Dejar el chupete

Es un proceso en el que tenemos todos que implicarnos siendo conscientes de lo siguiente: lo ofrecimos nosotros de forma voluntaria para facilitarnos la gestión de los primeros meses de crianza, por lo que sería muy injusto quitárselo a las bravas sin tener en cuenta lo que supone para el niño o la niña.

Es el elemento con el que más relación tiene, un apego que le ha acompañado en todas las situaciones vitales y al que recurre para relajarse, controlarse, descansar.

¿Qué no hacer?

Decir que es de bebé: no podemos ser así de injustos, ser bebé no se puede relacionar con utilizar un elemento porque entonces estamos jugando la baza de la manipulación. El pequeño dejará el chupete cuando esté preparado y con nuestra compañía, si lo hace presionado o menospreciado (a parte de lo irrespetuoso que sería) la probabilidad de regresiones es muy elevada.

Hacerlos incómodos o inservibles: nada de manchar la tetina, cortarla, mojarla en algo con sabor desagradable. Son seres humanos como cualquier otro y merecen el mismo respeto.

Comparar: cada niño tiene sus ritmos, sus necesidades, su realidad familiar, su personalidad. No nos ayuda comparar con otros niños y niñas de su edad, es una presión familiar innecesaria y nada objetiva.

¿Qué hacer?

Cuando empecéis el proceso no ofrecer, pero tampoco negar: que no estén a la vista ni al alcance, vamos a dificultar la relación "veo-quiero" pero si lo pide, dárselo, pues es señal de que lo necesita.

Ir quitando primero el que use durante el día: para que sea consciente en momento de aplicar estos avances y no sea disruptivo con su sueño ni con sus rutinas.

Es preferible meter historias que impliquen magia, cuentos y tanteando día a día si quiere dejarlo: inventar historias, dejarle que participe en esas historias con creatividad.

Atender sus emociones con paciencia: si el chupete se va retirando poco a poco, iremos supliendo los momentos que lo pida con acompañamiento físico y emocional. Nosotros somos el "elemento" que va a suplir el chupete.

Empatizar: es un gran paso, un cambio que implica mucha evolución y tenemos que ser conscientes de que necesitan que nos pongamos en su piel.

Tener en cuenta que no hay una fecha firme para el proceso, depende del niño, de nuestra implicación y de su motivación.

Como en todo lo que hay que hacer en la crianza:

®Paciencia, constancia, ejemplo y amor

Deixar de usar a chupeta

É um processo em que todos devemos nos envolver, sendo conscientes do seguinte: nós oferecemos a chupeta de forma voluntária para que nos fosse mais fácil a rotina dos primeiros meses da criação, e por esse motivo seria muito injusto arrebatar o seu uso sem pensar no que supõe isso para a criança.

É o elemento com o qual mais relação tem, um objeto de apego que a acompanhou em todas as situações vitais e que se utiliza para relaxar, controlar e descansar.

O que não devemos fazer?

Dizer que é coisa de bebê: não podemos ser tão injustos, ser bebê não pode relacionar-se com utilizar um objeto porque então estaríamos utilizando a manipulação. A criança deixará de usar chupeta quando estiver preparada e com a nossa companhia, si o faz pressionado ou menosprezado (sem contar que seria uma tremenda falta de respeito) a probabilidade de que surjam regressões é muito elevada.

Fazê-los incômodos ou inservíveis: nada de manchar o bico, cortar, molhar em algo com sabor desagradável. São seres humanos como qualquer outro e merecem o mesmo respeito.

Comparar: cada criança tem seu ritmo, suas necessidades, sua realidade familiar, sua personalidade. Não nos ajuda comparar com outras crianças da sua idade, é uma pressão familiar desnecessária e nada tem de objetiva.

O que fazer?

Quando comecem o processo – não oferecer, mas tampouco negar: que as chupetas não estejam visíveis nem ao alcance, vamos dificultar a ralação "vejo-quero", mas se pedir a chupeta, podes dar, já que é um sinal de precisa da mesma.

