

A child in pink clothing is climbing a wooden play ladder. The ladder is made of light-colored wood and has several rungs. The child is holding onto the top bar. In the background, there are shelves with toys and a basket of clothes hanging on the wall.

Eines per ajudar els fills i filles a créixer

Etapas dels 0 als 3 anys



**Diputació
Barcelona**

Àrea d'Educació

BENVINGUDES!

La xerrada ofereix un **suport i acompanyament** a les famílies. La informació que es dona és general, la idea es crear un espai on **compartir i aprendre juntes.**

“Jo soc experta en psicologia, però tu ets experta en el teu fill”
Donald Winnicott - pediatra i psicoanalista

Ens presentem breument!

Qualsevol dubte, em comenteu!



CLARA CARBONELL

Diplomada en psicologia amb experiència en l'acompanyament i el suport a famílies, en la criança a la petita infància, i en el camp de la estimulació primerenca.

Actualment exerceixo de psicòloga amb infants, famílies i amb dones en situació de violència masclista.

En procés d'aprendre sobre criança respectuosa dia a dia, amb l'oportunitat que m'ofereix ser mare.



**Diputació
Barcelona**

Àrea d'Educació

TEMARI

Desenvolupament del nadó i eines per al acompanyament

Lactància materna, mixta i llet de fórmula

La importància del vincle

Les frustracions

L'art de posar límits

Víncle i autonomia

Joc

Bibliografia



**Diputació
Barcelona**

Àrea d'Educació

DESENVOLUPAMENT DEL NADÓ I EINES PER A L'ACOMPANYAMENT.

- El **primer any de vida** està ple de canvis i processos maduratius.
- Cada etapa té les seves particularitats i és fonamental **respectar-les** perquè vagin assentant els progressos amb **seguretat i autonomia. No comparar ni pressionar.**
- Necessitat de **contacte, mirada i seguretat.**
- **Respectar, atendre i validar les neves necessitats.**



Desenvolupament del nadó: 0 - 3 mesos.

- Desenvolupament lligat al vincle amb el **cos de la mare**.
- El **plor** està molt present, és la forma principal de **comunicació**.
- **Reflexes del nounat**: reaccions involuntàries i automàtiques davant certs estímuls (reflex de succió, reflex de recerca, reflex palmar, reflex de nedar, reflex de marxa).
- El nadó **juga amb el seu propi cos**
- Calen poques o cap joguina, el que necessita és poder **explorar amb llibertat el seu cos** i llibertat de moviment.
- Posició ideal per a un nadó és **boca a munt i al terra**.



Desenvolupament del nadó: 3 - 6 mesos.

- Descobreix i gaudeix més del seu cos.
- Comença a estendre els braços per tocar i agafar coses.
- **Etapa oral**, explorar a través de la boca.
- Eina - **Cistella dels tresors**: textures, colors, olors, sons, objectes del dia a dia.
- Passar d'ajagut d'esquena a estar-hi de costat i tornar a posar-se d'esquena (3-7 mesos).
- Passar d'ajagut d'esquena a ajagut de panxa (4-8 mesos).



Desenvolupament del nadó : 6 - 9 mesos.

- Inici **alimentació complementària**.
- Comencen a **desplaçar-se. Arrossegar-se** fent la serp (7-13 mesos). **Gatejar** (8-16 mesos). **Seure** (9-16 mesos).
- Surten les primeres **dents**. Gran impuls de mossegar.
- **Fase del vïncle específic**, entre els 7 i 9 mesos, "crisis" d'ansietat davant dels estranys i per separació.
- **Joc del "cucú"** permet a l'infant experimentar amb el terreny de la separació i els retrobaments en un marc controlat i previsible.



Desenvolupament del nadó: 9 - 12 mesos.

- La majoria d'accions del nadó ja no sorgeixen de l'atzar, sinó que **intencionalment** fa alguna cosa per aconseguir un objectiu.
- S'assoleix la **permanència de l'objecte**: és el coneixement que els objectes existeixen en el temps i en l'espai, estiguin presents o no i es puguin veure o no.
- A nivell de **desenvolupament motriu**: **posar-se dret** (12-21 mesos), fer les primeres **passes sense ajuda** (12-21 mesos), **caminar de forma segura** (12-21 mesos).
- Quan inicien la marxa, és recomanable anar el màxim de temps sense sabates o amb sabates de sola tova.



LA RECERCA D'AUTONOMIA

Dels 18 mesos als 3 anys

Adquireixen

- Capacitat per **fer-se entendre**.
- Verticalitat i **desplaçament autònom**.
- Major **consciència del propi cos**: procés maduratiu fins al control dels esfínters.
- Major interès per **explorar l'entorn**.
- Necessitat de **contraposar-se al adult**, per trobar la seva identitat.

