General | | Actualitzat el 16/01/2023 a les 08:00

No, criança respectuosa no vol dir sobreprotegir els fills

Consells per criar i educar infants segurs, autònoms i amb autoestima

[inicicentrareport] Sovint, es cau en l'error de pensar que la **criança respectuosa** no entén de **límits**. Que significa sobreprotegir o consentir. Res més lluny de la realitat.

És cert que parlar de criança respectuosa suposa esmenar un paradigma que molts i moltes de nosaltres sentim superat en què la figura adulta era poderosament al centre de tot. I en aquest procés d'emancipar-nos i de construir un nou model de criança és totalment normal que ens assaltin els dubtes: "ho estem fent bé?", "les estic sobreprotegint"?

Les estem escoltant, atenent i acompanyant perquè en un futur siguin capaces de fer el mateix amb elles i amb les persones del seu voltant. Què passa si li donem braços quan ens els demana? Què passa si davant d'una enrabiada en lloc de castigar entenem els seus laments i les seves frustracions?

Que estem donant **recursos de regulació emocional** als nostres infants i, de retruc, sembrant la llavor d'una societat molt més tolerant i diversa, que accepta i entén la complexitat de les emocions i els reptes de la vida.

[GotaVerdaPle] **Quan sobreprotegim?** Sobreprotegim quan volem tapar o evitar una frustració a l'infant. Ja sigui ometent límits, distraient-lo d'una emoció desagradable o suplint-ho amb una acció adulta. Quan pressuposem que pel fet de ser criatures no tenen la capacitat de ser autònomes o corresponsables en tot allò que adequat a les seves capacitats.

[GotaVerdaPle] Els límits són inherents a la vida, la paraula té a veure amb una vora, la fi d'alguna cosa, una frontera. Posar límits significa contenir, tenir cura... Però no s'hi val qualsevol límit. Posar-los des de l'arbitrarietat o l'autoritarisme té més perjudicis que beneficis per a una criatura. I aquí és un sí, cal admetre que no és fàcil posar límits respectuosos i no sempre ens en sortirem.

[GotaVerdaPle] **Què passa si sobreprotegim?** A llarg termini, el resultat és un infant amb poca autoestima, vulnerable a les situacions d'abús o poder d'ell cap als altres o dels altres cap a ell, i també amb pocs recursos i eines per gestionar la frustració per afrontar les dificultats que es puguin presentar al llarg de la seva vida.

[GotaVerdaPle] **Quan apoderem i cuidem la seva autoestima?** Quan mostrem afecte i empatia, validem i acompanyem les emocions, posem límits sans, deixem espai perquè progressivament conquereixin l'autonomia i no neguem ajuda quan la necessita.

La manera com els nostres fills es tractaran quan no tinguin un bon dia, o si el que fan, es diuen o pensen d'ells mateixos/es els ajuda a sentir-se millor o els enfonsa, tindrà molt a veure amb com ho haguem fet nosaltres amb ells i amb nosaltres mateixos, perquè som els seus models significatius.

[GotaVerdaPle] Però això no vol dir que hi hagi dies que les persones adultes ens equivoquem o que, fins i tot, se'ns pugui escapar una frase que és més tòxica que constructiva per als nostres fills. No ens hem de sentir culpables per intentar-ho i no sortir-se'n. Perquè la culpa també forma part d'aquest paradigma passat que ens va parlar poc a ser respectuoses amb nosaltres

mateixes.

[ficentrareport]