

Comencem l'escola bressol

L'adaptació a la primera separació

per **Vicenç de Febrer**

Ha arribat el dia. El nostre petit o petita comença a anar a la llar d'infants... i ens preguntem com ajudar-lo, com acompanyar-lo en aquest procés delicat.



Quan els nostres fills comencen a anar a l'escola, en la majoria de casos es tracta de la primera experiència significativa de separació temporal de la mare, el pare o la persona molt propera que fins llavors se n'ha fet càrrec.

La majoria dels infants menors de 3 anys toleren malament aquest tipus de separacions temporals i necessiten força temps per assumir-les: com més petits són, més dificultats tenen per fer-ho. A partir dels 4 anys ja no els costa tant, i a partir dels 5, l'adaptació no sol presentar gaire problemes. En el nostre context sociocultural, la majoria d'infants comencen l'escola just als 3 anys (P3) o abans, ja que cada vegada són més els que assisteixen a una escola bressol. Per això, els professionals d'aquests centres dissenyen unes estratègies conegudes en l'argot educatiu com a *procés d'adaptació*. Aquesta denominació, no obstant, només assenyalava el *final* de tot un procés i ho fa des del punt de vista

de la institució escolar, que espera que, al cap d'un cert temps, tots els infants nous acabin adaptant-se a la dinàmica del centre.

Quan s'enfronten a la primera separació temporal significativa, necessiten construir noves relacions afectives vinculants.

Separació temporal i allunyament emocional

Si ens mirem l'inici d'aquest procés des del nostre punt de vista i des del punt de vista del nostre fill o filla, veurem que la dificultat principal no rau tant en l'adaptació a la dinàmica escolar com en la *separació física temporal* i en l'*allunyament emocional* entre nosaltres. Perquè tot infant que comença a anar a un centre educatiu es veu impellit a accelerar un procés de *separació afectiva* respecte de la figura o figures d'aferament de la seva família; un procés que, si es dugués a terme en un context natural, seria lent i gradual en el temps.

L'infant no és l'únic que s'ha de separar en poc temps. La mare i el pare també ens veiem obligats a separar-nos temporalment i de manera accelerada del nostre fill o filla. De vegades ni els uns ni els altres estem prou preparats emocionalment per afrontar-ho. Ens costa d'imaginar, tant als uns com als altres, les conseqüències que ens comportarà una separació que aparentment és de poques hores al dia. Però almenys els adults tenim un avantatge respecte als infants: hem pres la decisió, l'hem pogut planificar, i disposem d'experiències prèvies que ens permeten imaginar-nos

la. Els petits, en canvi, solen trobar-se immersos en aquesta nova situació sense haver pogut preveure-la o anticipar-la i sense poder imaginar-ne l'abast.

Per tot això, la denominació d'aquest període com a *procés d'adaptació* sol comportar-nos equívocs en relació a l'essència (la separació física i emocional) i en relació a totes aquelles vivències i sentiments que ens toquen profundament, tant als infants com als adults, quan el nostre fill o filla comença a anar a l'escola per primera vegada. Una de les principals característiques de l'anomenat **procés d'adaptació és que es produeixen dos processos simultanis: la separació física temporal i l'allunyament emocional mutu, entre l'adult i la criatura, i la imprescindible construcció d'una nova relació afectiva** de l'infant (i també dels pares) amb l'educadora. Per tant, les estratègies per afrontar aquest procés amb èxit han de ser diverses.

Com podem facilitar el procés de separació mútua?

Si la primera separació es produeix quan l'infant té menys de 4 anys, sol ser dolorosa per a tothom: en primer lloc per a l'infant, però de retruc també per als pares, les mares i els educadors, perquè veure patir un infant també fa patir tots els adults que l'envolten: el seu plor mai no deixa ningú indiferent.

També cal saber que, com més petit és l'infant, més dolorosa li resultarà aquesta separació, encara que en aparença pugui semblar el contrari, perquè els infants més petits tenen menys capacitat per expressar el seu malestar. Quina és la manifestació més visible del patiment de l'infant? El plor. Per què plora l'infant? Per alertar-nos i

comunicar-nos que se sent insegur. Per què se sent insegur? Si és molt petit, perquè potser s'imagina que l'estem abandonant, potser té la sensació que ens pot perdre definitivament i aquesta pèrdua li resulta inassumible, ja que som la seva principal font d'energia psíquica, d'alimentació afectiva, tant imprescindible i nutritiva com l'aliment que els posem al plat. Si és més gran, potser se sent insegur perquè no coneix prou –i per tant no hi confia– en la persona al càrrec de la qual es queda, potser la situació li és desconeguda i pateix perquè no ens tindrà a prop si ens necessita.

El nostre paper és cabdal: cal que confiem en la persona que es farà càrrec de l'infant.