Primeiro ir tirando o uso durante o dia: para que seja consciente do momento de aplicar esses avanços e não seja disruptivo com seu sono nem com as suas rotinas.

É preferível utilizar histórias que impliquem mágica, historinhas e ir percebendo, dia a dia, se a criança quer deixar a chupeta: inventar histórias, deixar que eles participem nessas histórias com criatividade.

Atender as suas emoções com paciência: se a chupeta vai sendo tirada paulatinamente, iremos enriquecendo os momentos que peça a chupeta com o acompanhamento físico e emocional. Nós somos o elemento que vai substituir a necessidade da chupeta.

Simpatizar: é um grande passo, uma mudança que implica evolução e temos que ser conscientes de que as crianças precisam que nos coloquemos em seu lugar.

Considerar que não deve existir data exata para o processo, depende da criança, da nossa implicação e da sua motivação.

Como tudo o que deve-se fazer na criação:

®Paciência, constância, exemplo e amor

Deixar el xumet

És un procés en el qual ens hem d'implicar sent conscients d'això: el vam oferir nosaltres de manera voluntària per tal que ens facilités la gestió dels primers mesos de criança, per la qual cosa seria injust treure-li de qualsevol manera sense tenir en compte el que suposa pel nen o la nena.

És l'element amb el qual tenen més relació, un vincle que l'ha acompanyat en totes les situacions vitals i al que recorre per a relaxar-se, controlar-se, descansar.

Què és el que no hem de fer?

Dir que és de bebè: no podem ser així d'injustos, ser bebè no es pot relacionar amb utilitzar un element perquè llavors estarem jugant la carta de la manipulació. El petit deixarà el xumet quan estigui preparat i amb la nostra companyia. Si ho fa pressionat o menyspreat (deixant de banda l'irrespectuós que seria), la probabilitat de regressions és molt elevada.

Fer-los incòmodes o inservibles: res de tacar la tetina, tallar-la, mullar-la en alguna cosa amb gust desagradable. Són éssers humans com qualsevol altre i mereixen el mateix respecte.

Comparar: cada nen té els seus ritmes, les seves necessitats, la seva realitat familiar, la seva personalitat. No ens ajuda comparar amb altres nens i nenes de la seva edat, és una pressió familiar innecessària i gens objectiva.

Què fem?

Quan comenceu el procés no l'oferiu, però tampoc el negueu: que no estigui a la vista ni a l'abast, dificultem la relació "ho veig – ho vull" però si el demana, li donem, doncs és senyal de què el necessita.

Comencem traient primer el que utilitzi durant el dia: per tal que sigui conscient al moment d'aplicar aquests avenços i no sigui disruptiu amb la seva son ni amb les seves rutines.

És preferible contar històries que impliquin màgia, contes i temptejar dia a dia si vol deixar-lo: inventeu històries, deixeu que hi participi amb creativitat.

Ateneu les seves emocions amb paciència: si el xumet es va retirant a poc a poc, anirem suplint les estones que el demani amb acompanyament físic i emocional. Nosaltres som l' "element" que suplirà el xumet.

Empatitzeu: és un gran pas, un canvi que implica molta evolució i hem de ser conscients de què necessiten que ens posem en la seva pell.

Tingueu en compte que no hi ha una data ferma pel procés, depèn del nen, de la nostra implicació i de la seva motivació.

Com en tot el que s'ha de fer en la criança:

®Paciència, constància, exemple i amor.

Escrito por Sara Noguera
Traducido por Neus Montaña

Deixar el xupló

És un procés en el qual tots hem d'implicar-nos sent conscients del següent: ho vam oferir nosaltres de manera voluntària per a facilitar-nos la gestió dels primers mesos de criança, per la qual cosa seria molt injust llevar-li-ho a les braves sense tindre en compte el que suposa per al xiquet o la xiqueta.

