

## XERRADA PER ALS PARES DE NENS I NENES DE PÀRVULS 3 ANYS. L'ADQUISICIÓ DE L'AUTONOMIA I ELS HÀBITS.

Esquema:

- 1.- Autonomia i desenvolupament personal
- 2.- Independència / Autonomia responsable
- 3.- Evolució dels hàbits amb l'edat.

### 1.- Autonomia i desenvolupament personal

Tot el **creixement humà** és un procés continuat de cercar una major autonomia personal.

. **El nadó** té una total dependència de l'adult. Tot sol, només pot fer actes rudimentaris i immadurs, que progressivament es van coordinant: succionar, mirar, riure, manipular.

. **El nen de parvulari** va guanyant autonomia: es pot distanciar de la mare, construint una identitat pròpia; començar a decidir coses per si mateix i fer un aprenentatge progressiu dels hàbits, si se l'hi han educat.

. **El nen de primària** pot tenir un total domini dels hàbits, i començar a escollir amb sentit, segons unes preferències pròpies.

. **L'adolescent i l'adult** intentem tenir una autonomia no sols d'actuacions, sinó també de criteris i valors. Autonomia que volem combinar amb rol social. Alhora, desenvolupem uns hobbies, com a activitats lliures.

L'adquisició de l'autonomia és vital per al nen en la construcció d'una personalitat equilibrada, conjuntament amb altres dos factors, que ha de trobar en el seu entorn:

- . l'afectivitat
- . l'acceptació.

## **2.- Independència / Autonomia responsable**

Quan parlem d'autonomia no ens volem referir a la simple independència, sinó que ens referim a l'autonomia responsable:

**Independència:** Deriva de la maduresa biològica, del desenvolupament físic i psicològic. En resum, per al nen de 3- 4 anys:

### Desenvolupament físic:

La maduració del sistema nerviós -mielinització- permet que als tres anys hagi assolit dos conquestes bàsiques: la locomoció i el control d'esfínters.

Als quatre anys, els moviments amplis i insegurs dels tres anys s'han anat perfeccionant, el nen considera que ja és gran i entra en una etapa de gran dinamisme.

Als cinc anys, la passió pel moviment s'assossega i, sobretot, es torna més eficaç.

Amb tot, el ple domini sobre els seus moviments encara no el té. Es podria dir que "li fallen els frens", li costa la inhibició del moviment.

### Desenvolupament psicològic:

El nen de parvulari ha accedit a les primeres representacions simbòliques: la parla, el joc simbòlic i, progressivament, el dibuix. Aquestes són troballes molt importants: li permeten evocar un objecte, persona o acte no present.

Però el seu pensament és molt peculiar - etapa preoperatòria-, molt diferent al de l'adult:

- . reconeix les situacions globalment
- . no es pot distanciar de les emocions, és molt receptiu i impressionable
- . realitat i fantasia estan molt unides
- . és l'edat de la interrogació, dels "per què"
- . neix la consciència moral (allò que està bé i que no hi està) des de referents externs, sobretot des de les actituds dels pares. La seva interiorització no apareix fins més tard.

Per tant, aquest desenvolupament físic i psicològic esmentat provoca, per si mateix, un **augment considerable de la independència, en els infants de 3 - 4 anys.**

**Els adults** afavoriran aquest procés mitjançant:

- . Una actitud facilitadora i vigilant envers el seu moviment.
- . La resposta a totes les seves preguntes de forma adequada.
- . El diàleg i la conversa habitual
- . La potenciació de situacions que possibilitin la varietat de relacions
- . Bàsicament, **no posant entrebancs amb actituds sobreproteccionistes.**

### Autonomia responsable:

Arribats a aquest punt, el nen sap fer, pot fer... Però, què volem que faci?... Això depèn totalment de nosaltres, dels aprenentatges que li proposem.

El nostre fill ha d'evolucionar des de l'egocentrisme, en el que tot gira al seu voltant, centre de l'univers, fins a convertir-lo en un ser social capaç d'entendre i prendre part activa en les múltiples relacions que hi ha entre les persones. I per poder-ho fer, ha d'aprendre les habilitats i valors propis de la societat on viu.