La millor manera de reduir el patiment psicològic que comporta la separació afectiva per l'entrada a l'escola bressol és retardar aquest moment, en la mesura que sigui possible. L'ideal seria ajornar-lo fins als 2 anys i, en tot cas, val la pena l'esforç per evitar-lo abans dels 12 o 15 mesos. Com més temps puguem passar junts de manera intensa i exclusiva, i més sòlida i segura sigui la relació afectiva que hàgim pogut establir, més sòlides i segures seran també les relacions personals posteriors, que l'infant establirà al llarg de la seva vida. La relació entre progenitor i fill és el model en què es basaran les relacions i els vincles afectius de la seva vida futura. Serà sobre la base de les vivències, sentiments, emocions, experiències i aprenentatges quotidians que tenen lloc en aquesta època de la vida, que després ens podrem anar construint com a persones.



El nucli central en la vida d'un nadó al llarg dels primers anys és el vincle afectiu que s'estableix entre l'infant i la *figura primària d'aferrament*, que generalment és la mare. Durant els primers dos anys de vida, entre mare i nadó s'estableix una unió emocional molt intensa: tan intensa que podríem dir que són dos éssers físics, però un sol ésser psíquic. Aquesta és la raó de fons que a mares i fills ens costi tant aquesta separació primerenca, per breu que pugui semblar-nos.

És del tot necessari que les escoles bressol siguin profundament respectuoses i facilitin que cada família vagi al seu ritme.

Escollir un bon centre

Cal subratllar com és de necessari que les escoles bressol siguin profundament respectuoses amb aquests tempos i facilitin que cada família ho pugui viure al seu ritme. Al nostre país, l'escola bressol com a institució escolar està força idealitzada: sovint se la percep com un espai de socialització dels nens i nenes quan, per sota dels 18 mesos, els nadons tenen la necessitat imperiosa de sentir-se profundament units amb la mare i el pare, molt més que no pas de socialitzar amb d'altres nadons. Com passa als països nòrdics i als de l'est d'Europa, els nostres nadons haurien de romandre amb les mares i els pares durant aquest període; i si avui tantes famílies necessiten recórrer a la llar d'infants, és perquè al nostre país les polítiques de suport a les famílies són pràcticament inexistentes, cosa que fa realment complicada una veritable conciliació entre feina remunerada i criança; una conciliació que

hauria de passar per ajudes econòmiques, per excedències amb reserva del lloc de treball i per reducció de jornades laborals que permetrien fer-se càrrec dels més petits sense delegar-ho en institucions que, tot i que siguin educatives i de qualitat en el nostre país tenen una proporció elevada d'infants per educadora que dificulta seriosament l'atenció afectiva individualitzada, necessària per a la salut emocional dels nadons.

Quan el nostre fill o filla comenci l'escola, ens caldrà donar-nos (tots, progenitors i infant) prou temps per construir una nova relació afectiva amb la persona que se'n farà càrrec. Les professionals de les escoles bressol saben que, si el *procés d'adaptació* es porta a terme amb cura, es prolonga ben bé durant dos mesos. Els pares i mares anirem a poc a poc, sense presses, procurant que els primers dies el temps de separació sigui tan breu com sigui possible. Ens caldrà fer un esforç per acceptar i comprendre les reaccions negatives del petit, encara que ens facin mal: potser quan tornarem a buscar-lo potser no ens mirarà o farà veure que ens ignora, o potser no es voldrà separar de nosaltres ni de dia ni de nit, o potser es mostrarà agressiu; ens caldrà entendre que el què necessita i ens està demanant és que li dediquem més atenció i una dosi més gran d'afecte, per compensar la nostra absència temporal i per fer-li saber que el seguim estimant tant com abans, encara que ens en separem durant unes hores.

La nostra confiança és clau

Mentre assumim la situació de separació temporal del nostre fill o filla, pare, mare i infant haurem de ser capaços de construir una relació afectiva amb la seva educadora. El nostre paper és cabdal: cal que confiïem en aquesta nova persona i en l'equip.

Fins que no desenvolupem un sentiment de plena confiança en les persones, el nostre fill tampoc no ho acabarà de fer, tot el procés s'alentirà i les possibles reaccions adverses del nostre fill s'allargaran en el temps. I per confiar en algú, primer l'hem de conèixer: haurem d'aprofitar les reunions i les entrevistes per conèixer el millor possible la nostra educadora. La possible inseguretat de la mare a l'hora de portar el seu petit a l'escola, la seva desconfiança en les competències del personal educador, els seus temors en relació a les capacitats d'adaptació del seu fill, són captats amb gran facilitat per l'infant, que els sent com a propis. D'aquí la importància de ser sincers amb nosaltres mateixos, donar-nos temps, i conèixer personalment l'educadora abans de començar el procés d'adaptació: per arribar a confiar en la seva professionalitat, competència i afectivitat cap als infants.

Completat el procés d'adaptació, i tal com assenyalen estudis recents, és preferible que els infants molt petits no passin llargues jornades a l'escola: el desitjable és que en aquestes edats (1 i 2 anys) l'estada no superi les quatre hores diàries. ●

Vicenç de Febrer és psicòleg i director d'escola bressol. Treballa al Centre 0-3 anys de Sant Feliu de Guíxols (Girona)