És l'element amb el qual més relació té, un suport que l'ha acompanyat en totes les situacions vitals i al qual recorre per a relaxar-se, controlar-se, descansar.

Què no fer?

Dir que és de bebè: no podem ser així d'injustos, ser bebé no es pot relacionar amb utilitzar un element perquè llavors estem jugant la basa de la manipulació. El xiquet o xiqueta deixarà el xupló quan estiga preparat i amb el nostre suport, si ho fa pressionat o menyspreat (a part de l'irrespectuós que seria) la probabilitat de regressions és molt elevada.

Fer-los incòmodes o inservibles: res de tacar la tetina, tallar-la, banyar-la en alguna cosa amb sabor desagradable. Són éssers humans com qualsevol altre i mereixen el mateix respecte.

Comparar: cada xiquet té els seus ritmes, les seues necessitats, la seua realitat familiar, la seua personalitat. No ens ajuda comparar amb altres xiquets i xiquetes de la seua edat, és una pressió familiar innecessària i gens objectiva.

Què fer?

Quan comenceu el procés no oferir, però tampoc negar: que no estiguen a la vista ni a l'abast, dificultarem la relació "veig-vull" però si ho demana, donar-li-ho, perquè és senyal que ho necessita.

Llevar primer el que use durant el dia: perquè siga conscient en el moment d'aplicar aquests avanços i no siga disruptiu amb el seu somni ni amb les seues rutines.

És preferible contar històries que impliquen màgia, contes i temptejar dia a dia si vol deixar-ho: inventar històries, deixar-li que participe en eixes històries amb creativitat.

Atendre les seues emocions amb paciència: si el xupló es va retirant a poc a poc, suplirem els moments que el demane amb acompanyament físic i emocional. Nosaltres som l'"element" que suplirà el xupló.

Empatitzar: és un gran pas, un canvi que implica molta evolució i hem de ser conscients que necessiten que ens posem en la seua pell.

Tindre en compte que no hi ha una data fixa per al procés, depén del xiquet, de la nostra implicació i de la seua motivació.

Com en tot el que cal fer en la criança:

®Paciència, constància, exemple i amor.

Escrito por Sara Noguera
Traducido por Mar Magraner

Deixar o cueiro

Entender que o cueiro non se quita, deixase, é clave para enfrentarse a este proceso de forma respetuosa e afectiva entre os dous e os catro anos. Sen prisas nin comparacións, cando o cativo esté preparado e nos mentalizados para acompañar.

¿Que sinais nos dará o neno para mostrar que está preparado?

Os cueiros manchanse menos cantidad e menos veces.

Informache que o fixo (ou que o está a facer nese mismo momento)

Implicámolo no cambio de cueiro e mostra interés e proactividad.

¿Como facilitar o interés?

Deixar que elixa o orinal, roupa interior, adaptador de retrete; que sinta a importancia da súa participación e o protagonismo no proceso. Usar orinal é unha boa opción para o comezo xa que o ter os pes apoiados no chan e ter plena independencia de movemento será máis para os cativos acceder a el (ou irse)

Poñer xunta o orinal elementos de entretenimento e disfrute: contos, algún xogo, un instrumento musical de xoguete… obxetos que o acompañen neses ratos e consigan que non sea algo tediosos.

Que o orinal este **SEMPRE** na habitación onde nós estemos, para que o reclamo visual axude á relación "Quero-preciso" (Quero facer pis, preciso sentarme). Desprazarnos co orinal pola casa durante o inicio do proceso para facilitarlle a asociación.

¿Como afrontar o proceso?

O inicio será co cueiro, nada de quitarllo de golpe. Iremos ofrecendo cada dúas horas máximo e acompañando a sentarse. Non sentar sempre: si lles poñemos (ou ofrecemos) facer as súas necesidades cada pouco tempo eles non serán capaces de recoñeces as súas necesidades fisiológicas de forma natural. Mellor cada dúas horas ó comenzo.

