



L'ART DE POSAR LÍMITS

SONIA KLIASS

COL·LECCIÓ
VIURE AMB
INFANTS

ing Edicions

L'ART DE POSAR LÍMITS

SONIA KLIASS

ing Edicions
COL·LECCIÓ VIURE AMB INFANTS

© ING Edicions, S.L.
Av. de Josep Tarradellas, 118, 1B
08029 Barcelona
T. +34 93 419 59 59
ing@ingedicions.com
www.ingedicions.com

© Text: Sonia Kliass
Correcció: Marta Busquets
Coordinadora de l'edició: Laia López Arboleda
Assessora de la col·lecció: Àuria G. Galcerán
Maquetació: Susanna Pérez
© Fotografia de portada i d'inici dels capítols: Sandra Artigas
© Fotografies interiors: Joan Segura

Tots els drets reservats per a la versió catalana
© 1a edició: octubre del 2020
ISBN: 978-84-948300-8-2
Producció de l'ePub: booqlab

No està permesa la reproducció total o parcial d'aquest llibre, ni el seu tractament informàtic, ni la seva transmissió de cap manera o per qualsevol mitjà, ja sigui electrònic, mecànic, per fotocòpia, per registre o altres mètodes sense el permís previ i per escrit dels titulars del *copyright*.

«Com a resultat de les paraules que fem servir i de les accions que realitzem, el cervell dels nens canviarà»

Disciplina sin lágrimas: una guía imprescindible para orientar y alimentar el desarrollo mental de tu hijo. Daniel J. Siegel, Tina Payne Bryson (introducció)

Agraïments

Vull donar les gràcies al meu company Pep, per ser la primera persona a animar-me a escriure i pel seu suport incondicional durant tot aquest procés, i al meu fill Joan, per tot el que he après amb ell al llarg d'aquests divuit anys.

A la meva mare Rosa i al meu germà Paulo, per la força i la confiança que sempre he rebut de part seva, i al meu pare Wladimir, ja absent, per la seva gran sensibilitat i empatia.

També vull donar les gràcies a tots els amics i els companys que m'han animat a escriure, i a l'equip d'ING Edicions, per confiar en aquest projecte.

Prefaci

Fa molts anys que acostumo a allotjar-me a casa de la Sonia quan faig seminaris a Catalunya, i hi vaig estar moltes vegades mentre ella criava el seu fill Joan. Recordo una ocasió en què en Joan tenia al voltant de dos anys i estava molt interessat a obrir la porta de la nevera. Veient la seva mare obrir-la de tant en tant, ell també volia fer-ho, però tota l'estona. Com que jo no entenia l'idioma, la Sonia em va explicar que li havia dit: «Veig que t'agrada molt obrir la nevera; ara no és un bon moment, però sempre que l'hagi d'obrir t'ho diré a tu, i llavors tu la podràs obrir». Ella va actuar en conseqüència amb el que havia dit i en Joan es va sentir satisfet d'estar inclòs en les necessitats del dia a dia de la casa. Aquest petit episodi em va mostrar la profunda comprensió que té la Sonia de la naturalesa i les necessitats d'un nen petit i com respondre al seu comportament d'una manera adequada i respectuosa.

Jo vaig viure els primers anys de la meva maternitat en països estrangers, sense suport de familiars ni amics íntims. Recordo que, com a mare jove, em vaig sentir insegura i sense recursos a vegades, quan hi havia la necessitat d'establir uns límits fermes, i també recordo com era de difícil fer-ho d'una manera amable. Per tant, estic molt contenta que la Sonia Kliass ofereixi ara un llibre amb exemples pràctics que pugui ajudar a fer front a aquestes situacions difícils que influeixen tant en l'atmosfera de la família.

Durant molts anys he estat oferint seminaris a professionals de molts països del món i veig a tot arreu la necessitat de desenvolupar aquest tema. Així que estic segura que també serà un llibre molt útil per a educadors i mestres.

El que em va impressionar més profundament quan vaig visitar per primera vegada l'orfenat d'Emmi Pikler a Budapest, l'any 1979, va ser el fet de descobrir que hi havia un lloc al món on als nens no se'ls cridava ni

renyava. Al contrari, com més greu era la situació, més tranquil·la era la veu de la cuidadora. En els quatre dies que hi vaig estar, ni tan sols vaig sentir un to de retret. Aquest va ser un dels impulsos que em van portar a difondre la visió pikleriana a tot el món.

