



General | | Actualitzat el 02/07/2021 a les 06:42

## Què fem davant d'una rebequeria?

*Quan fa com si no et sent, vas tard, comença a plorar, a dir que no... com et sents?*

[inicicentrareport]Cada vegada hi ha més informació sobre el desenvolupament de les nostres criatures. Sobre què els passa a cada etapa. **Què necessiten. Com les podem acompanyar** com a mares i/o pares.

Tot això és molt important per tal que puguem viure les diferents fases amb més tranquil·litat. Per exemple, quan el nostre nadó de 3 mesos no para d'enganxar-se i desenganxar-se del pit ja sabem que no és que no tinguem llet o que el bebè ens rebutgi. Si li posem un nom, si sabem que és la crisi de lactància dels tres mesos, si llegim sobre el que passa en aquests moments, ens tranquil·litzem. **Sabem què esperar.** I sabem també que en algun moment, passarà.

Una cosa semblant passa amb l'etapa de les rebequeries. Per sort ara ja sabem que és una etapa en el desenvolupament de les criatures. Que **la necessiten per tal de començar a separar-se dels pares i/o mares** i començar a constituir-se com a una persona diferent. **Necessiten reivindicar, enfadar-se, dir-nos que no.** I tot això, si ho sabem, ens fa una mica més fàcil acompanyar-los en aquests moments.

De tota manera, crec que és important poder començar a parlar també i a normalitzar d'allò **que ens passa a nosaltres**, com a mares i pares, amb tot això que els hi passa a les nostres criatures. I avui volia parlar concretament de què ens passa a nosaltres quan la nostra criatura està en plena etapa de rebequeries.

Segurament si sou mares o pares us hi haureu trobat. És l'hora d'anar al bany. Li has dit a la teva filla cinc vegades que vingui amb tu. I segueix jugant. Corrent d'una banda a l'altra del menjador. **Com si no et sentís.** I tu li dius una vegada més. Vinga anem al bany. I llavors et mira fixament i et diu: No hi aniré.

Tu respires, t'apropes i li dius. Vinga, anem, jo t'ajudo. Potser l'agafes suaument del braç per acompanyar-la al bany. I potser en aquest moment ella s'enfada. I et pica al braç. I et crida. I et diu: "No vull, tonta". I en aquest moment tu sents com les teves mandíbules apreten. **Sents com una ràbia** que surt des de l'estómac i va pujant. I potser aconseguixes tornar a respirar i controlar-la. Però potser no. Potser se t'escapa un crit. O un gest massa brusc.

I segurament després, quan estàs dormint a la teva criatura et sents malament. No ho entens. Tu que has llegit tant sobre criança respectuosa. Tu que tenies tan clar que volies fer-ho diferent. **Com pot ser que hagis sentit això? Com és possible?**

I és que avui vull dir-te que sí, que és possible. Per molts motius. El primer, i del qual n'he parlat diverses vegades, és com influeix la nostra pròpia criança en com criem a les nostres criatures. Moltes de nosaltres vam ser criades de manera diferent a com estem criant. Hem conegut la criança respectuosa des de la teoria.

Des de llegir i escoltar. Però potser, no l'hem viscuda. No la tenim registrada. El que tenim registrat al nostre cos, a la nostra ment, probablement és molt diferent. Per tant, el primer és entendre això. **És difícil acompanyar una rebequeria quan les teves no varen ser acompanyades.** És difícil acompanyar un plor quan el nostre no va ser acompanyat. És normal que ens surti l'enfado i la ràbia. És normal que desitgem que s'acabi. És normal que ens costi ser-hi.



---

Podem començar a ser més compassives amb nosaltres mateixes. A mirar-nos amb amor. A entendre d'on venim, i el canvi tan gros que estem fent. **Podem començar també a mirar enrere i a treballar-nos.** A cuidar-nos a nosaltres i a la nostra salut mental per tal de també poder cuidar millor a les nostres criatures.

I en aquest punt, en la cura de nosaltres mateixes i la nostra salut mental també vull aturar-me. Moltes mares i pares anem sobrecarregades. Ens aixequem d'hora. Preparem esmorzars. Duem a les nenes a l'escola. **A la feina remunerada.** Córrer a buscar a les nenes. Sopars. Deures. Dutxes. A dormir. I tornar a començar. Anem cansades. Portem molta càrrega. És molt difícil i molt cansat maternar i paternar en aquest sistema.

I és per això que si veiem que ens està costant molt acompanyar a les nostres criatures, si se'ns escapen més crits dels que voldríem, si ens veiem saturades, podem començar a parar i mirar cap endins. **Com estem nosaltres? Com estem com a parella?** Què necessitem? Podríem canviar alguna cosa?

Després d'una tarda on hem viscut cinc rebequeries, a part de pensar que potser la nostra criatura estava cansada, que tenia gana, que està deixant el bolquer o que ha arribat un germanet, podem començar també a tenir en compte **com estem nosaltres.**

El nostre malestar, el malestar de la parella, el malestar en la família sortirà també a través de les nostres criatures. A través de les seves rebequeries. De la seva ràbia. **Les criatures, sovint, ens fan de mirall.** I si ho aprofitem, és una gran oportunitat per seguir treballant-nos. Per seguit creixent i aprenent. I per poder també seguir fent-los a ells i elles, més lliures. [ficientreport]