Cando vexamos que o cueiro comeza a estar seco máis veces entre ofrecementos de sentarse, retiramos e aumentamos o numero de mudas que teremos preto. Que teña escapes é **NORMAL**, non esquezamos que é un proceso de aprendizaje e de madurez fisiológica que ten os seus ritmos.

Cando haxa escapes implicaros en solucionalos xuntos: levar a roupa á lavadora xuntos, limparse, recoller… que o cativo participe con nós potenciará a responsabilidade e a consciencia. Evitar regañar, non podemos pretender que interioricen algo tan fisiolóxicamente esixente con presas. Coidar as expectativas e ser conscientes de que o noso fillo é igual de marabilloso ca sempre.

Entender que a progresión non é lineal, que hai días sen escapes e hai días con moitos escapes e iso non é mal indicador. Aprender algo ten días mellores e días peores e por iso precisan paciencia, empatía e moito amor. O cueiro nocturno non vai a mesma velocidade e non ten que ver co noso interese como adultos para que non o use. Esperaremos ata que, como mínimo, se levante sete días seco e ahí comenzaremos a retirar, pero sucederá máis tarde que a retirada do pañal diurno.

.

Escrito por Sara Noguera
Traducido por Aida Cacharrón

Laisser la tétine

C'est un processus dans lequel nous devons tous nous impliquer, en étant conscients de ce qui suit : nous l'avons offert volontairement pour faciliter la gestion des premiers mois de vieillissement, il serait donc très injuste de le retirer sans tenir compte ce que cela implique pour le garçon ou la fille.

C'est l'élément avec lequel il a le plus de relations, un attachement qui l'a accompagné dans toutes les situations vitales et auquel il recourt pour se détendre, se contrôler, se reposer.

Ce qu'il ne faut pas faire?

Dire que ça vient d'un bébé : on ne peut pas être si injuste, être un bébé ne peut pas être lié à l'utilisation d'un élément parce qu'alors on joue le tour de la manipulation. Le petit laissera la tétine quand il sera prêt et en notre compagnie, s'il le fait sous pression ou rabaissé (en dehors de son manque de respect) la probabilité de régressions est très élevée.

Rendez-les inconfortables ou inutiles : ne tachez pas la tétine, ne la coupez pas, ne la trempez pas dans quelque chose au goût désagréable. Ce sont des êtres humains comme les autres et méritent le même respect.

Comparez : chaque enfant a ses rythmes, ses besoins, sa réalité familiale, sa personnalité. Cela ne nous aide pas à nous comparer aux autres garçons et filles de leur âge, c'est une pression familiale inutile et pas du tout objective.

Que faire?

Lorsque vous démarrez le processus, ne proposez pas, mais ne niez pas non plus : qu'ils ne sont pas en vue ou à portée de main, nous allons entraver la relation "je vois-je veux", mais s'ils le demandent, donnez-le pour eux, car c'est un signe qu'ils en ont besoin.

Commencez par retirer celui que vous utilisez pendant la journée : pour que vous soyez conscient lors de l'application de ces avancées et qu'il ne perturbe pas votre sommeil ou vos routines.

Il est préférable de mettre des histoires qui impliquent de la magie, des histoires et des tâtonnements au jour le jour si vous voulez en sortir : inventez des histoires, laissez-le participer à ces histoires avec créativité.

Soignez ses émotions avec patience : si la tétine est retirée petit à petit, nous fournirons les moments que vous demandez avec un accompagnement physique et émotionnel. Nous sommes "l'élément" qui fournira la tétine

Empathie : c'est un grand pas, un changement qui implique beaucoup d'évolution et il faut être conscient qu'ils ont besoin de nous pour se mettre à leur place.

Gardez à l'esprit qu'il n'y a pas de date ferme pour le processus, cela dépend de l'enfant, de notre implication et de sa motivation.

Comme dans tout ce qui doit être fait dans la parentalité :

®Patience, persévérance, exemple et amour.