L'any 1995 la Sonia i jo ens vam conèixer en un dels meus primers seminaris a Barcelona. Sensibilitzada pels missatges que jo compartia, em va seguir a altres seminaris a través d'Alemanya, Suïssa i Espanya. Ens vam fer amigues i ella ha estat la meva traductora tots aquests anys a Girona. Amb el seu llibre, gaudeixo del fruit del nostre treball conjunt.

Ute Strub

Índex

INTRODUCCIÓ

CAPÍTOL 1

UNA NECESSITAT VITAL

1. UNA NECESSITAT ENTRE ALTRES
2. ELS FALTEN LÍMITS?
3. VOLEM QUE SIGUIN FELIÇOS
4. VOLEM QUE SIGUIN LLIURES
5. DISCIPLINA
6. AUTORITAT

CAPÍTOL 2

L'ADULT EDUCA

1. PER QUÈ ESTABLIR LÍMITS ÉS DIFÍCIL PER A L'ADULT?
2. LA IMPORTÀNCIA DEL VINCLE
3. EL MODEL I LA IMITACIÓ

CAPÍTOL 3

L'INFANT APRÈN

1. ÉS UN PROCÉS I VOLEN APRENDRE
2. PRIMER NEIXEN...
3. QUAN ENCARA NO DIUEN «JO»
4. LES FRUSTRACIONS
5. LES REBEQUERIES
6. ACCEPTAR EL PLOR DELS INFANTS

- SER BEN EDUCATS: DEMANAR *SI US PLAU*, DEMANAR
7. DISCULPES, DIR *GRÀCIES*, ETC.
 8. SER OBEDIENTS O COL·LABORAR AMB L'ADULT
 9. HAN D'ENTENDRE LES NORMES?
 10. HAN D'APRENDRE A ESPERAR?

CAPÍTOL 4

HO ESTEM FENT BÉ? HO PODEM FER MILLOR?

1. HÀBITS I RITMES REGULARS
2. CLAREDAT EN LA COMUNICACIÓ
3. PICANT FERRO FRED
4. MOMENTS PER JUGAR I MOMENTS PER FER ALTRES COSES
5. MOMENTS DE TRANSICIÓ
6. ELS INFANTS VIUEN IMMERSOS EN ELS SENTITS
7. UTILITZAR UN LLENGUATGE PERSONAL
8. EVITAR EL *NO* I POSAR ELS LÍMITS EN POSITIU
9. POSAR ELS LÍMITS AMB EMPATIA
10. LES AMENACES
11. ELS PREMIS
12. ALABAR
13. CÀSTIGS I CONSEQÜÈNCIES
14. LÍMITS EN L'ETAPA DE LA IMAGINACIÓ
15. ALERTA AMB EXCITAR-LOS
16. ESTAR SEGURS D'ALLÒ QUE ESTEM DEMANANT A L'INFANT
17. UN EXEMPLE PRÀCTIC: UN TEST AL MENJADOR

CAPÍTOL 5

SITUACIONS ESPECIALS

1. EL MOMENT DELS ÀPATS
2. MOMENTS DE DESCANSAR I DORMIR

3. CONTROL D'ESFÍNTERS
4. PANTALLES I NOVES TECNOLOGIES
5. ABANS DE SORTIR DE CASA AL MATÍ
6. UN ESPAI DE JOC PROTEGIT DURANT EL PRIMER ANY DE VIDA
7. MOMENTS DE CANVIAR BOLQUERS, VESTIR I DESVESTIR, I BANY
8. RECOLLIR LES JOGUINES
9. QUAN VOLEN QUE JUGUEM AMB ELLS

CAPÍTOL 6

CONVIVINT AMB ALTRES INFANTS

1. CONVIURE NO SEMPRE ÉS FÀCIL
2. EL JOC LLIURE
3. COMPARTIR
4. CONFLICTES PELS OBJECTES
5. PER QUÈ TENEN COMPORTAMENTS AGRESSIUS?
6. LES PARAULOTES
7. NORMES EN RELACIÓ AMB L'AGRESSIVITAT: PODEN JUGAR A SER TIGRES?
8. ESTIRADES DE CABELL, PESSIGADES I MOSSEGADES
9. COM ATENDRE L'INFANT QUE HA REBUT L'AGRESSIÓ?
10. COM ATENDRE L'INFANT QUE HA TINGUT UN COMPORTAMENT AGRESSIU?
11. CONFLICTES ENTRE GERMANS
12. ESPAIS FAMILIARS I GRUPS DE CRIANÇA

