

Sóc mogut,
què em
passa?



orienta
orienta't





El moviment com a signe de salut i de creixement...

- El moviment organitza i afavoreix el creixement a nivell emocional biològic, social, motriu...
- A través del moviment s'expressen les capacitats, les emocions, la comunicació i la relació amb els altres
- Cada moment evolutiu prepara per a l'etapa següent
- És important poder oferir un entorn estimulador i facilitador del creixement



Alguns aspectes que poden ajudar a comprendre la conducta del nen

als 0-2 anys

- Em fa mal alguna cosa o tinc malestar i necessito expressar-ho (ploro, crido...)
- Faig sorolls amb la veu, estic aprenent a comunicar-me
- Necessito descarregar tensions donant cops de peu ...
- Em tranquil·litza que m'agafin, m'acaronin, em mirin i em parlin aleshores començo a somriure perquè em sento escoltat
- Exploro i descobreixo el meu cos i el món, em llepo els punys i tot allò que em ve a les mans
- Estic inquiet amb un estrany o amb algú que conec poc

- Poso en marxa els reflexos i les meves capacitats
- Dono voltes, m'assec, gatejo, avanço agafant-me al que trobo, començo a córrer... i així enforteixo els músculs, mantinc l'equilibri, amplio la meva visió...
- Exploro el territori a través del moviment

Fotografia: INMA V MÍNGUEZ



als 2-5 anys

- Si no em fas cas, em moc, vull cridar l'atenció
- Veig tantes joguines que m'agrada tocar-les totes i canvio molt d'activitat
- Si no faig el que jo vull, protesto e intento aconseguir-ho saltant, corrent, cridant...
- No paro de moure'm per tal que m'aturin
- Imito els grans per identificar-m'hi
- Treballo la meva coordinació aprenent a anar amb bici, patinant, saltant obstacles, etc.
- Ho toco tot, ho desendrego tot per expressar la meva personalitat
- Els canvis m'alteren
- Em barallo amb els companys, estic aprenent a compartir les meves coses
- Em poso en contra dels pares per auto-confirmar-me
- Vull fer les coses sol i protesto quan no em deixen

als 6-9 anys

- Salto, corro, jugo a pilota... m'estic divertint, m'estic provant, miro els altres i em comparo amb ells
- Vull guanyar sempre, ser el fort, tenir la raó, manar...
- Necessito fer ús de la meva imaginació i creativitat i per això necessito moure'm
- Estic aprenent a explorar i descobrir els límits
- Amb el moviment em faig present en el grup, faig el pallaso
- Puc ser hàbil amb el que faig i necessito que m'ho reforcin
- Estic aprenent a controlar els temps de les meves coses (TV, jocs, deures...)
- Necessito expressar la meva ràbia, frustracions, estrès... Encara no arreglo les coses parlant o pensant...
- I sovint a través del moviment, m'allibero de les tensions i angioixes

als 10-12 anys

- El meu cos està canviant i això em preocupa. Les meves emocions varien, són inestables
- A vegades m'irrito, passo de l'avorriment a l'excitació
- Necessito moure'm quan no entenc el que em passa
- M'agrada passar més temps amb els amics i no tant amb els pares. Amb els pares, sovint m'avorreixo i això es motiu de discussió amb ells
- M'estimo els pares però em costa expressar els sentiments. A vegades fins i tot, demanar-los ajuda
- Em fa vergonya i a vegades, rebutjo el contacte físic amb ells
- Reclamo intimitat i els secrets són importants per a mi
- Demano més llibertat per poder fer més coses i demostrar-me que "ja sóc gran", que sóc capaç
- Començo a interessar-me per la sexualitat

als 13-17 anys

- Faig coses que no havia fet mai i així puc saber què m'agrada i què no. Inclús a vegades faig coses que no em tocaria fer per edat
- A vegades faig coses sense pensar i les penso després
- Vull les coses, ja!, immediatament
- No paro de parlar amb els companys a classe
- Les frustracions em posen nerviós i em moc més
- Vull conèixer coses noves
- Faig diverses coses alhora (xatejo amb diverses persones alhora, escolto música, baixo pel·lícules, utilitzo el Whatsapp...)
- M'agraden les activitats arriscades i que siguin estimulants
- Vull ser original i únic
- Faig coses per agradar als meus amics



Fotografia: INMA V MÍNGUEZ



Quan ens hem de preocupar?

- Quan el moviment és excessivament intens
- Quan dura molt en el temps
- Quan es dóna a tot arreu (casa, escola, relacions socials...)
- Quan no permet un bon desenvolupament i interfereix en la vida diària
- Quan les conductes no corresponen a l'etapa evolutiva

Davant de tot això, és important poder consultar els professionals que atenen el nen (pediatre, infermera, mestres, psicòleg...)

*Elaborat per l'equip assistencial
de **CSMIJ Castellefells***



Orienta't

un servei de la  **Orienta**

C. Vidal i Barraquer, 28
08830 - Sant Boi de Llobregat
T. +34 936 358 810
orientat@orientat.org



www.orientat.org