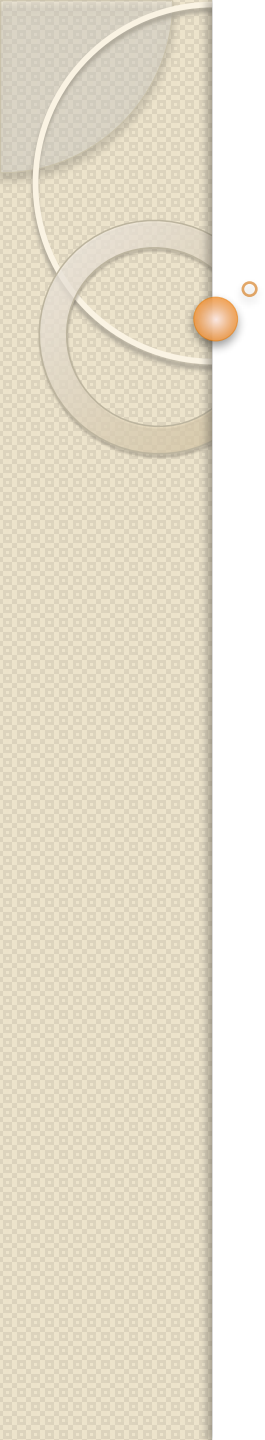


PORS INFANTILS





CAUSES

GENERALS

Ansietat per
separació



Esdeveniments familiars
negatius



Aquestes situacions aboquen el nen al que es denomina ANSIETAT FLOTANT, que consisteix en un estat de nervis, d'irritabilitat, excitació continguda, de caràcter permanent que aflora a la menor escletxa possible en situacions en les quals percep amenaça



ESPECÍFIQUES

Experiències o esdeveniments amb un objecte o situació



Biològiques



No se n'ha trobat evidència

Aprentatge



Observació



Presència d'un conill = cap por.



Presència d'un conill+ soroll molt fort (situacions repetides) = plors i ansietat.



Resultat = generalització a altres objectes que tenien certa similitud amb el conill i, així, el petit Alberto va arribar a sentir por d'un abric de pells, del cotó, de la barba del Pare Noel , etc».

Pel·lícula en la qual en presentar-li Mickey reaccionava amb por i en presentar-li l'ànec Donald el nen no manifestava cap reacció de por.



Poc després de la projecció de la pel·lícula es va comprovar que els nens espectadors evitaven més el ratolí Mickey que l'ànec Donald quan se'ls oferien aquests dos ninots per jugar. Això demostrava els efectes de l'observació de la pel·lícula.



L'aprenentatge de la por també dependrà del caràcter del mateix nen, de les seues experiències prèvies i d'altres aspectes educatius.



Observar situacions de por en les quals el protagonista i la situació és bastant similar al món que envolta el xiquet augmenta la possibilitat de desenvolupar la por.

L'ambient familiar és el primer model que sol imitar-se i, per tant, aprendre's. Si un pare manifesta una por exagerada davant d'una tempesta i el seu fill observa aquest comportament, i això es repeteix cada vegada, molt probablement acabarà per presentar reaccions de por davant de les tempestes.

