

LES REBEQUERIES A LA PRIMERA INFÀNCIA



És normal que un infant cridi com si li haguessin amputat una mà (sense anestèsia) quan només li hem dit que es posi les sabates per sortir? O agafi un atac de fúria si li demanem que sigui al cotxet que fem tard? O plori desconsolat per què s'ha trencat la galeta?

Doncs sí, podem estar tranquils perquè és ben normal. La qual cosa no treu que sigui desesperant, frustrant i esgotador.

Si sabeu de què parlo segurament haureu escoltat allò dels "Terribles dos anys" o "L'aDOSlesncència".

Com a mares i pares hem de tenir clar que, davant una rabiola no hem de buscar una causa justificada. Segurament, entendríem millor a les nostres criatures, si en comptes de fer una rebequeria perquè la iaia li ha pelat un plàtan (fet considerat d'alta traïció perquè tot el planeta hauria de saber que els plàtans només els pot pelar ell/a) fessin un crit monumental perquè han desnonat a una família del barri. Doncs no. No funcionen així, almenys, no encara.

Segons el meu pediatra, els nadons deixen de ser nadons als dos anys. Dit així, sembla molt fàcil e immediat. Però entrar al món de "l'infant" no és només un canvi de nom.

Implica canvis a nivell intel·lectual, social i emocional. Amb els dos anys comença l'autonomia que els empodera, són més conscients del món que els envolta i el fet de descobrir que no poden fer tot el que volen i, que el món no és com ells creuen, és una font de frustració difícil de gestionar.

Dit això i sabent que no existeixen manuals, ni varetes màgiques, sabent que cada infant és un món i que el que funciona avui, potser demà serà un fracàs (i potser no us serveix ni avui mateix) m'agradaria compartir un parell d'aspectes que a mi m'han ajudat (i no sempre).

EMPATIA. Pots tractar de mirar "el seu gran i terrible drama" des del seu punt de vista i acompanyar el seu dolor? Per exemple: s'arrenca a plorar amb ràbia perquè t'has oblidat de portar-li el seu nino al parc. Com a mare, pots pensar/dir "haver-ho dit abans de sortir!", "però si t'he portat tota la bossa de joguines pel sorral", "però si t'ho he preguntat i m'has dit que NO!", "però si després no li fas ni cas", "però si el nino està trencat"... Possiblement tens raó amb tot, però ara mateix res d'això aporta i no us ajuda a cap dels dos.

I si, en comptes d'això, empatitzes amb ell/ella i li poses paraules als seus sentiments? "veig que estàs molt enfadat/a perquè volies el nino", "Sé que t'agrada molt jugar al parc amb el nino i per això estàs plorant i tens molta ràbia"...

Funciona? Segurament, no. Mai és tant immediat com ens agradaria, però podem estar tranquils perquè estem connectant amb la personeta i obrint ponts de comunicació. Aquesta manera d'apropar-nos és un aprenentatge amorós, per tots dos, que perdurarà al llarg del temps.

Seguim. Possiblement la criatura no ens escolta o crida encara més fort (i ja tens a una bona colla d'observadors) però, a poc a poc, hauria d'anar baixant la intensitat. Llavors, potser és el moment d'oferir opcions. "Veig que t'agrada molt portar el teu nino al parc. Què et sembla si demà el poses a la motxilla per no oblidar-lo?", "Si vols jugar amb el nino podem tornar a casa jugant al pilla pilla per arribar abans".

LA FALSA ALTERNATIVA o el dret a decidir. Pensem en un altre cas. Si acostuma a ser una tragèdia grega que es posi les sabates al matí prova oferir-li dues alternatives abans no sigui massa tard: "Avui pots triar tu les sabates. Les bambes vermelles o les negres. Quines vols?"

És més, si la negativa de posar-se les sabates, és recurrent acostuma a servir

l'anticipació. És a dir, quan trobis un moment de connexió crea una imatge que pugui recordar. Per exemple: "quines sabates voldràs demà les verdes o les grogues? " "... D'acord. Demà et poses les grogues i a veure si arribes al pany de la porta d'un salt".

FLEXIBILITAT. Crec que és un error dir sí a tot (per por a les conseqüències) o no a tot (per sentir que nosaltres som l'autoritat i el "aquí mano jo"). Què tal provar de fer excepcions de tant en tant? Això vol dir que li he de donar un donut perquè no vol fruita? No, si per nosaltres és important "0 sucre" aquesta no és una opció, però, si creiem que un donut el dia del seu aniversari no traeix les nostres conviccions podem fer l'excepció. El primer és revisar el nostre sistema de valors i ser conseqüents. El que cal és deixar clar que es tracta d'una excepció que hem decidit nosaltres i que ha estat pactada quan no hi ha rabiola. És a dir. Les excepcions, no poden ser resposta o consol davant una gran plorera. Si li ensenyem que "si plora molt" li comprem la joguina li estem demanant que plori molt cada vegada que vol alguna cosa. La idea és fer les excepcions quan tot va bé.



L'ANTICIPACIÓ CREATIVA- Aquesta no sempre és possible perquè hi ha rebequeries que esclaten abans que agafem aire. En canvi, n'hi ha que les podem anticipar i que agafen força a mesura que passen els segons. Amb aquestes hem d'actuar ràpid. Amb molta creativitat (i factor sort/miracle de la nostra banda) podem transforma-les amb un joc. Per exemple: la criatura agafa el rol de "porter de discoteca (però dels "xungos"). Es posa a la porta del parc i decideix obrir o tancar la porta a qui vol. Abans que la cua del parc arribi a semblar la cua del Primark hem d'improvisar un joc alternatiu. Per exemple, si li agraden

el trens ens posem a la cua i fem el soroll d'un tren i diem "obri la barrera que el tren vol passar: chu-chuuuuuu"... La idea es transformar el que pot ser un conflicte en un joc en el qual l'infant tingui la solució: "sort que has obert la barrera!! si no el tren xoca".

PACIÈNCIA, i respirar, i respirar. Tot passa. Està clar que la vida no sempre ens agafa previnguts. Hi ha moments i moments. Moments amb presses, estrès, veïns mal encarats, malentesos, sogres indescriptibles, funcionaris sense sentiments, embussos a la carretera, horaris infernals, ascensors que s'avarien quan vens de fer la compra... etc. Amb tot això, l'últim que ens falta és que "la carn de la nostra carn" es posi com si tingués un dimoni a dins perquè li dius que per creuar t'ha de donar la mà. En dies així, el millor que podem fer és respirar i tractar de controlar tota la "... " que portem a dins i que no té res a veure amb la reacció de l'infant que potser també ha tingut el seu dia defensant una pala del sorral de la resta de la canalla.

MIRAR LES RABIOLES (totes les que podem) COM UNA INVERSIÓ. Si hem acceptat que les rabioles formen part d'un procés maduratiu donem-li hi la benvinguda. L'infant està creixent i està madurant i això és bona notícia. Hi ha dies que no tenim pressa, que ha sortit el sol i que el dinar ja està fet. Què més meravellós que poder permetre't transitar una rebequeria des de la calma sincera i el "ja passarà"? (doncs la veritat que moltes coses són més meravelloses que aguantar un tràngol explosiu d'aquesta índole, però segurament, els moments que ens ho puguem permetre, haurà estat el nostre petit gran triomf del dia. Un dia en el que tots dos haurem pogut créixer com a persones).