

DIFICULTATS A L'HORA DE POSAR LÍMITS ALS FILLS

Avui en dia hi ha pares i mares preocupats per la educació dels seus fills i es troben amb dificultats per l'assoliment d'aquesta tasca. Marcar límits, posar normes, aplicar càstigs o dir no cada vegada es fa més difícil i complicat. L'objectiu d'aquesta activitat es donar pautes per aconseguir millorar la comunicació i la relació amb els fills. També la d'aclarir alguns dels motius subjectius que provoquen aquestes dificultats i problemes en el dia a dia de la relació familiar.

També hem de deixar clar què són els límits: serien totes aquelles normes i ordres que com adults els hi marquen als nostres fills per tal de que aprenguin i evolucionen sans i sense perills. Si disposem d'un espai per a viure on en els límits de la nostra propietats hi tot d'elements perillosos: carretera, riu, penya-segat, maquinària, etc.; i tenim un nen petit de potser un 3 anys, hauríem de ficar una tanca a la nostra propietat per a que el nen no pugui prendre mal. Això és ficar uns límits físics, que a mesura que el nen sigui més gran i vagi aprenent el que representen els perills, podrem anar canviant aquests límits i adaptar-los a la seva edat.

Però ens trobem que ficar una tanca es una cosa fàcil, sabrem més o menys, però ho podrem fer sense gaire dificultat. Quan aquest límits són educatius es més difícil perquè parlem de normes que imposem al nostre fill i que ha de complir i aquí hi ha altres implicacions subjectives que no podem controlar tan fàcilment encara que tenen a veure amb nosaltres mateixos.

El comportament.

En l'**actualitat** la societat ha generat una sèrie de comportaments en els nens que provoca aquesta situació que, de vegades, sembla incontrolable. Hem de tenir en compte que la societat actual no és igual a la que existia quan nosaltres érem petits. La nostra actitud davant els fills tampoc és la mateixa que la dels nostres pares amb nosaltres. Aquest canvi tan important i que moltes vegades fa que els pares no puguin realitzar la seva labor educativa adequadament.

Podem identificar algunes actituds negatives dels nens que ens indica que alguna cosa no va bé:

- ✓ El nostre fill diu que no davant qualsevol demanda o petició com deixar de fer una activitat lúdica, recollir joguines, deixar de veure la televisió, etc.
- ✓ Quan li duem la contrària es posa violent, insulta o pega.

- ✓ Quan tenen desenvolupat el llenguatge són capaços d'amenaçar amb fer alguna cosa que saben que no ens agradarà.
- ✓ No es volen aixecar al matí del llit per a anar al col·legi o a la nit mai és el moment d'anar a dormir.
- ✓ Quan estem parlant amb altra persona ens interrompen constantment i ens criden l'atenció sense parar, portant-se pitjor que mai.
- ✓ Els més petits agafen barrines que semblen incontrolables.
- ✓ Els petits treuen fora els sentiments dolorosos quan hi ha alguna cosa que els molesta o els fa neguit.

Els nens i els pares.

Després de veure aquests detalls són necessaris alguns aclariments sobre el què és la relació amb els fills, i un element que està en joc, com és la seva subjectivitat. Hem de tenir present que en l'inici de la seva vida el nen ja neix amb un **temperament**, ve al món amb una constitució, i amb reaccions programades. Segons les respostes que va obtenint dels altres es va condicionant, per això, la interacció d'aquest temperament amb l'ambient fa que es vagi formant el **caràcter**.

Un altre element important és el de la **imatge corporal** que té a veure amb les primeres experiències de la vida, que van deixant petjada tant conscient com inconscient. És una representació mental del cos en les seves dimensions fisiològiques, psicològiques i socials (cultura). Té un component visual amb impressions tàctils, doloroses, musculars i viscerals. Nosaltres anomenem a aquesta etapa, l'estadi del mirall, que es dona entre els 6 i 18 mesos, i on el nen percep per primer cop la seva imatge en el mirall, sostingut per la mare. Això li dona consistència.

En tercer lloc tenim el **destete** que ve donat per la primera separació significativa entre el nen i la mare. No necessàriament coincideix en la retirada del pit per part de la mare al nen, hi ha molt casos que únicament té a veure amb el moment en que la mare comença a treballar o a fer altres activitats. Segons com sigui aquesta separació serà més o menys dolorosa, millor o pitjor elaborada i depenent de les característiques personals del nen o la nena, donarà trastorns de l'alimentació o del son.

