

**EL FET D'ESCOLLIR****Carmen Ferrer Román. Psicòloga**

La paraula "escollir" té una significació i implica un acte que pot produir ambivalència. Per una banda evoca la llibertat, dret fonamental de l'ésser humà al qual ningú vol renunciar. Per una altra aboca a que si volem optar a una cosa hem de renunciar a les altres. O sigui que la llibertat té els seus límits.

Un altre aspecte del tema és que hi ha persones a les quals els costa decidir, o bé no poden decidir el que voldriem, o no estan en condicions de decidir. Examinem les tres possibilitats.

- a) *Les persones que no es veuen amb cor de decidir* o dubten contínuament entre les possibilitats que tenen o, fins i tot, no veuen aquestes possibilitats. La llibertat de decisió per a aquestes persones es converteix en un suplici per què la tenen a la seva disposició però no poden fer us d'ella. D'alguna manera esperen o volen que un altre decideixi per elles però amb la condició de que encertin el que els anirà millor i els agradarà més. Es troben en una situació equívoca perquè encara que un altre prengui la decisió si l'accepten la responsabilitat continuarà sent d'elles. La fantasia acostuma a ser que sempre hi ha algú que sap més i que no s'equivocarà però això no és cert perquè el que li va bé a un pot no anar-li bé a un altre i solament un mateix sap el que vol i el que necessita.
- b) *Les que no poden decidir el que voldrien*. La llibertat té molts límits, un és que ningú té totes les possibilitats, podem escollir entre les coses que estan al nostre abast però no les que queden a fora. Desitjar coses que no es podem aconseguir pot resultar paralitzant si la persona es queda en la frustració sense mirar altres oportunitats del seu voltant.
- c) *Les que no estan en condicions d'escollir*. Per poder decidir i fer-ho de la manera més encertada possible s'ha de tenir salut psíquica, no escull igual una persona sana que una neuròtica, no ho fa igual qui coneix les possibilitats reals que qui fa una elecció entre opcions imaginaries o fantasiades. Cadascú pot escollir el que vulgui, al que més l'agradi, però ningú ha de creure que és igual l'opció que esculli perquè no dona els mateixos resultats escollir una cosa que una altra. Per exemple un professional pot obrir el seu despatx quan li vingui de gust i prendre's el temps lliure que vulgui, però després no pot esperar el mateix èxit que un altre que estigui vuit hores senceres treballant cada dia. O un altre que vulgui ser molt culte però es dedica a llegir revistes del cor i a veure programes televisius de concursos.

En ocasions una persona es pregunta, al cap d'un temps, perquè ha escollit una cosa que després no l'ha anat bé. De vegades no podem saber el resultat de les nostres decisions, però està clar que decidint encara que no siguem totalment conscients de fer-ho, en el moment que entrem en una situació o comencem a fer alguna cosa ja em decidit i més tard veurem el resultat. Per mirar d'escollir bé és convenient mirar les coses que s'han decidit anteriorment i examinar com ens hem sentit i els resultats obtinguts així podrem saber el que ens agrada i el que ens convé. De tota manera el que es va escollir en un moment donat no ha de ser per sempre perquè les persones evolucionem, els gustos canvien i moltes decisions no son irrevocables. També hi ha situacions en que es pot escollir més d'una cosa, si estem disposat a tirar-les endavant, i anar afegint abundància i valor a la vida.

[www.tupsicoterapeuta.com](http://www.tupsicoterapeuta.com)