

11. Montessori es la pedagogía de lo cotidiano I: Vigilia y sueño

En la lección de hoy comenzaremos con el bloque que he titulado «La pedagogía de lo cotidiano», porque para aplicar Montessori en casa no necesitamos grandes inversiones, sino simplemente tiempo para disfrutar del día a día. Hoy comenzamos con vigilia y, por tanto, libre movimiento y sueño.

Cuando me preguntan «¿Cómo puedo empezar por Montessori? ¿Qué tengo que comprar? Siempre digo lo mismo, **no compres nada, adapta tu casa para darle a tu hijo la máxima alternativa posible e inclúyelo en todas vuestras actividades de vida cotidiana.** Y de eso trata la clase de hoy, de cómo podemos hacerlo.

De recién nacido

Ya hemos hablado antes de la extergestación, de la necesidad que tienen los bebés hasta los nueve meses de permanecer en estrecho contacto con sus madres (o cuidadores principales) por supervivencia mamífera. La evolución de la sociedad es mucho más rápida que la evolución biológica, por lo que el niño que nace en el siglo XXI tiene mucho que ver con el primer niño Homo Sapiens que pisó la faz de la tierra. Para ese niño era de vital importancia pasar las 24 horas con su familia, no solo en otra habitación de noche o, en ocasiones, de día viendo un móvil «Montessori».

Encontraréis en muchos textos que revisan la obra de M. Montessori justo lo contrario de lo que digo, así que como siempre que algo me chirría, yo he vuelto a la fuente, en este caso «La mente absorbente».

En muchos países vemos que los niños no son tratados con tanto contraste con las exigencias de la naturaleza como en los países occidentales. En la mayor parte de países, el niño acompaña a la madre dondequiera que vaya, madre e hijo son la misma cosa, como un solo cuerpo. Por la calle, la madre habla y el niño escucha. La madre discute con un vendedor sobre los precios y el niño se halla presente; el niño ve y oye todo lo que hace la madre, y esto dura todo el periodo de adaptación, que es la razón de esta estrecha convivencia; porque la madre debe alimentar al niño y en cambio no puede abandonarlo solo, cuando sale de casa para dirigirse al trabajo. Al motivo de la lactancia se añade la ternura y el atractivo natural entre madre e hijo. Puesto que el alimento del niño es el amor que une a ambas criaturas, estas resuelven el problema de la adaptación al ambiente de modo natural. Madre e hijo no son más que una sola persona. En los lugares en que la civilización no ha destruido esta costumbre, la madre no confía el niño a otra persona; el niño participa en la vida de la madre y la escucha. Se dice que las madres son locuaces: esto también contribuye al desarrollo del niño y a la adaptación al ambiente. Pero si el niño

solo oye las palabras que le dirige la madre, poco aprenderá; en cambio, cuando escucha el complejo diálogo de las personas adultas, poco a poco aprende incluso la construcción, y ya no son las palabras sueltas que silabea la madre; es la palabra viva en el pensamiento y hecha comprensible por los actos.

María Montessori - La mente absorbente

Con esto no quiero decir que los móviles Montessori no sean útiles. Lo son, especialmente, en el caso de que haya más hermanos que trabajen todos juntos o como sustitutos de los tradicionales móviles de plástico con mil sonidos y colores, pero nunca serán superiores al conocimiento del mundo a través de los brazos familiares.

Tampoco quiero decir que la autonomía en niños muy pequeños no sea deseable, solo plantear de nuevo la máxima «Sigue al niño» y si el niño te pide que estés muy cerquita, hazlo. Para ello existen portabebés de varios tipos que permitirán que observe de pleno toda la vida social que le espera cuando esté preparado de soltarse de tus brazos (el tendero, cómo preparas la comida, cómo tiendes la ropa, etc.) En el capítulo de ambiente preparado os daré las pautas de lo que puede contener una habitación infantil Montessori, pero insisto, el mundo lo puede descubrir igualmente desde los brazos de sus padres, que son el mejor ambiente preparado.

Movimiento

Un ambiente preparado debe permitir al niño que se mueva libremente con seguridad, desde que nace. Al principio, necesitará un colchoncillo, ni muy duro, ni muy blando, donde tumbarse (con nosotros, con hermanos si los tiene o solo) a contemplar los móviles Montessori. Después empezará a voltearse, a sentarse y, pronto, a gatear. Finalmente, se levantará y andará, y en todas estas etapas debemos proporcionarle un sitio cómodo y seguro donde poder hacerlo. El desarrollo psicomotor se relaciona con la inteligencia y también con el desarrollo de la autonomía y la libertad. Utensilios como la hamaca (salvo circunstancias especiales, como reflujo o similar), el parque, el tacataca y los andadores no solo no son necesarios sino que pueden resultar contraproducentes. Si queréis invertir en algún juguete, un rodari, un juguete de arrastrar y una barra con un espejo de seguridad son las mejores opciones.

Dormir

El niño ha de tener el derecho de dormir cuando tiene sueño, de despertarse cuando ha terminado su sueño y de levantarse cuando le apetezca. Así, pues, aconsejamos la abolición de la clásica cama para niños y muchas familias ya se han inspirado en nuestros consejos, sustituyéndola por un colchón muy bajo, sin barandillas para que el niño pueda entrar y salir a voluntad.