Com acompanyar?

- Respectar els seus **ritmes** de fer les coses.
- **Donar temps** per a el joc, exploració i la consecució dels **propis reptes**.
- Oferir **espais de decisió**, i rutines pactades.

"Jo sola!"

"No vull"



**Diputació
Barcelona**

Àrea d'Educació

Lactància materna, mixta o amb llet de fórmula

- La llet materna o de fórmula és el **principal aliment** dels nadons fins als **6 mesos**.
- L'important és **que cada dona, cada sistema familiar, prengui les seves pròpies decisions** de manera **informada i contrastada**. Cadascú fa el que vol i el que pot davant de les circumstàncies que es troba.
- És un **procés d'aprenentatge** per a la mare, la família i per al nadó. **Necessitem acompanyament i suport!**

RECURSOS



Grups assessorament a la lactància.

Assessores de lactància



la TRIBU! amigues, avies, germanes, mares..



Diputació
Barcelona

Àrea d'Educació

Beneficis de la lactància materna

- La lactància materna té molts beneficis, tant per al nadó com per la mare, i fins i tot per al planeta. És per això que **l'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana la lactància exclusiva fins als 6 mesos**, i a partir d'aquí **mantenir-la, combinant-la amb la introducció d'aliments, fins als 2 anys o més.**
- Fomenta el **desenvolupament sensorial i cognitiu del nadó.**
- **Protegeix** el nadó de malalties infeccioses i cròniques gràcies als **anticossos** que li transmet la mare.
- Estimula el creixement adequat de la **boca i la mandíbula.**
- Si s'estableix just després del part, ajuda a crear el **vincl mare-nadó.**
- Redueix el risc d'**hemorràgia postpart.**



Activitat

Compartim reptes i eines en l'acompanyament

Comparteix un repte en l'acompanyament en el desenvolupament dels primers 3 anys de vida de la teva criatura.

Comparteix una eina que t'hagi sigut útil en l'acompanyament dels primers 3 anys de vida.



Diputació
Barcelona

Àrea d'Educació

LA IMPORTÀNCIA DEL VINCLE

- **Relació** que desenvolupen les criatures amb els seus cuidadors principals i que li proporciona la **seguretat emocional indispensable** per a un bon desenvolupament social i emocional.
- **Necessitat bàsica per a la supervivència** de l'espècie. Els nadons neixen amb un ampli repertori de conductes per activar el vïncle (mirada, plor, somriure, sons...).
- És el **primer model** a integrar sobre com ens **relacionem socialment**.



BASE DEL DESENVOLUPAMENT!

SENTIR-SE SEGURA I PROTEGIDA

SER VISTA I ESCOLTADA

SENTIR-SE ACCEPTADA



Diputació
Barcelona

Àrea d'Educació

HABILITATS PER ESTABLIR UN VINCLE SEGUR

- EMPATIA
- SENSIBILITAT
- DISPONIBILITAT



QUINES HABILITATS OBSERVEM EN LA RELACIÓ MARE-FILLA ?

<https://tiktok.com/@carlota.pial/video/7206065250674773254>



**Diputació
Barcelona**

Àrea d'Educació

FASES DEL VINCLE

El v ncle s'inicia des del primer dia de vida i es va creant i construint al llarg dels primers anys de vida.

- **Fase asocial** : 0-6 setmanes. Reacción indiscriminada a tot tipus d'estímuls (socials i no socials). Després, preferència pels socials (veus, somriures...).
- **Fase de vincles indiscriminats** : 6 set - 6/7 mesos. Acostuma a gaudir dels estímuls socials amb indiferència del grau de coneixença de la persona.
- **Crisi d'angoixa o separació**: 6/7 mesos - 9/10 m. Preferència per la mare o referent. Desconfiança vers els desconeguts. Procés maduratiu, que es resol amb la permanència del objecte.
- **Fase dels vincles múltiples**: 9/10 mesos -18/20 m. Inici d'establiment de vincles amb altres persones del entorn (familiars, cuidadores, amistats).



LES FRUSTRACIONS

Els infants experimenten frustracions constantment, forma part del procés de créixer.

Tres tipus de situacions que poden generar frustració

- a) Quan hi ha una **frustració d'una necessitat vital** (menjar o beure, descansar, vincle, jugar, moviment).
- b) Quan l'infant, **exercint la seva activitat pròpia** (jugant, movent-se), **es troba amb una dificultat**.
- c) Quan **l'adult frustra l'infant posant fre a un impuls o negant la realització d'un desig**.

Important no frustrar les necessitats del tipus A!

Un cop cobertes aquestes no hem de tenir por de les situacions B i C.

