



1. Entenem que el moment en el que uns pares reben la notícia o descobreixen que el seu fill té autisme, el món sencer cau a sobre seu. Com vàreu saber que en Josep tenia Autisme? I quines sensacions o pensaments vàreu tenir?

Vam començar a tenir sospites que alguna cosa no rutllava des que el Josep tenia un any i mig. No començava a parlar, tampoc no assenyalava les coses, era molt independent... Comparàvem la seva evolució amb la de la seva germana gran i miràvem de convèncer-nos que ell anava més lent perquè era un nen. Volíem creure'ns el que popularment es diu: que les nenes són més espavilades. Recordo molt bé el dia que vaig auto-diagnosticar que el Josep tenia autisme. Estava a la feina i vaig fer una recerca a internet, teclejant algunes paraules clau: nen, dos anys, no parla, autisme. Immediatament em van aparèixer milers d'articles amb aquests quatre conceptes junts. No hi havia cap dubte. Tot i així faltava la confirmació d'un professional i després de parlar-ho amb la pediatra vam decidir consultar una neuro-pediatra, que ens va confirmar el diagnòstic. En aquell moment tot el teu món s'enfonsa. Et sents a l'abisme, en caiguda lliure, incapaç de reaccionar. Al cap d'un temps t'adones que l'únic que pots fer és aixecar-te i continuar endavant. El teu fill continua sent el mateix nen que era abans que et donessin el diagnòstic i has de mirar d'acompanyar-lo en la seva evolució, d'una forma diferent a la que t'havies imaginat, segurament amb reptes i dificultats més grans, però igual que faries

amb qualsevol dels teus fills. Els pares hi som per estimar-los i acompanyar-los a fer-se grans.

2. I avui, com es el vostre dia a dia com a pares d'en #josepvalent ? I el dia a dia d'en Josep?

Actualment el Josep assisteix a una escola d'educació especial. Fins que va tenir 6 anys va poder anar a una escola ordinària, amb el suport d'una vetlladora, però a partir de llavors vam decidir fer un canvi. Les seves necessitats distaven molt de les dels seus companys i vam optar per un centre on poguessin atendre'l de forma més personalitzada. Cada tarda fa alguna activitat extraescolar: música, circ, natació... fins i tot hi ha una tarda a la setmana que puja corrent fins al capdamunt del Tibidabo amb el seu pare. Fer esport li agrada moltíssim i li va molt bé. Se'l veu feliç. Els caps de setmana també mirem de fer moltes activitats a l'aire lliure. Li encanten els espais oberts, el mar, la muntanya, tot el que sigui estar en contacte amb la natura.

---

*En aquell moment tot el teu món s'enfonsa. Et sents a l'abisme, en caiguda lliure, incapaç de reaccionar. Al cap d'un temps t'afones que l'únic que pots fer es aixecar-te i continuar endavant*

---

3. Què ha suposat per a les teves altres dues filles, la Jana i la Nora, tenir com a germà en #josepvalent ?

Elles sempre han viscut amb molta naturalitat tenir un germà com el Josep. Saben que és diferent, però no se n'han fet mai cap problema. L'accepten tal i com és. S'hi relacionen a través de jocs actius, de persecució i fent-se pessigolles. No hi ha rivalitat entre ells. Segur que tenir un germà com el Josep les ha fet més tolerants amb la diferència i més pacients, perquè el Josep pot portar els teus nervis al límit. També m'agrada pensar que la Jana i la Nora no s'enfonsaran fàcilment amb les dificultats i entrebancs de la vida.

4. En quin moment, una persona com tu, que no és escriptora ni de professió ni per afició, decideix escriure un llibre ? Què et porta a fer-ho ?

