



General | | Actualitzat el 04/08/2021 a les 09:00

Et costa dir «no» al teu fill o filla? Llegeix...

Què són els límits i per què són necessaris? En què ajuden les criatures?

[inici centrare report] La teva filla que gateja s'apropa a l'endoll. Li encanta. Només vol que tocar-lo i ficar-hi els dits. Tu li dius que no, una i deu vegades i ho segueix fent. O potser el teu fill a prop de l'any vol apropar-se massa al precipici quan aneu d'excursió, i quan l'apartes s'enfada. O la teva criatura voltant els dos anys vol creuar el carrer quan el semàfor està en vermell i costa molt que et doni la mà i s'espera.

Totes aquestes són situacions que tenen a veure amb **posar límits**. És fàcil entendre que totes elles estan relacionades amb la seguretat i integritat física de l'infant i que, per tant, és necessari el límit. **És necessari el no. El fins aquí.** I és que els límits són justament això. Una manera de **contenir-nos i cuidar-nos, física i emocionalment**.

Els límits ens cuiden, ens protegeixen. La paraula límit té a veure amb una vora, amb el final d'alguna cosa, amb una **frontera**. Posar límits significa contenir, tenir cura i protegir. I els límits són inherents a la vida. Tal i com diu Rebeca Wild, **viure significa estar limitat**. ¿Què seria d'un organisme viu sense una membrana que el delimités del medi? Si no tingués aquesta membrana, aquest límit, l'organisme no existiria, es barrejaria, es confondria amb l'entorn.

És només gràcies a la limitació que es produeix el **desenvolupament** - que inclou la separació entre l'interior i l'exterior. És també gràcies a aquesta separació i la seguretat que ens dona, que els organismes podem **interactuar, relacionar-nos i cooperar** entre nosaltres. Com serien les interaccions si no tinguéssim una separació entre interior i exterior? Ens acabariem barrejant i confonent els uns amb els altres.

Si ens fixem en el nostre dia a dia és fàcil entendre la necessitat que tenim de límits, també com a persones adultes. Per començar ens trobem davant d'un espai gairebé infinit que se'ns obre davant dels peus. I necessitem parcialitzar-lo, categoritzar-lo. Per exemple, **casa** nostra és un limitació de l'espai. Però no sentim que ens delimiti, oi? No sentim que ens oprimeixi. Més aviat ens aporta un sentiment de seguretat i recolliment.

Segurament tenim també un **horari** delimitat de feina remunerada. Sabem que estarem treballant de tal hora a tal hora, que veurem a tal client o què farem una cosa en concret. Els límits, els finals, ens ajuden a organitzar l'espai i el temps, que sense límits són gairebé infinits.

[noticiadiari]96/258[/noticiadiari]

El mateix passa amb els infants. El **món**, la vida, el dia a dia, són espais gegantins, que fan fins i tot vertigen. Tenen un món immens (espais, persones, situacions) al davant i és a través dels límits que poden començar a explorar, interactuar i conèixer amb confiança i seguretat. Els límits els ajuden a entendre el que passa al voltant, a crear idees i a saber com han d'actuar en cada moment, en cada situació.

És important entendre aquesta funció vital dels límits. Com a mares i pares, a vegades per l'educació que hem rebut, per la criança que hem viscut, ens costa entendre que els límits són sans. Potser venim d'una **criança molt autoritària o sobreprotectora**, on no ens hem sentit lliures per explorar, per viure, per ser. I volem evitar això a les nostres criatures, volem fer-ho diferent.

I potser, quan posem un límit, quan **diem no**, quan diem fins aquí, s'activen els nostres records, potser dolorosos, dels límits que ens posaven a nosaltres. Potser a aquest desig de relacionar-



nos d'una manera diferent amb les nostres criatures se li ajunta també la incomoditat que suposa posar un límit en certes ocasions.

Segur que gairebé totes ens hem vist a la cua del supermercat, dient-li a la nostra filla que no li comprarem la xocolatina de la Patrulla Canina. I potser hem hagut d'aguantar mirades de judici i desaprovació mentre nosaltres acompanyàvem la seva **enrabiada**. I potser alguna vegada li hem acabat comprant per acabar més ràpid. Perquè estàvem cansades. Perquè ja no podíem sostenir-ho més.

Tot plegat fa que a vegades les adultes tinguem por de posar límits, que ens sentim **insegures**, o que tinguem molts dubtes al respecte de com i quan posa-los. Una de les consultes que més rebo és quan cal començar a posar límits. I la resposta, en realitat, és molt fàcil: quan la teva criatura ho necessiti.

[noticiadiari]96/536[/noticiadiari]

De fet, sense gairebé adonar-nos, des de que els nadons **neixen**, els hi posem límits. "Ui quina son que tens, va anem a dormir". "És l'hora del bany, va que et posaré a la banyera". "Ai tens gana eh, va que et dono teta". Totes aquestes afirmacions que fem ajuden als nadons a ubicar-se, a entendre el que els hi passa, el que senten, a entendre el món i les situacions que viuen. I això és el que hem de seguir fent a mesura que van creixent. Adaptant-ho a cada etapa i a cada moment evolutiu.

Els límits són com camins ja traçats per on poden circular tranquil·lament. Camins que els ensenyen **on està el perill** i on és segur. En absència d'aquests **camins**, forcem a les criatures a traçar-los ells mateixos, i òbviament, no estan preparades per a fer-ho.

Si estem planificant una ruta a peu, ens agradarà saber per on passarem, quanta estona estarem caminant i a quina hora aproximada arribarem. Ens costa imaginar-nos caminant infinitament. És gairebé impossible. El saber com serà el camí i quan acabarà ens possibilita fer-nos una imatge mental, ens dona tranquil·litat, ens permet gaudir de l'excursió quan arriba el moment.

Doncs justament és això és el que fem quan posem límits. Donar a les nostres criatures un **full de ruta**. Una **seguretat** per entendre on comencen elles, on comença l'altre i com es poden moure en aquest món tan gran que tenen per descobrir.

[ficentrareport]