Escrito por Sara Noguera
Traducido por Sonia Rakraki

Lasciare il ciuccio

E' un processo nel quale dobbiamo partecipare tutti, essendo consapevoli che: siamo stati noi ad offrirlo volontariamente per facilitare la gestione del bambino nei primi mesi di vita, perciò non sarebbe giusto togliergli lo senza considerare tutto quello che significa per il bambino o la bambina.

E' l'oggetto al quale è più affezionato, è una sorta di oggetto transizionale che l'ha accompagnato in tutti i momenti importanti e che cerca per rilassarsi, controllarsi e riposare.

Cosa non dobbiamo fare?

Dire che son cose da bebè: non possiamo essere così ingiusti, essere un bebè non deve essere collegato all'utilizzo di un oggetto perchè in quel caso cadiamo nel gioco della manipolazione. Il piccolo, lascerà il ciuccio quando sarà pronto e col nostro supporto. Se lo fa sotto pressione o con dei rimproveri (oltre alla mancanza di rispetto che questo significherebbe) la probabilità di una regressione è molto elevata.

Distruggerli o farli diventare scomodi: non macchiare la tettarella, tagliarla o bagnarla con qualcosa dal sapore sgradevole. Sono esseri umani e meritano rispetto.

Fare paragoni: ogni bambino ha i suoi ritmi, i suoi bisogni, la sua realtà familiare, la sua personalità. Paragonarlo con bambini e bambine della sua stessa età non ci aiuterà, sarà solo una pressione innecesaria e per niente obbietiva.

Cosa fare?

Quando inizierete il percorso non offrite, pero nemmeno negate: non metterlo in vista ne a portata di mano, dobbiamo evitare il rapporto "lo vedo - lo voglio" però se lo richiede dobbiamo darglielo perchè vuol dire che ne ha bisogno.

Iniziare togliendo prima quello che usa durante il giorno: in modo da renderlo consapevole dei progressi e da non disturbare il suo sonno o la sua routine.

E' preferibile usare storielle piene di magie e sondare ogni giorno se vuole lasciarlo: inventare storie, lasciarlo che partecipi nella creazione di questi racconti con creatività.

Avere cura delle emozioni con pazienza: Se inizia a lasciare il ciuccio a poco a poco, nei momenti che lo richieda va accompagnato dandole supporto fisico ed emotivo. Noi saremmo "l'elemento" che sostituirà il ciuccio.

Empatizzare: è un grande passo, un cambiamento che implica crescita e dobbiamo essere consapevoli che loro hanno bisogno che noi ci mettiamo nei loro panni. Consideriamo che non c'è una data fissa per iniziare il processo, dipende dal bimbo/a, dal nostro impegno e dalla sua motivazione.

Tutto quello che dobbiamo fare rispetto alla genitorialità:

®Pazienza, perseveranza, esempio e amore.

Escrito por Sara Noguera
Traducido por Marisela Aguilar

Stop using the pacifier

It is a process in which everyone has to get involved keeping in mind the following: we offered the pacifier voluntarily in order to facilitate the first few months of upbringing. It would thus be very unfair to remove it in a rough way without considering what it entails for the child.

It is the object with which the child has a greater relationship, a bond that has been with him/her in all vital situations and which he/she uses to relax itself, control itself or to rest.

What not to do?

Say that it is a baby thing: we cannot be so unfair, being a baby cannot be related to using an element because then we are turning to manipulation. The little one will drop the pacifier when he/she is ready with our assistance. If they do it under pressure or scorn (apart from being disrespectful), the probability of having a regression is very high.

Make them uncomfortable or useless: not staining the nipple, cutting it, dipping it in something with a bad taste. They are human beings like any other and they deserve the same respect.

Compare: each kid has his/her own rhythm, his/her needs, his/her family reality, his/her personality. It does not help to compare him/her with other kids his/her age. It is an unnecessary and completely subjective family form of pressure.

What to do?

When you start the process, do not offer it but also do not refuse it: do not have them at eye or hand reach, let's make the "I see, I want" relationship difficult. However, if he/she asks for it, give it, since it shows that he/she needs it.