La idea d'escriure el llibre va sorgir arrel de concedir una entrevista a una periodista que seguia el el *hashtag* #josepvalent a les xarxes socials. El pare del

Josep, el Ferran, feia temps que havia començat a fer servir aquest *hashtag* amb l'objectiu de compartir amb família i amics un trosset de la nostra vida amb ell. El cas és que aquesta periodista volia conèixer de primera mà com era tenir-ne cura i va ser en aquell moment que ens vam adonar que la nostra història generava interès i curiositat. Llavors vam pensar que potser podíem anar més enllà dels posts a les xarxes socials i fer alguna cosa que arribés a un públic més ampli, amb l'objectiu de fer visible el trastorn i sensibilitzar la societat sobre com és viure amb un nen amb autisme. Estàvem convençuts que això podia ajudar moltes famílies com la nostra, perquè una de les principals dificultats que tenim en el dia a dia és el desconeixement social sobre el trastorn, que dificulta molt la vida en societat. Vam pensar en fer un llibre i jo em vaig veure amb cor de posar-m'hi. Sempre m'han agradat molt la llengua i els idiomes i tot i que no havia escrit mai res personal ni literari, professionalment sí que havia escrit molts articles per a l'entitat on treballava. M'hi vaig llançar i el resultat és "1 fill inesperat i 1 sofà".

---

*Fer visible el trastorn i sensibilitzar a la societat sobre com es viure amb un nen amb autisme. Estàvem convençuts que això podia ajudar moltes famílies com la nostra*

---

5. I un cop publicat el llibre, què està suposant per a tu i per a la teva família aquesta experiència ?

Per a tots és una experiència nova i extraordinària. El Ferran i jo, com a pares del Josep, sentim que haver compartit algunes anècdotes de la nostra vida ha fet que molta gent conegués una mica més el trastorn i deixés de mirar-nos amb prejudicis. A més a més, moltes famílies s'hi han vist identificades i s'han sentit una mica més acompanyades en la seva lluita diària. Saber que hi ha més gent que està en la teva mateixa situació sempre reconforta i veure que tiren endavant tot i les dificultats també ajuda. A les nenes els fa gràcia el ressò mediàtic que ha tingut el llibre. Veure els teus pares a la tele o escoltar-los a la ràdio no passa cada dia i pel que fa al Josep sembla content amb tot plegat, però és clar, no puc saber què és el que pensa...

6. Parla'ns del títol del llibre: per què parles d'un sofà ?

El sofà és una picada d'ull al lector. Hi ha un moment de la història, quan el Josep encara és molt petit, en què explico que si alguna vegada se m'acudís l'absurda idea d'escriure un llibre sobre la nostra vida el titularia: 'Josep! Al sofà!'. Una frase que devem haver pronunciat un milió de vegades a casa, sobretot quan el Josep era més menut, per fer-lo sortir de davant del televisor. Li encantava mirar la tele i sempre s'hi plantava dret al davant, entorpint la visió de la seva germana. El fet que no parés quiet també va convertir el sofà en el lloc on li dèiem que anés per relaxar-se.

7. Vist tota la vostra experiència com a pares amb en #josepvalent, el vostre fill, quins consells els hi donaries als que reben un diagnòstic d'autisme del seu fill/a ?

D'entrada els diria que entenc com es senten. Recordo que jo ho vaig viure com un *Game Over*, el final de la partida, la fi de la vida somiada. Però també els diria que hi ha futur, que comença una altra vida, plena d'experiències i oportunitats que mai no s'haurien imaginat. És moment de buscar recursos, de confiar en què els resultats arribaran, encara que lentament, que han d'estar molt atents als interessos del seu fill/a. Canviar de paradigma. Entendre quina és la seva manera d'aprendre i sobretot mirar de fer coses que els facin feliços: al seu fill/a, però també a ells. És molt important que no oblidin reservar-se un temps per al descans i per a fer les coses que els agraden. S'han de cuidar i fer equip. El seu fill/a ho notarà segur. Aquesta és una cursa de llarga distància i cal estar en plena forma, física i mental.

8. Què trobaran les persones que llegeixin i coneguin la vostra història? Quin missatge els hi vols enviar?

El missatge és clarament d'esperança. "1 fill inesperat i 1 sofà" és la crònica dels primers deu anys de vida d'un nen amb autisme i la seva família, explicada a través d'anècdotes sorprenents i divertides, tot i que també n'hi ha d'inquietants i fins i tot crues. Totes elles, absolutament quotidianes, busquen que el lector es posi a la meua pell, a la pell dels pares del Josep i entengui com amb el pas dels anys, el fill no somiat, aquell que és capaç de treure el millor i el pitjor de nosaltres mateixos, pot esdevenir una peça clau per ser feliç.