



LA IMPORTÀNCIA DELS LÍMITS

Tots estareu d'acord en que voleu que els vostres fills siguin feliços, i per tant procurareu donar-los-hi estimació, recolzament, afecte, amor i estímuls, us mostrareu comprensius i pacients per poder-ho aconseguir, però tenint en compte la mesura, ni molt ni poc, trobant l'equilibri just.

Però l'educació implica protecció i la protecció comporta la capacitat de posar límits i normes que protegeixin als nostres fills i filles dels seus propis fets i dels fets dels altres.

Els nens no només posen a prova els límits que nosaltres els hi posem, sinó que també aprenen molt ràpidament a establir els seus propis amb els altres.

Els nens desitgen tenir uns pares que es preocupin d'ells mateixos i també dels fills, però fomentant la seva independència.

La infància, època de la vida on els pares posen normes, estructurem la vida de la nostra família segons els valors que nosaltres considerem importants (normes de convivència) passa molt ràpida i tot i així és el moment de vida on es posen en funcionament els mecanismes de vida que fan conscients si els fills van aprenent a posar i posar-se límits (normes de relació) i on els pares hem de proposar fets que facin reals els valors i les normes que vam decidir, en el seu moment, que estructurarien la vida dels nostres fills i filles (normes de responsabilitat)

Si els pares estem al seu costat vigilant contínuament cada passa que fan els nostres fills cap a la independència, si estem al seu costat oferint-los-hi la nostra estimació sempre i sense límits, una dedicació excessiva, una harmonia i felicitat familiar duradora, també estarem traient-los-hi la possibilitat de descobrir quines eines pròpies tenen ells/es per relacionar-se amb ells i amb els altres, per tant podem estar dificultant que puguin arribar a ser unes persones realment autònomes i conscients del seu propi valor.

Perquè son necessaris els límits?

Els límits son totalment necessaris, sempre, depenen de l'edat seran diferents... quan els nens son petits (0-4 anys) són imprescindibles ja que els ofereixen una estructura bàsica que els servirà per sempre i serà un puntal on aferrar-se donat que és el moment de vida on les persones construïm i interioritzem el que esta bé i malament a casa nostra.

Els límits i les pautes de comportament els serviran per regular la seva vida en societat, però també seran qüestionades i nosaltres haurem de donar-los-hi les explicacions necessàries per que les puguin entendre.



Durant la infància, en l'etapa del "no", en la pubertat i sobretot en l'adolescència gaudiran especialment verificant la seva consistència la dels límits i de les normes.

Els nens i les nenes no han de ser sempre bons i obedients i tampoc han acceptar el que els adults pretenem d'ells. Els nens han de fer de nens. No els és bo acceptar sempre tot el que nosaltres diem i resignar-se. Per poder desenvolupar-se com persones independents, autònomes i segures d'elles mateixes, el que han de fer és investigar el que els adults pretenem, que aprenguin a plantejar preguntes crítiques, que no es limitin a ser només tossuts davant les pretensions dels pares.

Els pares els hi donarem les respostes amb sinceritat, paciència, explicant allò necessari pel seu enteniment però amb seguretat i amb convicció i sobretot quan perilla la seva integritat física o psíquica.

Els fills se'n adonen quan les normes i els límits es posen des de l'autoritat dels pares però ells ho hauran de verificar i ens qüestionaran la nostra coherència.

Tots els nens/es desitgen tenir uns pares que sàpiguen que fer, el que està permès i que els transmetin seguretat, així com que siguin previsibles i dignes de confiança i que per tant

també es prenguin els límits i les normes seriosament i tal com les han acordat.

Els límits són els mitjans d'ajuda, els pilars importants per a limitar el terreny de joc, les normes del joc de la vida, per que els nens es puguin bellugar en ell de manera segura i protegida.

Perquè ens costa tant posar límits?

- Pel que fa a la imposició de límits, els nens tenen més energia i menys fre que els pares.
- Potser els pares no oferim límits i normes clares per que nosaltres tampoc els tenim i ens hem tornat indecisos i tous.
- Els nens el que demanen, en el fons, és sentir una mà ferma i segura i poder experimentar amabilitat i compromís, amb l'esperança inconscient de trobar orientació i que algú els digui "prou", "no".
- Per que els nostres fills creixin sans, responsables, autònoms i independents hem de poder establir uns límits clars i coherents que els faci entendre que sempre estarem al seu costat, no constantment a sobre d'ells.
- Els nens no volen tenir uns companys per pares, aquests ja els tenen o tindran, ells necessiten uns pares que facin de pares, que marquin els límits i les normes, que els facin sentir segurs.
- Els nens que no experimenten cap resistència a casa creixeran dèbils, sense orientació, amb inseguretats, amb pors,....



Que podem fer?

Posar límits significa delimitar un marc de referència que ofereixi una orientació, però dins d'aquest marc hem d'anar treballant una capacitat de decisió que els faci créixer amb autonomia i responsabilitat.

Per tant és tracta de poder trobar l'equilibri, donar-los-hi llibertat de moviment i el recolzament que els calgui per que es puguin desenvolupar.

Això vol dir que entrarem en discussions amb ells, però aquesta també és una manera de créixer, madurar, fomentar el esperit crític, l'opinió personal,..... A vegades és una mica esgotador, per tant ens hem de carregar les piles de paciència, d'autocontrol i no cedir.