Experiències

Observació

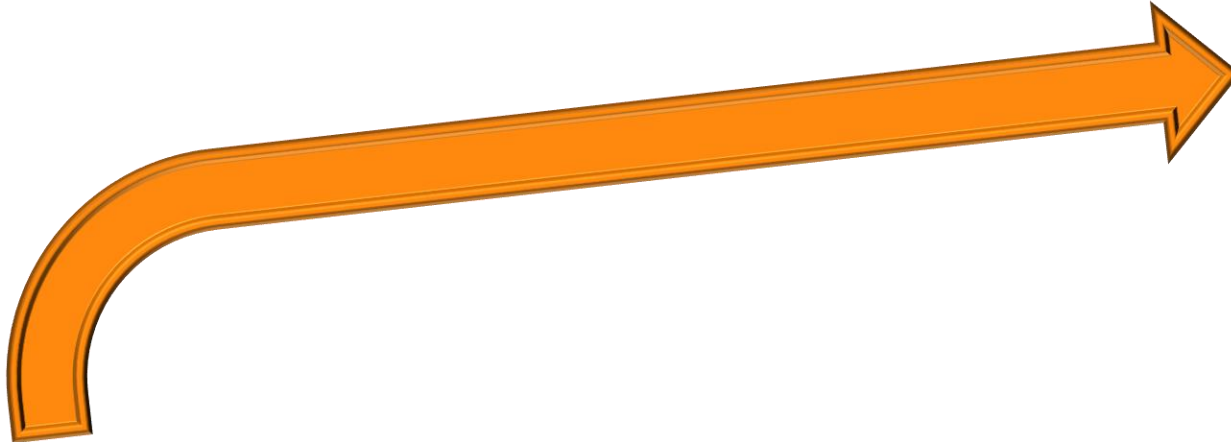
D'aquesta manera trobem que cada fòbia té uns orígens diferents, però existeixen alguns punts en comú especialment en l'ocurrència d'esdeveniments i experiències desagradables amb l'objecte o situació a la qual se li té por. La repetició de les experiències traumàtiques porta a augmentar i consolidar una fòbia.

Aprenentatge



**COM
EVOLUCIONEN
LES PORS
INFANTILS**

No sempre les reaccions de por són de caràcter permanent. Algunes pors solen desaparèixer al cap de poc de temps (un o dos anys), unes altres pors, no obstant això, persisteixen durant molt de temps.



En els xiquets xicotets les pors bàsiques de separació de la mare o el pare, de veure persones desconegudes, etc., solen desaparèixer a mesura que evoluciona el seu desenvolupament psicobiològic.

Les pors que s'han après (intencionalment o sense adonar-se'n) són de més difícil desaparició, ja que sempre estan presents les situacions que han fet que s'apreguen. Per tant, resultarà molt difícil la seua eliminació d'una manera natural si no s'utilitzen tècniques terapèutiques.



Des dels quatre fins als vuit anys existeixen gran quantitat de pors que es relacionen amb éssers imaginaris i fantàstics en actitud amenaçadora però segons el xiquet creix aquestes pors solen desaparéixer, i apareixen altres tipus de pors que estan més directament relacionades amb les activitats, preferències, jocs i relacions de l'edat.



Segons el nen s'apropa a l'adolescència apareixen pors que tenen un marcat caràcter social com per exemple: relacions amb els companys, burles pel seu físic, ridícul davant dels altres, dificultats de comunicació, de llenguatge, etc.



Si en arribar a l'edat adolescent encara queden latents algunes pors anteriors que afloren en alguna ocasió, podem experimentar problemes d'ajust social amb el col·legi, família, amics, companys i el mitjà que l'envolta.

QUÈ ÉS EL QUE **NO** HEM DE FER

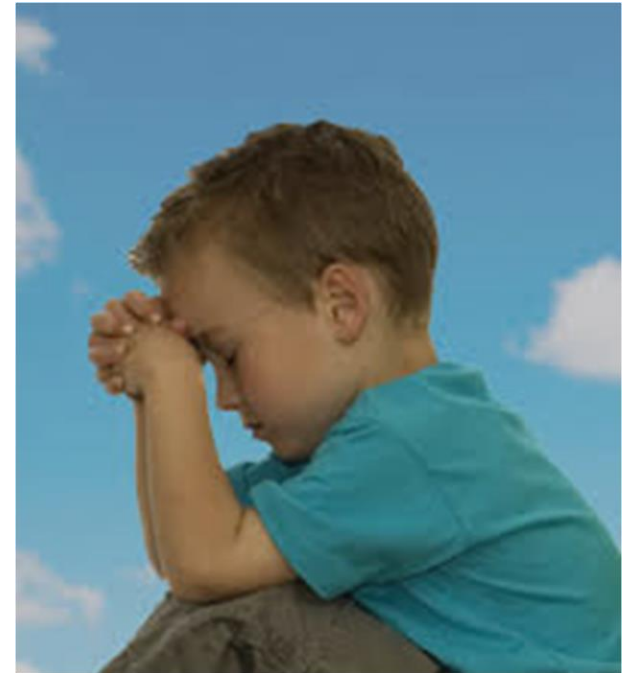


Acaronar-li per mostrar-lo el nostre afecte. Actuant d'aquesta manera el nen està aprenent a associar el seu plor, amb l'atenció sol·lícita de la mare o el pare que acudeix promptament a calmar-lo.

