

Idees i orientacions per a famílies d'acollida d'infants de 0 a 3 anys, separats dels seus adults referents pel COVID19



La situació de crisi sanitària i social que vivim les darreres setmanes pot suposar un moment de vulnerabilitat emocional, de relació i de vincle tant pels pares com pels seus fills/es.

A banda del malestar, inquietud i incertesa general, la situació esdevé dura quan els infants han de separar-se per ingrés o aïllament dels adults referents, sense comptar amb una xarxa familiar de suport.

Que aquests nens/es puguin ser atesos dins un context familiar d'acollida, permet garantir una òptima atenció de les necessitats funcionals (alimentació, higiene...) i, en paral·lel, oferir un entorn càlid, estable, acollidor i afectuós, com a base per a la protecció de la salut física i emocional del menor i la seva capacitat de resiliència.

Oferim aquestes orientacions per a les famílies o adults acollidors d'infants menors de 3 anys.

Què pot sentir l'infant?

Els bebès o nens/es fins a 3 anys experimenten sensacions i emocions, que en la majoria dels casos encara no poden verbalitzar. Les sensacions poden ser molt intenses perquè tenen menys possibilitat d'elaborar-les, generant malestar.

La separació abrupta de les figures referents és una pèrdua i un trencament. Els trobaran a faltar a ells, però també poden trobar a faltar coses en concret: l'olor de la mare, casa seva, alguna joguina o peluix, fet que els connectarà amb sentiments de TRISTESA, ENYORANÇA

Aquells referents que els donaven protecció i calma ja no hi són, generant-se un sentiment de DESPROTECCIÓ i DESEMPARAMENT. No saben quan tornaran ni què els passa. Atesa l'edat, no hi ha una concepció clara de la situació i es poden generar sentiments de POR i de DESESPERANÇA.

És un moment d'incertesa i canvi. L'adaptació a un lloc i a unes persones noves, no conegudes, també pot desvetllar tots aquests sentiments, incloent també sentiments de frustració, RÀBIA i ENUIG.

La percepció del temps i l'espai a aquestes edats és molt relatiu, afegint un punt més d'incertesa a la situació. El neguit no està només en el "quan vindran" sinó que en realitat la seva vivència pot ser de no saber si tornaran. Vivència similar però amplificada, de quan s'arriba tard a buscar-los a l'escola .

Manifestacions fins als 18 mesos

-  Irritabilitat.
-  Dificultats de la son: tant per no dormir (dificultats en conciliar o despertar-se més vegades de lo habitual) com per excés (com a forma de desconnectar de la situació dolorosa).
-  Dificultats en l'alimentació: rebuig del menjar o disminució de la gana, o excés per ansietat.
-  Actitud evitativa o passiva, de poc interès en l'altre o en l'entorn.
-  Excés de reclam, necessitat de contacte constant.
-  Reaccions del cos com a signes d'estrès: irritacions a la pell, mals de panxa, possibilitat d'emmalaltir.

Accions per contenir o acompanyar (0 a 18 m)

-  Importància del contacte físic: acaronar, massatge, joc de falda. En les bebès les emocions passen molt pel cos, per tant les respostes també. Donar-li més braços de l'habitual i temps.
-  Parlar-hi: encara que no entén el significat de les paraules una veu tranquil·la acompanya, transmet calma i conté.
-  Mantenir alguna referència dels pares: mocador o peça de roba, del pare o la mare, alguna olor familiar (suavitzant, colònia...), escoltar algun àudio o vídeo dels pares... Els sentits en aquesta edat, són molt importants a nivell de vincle i connexió emocional amb els referents.
-  Mantenir alguna referència pròpia de casa seva (coixí, peluix, alguna joguina, el biberó...), així com horaris i rutines (si es pot, aquelles ja establertes pels pares).
-  Promoure contacte relacional amb l'adult a través de la mirada, les cançons, carícies, etc. Intentant no ser massa invasius