- . Els hàbits afavoreixen processos intel·lectuals i motrius
- . Els hàbits donen seguretat
- . Els hàbits afavoreixen una millor adaptació social
- . Els hàbits permeten una relació pares-fills més relaxada.

El nen que "actua bé" aprèn que "és bo"

Estem parlant en tot moment d'aprenentatge:

El nen ha d'aprendre els hàbits que nosaltres volem que tingui.

Els adults li hem d'ensenyar la tècnica, com es fa, la seqüenciació de les diferents tasques.

Els adults l'hem de motivar perquè tingui ganes de posar l'esforç necessari, dia a dia.

**Condicions:** Per instaurar un hàbit es necessita que:

- . l'adult tingui una relació afectiva amb el nen
- . el nen compregui el que se li demana
- . l'adult mantingui una actitud estable i equilibrada davant les respostes del nen
- . es demani d'una manera constant i sistemàtica
- . el nen experimenti l'èxit, aconsegueixi allò proposat

**Metodologia:**

Com en tota qüestió que ens interessa aconseguir, no podem improvisar, ens hem de fer un pla:

- . Què demanem? (en funció de l'edat i les característiques del nen)
- . Quan ho demanarem?
- . De quina manera motivarem al nen?
  - valoracions positives
  - orientacions comparatives
  - proporcionar models
  - donar arguments

Quines respostes donarem davant de les possibles actuacions del nen?

La interiorització dels hàbits és una tasca de tots, pares i educadors, en la que les actituds dels adults tenen molta importància

### **3.- Evolució del hàbits amb l'edat.** Exemple d'una possible pauta.

#### 1.- Autonomia en el desplaçament

#### 2.- El control d'esfínters.

- . Sentir la necessitat, controlar, utilitzar el WC. amb autonomia.
- . Davant una enuresi nocturna:
  - \* No angoixar-se; en aquesta edat donar temps.
  - \* No culpabilitzar al nen.
  - \* Progressivament, demanar la intervenció activa del nen en les tasques de rentar-se, recollir la roba, etc.
  - \* Donar-li seguretat, impulsar el creixement.

#### 3.- L'alimentació

- . Menjar sol, fent servir els coberts.
- . Menjar en un ambient de relació agradable.
- . Menús variats i equilibrats. No abusar de dolços.
- . Hores establertes per a cada àpat.
- . Davant dificultats:
  - \* Descartar problemes mèdics, per a una major tranquil·litat.
  - \* No angoixar-nos, no sentir-nos rebutjats.
  - \* Mantenir l'ambient agradable, normalitzat. No donar plus d'atenció.
  - \* No a les "activitats de distracció" per posar-li el menjar a la boca.
  - \* Permetre que el nen noti les sensacions: tenir gana / estar satisfet.

#### 4.- Vestit i neteja.

- . Desvestir-se i vestir-se peces fàcils.
- . Endreçar la roba al lloc adequat.
- . Rentar-se les mans i la cara. Col·laborar en la neteja del cos.
- . Utilitzar el mocador.
- . Començar a rentar-se les dents.

#### 5.- Activitat i descans.

- . Llit independent i fora de l'habitació dels pares.
- . Nombre d'hores de son adequat a l'edat.
- . Previ a l'hora d'anar a dormir, tenir activitats relaxants i tranquil·les. Donar temps per acomiadar-se.
- . Hora fixa de posar-se al llit.

#### 6.- Ordre.

- . Ajudar a posar en ordre les seves coses. L'ordre físic ajuda l'ordre mental.

#### 7.- Hàbits de convivència.

- . Hàbits verbals: saludar, gràcies, perdó, sis plau ...
- . Acceptar les petites frustracions, els petits desigs que no es poden aconseguir.
- . Hàbits de relació entre els nens. Els germans, font d'enriquiment. Els gelos.
- . Les normes familiars.

8.- Hàbits de treball.

. Associar treball amb satisfacció, que el nen estigui content de les seves produccions, les ensenyi i l'adult les pugui valorar. Fruir amb l'activitat bàsica d'aquesta edat: el joc..