments: de dolor, de plaer, d'enuig...

Els infants ploren per poder comunicar una necessitat o un malestar i també per poder descarregar l'estrès acumulat durant el dia. Si permetem als infants expressar-se a través del plor ajudarem que es tranquil·litzi i se sentin més segurs. Distreure'ls és posposar la necessitat de plorar. Els adults haurien d'entendre que tenir cura dels infants no és protegir-los de les dificultats o les frustracions, sinó acompanyar-los a entendre aquestes emocions. En tot cas, els bebès no s'haurien



Reflexiona sobre aquesta situació:

Un nen entra plorant a la consulta del pediatre. L'acompanya el pare i li va dient:

- Vinga, sigues "valent" i no ploris. No m'agraden els nens que ploren, si no plores et compraré una llaunadura.

- Penses que no plorar és de "valent"?
- Segur que aquest pare ho fa amb tot el cor, perquè li és dolorós veure plorar el seu fill, però l'infant... té dret a expressar el seu malestar?
- És bo deixar de plorar a canvi d'alguna cosa material? Quin missatge estem transmeten?

de quedar sols plorant, ja que necessiten un adult que reculli aquest plor i els transmeti serenor. Els infants que ploren sense ser escoltats, potser paren de plorar, però perquè s'han resignat.

Frustracions i rebequeries



El primer “no” o el primer desacord pot sorprendre el pare o la mare i prendre-s’ho com si els rebutgessin a ells, o com una forma de rebel·lia i fins i tot de “prendre el pèl”, de desobediència que s’ha d’ignorar o castigar. En realitat l’infant necessita prendre consciència d’ell mateix i poder diferenciar-se dels altres com a persona diferent. És com si digués “jo tinc uns altres interessos, jo no sóc tu”.

A les persones adultes ens costa acompanyar el plor i les rebequeries dels infants, ja que ens desperten emocions d’angoixa, impotència i fins i tot de ràbia. Per això hem de ser-ne conscients, per tal de no enganxar-nos a aquestes emocions i poder acompanyar l’infant en els moments de rebequeria. Amb la nostra presència i la nostra comprensió podrem ajudar-lo a entendre que allò que volia no és possible però que al mateix temps comprenem el seu enuig i que hi té dret.

Reflexions

- Creus que només als infants els costa tolerar la frustració davant d’un desig o necessitat no satisfets?
- Com ens sentim les persones adultes davant d’una rebequeria?

Límits que cuiden

Quan parlem de límits sovint ens ho prenem com quelcom que limita, que “no deixa”, en lloc de veure els límits com un acompanyament que cuida l’infant, com aquell marc dintre del qual l’infant es pot sentir segur. Viure sense cap límit seria com viure en una casa sense parets. Seria com si ens deixessin sols enmig d’un camí que no coneixem en plena nit.

Acceptar un límit no és fàcil per a ningú, però estar convençut que són necessaris i que cuiden pot ajudar a l’hora de posar-los i acceptar-los. De vegades volem que l’infant accepti el límit, sense protestar i, a més, que mai “li ho haguem de repetir”. La veritat és que això és demanar massa... L’infant té la gran capacitat de persistir i ser constant en els seus desitjos. I els vol satisfer. Nosaltres, com a adults que l’acompanyem a créixer i a viure en societat, hem de reconèixer el seu desig però alhora mantenir el límit. Com a adults cal que entenguem que l’infant s’enfadarà o sentirà ràbia, i hi té dret. Caldrà

La Maria està donant el pit a la seva filla Anna, de vuit mesos. De sobte sent un dolor immens al mugró perquè la seva filla l’hi mossega fort amb les dents. A la Maria li surt un “Aï!” i es conté perquè no vol espantar l’Anna; sap que no vol fer-li mal, que està jugant... però a la Maria li salten les llàgrimes.

- Reflexiona sobre aquesta situació, o d’altres semblants que t’hagin passat, i pensa com acompanyem més l’infant, encara que sigui un bebè, a conèixer quan ens pot fer mal o quan es pot fer mal.
- Reflexiona també si amb el fet de dir a un infant “No et deixaré que em mosseguis”, és cuidar-se un mateix i també cuidar-lo a ell.



que estiguem segurs per acompanyar-lo sense que això vulgui dir desistir de posar el límit. Potser és una de les coses que ens demana més paciència, tranquil·litat, maduresa, claredat... ja que hi ha moments en què ens en falta.

És un procés que forma part de la creixença.

Acompanyar en situacions complexes de la vida



La mort d'un ésser estimat, l'arribada d'un germà o germana, la separació de la mare i el pare... són situacions que formen part de la vida i que poden fer aflorar emocions més o menys intenses, fruit de la inseguretat que la por o la pèrdua d'alguna cosa ens pot fer viure. Quan es viuen situacions complexes no s'hauria d'ocultar la realitat als infants. Dir la veritat de manera "senzilla" i entenedora pot acompanyar-los millor. Deixar que expressin els seus sentiments i facin preguntes permet anar assimilant allò que ha passat. No hi ha una manera correcta ni equivocada de sentir-se.

Reflexiona:

En alguna d'aquestes situacions, sovint se sent a dir: *"És petit i no s'adona de res"*.

- Què en penseu?
- Què penseu de compensar o donar premis per assumir situacions complexes?