Tampoc s'han de donar regals, coses o altres capritxos quan ocorre un comportament de por, ni intentar convèncer-li que no existeix cap perill i que no ha de tenir cap por.

Un altre comportament que perjudica en gran manera el nen és obligar-lo a tocar o a acostar-se a la situació de por immediatament, de manera brusca i sense que haja rebut un entrenament o preparació prèvia.

Tampoc s'ha de castigar el nen per tindre por. Hem d'entendre que el càstig no es refereix només al càstig físic sinó també als comentaris. Tots aquests comentaris perjudiquen i li fan molt de dany psicològic al nen disminuint la seua autoestima.



An orange scroll graphic with a dark orange border and rounded corners, featuring a vertical strip on the left side that resembles a scroll binding. The text is written in white, bold, uppercase letters across the center of the scroll.

ACTITUDS DELS
PARES/MARES QUE
RESULTEN POSITIVES

És molt útil que li expliquem històries o contes sobre situacions de poca por en les quals el protagonista és una nena o un nen que va superant la situació i s'erigeix en l'heroi o heroïna com ella mateixa pot fer-ho, arribant al final fins i tot a jugar i a divertir-se amb la situació de por.

A més a més dels contes o historietes, són vàlides també totes aquelles pel·lícules on el personatge supere la situació de por i arribi a no témer-la. Tot això anirà convertint-se en un entrenament (per imitació).

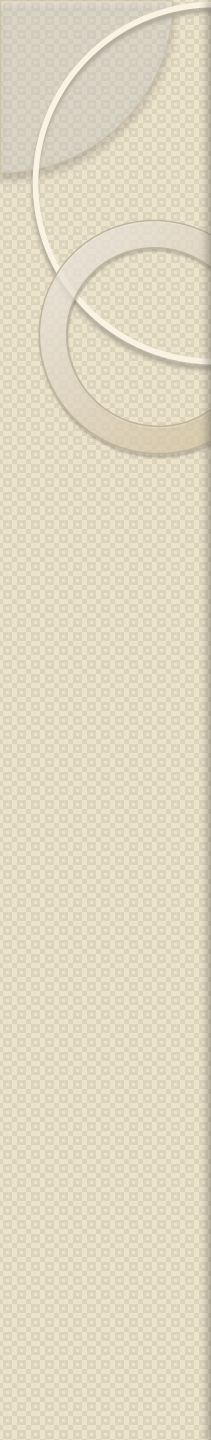


També és molt adequat que tant els pares/mares com els germans actuen com a models que no presenten por a la situació en particular perquè el nen els pugui imitar.

Des del punt de vista dels premis els pares/mares han d'estar pendents de qualsevol xicotet avanç que realitzi el nen per reforçar-lo immediatament mitjançant el reforç social.



Una altra actuació adequada és la de proporcionar-li durant la presència de l'objecte o situació de por qualsevol activitat distractora, agradable.



Resumint direm, doncs, que les causes que originen la por en el nostre fill poden ser moltes però que han de vigilar-se especialment:

1. Com ens comportem nosaltres, els pares/mares.
2. Quin és el ambient (TV, cinema, amics, carrer, jocs, etc.) que envolta el xiquet perquè, molt probablement, l'origen de les seues pors es troba en aquest.

Finalment, hem de pensar que si, malgrat actuar amb aquestes pautes, no s'aconsegueixen avanços en la superació de les pors, s'haurà d'acudir al psicòleg perquè realitze una exploració psicològica del nen.