



General | Elisenda Pascual Martí / Irene Ramentol | Actualitzat el 23/02/2023 a les 07:30

Per què no hem d'evitar que els infants es frustrin?

Acompanyar-los és clau quan travessen aquest malestar

[inici centrareport] La **frustració** en la infància és la ruptura egoica que tot el que vull i desitjo m'ha de ser donat. La psicòloga i divulgadora **Elisenda Pascual Martí** explica que en el **desenvolupament** de les criatures hi ha una etapa en què tot el que el nadó necessita li ha de venir des de l'exterior, perquè no té autonomia per poder-ho facilitar a si mateix.

És **a partir dels 18 mesos**, aproximadament, quan l'infant va adquirint eines que permeten sortir al món i interaccionar més conscientment per satisfer els seus desitjos i necessitats.

En el moment en què les criatures comprenen que tot el que projecten no els és donat com volen, experimenten un procés intern de **malestar** amb el món. Aquesta **ruptura** és important perquè compreguin que el món i elles no són la mateixa entitat. Allò que passa fora de mi deixa de ser allò que jo soc.

Són els primers passos per establir la **"teoria de la ment"** i poder, així, cultivar l'**empatia** i la **resiliència**, aptituds que necessitaran per al seu desenvolupament sa i la seva sortida al món.

Acompanyar la frustració de no poder conquerir o aconseguir allò que els neix de dins els ajuda a transitar aquest malestar profund de saber-se separats del tot.

Això és el que has de tenir present quan el teu fill o filla es frustra:

[GotaVerdaPle] El teu fill necessita trobar-se amb el desafiament.

[GotaVerdaPle] Sostenir el seu malestar l'ajuda a ser més resiliència.

[GotaVerdaPle] Si l'acompanyes, sabrà acompanyar-se (donar-li presència sense salvar-lo).

[GotaVerdaPle] Aprèn a no resoldre totes les demandes.

[GotaVerdaPle] Accepta que el teu fill també té un buit interior, com qualsevol persona.

[GotaVerdaPle] La pressa mata. I la calma sana. Sé que ho saps, però tingues-ho present.

[GotaVerdaPle] Frustrar-se al teu costat és un bé per ell/a: ni abandonar-lo ni salvar-lo, no el desconnectis de les seves possibilitats.

[GotaVerdaPle] Mira'l amb la confiança que podrà: planta la llavor de l'autoestima. Si creus en ell/ella creuran en si mateixos.

[info] Segueix la psicòloga Elisenda Pascual Martí a les seves xarxes [/info]
[ficentrareport]