



Aquest es un article molt interessant sobre les pors dels infants, escrit per la psicòloga Carme Thió de Pol, que col·labora amb l'Institut de Ciències de l'Educació de la Universitat Autònoma de Barcelona i que ha publicat diversos llibres i articles sobre l'educació dels infants.

"Les pors infantils"

Les pors i els malsons apareixen en moments crítics del procés evolutiu de les persones.

Les primeres apareixen cap als 2-3 anys, a vegades abans de saber què és la por. La infància és segurament l'etapa de la vida en què es pateixen més pors i ansietats, per la inseguretat resultant del no saber o saber poc, de la incomprensió del món, de la dificultat d'anticipar i de la vivència constant de la limitació de les pròpies capacitats i forces, de la dependència encara molt considerable respecte dels adults ...

Sabem identificar les pors darrera de les dificultats a l'hora d'anar a dormir?

Les pors fan patir molt i és per aquest motiu que cal acollir-les, acceptar-les (no ridiculitzar-les) i tenir-les en compte.

Però cal també que les intervencions i l'acompanyament que es facin vagin en el sentit d'afirmar la criatura i no en el sentit de "aquí estic jo per salvar-te", perquè això porta un missatge

subliminar molt clar "em necessites, tu sol no pots sortir-te'n", cosa que incideix en els sentiments de feblesa, d'inseguretat i de dependència.

Com podem acompanyar les criatures sense caure en la sobreprotecció que els debilita?

La millor manera de protegir els infants de les seves pors és procurar que les puguin afrontar en bones condicions i donar-los l'oportunitat que vagin desenvolupant i trobant estratègies personals per anar aprenent a suportar-les i superar-les. Cada experiència reeixida augmenta la seguretat en les pròpies capacitats de supervivència independent i les pors i ansietats de mica en mica van minvant.

Sabem diferenciar entre el què és protegir i el què és sobreprotegir?

El tema de fons de les primeres pors és el sentiment d'impotència de les criatures davant d'un món complex, que projecten sobre monstres, personatges poderosos, animals... personatges imaginaris "dolents" que els ataquen... És la por d'haver d'afrontar la vida soles, sabent-se dèbils i amb poques forces per sortir-se'n. És una por fonamentada, però irreal, imaginària, per la qual cosa, els raonaments de tipus "no has de tenir por perquè aquí no hi ha llops..." no serveixen de gaire. La criatura ja sap que "de veritat" no n'hi ha, però sí que n'hi ha en el seu cap. Se'ls pot ajudar millor quan som capaços d'entrar en el seu món imaginari i foragitem els monstres.

Com es pot combatre la por sorgida de la imaginació?

Acceptar i reconèixer les pors com a sentiments i emocions tant propis de l'espècie humana com necessaris, perquè permeten protegir-nos davant dels perills, és el primer pas per poder elaborar recursos per conviure amb les pors. També ajuda parlar-ne en veu alta en família i a l'escola, compartir estratègies de superació, deixar d'associar valentia amb no tenir por, o d'associar por amb feblesa... són actuacions que rebaixen la tensió i faciliten una vivència més normalitzada i menys vergonyant d'aquest sentiment.

Parlem de les nostres pors de quan érem petits amb els nostres fills? Acceptem que tinguin pors? Com les vivim? Els hi reprimim? Les hi menystenim? Les magnifiquem? Aprofitem les seves pors per retenir-los o per enfortir-los?

Carme Thió de Pol