María Montessori - El niño, el secreto de la infancia

Según la filosofía Montessori, los niños no deberían dormir en cunas, sino en unos colchones en el suelo, donde tengan la máxima posibilidad de visión de la habitación y libertad de movimientos, y donde puedan elegir en qué momento acostarse y levantarse sin que tenga que venir ningún adulto a «rescatarlos». Las cunas tradicionales impiden el desarrollo de su autonomía, las usamos porque nos resultan cómodas, pero no lo son. Incluso llegado un momento, pueden ser hasta peligrosas porque quieren bajarse solos de ellas.

También leeréis que Maria Montessori estaba en contra del colecho, os rescato esta cita de su libro **El niño y la familia** y os invito a reflexionar al respecto de cómo han podido desvirtuarse las opiniones de una mujer que amaba tanto a los niños.

El niño ama muchísimo al adulto. Cuando va a la cama, siempre quiere que una persona amada esté con él. Sin embargo, la persona amada dice: “Hay que impedir este capricho: el niño no debe adquirir esta mala costumbre de no saber dormirse sin que alguien esté cerca”. Un día, tristemente diremos: “No hay nadie que lllore por el deseo de tenerme cerca cuando está por dormirse. Todos piensan en sí mismos, se duermen llenos de pensamientos del día transcurrido, ¡nadie se acuerda de mí!

Sólo el niño se acuerda y todas las noches dice: “¡No me dejes, quédate cerca de mí!” , y el adulto responde: “No puedo, tengo qué hacer, ¿qué es este capricho?” Entonces piensa en corregirlo, porque de lo contrario ¡nos haría a todos esclavos de su amor!

En ocasiones el niño se despierta en la mañana y va a despertar a papá y a mamá que quisieran dormir: este es el capricho del que todos se quejan. Pero el niño que baja de la cama es un ser puro que hace aquello que deberían hacer todos: Cuando sale el sol todos deberían levantarse, pero los padres todavía duermen y este pequeño se va, como si dijera: “Aprendan a vivir sanamente, en la mañana se deben despertar”. Pero el niño no es un maestro, solamente va a verlos porque los ama; apenas se despierta, su deseo lo lleva a las personas que ama; tal vez tendrá que atravesar cuartos aún oscuros, cerrados para no dejar entrar la luz demasiado temprano; el niño va, se tropieza, no tiene miedo de la oscuridad, no tiene miedo de las puertas medio cerradas y llega cerca al padre y a la madre y los toca dulcemente. Cuántas veces le dicen: “¡Niño, no me despiertes en la mañana!” y el niño responde “¡No te desperté, sólo te di un beso!” y los padres piensan en cómo corregirlo. Pero ¿en qué otra ocasión durante nuestra vida sucederá que alguien, apenas se despierte, desee correr hacia nosotros, superando cualquier dificultad, sin la intención de despertarnos, sino de darnos solamente un beso? ¿Quién más hace esto por nosotros?

María Montessori - El niño y la familia

Como decía antes, **el niño, por supervivencia mamífera, necesita dormir acompañado**, así que si vuestro hijo no admite dormir solo, no os inquietéis ni penséis que hacéis algo incorrecto. Cada niño es un mundo y pronto dormirá solo. Y **si duerme solo y toda la noche a una edad muy temprana, ¡tampoco os inquietéis!**, si lo hace es porque puede hacerlo. No obstante, si os encontráis entre los mil tonos de gris que hay entre medias, tomad las decisiones que sean mejores en global para la familia, sin sentirnos juzgados o presionados. Sea cual sea la opción familiar de sueño nocturno que toméis, nunca perdáis la conexión con vuestro hijo.

El sueño forzado

Nadie duda de que el sueño es necesario. Pero el niño es un ser capaz de observación, no es un dormilón por naturaleza. Necesita las horas normales de sueño y hemos de velar escrupulosamente en que esta necesidad quede satisfecha. Pero es preciso distinguir entre el sueño normal del niño y el sueño que provocamos artificialmente en el mismo. Es cierto que un ser de voluntad poderosa puede sugestionar a un ser débil y que la sugestión se infiltra iniciando su obra en el sueño; quien quiere sugestionar comienza por adormecer al ser débil. El adulto hace dormir al niño por sugestión, de modo inconsciente.

María Montessori - El niño, el secreto de la infancia

Las necesidades de sueño de los niños varían enormemente. Hay niños que con año y medio necesitan dos o tres siestas y niños que no necesitan ninguna. Por nuestro modo de vida, criando solos y sin tribu, que un niño se eche siesta nos viene bien, pero realmente si el niño ya no tiene la necesidad de hacerlo y le obligamos supone un conflicto familiar. Ojo, no me refiero a cuando dicen que no tienen sueño, pero se rascan los ojos y están irascibles, hablo de niños que no acusan la falta de siesta, que ya no la necesitan y les presionamos para que se la echen porque necesitamos ese tiempo tranquilo. Os invito a reflexionar por qué hacemos eso y doy además las siguiente alternativas tranquilas:

- La hora del cuento.
- La hora de ver una película tranquilos.
- La hora de jugar solos mientras los demás descansan.
- La hora de pintar.
- La hora de las «busy box» (cajones de actividades que no suelen tener normalmente a su alcance), etc.

RESUMEN

- Los bebés humanos necesitan un periodo de exterogestación, por lo que muchos necesitan dormir acompañados.
- Es más recomendable el uso de camitas de suelo que de cunas de barrotes.
- El tiempo que no estén en brazos, debemos fomentar que lo pasen en el suelo para que desarrollen toda su motricidad gruesa.
- No debemos forzar a los niños a dormir solo porque nosotros necesitemos una siesta. Tampoco debemos quitárselas por nuestra conveniencia.