Paral·lelament hi ha uns conceptes bàsics que els pares i mares han de saber sobre alguns aspectes que tenen a veure amb les relacions amb els nostres fills :

- ✓ Educar te molt a veure amb frustrar.
- ✓ Els adults poden convertir al fill en una prolongació de sí mateixos (desitjos insatisfets vs potencialitats del nen)
- ✓ Ens hem de posar en la pell del nen per poder saber que li passa.
- ✓ El nen sent el seu cos com a propi, això es la identitat, i el domina bé depenent dels vincles amb els adults.
- ✓ Per als nens cos i ment estan més units que en els adults, per això pateixen més i reaccionen ràpidament davant de qualsevol malestar que puguin tenir.

També ens trobem amb **factors socials** que influeixen directament en la relació entre pares i fills:

- ✓ Actualment el *paper de l'autoritat* no està tan clar a causa de un canvi progressiu des de posicions parentals més autoritàries fins a posicions més democràtiques, passant, per a contrarestar, per situacions molt permissives. **Efecte pèndol.**
- ✓ Existeix un *fenomen que és el de la immediatesa*. Volem tot ràpid, actualment podem accedir a la informació de forma immediata, qualsevol petició es resol ràpidament. Els nens tenen tot el que volen i quan volen (abans era en ocasions assenyalades).
- ✓ Vivim en la *societat de l'oci* on tot està enfocat en la diversió, en passar-se'l bé i gaudir al màxim. Conseqüències: el que costa esforç no agrada.
- ✓ *Falta de temps* per a estar amb el fills, per qüestions de treball, el que duu moltes vegades a compensar no castigant i permetent més del necessari.
- ✓ Es genera una relació *amb els fills que tendeix a ser més del tu al tu*. Això comporta alguns problemes que desorienten al nen i als pares.
- ✓ *Desacord familiar* quant a les coses a permetre i a les quals no. Descrèdit entre els pares.
- ✓ *Atenció desmesurada a les seves necessitats*. Se'ls evita qualsevol esforç o eventualitat, se'ls socorre abans d'hora, es recorre al pediatra, especialista, psicòleg, etc. davant el mínim besllum de símptoma, etc. Acabem esclaus de les seves necessitats.

Els hàbits.

Però anem a parlar dels límits que és el tema que ens interessa. Abans hi ha un altre factor important que està molt lligat al fet de posar límits que són els hàbits. Aquests són necessaris per al bon desenvolupament psicosocial del nen, de fet el hàbits son els límits interioritzats. Serveixen per madurar afectiva e intel·lectualment. Estan directament relacionats amb el creixement, la autonomia i la independència.

Els hàbits es converteixen en aquells elements que ens permeten fer les coses sens haver de pensar-les constantment. Quan a primera hora dels dia hem d'anar a la feina ens llevem, ens dutxem, esmorzem i ens desplaçem sense prendre consciència a cada moment del que estem fent, està automatitzat.

Per aconseguir inculcar uns **bons hàbits** en els nostres fills hem de tenir present els següents aspectes:

1. Dedicar el temps necessari.
2. Pacència, constància i fermesa.
3. Acceptar el caràcter de cada nen.
4. Respectar el seu ritme, sobre tot si te germans
5. Exigir segons la seva edat
6. Marcar objectius que siguin petits i valorar-los. Que les metes siguin assolibles.
7. Actuar amb coherència.
8. Que coincideixin, sempre que sigui possible, els hàbits de casa amb els de l'escola.

Els límits.

És important destacar varies coses que els pares i mares han de tenir present de **com posem límits**:

- Una d'elles es que quan es posa un límit l'adult està en una posició d'autoritat que és producte de:
 - ✓ La maduresa.
 - ✓ L'experiència.
 - ✓ El control.

