



General | Marta González Saborit | Actualitzat el 11/08/2022 a les 08:00

És mandra, desinterès o gelosia? Claus per acompanyar les regressions

"Ja no menja sol/a", "últimament demana que l'acompanyi sempre al lavabo o a dormir",... Quan fan passos enrere en la conquesta de l'autonomia

[inicicentrareport]El meu fill/a ha deixat de menjar amb coberts sol/a... No vol dormir o anar al lavabo sense que l'acompanyi. Ja no es posa les sabates sense ajuda... Quan, de sobte, fan **marxa enrere en petites conquestes d'autonomia**, a les persones adultes ens costa molt de comprendre. I és normal perquè el fet que s'autoreponsabilitzin de les seves necessitats bàsiques ens alleugereix una mica la criança.

Arribats a aquest moment, hem d'**observar amb atenció i saber distingir la possible causa** d'aquest canvi. Pot ser que el nostre infant **hagi perdut l'interès** perquè encara li genera un esforç important i necessita l'acompanyament adult, pot ser que prefereixi que li faci l'adult perquè li fa mandra fer-ho ell/a sol/a o perquè està cansat. Però també pot ser perquè no es trobi bé o per alguna **causa emocional** que l'està afectant més profundament i necessita sentir a l'adult a prop, com per exemple, en moments de canvis importants a la família (arribada d'un/a germà/na, adaptació a l'escola,...).

Segons la causa, haurem d'actuar d'una manera o d'una altra:

[GotaVerdaPle] Si **ha perdut l'interès**, hem de tenir clar el que no hem de fer: no cal convèncer amb jocs o recompenses o voler que recuperi l'interès ràpidament perquè aconseguirem el contrari.

[GotaVerdaPle] Si és per **mandra i cansament** podem acompanyar-lo en la tasca i posar-hi un toc d'**humor** per facilitar aquesta acció.

[GotaVerdaPle] I, per últim, en el cas que sigui per alguna **causa emocional** o perquè estan **malalts** haurem d'anar a l'arrel i fer-lo sentir escoltat, acompanyat i estimat, sense por de "tornar enrere" perquè en aquests moments l'important no és que ho facin tot sols, sinó que sentin que quan més ho necessitin podran tornar a nosaltres per sentir-se recolzats, cuidats i estimats.

Perquè demanar ajuda quan no ens sentim bé, no ens fa més dèbils, sinó tot el contrari ja que vol dir que som conscients de com estem o ens sentim i sabem demanar ajuda al nostre voltant per poder estar millor en un futur.

En tot el que hem esmentat, sempre hem de tenir present que cada tip o petit consell s'haurà d'adaptar a cada context i infant. Per tant, no cal caure en extrems i voler fer-ho tot perfecte per por a que el nostre fill/a no sigui mai autònom o tingui una baixa autoestima.

No ens ha de moure la **por**, sinó l'**amor** per fer-ho el millor possible cada dia, confiant i reduint angoixes. Saber que fent el millor que podem en cada moment està bé i si no podem pel motiu que sigui, també està bé. L'important és tenir la informació i poder actuar amb consciència però sense pressions, ni culpes.

[ficentrareport]