Manifestacions de 18 mesos a 3 anys

-  Irritabilitat, rebequeries freqüents, conducta més provocadora. Cerca de límits, per expressar el malestar o per comprovar la disponibilitat/incondicionalitat de l'adult referent.
-  Dificultat per calmar-se amb diferents oferiments/propostes. Allò que servia en el passat amb els pares ara ja no conté.
-  Actitud evitativa, de poc interès en l'altre o en l'entorn, així com també en la comunicació i llenguatge (el nen o nena pot parlar menys o no voler parlar).
-  Aspectes regressius: retrocés en aspectes evolutius ja assolits, com per exemple fer-se pipí, no voler menjar o dormir sols...
-  Dificultat per regular-se (moviment excessiu, ansietat, verborrea).
-  Actitud molt complaent o necessitat d'afecte i atenció constant i/o exclusiu.
-  Dificultats de la son: dificultats en conciliar, despertar-se sovint durant la nit o augment de malsons, excés de la son (com a forma de desconnectar de la situació dolorosa).
-  Dificultats en l'alimentació: rebuig del menjar, disminució de la gana, o excés de menjar (ansietat).
-  Reaccions del cos com a signes d'estrès: irritació a la pell, mal de panxa, mal de cap, malaltia.

Accions per contenir o acompanyar (18 m a 3a)

-  Allò que els nens no saben, ho imaginin o ho inventen: explicar la situació real de forma senzilla, clara i sense alarmar. Cal que sigui adaptada al que pot entendre, reclama o necessita saber, no donar més informació de la que requereixi o demani.
-  Utilitzar llenguatge entenedor i adequat a l'edat i amb altres recursos que hi ajudin com contes, imatges, cançons...
-  Donar espai i posar paraules a les emocions, fent-los sentir que ho poden compartir amb l'adult.
-  Facilitar i potenciar que puguin parlar dels pares: fotos, fer algun dibuix, pensar en què faran quan tornin. Si és possible establir amb els pares cert contacte (videotrucades, vídeos, trucades, àudios de veu...).
-  Mantenir alguna referència pròpia de casa seva (coixí, peluix, alguna joguina, el biberó...), així com horaris i rutines (si es pot, aquelles ja establertes pels pares).
-  Fer activitats de lleure que els connectin a la quotidianitat.

Com ens podem sentir? Què ens podem preguntar?

-  Cal paciència, escolta i disponibilitat en el sentit més ampli del terme: és una situació incerta i nova per a tothom.
-  Potser pensem que la convivència no va bé i sentim culpa o temor a equivocar-nos. La reflexió i la revisió del que fem i com ens sentim, és la base per afavorir canvis que aportin millores. També per demanar ajuda!
-  Ens podem sentir descol·locats amb nosaltres mateixos, en parella, el rol i lloc que ocupen els fills si n'hi ha, és natural! Reconèixer i adaptar.
-  És una experiència que comença amb sentiments molt intensos i alguns d'ells molt dolorosos i això requereix temps. El temps no és lineal ni tots necessitem el mateix per transitar per aquestes situacions.
-  Pot ser difícil saber com vincular-se, pensant en la temporalitat de l'acolliment. Cal ser-ne conscient i evitar generar experiències relacionals intermitents o polaritzades (proximitat/ distància) que poden generar inseguretat i dubtes en el nen/a sobre expectativa i com dirigir-se.
-  És important saber quin és el lloc i funció relacional de cadascú, mostrar-se proper, afectuós, mantenint unes rutines, uns límits educatius que contenen i estructuren...
-  Possibilitar que puguin expressar que troben a faltar als seus pares, fins i tot que no volen estar amb tu, en aquesta casa... el teu acolliment, també representa allò que ells temporalment han perdut.
-  L'expressió de sentiments negatius o agressius no és rebuig sinó una manera d'expressar patiment i malestar, enyorança i por.
-  Poder anticipar tot allò que sigui possible, sobretot el que impliqui nous canvis, fer-ho en la forma i llenguatge adequat a l'edat, sobretot amb els més grans.

Davant de dubtes, preguntes o incerteses, no dubteu en contactar amb el vostre equip referent de l'acolliment i/o bé amb el vostre CDIAP de referència

- Associació de famílies acollidores de Barcelona associacio_afabar@yahoo.com // www.afabar.org
- Departament de treball Afers Socials i Famílies: https://treballiaferssocials.gencat.cat/ca/ambits_tematics/acolliments_i_adopcions/
- Fundació Eulàlia Torras de Beà: www.fetb.org