Educar en el valor de demanar ajuda davant la violència

written by Sara Carbonell | 26 de January de 2023



La idea que “cal saber defensar-se un mateix” o que “has de poder tu sola” està molt estesa i si la transmetem pot implicar que, fins i tot si no és la nostra intenció, desanimem a la infància i l’adolescència de demanar ajuda davant la violència.

El missatge que “no ens fa falta ningú” pot educar en la falsa idea que demanar ajuda és de dèbils. Posarem diversos exemples: hi ha qui pot pensar que per a estar fora de perill n’hi ha prou amb saber defensa personal o pensar que, si demana ajuda, la resta de persones creuran que no és prou fort o valent. **Aquesta associació d’idees a les primeres edats pot tindre implicacions negatives al desenvolupament**, ja que pot conduir a que es vegen en situacions perilloses o adverses en solitud, la qual cosa pot afectar negativament la salut.

La Universitat de Yale, primera al món en estudis sobre infància, ens recorda a la ‘Guia per a entendre el teu fill‘ que mantenir fora de perill xiquets, xiquetes i joves entre els 0 i els 18 anys és un dels objectius que han de tindre les famílies i les comunitats. Per això **hem d’ensenyar, des de ben menuts, el valor de mantenir-se**

segurs. Un dels missatges clars que ens llança la guia és que davant d'un problema és aconsellable que busquen suport social i accepten ajuda. Una altra evidència que hem de conéixer és que fins i tot el suport d'una sola persona pot ser suficient per a eixir amb èxit d'experiències adverses.

Dialogar amb ells i elles sobre els perills a què es poden enfrontar, i sobre com mantenir-se fora de perill de forma exitosa, és una oportunitat per a compartir idees de com i on poden buscar ajuda en diferents situacions. Depenent de l'edat, els diàlegs seran diferents en funció de les seues preocupacions, que podrien anar des de què fer si estan al parc i es troben davant d'una situació que els és incòmoda, o què fer si es perden, fins què fer si han de tornar a casa de nit o si han quedat per a eixir amb els amics i les amigues. En tot cas hauríem de **buscar missatges que transmeten clarament el missatge que sol·licitar ajuda és intel·ligent i valent**. Alguns exemples podrien ser: "si et passa alguna cosa busca un adult", "demana a algú que t'acompanye"; o animar-los a parlar amb els seus amics i amigues sobre com assegurar que tot el grup estiga sempre bé.

Al llarg de la història tenim exemples que persones que no s'han enfrontat soles davant la violència han sigut persones valentes i intel·ligents que només així, amb suport, han aconseguit superar-la. **Podem inspirar-nos en històries reals** com el cas de Rosa Parks, que mai no va estar sola en la seua lluita pels drets civils, o casos més recents com el del moviment *Me too* que ha aconseguit que les víctimes es convertisquen en supervivents. També podem compartir relats literaris com el de Sherezade, que era molt valenta i intel·ligent, i és per això que va demanar ajuda a la seua germana, per a no estar sola quan li contara al Sultà les històries que salvarien tantes dones.

El que sí que hem de tindre clar és que en solitud mai no podem arribar a ser tan meravellosos ni eixir amb èxit de les situacions més complicades. Compartir preciosos relats com aquests i molts altres pot ser la inspiració i la força que potser fins ara no havien trobat.

[Imatge: Unsplash]