- ✓ Els propis límits. *No podem demanar al nostre fill que travessi el carrer amb el semàfor en verd si nosaltres el passem en vermell.*
- S'ha de captar bé quin es el millor moment i la millor manera d'educar, donar instruccions, castigar o premiar i parlar amb el nen sobre el que ha passat. Importa la nostra actitud no el límit que posem, això dependrà de la nostra historia personal. No hem de reaccionar impulsats per les circumstàncies, ni motivats per les pròpies frustracions o anhels. Hem de tenir les idees clares i diferenciar els moments de reflexió dels que posem límits. No hem d'entrar en discussions de tu a tu amb el nen o la nena.
- Respecte a **com han de ser aquests límits** vaig a indicar alguns aspectes a tenir en compte:
 - Veure quina es el moment i la millor forma de posar-los.
 - Serveix per establir diferències.
 - Es complementa el limitar la conducta amb l'aprenentatge de nous hàbits.
 - Quan més tard comencem a ficar-los més difícil serà la tasca.
 - Pot ser difícil dir NO. S'ha de dir a temps.
 - El NO i el SI han d'estar en equilibri. El Si obre el camp i el No l'acota.
 - Les rabietes dependran del temperament del nen.
 - Ser ferm i creure en el que es diu.
 - Plantejar-se els problemes d'un en un.
 - Els premis i càstigs són marcadors de límits. Els primers potencien i els segons frenen.
 - Quan més petits són els nens, més a prop en el tems s'han de marcar.
 - S'ha d'atendre al nen no als seus capricis.
- Un element molt important és la manera en com donem les **instruccions**, aquestes han de ser:
 - *Clares.*
 - *Estables:* normes flexibles però no variables.
 - *Obertes:* donar alternatives.
 - *Veritables:* compliment del que es promet.

- Hi ha unes **actituds paternes** que son afavoridores per la relació amb els nostres fills:
 - *Presència.*
 - *Disponibilitat:* atenció receptivitat.
 - *Exercici de posar límits:* te a veure amb l'autoritat i serveix per establir un cert ordre social.

- S'ha de tenir en compte el caràcter o la personalitat del nen o nena, així com el dels pares. És molt difícil prevenir situacions sense que es tingui en compte aquesta relació. Dos fills educats en el mateix ambient i amb els mateixos pares creixeran de forma diferent ja que, encara que es vulgui, mai es tracta igual a dos fills que són diferents.

Per acabar.

Per finalitzar anem a recopilar diversos elements importants per poder canviar els comportaments que no desitgem dels nostres fills:

1. **Marcar unes pautes clares i concises.** És preferible poques normes i fer-les complir que moltes i que sigui difícil la seva aplicació ja que el càstig si moltes d'elles fallen és impossible.
2. **Un càstig ha de ser ferm, just i concís.** No es pot posar un càstig a molt llarg termini (quan més petit es el nen més immediat ha de ser el terme), injust o desmesurat.
3. **El nen necessita normes per a poder desenvolupar-se** d'una manera adequada, sinó tendirà a tenir una actitud incoherent, agressiva, amb excessiva activitat.
4. **Tractar-los amb afecte i amor.** Sempre s'ha de mantenir una posició d'autoritat respecte a ell, no d'autoritarisme que és diferent. Nosaltres som els adults i com tal coneixem la manera adequada de fer les coses. Mai s'ha de dir per que vull ja que això sembla més capritxós per la nostra banda.
5. **Els pares sempre s'han de posar d'acord a l'hora de marcar aquests límits, normes, i els càstigs respectius.** No pot ser que un castigui per una cosa i l'altre no. Cadascun té un nivell de permissivitat diferent i és lògic que es permeti més o menys però s'ha d'intentar ajustar al màxim o buscar un terme mig.
6. **És important que mai es desautoritzi l'un a l'altre.** Qualsevol cosa en la qual no s'estigui d'acord s'ha d'intentar discutir a part, que el nen no estigui present.

7. S'ha d'intentar **no demanar** al nen que deixi de tenir un comportament inadequat, **se li ha de manar**. La demanda ha de ser concreta i ràpida, sense estar insistint eternament.

Si s'intenta complir aquests punts aconseguirem millorar el comportament dels nostres fills. S'ha de tenir en compte que l'autoritat és un element que està perdent valor i la conseqüència és el comportament dels nostres fills. Lògicament cada família i cadascun dels pares tindrà més o menys control sobre els seus fills però, sempre que produeixi malestar s'ha de veure com podem millorar la seva educació.

No garanteixo uns resultats satisfactoris immediats però en la mesura que es tinguin en compte es van a aconseguir millores en el comportament que van a influir directament, en l'ambient familiar

Andrés Fernández Expósito

Psicòleg, psicoanalista, membre dels IPB

3 de desembre de 2008