CAPÍTOL 7

MOMENTS ESPECIALMENT INTENSOS

1. ELS DOS ANYS
2. ELS CINC ANYS

CAPÍTOL 8
PER ACABAR. ÚLTIMES PARAULES

BIBLIOGRAFIA RECOMANADA

SOBRE LA VISIÓ PIKLERIANA
SOBRE LA NEUROCIÈNCIA
SOBRE LA PERSPECTIVA DE MAGDA GERBER
ALTRES REFERÈNCIES

Introducció

A l'hora d'educar, les referències del passat ja no ens serveixen, volem fer les coses d'una manera diferent. Estem en procés, buscant referents i models que ens satisfacin, que siguin coherents amb una manera nova d'educar els nostres fills o bé els infants que tenim a càrrec nostre com a professionals. A més, ens trobem en un context social que ha canviat moltíssim en poc temps i que comporta algunes dificultats afegides. Segurament és més complex educar, per exemple, quan el nivell de consumisme és tan elevat i quan tenim l'accés a les noves tecnologies tan a l'abast.

Actualment ens trobem amb moltes idees noves, modes, propostes i teories diferents, però molt poques estan ben fonamentades en una experiència sòlida. Que siguin molt populars no vol dir necessàriament que siguin vàlides per a tothom. Amb tota la informació que tenim disponible, com podem saber què és fiable i què no? A mi, personalment, em serveixen els referents que estan construïts sobre una base ferma. Jo també, com a mare i com a professional, he fet el meu camí personal, buscant, experimentant, construint. En aquest camí he trobat moltes ajudes, però sobretot hi ha dues referències principals que m'han servit especialment, perquè hi he trobat aquesta solidesa que necessitava: la proposta de la visió pikleriana i la pedagogia Waldorf.

En aquest camí personal, vull dedicar un especial agraïment a Ute Strub, a qui vaig conèixer l'any 1995 i que ha estat, des de llavors, un model, una mestra i una amiga. L'Ute em va introduir en una visió tan nova de l'infant i dels processos que fa que tot es va capgirar i ja res no va ser com abans.

De la mà de l'Ute vaig conèixer el treball d'Emmi Pikler (entre moltes altres coses) i més endavant em vaig formar a l'Institut Pikler de Budapest. Pocs anys després de conèixer l'Ute em vaig introduir en el món de la pedagogia Waldorf, primer participant en grups d'estudi que es feien a

Girona i més endavant apuntant-me a la primera formació de mestres que es va fer a Catalunya, l'any 1999.

En aquest llibre parlo de com podem ajudar els infants a integrar límits i normes socials. És un tema complex i aquest és un llibre que busca aportar una reflexió, però també donar eines pràctiques per al dia a dia amb els infants. M'adreço tant a professionals com a famílies, de la mateixa manera que quan faig cursos i xerrades m'agrada tenir els dos col·lectius presents. Estic convençuda que uns i altres es poden nodrir dels exemples i les reflexions, tant si fan referència a situacions d'espais educatius com si descriuen situacions més pròpies de l'àmbit familiar. L'àmbit educatiu inclou un ampli ventall de professionals, com poden ser cuidadors, cangurs, educadors, mestres, etc. I sempre és bo recordar que l'àmbit familiar no es redueix només als progenitors, així que pot ser interessant compartir aquests continguts també amb els avis, els tiets, els padrins, etc.

Quan vaig conèixer com treballaven els límits i la gestió de conflictes a l'Institut Pikler de Budapest vaig entendre que el fet de posar límits pot arribar a ser un veritable art. D'aquí el nom *L'art de posar límits*. Les reflexions que els professionals de l'Institut Pikler comparteixen sobre aquest tema són d'una gran profunditat i deixen en evidència l'ampli coneixement que tenen sobre els infants. Les educadores i les formadores de l'Institut Pikler són unes veritables artistes i estic molt agraïda d'haver begut d'aquesta font. No és la meva única referència, però, en relació amb el tema d'aquest llibre, és la principal. Encara que el treball que es fa a l'Institut està principalment enfocat a l'etapa de 0 a 3-4 anys, la seva visió i posada en pràctica és en realitat una veritable «escola» que ens serveix per a allò que ens trobarem més enllà dels 3-4 anys. Vull aclarir que mai parlaré *en nom de* l'Institut Pikler, i que quan dic *des de la perspectiva pikleriana* em refereixo a la manera com jo, personalment, he entès i integrat aquests coneixements. Espero sincerament que el contingut d'aquest llibre estigui a l'altura del que he après amb els professionals de l'Institut.

