

# Com estimular l'aprenentatge en nadons abans de l'any

**Sabem que com més ric és l'entorn en què creix un nadó, més gran és el seu desenvolupament\*. Però cal anar amb compte en preparar entorns estimulants i cal respectar els temps del nadó. Situacions de sobreestimulació, inseguretats o estrès els dificulten l'aprenentatge.** Per Bet Paré, especialista en criança, fundadora de SOS Criança i formadora de l'entitat santcugatena Edbuilding.org

*\*(Cabrera, M.C. y Sánchez Palacios C.)*

**A** bans de res revisarem certes premisses:

1. El nadó té una capacitat innata per aprendre, però en allò que vol i en el moment en què està preparat.
2. El nadó aprèn també mentre dorm. De manera que proporcionar-li un bon descans és ajudar-lo a desenvolupar millor les seves capacitats.
3. Els nadons aprenen a través dels sentits: observant, tocant, escoltant, provant i explorant.
4. També aprenen en interaccionar amb el món i per imitació. Si tenen interès a agafar la cullera al menjar, és bo deixar-los fer. No cal dir «no, així no que et caurà» perquè ho aprendrà millor quan vegi que cau.
5. De qui aprenen? De les persones amb qui estan més connectades, observant-les i imitant-les. Si no hi ha vincle, no hi ha interès ni tranquil·litat per aprendre. Com més petits són, el vincle és més exclusiu. Al principi, només tenen una persona d'aferrament primari (normalment la mare), després van ampliant amb les persones més properes (el pare, germans o avis).
6. Quan aprenen? Quan se senten segurs, és a dir, quan no han de patir per sobreviure. Si un nadó està lluny del seu cuidador primari, pot sentir que perill la seva vida (està programat perquè senti això i el reclami per assegurar-se la supervivència).

Així doncs, si un nadó no aprèn alguna cosa, potser no és per manca d'estímul o per manca de maduració, sinó per tenir els estímuls en un entorn on no se sent segur. Per tant, si està en un ambient sense les



Foto: inezdelprado.com

persones de major vincle, en aquest estat d'alerta serà molt més difícil que aprengui. El cortisol és una hormona que s'allibera en resposta a l'estrès i si un nadó no se sent segur, allibera cortisol i això fa malbé les cèl·lules de l'hipocamp, provocant problemes d'aprenentatge i memòria.

Aleshores, què pots fer per incentivar l'aprenentatge d'un nadó menor d'un any?

1. Viure la teva vida amb ell. Si pot ser, enganxat a tu. Un portanadons és la forma més còmoda i pràctica de fer-ho. Passejar pel carrer, parlar amb persones que veus, fer la compra... Són oportunitats d'aprenentatge excel·lents que po-

ques vegades tenim en compte.

2. Quan el nadó no és capaç d'asseure's de forma segura, el millor lloc on pot estar és als teus braços, al teu portanadons o als braços d'algú de molta confiança per a ell.

3. Quan ja és capaç d'asseure's, oferir-li materials segurs i tan naturals com sigui possible.

4. Quan ja és capaç de desplaçar-se per si sol (gatejant, culejant, arrossegant-se o caminant) deixar-li via lliure perquè explori i experimenti. Per això has de fer una revisió dels perills de casa observant des de la seva altura.

5. En tots els casos, el nadó ha de descansar el temps necessari per a la seva edat. Ja hem vist que dormir consolida l'aprenentatge. **■**