Educació compartida i equitativa

Compartir l'educació dels fills i filles és un benefici per als infants, ja que els estem donant un model de convivència i comunicació que afavoreix una educació equitativa, en la qual nens i nenes tenen les mateixes responsabilitats i oportunitats. Els fills i les filles aprenen de què som, de què fem i de què diem.

Per això és important donar l'opció als infants d'escollir els jocs i les joguines amb les quals volen jugar, explicar-los contes i històries on els personatges no responguin a models tradicionals (per exemple, princesa bella i passiva, príncep valent i dominant) i oferir models alternatius (nens sensibles, nenes fortes...), adreçar-nos als infants amb un llenguatge verbal i emocional sense fer distinció de sexes.



Reflexiona sobre aquesta situació:

- Un infant s'entrebanca i cau a terra i es posa a plorar. Creus que els adults tenim les mateixes respostes i manera d'actuar si l'infant és un nen o una nena?
- A l'hora de fer un regal o comprar una joguina... prioritizes el fet de si és per a un nen o una nena?

El joc



L'infant necessita jugar per créixer. Per a l'infant jugar és viure, tocar, sentir... d'una manera lliure. Mentre juga, descobreix les propietats dels objectes que l'envolten i va aprenent el que en pot fer. El joc li permet vèncer les dificultats que van sorgint i poder superar els obstacles. Amb els objectes que hi ha en una casa l'infant pot descobrir, manipular, imaginar: l'escombra pot ser un cavall, l'olla és un timbal... i la cullera un mòbil. No hi ha materials de joc de nens i de nenes, en tot cas hi ha vivències de diferents activitats que fan els adults que formen part de l'entorn de l'infant. La família pot acompanyar l'infant amb la seva presència, escoltant-lo, gaudint amb el seu joc... i respectant aquest moment.

Para't un moment a observar el teu fill o filla en la seva activitat, sense intervenir. Seu a prop et mira com es mou, com manipula els objectes o, com imita diferents situacions de la seva quotidianitat.

Observa amb quins objectes prefereix jugar. Si ens aturem a mirar què fa l'infant, ens quedarem meravellats de la riquesa de la seva activitat i de com jugar és viure, aprendre a viure.

Viure amb salut

La salut és el desig de tots els pares i mares des d'abans del naixement.

Durant l'embaràs, ens cuidem per tenir un nadó saludable i després del naixement el sistema de salut ja preveu/ofereix unes activitats preventives perquè la criança dels infants sigui saludable i sana. L'embaràs, el naixement i la criança són un procés natural.

També quan l'infant té febre, mocs, tos.... etc., encara que ens preocupi, hem de ser conscients que passar per aquestes situacions forma part del creixement de l'infant i de la seva maduració. Hem d'aprendre a viure sense angoixes aquests moments per superar-los des de la normalitat.

L'observació de l'infant i el sentit comú ens mostraran la manera d'actuar per saber quan hem de consultar amb el personal sanitari per aprendre a resoldre les diferents situacions.



Reflexions:

La Maria s'ha llevat una xic neguitosa i amb molts mocs. La seva mare li ha posat el termòmetre i està a 37,8°C de temperatura.

- Penseu que cal portar-la al pediatre?
- Creieu que és necessari donar-li algun medicament?
- Com creieu que la podríem ajudar?

Autores

Aurora Beltrán Molina.

Llevadora de l'ASSIR

(Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva)

Conxi Giner Soria.

Infermera pediàtrica de l'ABS. Àrea Bàsica de Salut

Pilar González Rof.

Acollidora de l'Escola Bressol JM Céspedes i dels Espais Familiars. Ajuntament de Sant Adrià de Besòs

Mercè Juan Otero.

Pedagoga de l'EAP

(Equip d'Assessorament Psicopedagògic)

Montserrat López Gallego.

Coordinadora del CIOD (Centre d'Informació i Orientació a la Dona). Ajuntament de Sant Adrià de Besòs

Elia Martínez-Cava Carrasco.

Acollidora de l'Escola Bressol JM Céspedes i dels Espais Familiars. Ajuntament de Sant Adrià de Besòs

Cristina Santacreu Ming.

Tècnica d'Educació. Ajuntament de Sant Adrià de Besòs.

Marta Soldevila Ventura.

Psicòloga del CDIAP Sant Adrià

(Centre de Desenvolupament Infantil i Atenció Precoç)

Adreces serveis petita infància

ABS Sant Adrià 1 (Pediatría)

C/ Doctor Trueta, s/n

Te. 93 462 26 61

Sant Adrià de Besòs

**Centre de Desenvolupament Infantil
i Atenció Precoç (CDAI-Sant Adrià)**

C/ Ponent, 21-25

Tel. 93 381 87 14

Sant Adrià de Besòs

Centre d'Informació i Orientació a la Dona (CIOD)

C/ Les Escoles, 10

Tel. 93 462 11 21

Sant Adrià de Besòs

**Centre per a la petita Infància i Famílies
(Espais Familiars)**

C/ Olímpic, 5 1r

Tel. 93 381 05 59

Sant Adrià de Besòs

Escola Municipal de Famílies

Ajuntament de Sant Adrià de Besòs

Plaça de la Vila, 12 7a planta

Tel. 93 381 20 04 ext 6332

Sant Adrià de Besòs

Llevadores (ASSIR)

C/ Doctor Trueta, s/n 2a planta

Tel. 93 462 63 31

Sant Adrià de Besòs