



Com sostenir llargues esperes fora de casa de manera respectuosa?

Les criatures no estan preparades per tenir consciència del temps i sovint això comporta plors i crits

[inicentrareport]Sovint sotmetem a les criatures a llargues esperes per les quals no estan preparades: un viatge llarg amb cotxe, amb avió, hores de cues a l'hospital o al cap, quan a més no es troben bé, a un restaurant, una celebració que s'allarga...

N'hem parlat amb la neuroeducadora i autora del llibre "No me grites, abrázame" **Carmen Prieto**, que ens explica que abans de posar-nos tan nerviosos per si el plor de la nostra criatura molesta a la persona del costat, hem de començar a **normalitzar el plor** de l'infant. "Som a les persones adultes que ens molesta. **Les criatures ploren per alertar a les persones adultes que tenen una necessitat**", ens explica.

Les criatures **no estan preparades per llargues esperes**. No tenen percepció temporal, no saben si durarà hores o minuts aquella situació... no està dintre del seu desenvolupament i és correcte que segueixi sent així. És per aquest motiu que les adultes les hem de guiar segons paràmetres que entenguin. Per exemple, en el cas d'un restaurant Carmen Prieto ens diu que els podem indicar: mengem les postres i marxem.

També és important **preveure quant temps hi estarem** i carregar una motxilla amb tot allò que puguem necessitar i propostes perquè es puguin entretenir: mini jocs de taula, colors, contes... i deixar volar la nostra imaginació. "**Hem d'evitar les pantalles**, les pantalles no són cangurs. Al final moltes famílies les acaben oferint perquè ens està molestant, però no és recomanat oferir una pantalla a un menor de dos anys, i a partir dels dos anys tampoc ho necessiten".

Carmen Prieto reivindica els moments de pantalla com quelcom de família, per estar al seu costat. Mai deixar-los el comandament. "Hi ha infants molt petits que es posen al Youtube i miren com juguen quan **el que han de fer les criatures precisament és jugar, explorar, crear i inventar elles**. No s'estan divertint i és fins i tot pot arribar a ser perillós", assegura.

Un altre fet que pot passar és que com a família **ens fem unes expectatives irrealistes** i això ens generi frustració: "**Tots els pares i mares sabem què comporten les esperes**. Si hi ha un viatge llarg hem de normalitzar que puguin plorar. Podem proposar-los de donar una volta, oferir-los jocs o joguines, i especialment cobrir les seves necessitats de gana, set o d'efecte. Fins i tot si estem en un avió i la criatura té més de 2 anys sí que es podria veure uns dibuixos, però sempre amb la família, sent un moment de presència, sense aparcar-los", explica.

"Nosaltres també hem estat nens i nenes, i precisament en aquests moments d'espera és quan més hem de **deixar volar la nostra imaginació**: explicant històries de quan érem infants, portar fins i tot un àlbum de fotos, deixar sortir la nostra creativitat, escoltar música o fer una ronda de cançons, jugar a paraules encadenades, al veig-veig...connectar amb el nostre passat", assegura.

No hem de confondre la criança respectuosa amb ser permissiu ni tampoc autoritari.

"Cal posar límits des del respecte, i sí es pot ser flexible: sempre que les conseqüències no impliquin danys per la salut. Es pot parlar, es pot negociar, la comunicació és important. Però si el nostre fill està saltant a sobre el seient d'un avió li hem de dir que això no s'ha de fer, sempre donant una explicació", relata.



I com ha de ser aquesta explicació? Sempre amb paraules que entengui: es pot trencar, estàs molestant... No donar aquesta explicació els pot generar estrès. El límit cal donar-lo amb respecte, sense crits ni retrets. "Sempre dic que ens hem d'imaginar com ho faríem si hi hagués un convidat/da a casa que per exemple li cau un got d'aigua a terra. Oi que diríem que no es preocupi que ara ho solucionem i n'hi oferiríem un altre? Doncs a un infant també".

Les criatures necessiten límits i normes, però també necessiten empatia per part de les persones que els acompanyem. I això no és ser permissiu. [ficientreport]