Als nens els hi resulta molt difícil renunciar al seus interessos i no cedeixen amb facilitat davant de la imposició de límits. Intentaran convèncer-nos amb les seves "arts encantadores" i ens buscaran els nostres punts febles que tant be coneixen per aconseguir-ho

Els adults també precisem de regles i normes, ja que ens donen un marc referencial que ens indica quin és el nostre camí.

El renyar constantment només serveix per enrarir l'ambient i el clima familiar i no serveix de gaire per canviar el comportament. En canvi reaccionar amb calma, relaxació i comprensió davant els conflictes segurament ens facilitarà l'actitud del nen

Només dir "no" quan sigui totalment imprescindible i necessari.
Donar-los-hi missatges clars, curts i entenedors

No amenaçar si no sabem segur que ho complirem i ell haurà de saber-ho abans de que passi.

Si el nen no compleix les normes i els límits establerts, no perdrem el control i sobretot valorarem el moment en que es donen, si nosaltres estem cansats serà més fàcil cometre errors.

Si els hem de castigar, aquests estaran relacionats amb el que han fet i no seran desmesurats i sempre possibles de complir.

Hem de ser CONSEQÜENTS, COHERENTS I ESTAR D'ACORD!!!



POSEM LÍMITS.

1. És essencial observar el conflicte o problema amb distància per entendre millor el seu comportament. També intentar posar-se en el lloc d'ells és fonamental per saber que li està passant pel cap, com pensa i que sent, si sabem el que li està passant, que és el que més l'importa i el que més el molesta. El respecte cap a la individualitat del nostre fill és molt important per aconseguir un bon comportament.
2. Hem de cercar respostes a: que vol aconseguir el meu fill amb aquest comportament, amb aquesta provocació? Perquè vol obeir o perquè es rebel·la davant les normes i els límits? Perquè no els respecta? Que desitja realment?
3. Perquè ens molesta tant el seu comportament? Quins aspectes emocionals ens toca concretament? Potser ens recorda el que nosaltres vam viure i no ens va agradar?
4. Possiblement els pares tinguin opinions diferents davant una situació concreta, segur que el nen sap que fer quan hi ha el pare i que fer quan hi ha la mare, però el que és molt important és que davant una situació no es desautoritzin i que utilitzin l'HEM davant del fill i que vagin en la mateixa direcció. Si no estan d'acord ho poden parlar més tard i sense que el nen/a hi siguin davant. És molt important estar d'acord en les normes i límits.
5. S'ha de poder trobar el moment en que tots els implicats disposin de temps per parlar i hi hagi tranquil·litat. Va molt bé parlar de nosaltres mateixos, "m'agradaria poder canviar,... penso que el millor seria,... em molesta que,..." en comptes de dir "ja t'ho hem dit moltes vegades,..." Això no vull que torni a passa mai més,..." Expliquem com ens sentim, sense explicar-los-hi "la nostra vida" (explicar si, donar explicacions no) per que és bo que els fills ho sàpiguin i al mateix temps també que sàpiguin que poden esperar de nosaltres.
6. Hem de poder donar la oportunitat als fills de parlar sobre ells mateixos sense que es sentin criticats, renyats, amenaçats,... L'hem d'ajudar a expressar-se, "vols dir que no serà que has pensat que,..." i el nen es sentirà reconegut i comprès i de mica en mica s'obrirà i explicarà el que sent, el que ha passat amb més tranquil·litat. Les preguntes de participació com: que creus que ha passat? o que podríem fer per solucionar-ho? el conviden a participar i a sentir-se valorat. Aquesta actitud ajuda a que sigui més responsable davant els acords presos. Hem de tenir en compte que l'última paraula la tenen sempre els pares.
7. Les normes i els límits han de ser fàcils d'entendre, de complir, realistes i realitzables. Els nens hauran de saber-les, per tant les anirem transmeten de manera clara i precisa sent algunes d'obligat compliment. Totes les normes han de portar implícites unes conseqüències quan no es compleixen i ells també n'han de ser coneixedors.



8. Davant d'un acord no ens podem permetre deixar-nos convèncer, ja que per ells no serem pares seriosos i coherents, que en definitiva és el que ells esperen de nosaltres. Hem de tenir paciència perquè no tot funciona a la primera, ha de passar temps i els hem de donar temps.
9. No és aconsellable discutir una i una altre vegada el que ja ha estat acordat per tal de no perdre credibilitat. Als nens els hi és més fàcil respectar les normes quan saben quines seran les reaccions i les respostes dels pares.
10. Les conseqüències que porta el saltar-se una norma o un límit han de ser immediates i relacionades amb el que s'ha fet, també es convenient que siguin mesurades i curtes per tal de que les puguin complir. Les amenaces no ens portaran a cap lloc.
11. No podem oblidar de felicitar, motivar, elogiar, mostrar alegria i satisfacció davant dels avenços dels nostres fills i del compliment de les normes i límits. Les actitud positives i de consideració dels pares en relació al que fan els nostres fills son molt més efectives que els càstigs i les crítiques, però aquestes han de ser sinceres i creïbles per poder mantenir el seu interès, la seva motivació i la seva autoestima.

CAIXA D'EINES