És important que els infants integrin la experiència de viure frustracions i aprendre a gestionar-les.

Què necessiten les criatures de l'adult quan se senten frustrades?

ACCEPTACIÓ
ESCOLTA
EMPATIA
CALMA



Diputació
Barcelona

Àrea d'Educació

**A PARTIR DE QUAN CAL
COMENÇAR A MARCAR
LÍMITS?**

L'ART DE POSAR LÍMITS

- Els límits ens cuiden, ens protegeixen. Posar límits significa **contenir, tenir cura i protegir**. Com diu Rebeca Wild, "*viure significa estar limitat*".
- Els infants necessiten els nostres límits per **conèixer el món que els envolta**, a sí mateixos i les relacions socials.
- Formular els límits de la forma més **clara i concisa** possible.
- Expressar el límit des de **l'amor** però amb **fermesa**.
- Dir **què NO poden fer** i també **què SÍ que poden fer**.
- Formular el **límit en positiu**. Ex: "*No pots creuar el carrer sol*" // "*El carrer l'hem de creuar sempre acompanyats d'un adult*"
- Assegurar-nos que **l'han entès**.
- **No agafar personalment** la vulneració del límit.
- **Validar l'emoció, posar límit a la conducta**. "*Entenc que estiguis enfadat amb el teu germà perquè ha trencat la teva joguina. I tot i així no permetré que li peguis. Així no se solucionen els problemes*".



Adaptar el límit a l'estadi maduratiu de l'infant

- Als **2 anys**, necessitat de **contraposar-se** a l'adult. Augment típic de les rabietes.
 - Límits i **contenció física**, més necessària fins als 5 anys. A partir del 5 anys més capacitat d'entendre allò verbal.
 - Fins als 3,5 anys no comença la **preservació dels límits**.
 - No entenen el límit fins que no veuen **la conseqüència**.
 - Fer **pactes i acords** sobre els límits, progressivament.
-
- **Ser coherents** i donar exemple!
 - Anar a la una amb la nostra parella o altres referents



Activitat 2. Comparteix un exemple de situació que requereix posar un límit i que et suposi un repte.



**Diputació
Barcelona**

Àrea d'Educació

VINCLE I AUTONOMIA

El moviment lliure - Pedagogia Pikler.

Actes quotidians: el canvi de bolquer, el bany, vestir i desvestir, el moment del menjar, el son o treure uns mocs.

Com promoure l'autonomia?

- **Activitat espontània**, no col·loquem l'infant en postures que no coneix, no diem com ha de jugar ni de quina manera. Moments on l'infant marca els seus propis objectius.
- **Cures quotidianes**, és l'adult qui marca els objectius, però ho fa buscant la cooperació i el diàleg, de forma que l'infant pugui sentir-se valorat i escoltat. Espai de creació de vincle i aprenentatge sobre el propi cos i l'autocura.



Diputació
Barcelona

Àrea d'Educació,
Esports i Joventut

JOC HEURÍSTIC

- Avantsala del joc simbòlic.
- Ideal dels **12 als 24 mesos** etapa marcada per la curiositat i l'exploració.
- Permet **explorar amb total llibertat** una gran varietat d'objectes que no tenen la forma habitual de la joguina per acompanyar en les ganes de descobrir.
- Utilitzar **materials oberts i desestructurats**, quotidians (cullera, colador, anella, embut...), materials naturals (pinyes, petxines, cartró, fusta, tela...).
- 3 fases: preparar el material, explorar i combinar, recollir.
- Fomenta : l'autonomia, la motricitat fina i coordinació ull-mà, la concentració, l'ordre, classificar.



BIBLIOGRAFIA

Contes

- Bona nit. Meritxell Marti
- La fes-TETA. Miriam Tirado.

Jocs

- Web jugar i jugar. Per a idees de materials i jocs segons edat.

Llibres

- L'art de posar límits. Sonia Klaus
- Enrabiats. Miriam Tirado.
- Etapas del desarrollo. Rebeca Wild.
- Somos la leche. Alba Padró

Revistes

- Viure en família

Articles

- Sobre els límits: <https://criar.cat/noticia/656/que-passa-quan-diem-no-al-nostre-fill-o-filla->
- Sobre la panera dels tresors: <https://jugarijugar.com/ca/blog/panera-dels-tresors-que-es-i-quins-materials-escollir-n2261>

Pàgines web

- Criar.cat
- Lactapp.es
- https://xtec.gencat.cat/web/.content/alfresco/d/d/workspace/SpacesStore/0087/d48e6658-4868-4846-a6f7-7a36f83ea845/guia_de_desenvolupament_0-3_anys.pdf



**Diputació
Barcelona**

Àrea d'Educació