

1. IMPORTÀNCIA DEL "NO" I ELS LÍMITS

Els límits i el "no" són fonamentals ja que permeten la constitució de l'Infant com a subjecte diferenciat de l'adult; permeten afavorir la seva autonomia i independència respecte a les figures parentals. Des dels primers moments de vida, l'infant percep a la seva mare com a part de sí mateix i encara no s'ha diferenciat d'aquesta. Mic a en mica la mare anirà posant límits a aquesta relació tan fusional i l'infant serà capaç d'anar posant els seus propis límits tan a nivell corporal com psíquic.



Quan posar els primers límits?

Des d'abans del naixement, el nostre nadó ja disposa dels límits necessaris per a poder-se desenvolupar i créixer dins el ventre de la mare. Més endavant, un cop ha nascut el nadó necessita un entorn de maternatge: ésser acollit, sostingut i acceptat de forma incondicional.

Satisfent les seves necessitats de forma immediata donarem resposta a les seves demandes més vitals i a mesura que anem espaiant aquesta satisfacció de les demandes, ajudarem al nadó a percebre's a sí mateix i ésser capaç d'anar prenent consciència temporal. La mare posarà límits a nivell d'espera que ajuden al nadó a donar-li un espai per anar

integrant aquelles sensacions que es generen en el seu interior.

Al voltant dels 2-3 anys els infants es tornen cada cop més curiosos i hàbils en els seus desplaçaments, iniciant conductes que podrien suposar un risc per a ells. Aquests límits protectors no sempre són ben rebuts pels nostres fills, suposen un sentiment molt potent anomenat frustració i poden desencadenar en una rebequeria.

Com podem ajudar-lo?

- Donar-li un espai, no envair-lo amb verbalitzacions fins que ell estigui receptiu.*
- No reforçar amb la nostra atenció aquesta conducta inadequada o poc ajustada.*
- Alguns nens necessitaran contenció a nivell físic per a poder-se regular. Abracem-lo i verbalitzem allò que està passant.*
- Cada "no" necessita un "SI" . Davant un límit seguritzador, podem oferir alternatives que respectin el seu desig i el nostre límit.*



2. DIFERENTS NIVELLS DES D'ON OFERIR ELS LÍMITS



A través del contacte físic.

A través de la paraula.

A través de la mirada.

A través de la representació.

3. TEORIA DEL VINCLE

Bowlby, 1969 va definir el vincle com la "Vinculació afectiva que s'estableix entre dues persones com a resultat de la interacció i que els porta a mantenir una proximitat i contacte, i del qual se'n deriva seguretat i protecció"

Ainsworth y Witting van avaluar la qualitat del vincle a partir de l'experiment anomenat "la situació de l'estrany". Consistia en una Situació estructurada de laboratori dissenyada per a produir estrés en el nen i activar les conductes d'apego. Els resultats de l'estudi van definir dos tipus de vincles: Vincle segur i Vincle insegur

El tipus de vincle que s'estableix amb la mare determinarà el comportament posterior del nen, la manera com aquest es relaciona amb l'entorn, amb els iguals i amb l'adult.

4. ALGUNES ESTRATÈGIES

REFORÇ POSITIU: És la millor estratègia en control de conducta, genera autoestima i respecte. Consisteix en reforçar de forma positiva aquells comportaments que volem que es donin amb major freqüència. Cal tenir en compte: Elogiar conductes molt concretes. Utilitzar el reforç social, privilegis o petits premis. Ser coherent i consistent amb els nostres elogis

EXTINCIÓ: Estratègia per a reduir conductes inadaptades. Consisteix en deixar d'atendre un comportament per reduir o evitar que aquest es repeteixi. Cal assegurar-nos que no hi hagi cap factor que reforci la conducta que volem extingir. Al principi de l'aplicació, la intensitat i la freqüència de la conducta augmentarà, això no vol dir que l'estratègia no funcioni, sinó que hem de persistir de forma consistent fins a observar una disminució de la conducta desajustada. Recordar que volem extingir un comportament concret, no a la persona... caldrà estar atent al nen i felicitar-lo i elogiar-lo quan mostri altres conductes diferents a les que estem extingint.

Maria Gilart Barbé, Psicòloga i
Psicomotricista

Orum Center- CDIAP Segrià.