Start by first taking away the one he/she uses during the day: in order to make him/her aware at the moment of applying the progress and so that it does not disrupt his/her sleep or his/her routines.

It is preferable to use stories that entail magic, tales and to sound out on a daily basis if they want to drop it: come up with stories, allow them to participate in those stories with creativity.

Deal with their emotions with patience: if the pacifier is removed little by little, we will replace the moments when they ask for it with physical and emotional accompanying. We are the "element" that will replace the pacifier.

Empathy: it is a big step, a change that entails a big development and we need to be aware that they need us to get in their shoes.

Keep in mind that there is no firm date to culminate the process; it depends on the child, our involvement and our motivation.

As with everything relating to upbringing:

®Patience, perseverance, example and love

Escrito por Sara Noguera
Traducido por Ana Morales

Txupetea uztea

Prozesu honetan denok parte hartu behar dugu hurrengo informazioa kontuan izanda: guk geuk borondatez eskaini genion txupetea hasierako hilabeteen kudeaketa errazteko, beraz, ez litzateke bidezkoa izango haurrarentzat egun batetik bestera kentzea berarentzat inplikatzen duen guztia kontuan izan gabe.

Haurrak elementu honekin du harremanik handiena, bizitzako egoera guztietan lagundu izan dion atxikimendua da. Erlaxatzeko, bere burua kontrolatzeko eta atseden hartzeko erabiltzen du.

Zer ez egin?

Ume txikiena dela esan: ezin gara hain bidegabeak izan. Ume txiki bat izatea zerbait erabiltzearekin lotzen badugu, manipulaziora jotzen ari gara. Prest dagoenean eta gure laguntzarekin utziko du haurrak txupetea. Presionatuta edo gutxietsita egiten badu (errespetugabea izateaz gain) erregresio-probabilitatea oso handia da.

Txupetea elementu deseroso edo erabilezin bihurtu: ez zikindu tetina, ez moztu, ez busti zapore desatsegineko zerbaitetan. Beste edozein bezalako gizakiak dira eta errespetu bera merezi dute.

Konparatu: haur bakoitzak bere erritmoak ditu, bere beharrizanak, bere familia-errealitatea, bere nortasuna. Ez digu laguntzen bere adineko beste haur batzuekin konparatzeak. Familiarengan premiazkoa ez den presioa jartzen da, eta ez da batere objektiboa.

Zer egin?

Prozesua hasten duzuenean, ez eskaini, ezta ukatu ere: txupetea ez dadila agerian eta eskuragarri egon, "ikusten dut-nahi dut" erlazioa zailduko dugu. Eskatzen badu, ordea, emaiozu, behar duenaren seinale baita.

Lehenik eta behin, egunean zehar erabiltzen duena kendu: alde batetik, aurrerapen horiek aplikatzeko unean kontziente izan dadin, eta bestetik, bere loa eta errutinak ez daitezen nahasi.

Komenigarria da magia inplikatzen duten istorioak edo ipuinak erabiltzea, eta egunez egun txupetea utzi nahi duen aztertzea: istorioak asmatu, eta istorio horietan bere sormena erabiliz parte hartzen utzi haurrari.

Bere emozioei pazientziaz erantzun: txupetea pixkanaka kentzen bagoaz, eskatzen duen une horietan laguntza fisiko eta emozionala eskainiko diogu. Gu gara txupetea ordezkatuko duen "elementua".

Enpatia izan: urrats handia da, eboluzio garrantzitsua inplikatzen duen aldaketa bat. Ezin dugu ahaztu gu beraien tokian jartzea behar dutela.

Kontuan hartu ez dagoela egun zehatzik prozesu hau burutzeko; haurraren, gure inplikazioaren eta bere motibazioaren araberakoa izango da.

Heziketan egin behar den guztian bezala:

®Pazientzia, konstantzia, eredua eta maitasuna

Escrito por Sara Noguera
Traducido por Judit Zameza