

# Els límits en la criança respectuosa

by [Damara](#) | [acompanyament](#), [infants i famílies](#)



Els límits formen part de la natura... i de la vida.

**Els infants necessiten límits per créixer feliços, lliures i amb autoestima.** Certes limitacions són necessàries – i podríem dir que essencials- per afavorir el desenvolupament sa dels infants. Alhora que promouen una bona convivència social.

L'establiment de límits durant la criança respectuosa continua sent un dels temes més difícils per mares i pares, tal com observem en el nostre servei d'acompanyament familiar. Per això, aquest mes volem dedicar el nostre article a aquest tema tan important en el desenvolupament i creixement dels més petits.

Durant la criança respectuosa i l'acompanyament es parla, i molt, dels límits i de les llibertats dels fills. Però, sabem realment què són els límits i què signifiquen pels infants?

Ens atrevim a dir que no sempre.



Els límits són un acte d'amor cap als infants. **Cuiden, donen seguretat i ajuden als nens/es a entendre com funciona el seu món.** Els límits ensenyen a reconèixer els perills, a tenir responsabilitat i a relacionar-se amb la resta de persones del seu entorn. Qualitats, totes elles, essencials per desenvolupar-se i créixer com persones.

Així i tot, **la dificultat per establir límits i normes és real.** Per què com adults, i sabent dels seus beneficis, hem desnaturalitzat els límits a la infància? Les respostes podrien ser moltes, però des de Damara en volem destacar algunes:

**Els límits mouen l'emotivitat dels infants**, ja que poden enfadar-se, posar-se tristos... i aquestes emocions reclamen la nostra presència i disponibilitat per acollir-les i acompanyar-les. I, com ja hem vist en altres articles com [aquest](#), no sempre és fàcil fer-ho. Principalment, perquè remouen la nostra emotivitat i ens costa sostenir-la, i a vegades també perquè no tenim temps.

Una altra dificultat amb la que ens trobem a l'hora de posar límits és que actualment, degut a la nostra criança, tenim una **gran confusió entre ser autoritat i ser autoritàries**. Sovint ens oblidem que no és el mateix posar que imposar límits. I que un límit no és igual a un càstig sinó a una conseqüència real i coherent. Si pensem que posar límits té a veure amb una educació autoritària ens costarà posar-los de forma tranquil·la i segura.

Com hem vist al llarg d'aquests mesos, la criança respectuosa ens convida a reflexionar i a entendre que les necessitats dels més petits -i del seu moment evolutiu- no sempre coincideixen amb les nostres necessitats com adults. Una divergència que fa que els límits responguin **a la necessitat de cuidar dels infants**, garantint i mantenint la seva seguretat.



Els límits s'han de plantejar des de l'empatia, el respecte i la disponibilitat. Cal ser amorosos/es.

**Els límits han de ser clars i acotats en el temps.** També coherents i aplicables perquè de res serveix un límit que no podem mantenir ni nosaltres mateixes. I, sobretot, han de ser conseqüència directa d'un acte a l'aquí i a l'ara.

Un exemple el trobem quan un infant vol jugar a futbol al menjador. El primer que farem serà establir el límit verbalment "al menjador no juguem a pilota" i li deixarem un espai de resposta. Si l'infant segueix jugant, de manera amorosa, li posarem el límit físic "Veig que és difícil per a tu deixar de jugar, per això guardaré la pilota". L'adult ha de ser coherent i guardar-la i si l'infant s'enfada davant el límit, l'adult ha de ser empàtic amb un "entenc que t'enfadi no poder jugar amb la pilota, però al menjador no juguem a futbol". A vegades es poden oferir alternatives com jugar al pati o anar al parc però no sempre serà possible donar una altra opció.

Com posem els límits?

La manera de comunicar els límits importa. A banda de l'empatia i respecte cal també fer-ho des de la calma -sense cridar o enfadar-nos -, però també sense entrar en tractes amb els infants. Els adults som adults i no entrem en un rol igualitari que podria generar confusió als més petits/es.

Tampoc hem de justificar-nos quan establim límits. Ens hem de mostrar segurs i fermes en les nostres decisions. Si nosaltres tenim clar que el límit que estem posant és bo per l'infant ho farem amb molta més seguretat.

Com a mapares hem d'evitar recórrer al fet emocional i desaprovar al nostre fill/a. En tot cas desaprovar la conducta. Un exemple, dir 'no piquem' i no 'ets dolent'. La segona opció infravaloraria l'infant i, com hem vist, en un procés de criança respectuosa mai ho hem de fer perquè darrere d'una frustració o enrabiada hi ha una necessitat amagada, que hem de saber veure i entendre.

Sabem que no és fàcil combinar tot això, però treballar aquesta manera d'abordar els límits -els infantils i propis- ens permetrà fer-ho d'una manera positiva i saludable pels més petits, però també per nosaltres.

Un consell pràctic: **els límits especificats amb frases curtes i ordres precises ajuden.** Un exemple seria '*aquest és el meu pintallavis i no és per jugar. Aquí tens un llapis i paper per pintar*'.

Malgrat això, sempre hi haurà moments o èpoques que tot serà més difícil tant pel moment evolutiu dels més petits/es, com per la nostra situació personal com adults. En aquests casos, quan no sigui possible portar els límits amb calma i ens trobem davant d'un mal comportament, el millor que podem fer és prendre'ns un moment de calma i, després preguntar amb tranquil·litat què ha succeït. Cal recordar que, com vam veure el passat mes amb l'autocura, voler ser perfectes desnatura la criança. Les nostres expectatives respecte als límits també s'han de regular. Tot serà molt més fàcil o menys frustrant si ho fem.



I si vull educar sense límits?

Els límits, com hem vist, són necessaris i beneficiosos si sabem com establir-los i mantenir-los.

No fer-ho pot tenir conseqüències que van més enllà de l'obediència i el comportament immediat dels infants. L'absència de límits o uns límits incoherents generen vinculacions insegures i ambivalents i fa que les normes deixin d'estar relacionades amb l'acte de l'infant per estar-les a l'estat emocional dels mapares.

A més, sense límits dificultem que els més petits/es aprenguin a autoregular-se provocant serioses dificultats a l'hora de gestionar la seva emotivitat i frustració, així com a l'hora reconèixer les seves necessitats.

Per acabar, si no posem límits deixem sense eines de socialització als infants, que tindran dificultats per relacionar-se amb els altres. Això pot generar infants rebels, que prenen més força que els seus mapares, o bé infants submisos, que perden la connexió amb el seu interior convertint-se en persones dependents i sempre disponibles pels altres.

Davant aquestes opcions, a Damara defensem la necessitat vital dels límits. La criança respectuosa ha de ser-ho amb les necessitats dels més petits/es, però també amb la realitat que els nostres fills/es es trobaran a mesura que creixin i coneixin el món. I aquest món, com la vida, està ple de límits.