He volgut incloure molts exemples pràctics de situacions reals, però tots els noms estan canviats per preservar la privacitat dels adults i els infants implicats. Aprofito per agrair la confiança de les famílies i dels

professionals que van compartir amb mi les seves experiències i les seves dificultats en les consultes i els assessoraments. Desitjo que el material que trobareu en aquest llibre sigui d'ajuda per a totes les persones que, com jo, volen educar els infants amb respecte, afavorint el seu potencial perquè puguin créixer com a persones sanes, amb recursos i una bona autoestima.

~

CAPÍTOL 1

UNA NECESSITAT VITAL



1. UNA NECESSITAT ENTRE ALTRES

Fa molts anys, en un curs, Ute Strub ens va proposar la següent imatge: si, estant en una sala, amb els ulls tancats, necessitéssim moure'ns per l'espai, què faríem? Segurament posaríem les mans davant nostre intentant trobar algun element, una paret, per exemple, que ens servís de referència. Un límit físic que ens ajudés a orientar-nos. Si, estant en aquesta situació, no trobéssim res, ens sentiríem molt desorientats i insegurs.

Janet Lansbury, al seu llibre *Los niños malos no existen*, fent una referència a l'educadora Janet Gonzalez-Mena, dona una altra imatge que també il·lustra molt bé com ens sentim sense límits clars: com caminem per un pont sense baranes? Hem d'anar a poc a poc i vacil·lant. En canvi, que confiats i segurs que ens sentim quan hi ha baranes!

Aquestes imatges, que fan referència a límits físics, ens poden servir com a metàfora per entendre la importància dels límits per als infants. Si els infants no troben límits que els ajudin a orientar-se en el món de les relacions socials, es troben igualment perduts, desorientats i insegurs. Necessiten tenir al seu costat adults que siguin capaços d'ajudar-los en aquest procés, és una necessitat vital dels infants. És per això que Magda Gerber diu que «lack of discipline is not kindness, it is neglect»: la falta de disciplina no és amabilitat, és negligència (*Dear Parent: Caring for Infants with Respect*, p. 108).

Posar límits, però, no és l'únic que ha de fer l'adult. Els infants tenen moltes altres necessitats: necessiten sentir-se estimats, segurs, protegits, necessiten que algú s'interessi per ells. Necessiten jugar, moure's, experimentar, desenvolupar certes capacitats. Molt sovint em trobo amb adults, familiars o professionals, que em demanen ajuda perquè creuen que

els infants tenen problemes relacionats amb els límits. Però quan observo les situacions veig que, en moltes ocasions, aquests infants no tenen realment un problema de límits. El que em trobo sovint és alguna mancança en l'atenció de les seves altres necessitats vitals: per exemple, que els infants no poden jugar o moure's prou, o que l'adult no té prou presència o resposta envers ells. Les dificultats que experimenten els adults són el resultat, al final, d'aquestes mancances, perquè els infants, amb els seus comportaments, estan expressant un malestar.

2. ELS FALTEN LÍIMITS?

Avui en dia sentim molt a dir que els infants no tenen límits. Potser no és del tot correcta, aquesta afirmació. Només d'entrar en una botiga d'articles per a famílies es fa evident que una gran part dels productes busquen la immobilitat dels infants: cotxets, cadiretes, hamaques, trones, motxilles, etc. Així doncs, què passa amb la llibertat de moviment i joc? La tendència general és justament privar-los de llibertat. O sigui que, en realitat, en relació amb el joc i el moviment no els falten límits, al revés, en tenen massa! Massa límits allà on no toca, estan massa limitats en el joc i el moviment, justament allà on necessiten molta llibertat. I, per un altre costat, potser alguns infants tenen pocs límits allà on realment en necessiten, que és en l'àmbit de les relacions socials. I aquesta consciència ens pot ser molt útil: no és que tinguin pocs límits, només és qüestió que hi ha un desequilibri i una confusió sobre allà on hi ha d'haver límits.

Hi ha capacitats que els infants desenvolupen sense la intervenció directa de l'adult. Ho veiem, per exemple, quan els nadons comencen a voler agafar objectes: no els ho hem d'ensenyar, ni els hem d'estimular, ho fan per ells mateixos i saben com i quan fer-ho. Si l'infant està a gust, es troba bé de salut i té les condicions necessàries (per exemple, si té objectes a l'abast), ho farà. Més aviat hem de començar a apartar els objectes perquè, en un infant que està sa, l'impuls de joc i experimentació és imparabile.

Podríem dir que ells ja saben què han de fer, com i quan. Aquesta capacitat s'anirà desenvolupant i l'infant cada cop serà més destre i capaç.