



Universitat
de les Illes Balears

pares i mares

Quan hem de posar límits i quan podem ser permissius amb els fills i les filles?

COMPROMESA
AMB L'AGENDA 2030



seras.uib.cat

Vicerektorat
d'Estudiants



CONSELLERIA
DE FONS EUROPEUS,
UNIVERSITAT I CULTURA
DIRECCIÓ GENERAL
POLÍTICA UNIVERSITÀRIA
I RECERCA

PortUIB

Programa d'orientació i transició
a la Universitat

La majoria dels pares i mares volem el que sigui millor per als nostres fills i filles. Per això, és necessari saber que l'estil educatiu que apliquem mentre els criem serà cabdal en el seu desenvolupament com a criatures i com a persones adultes. I ja no solament en això, sinó també en l'estat d'ànim, el comportament, la manera de relacionar-se amb els altres, l'autonomia, el benestar, etc.

Hi ha, principalment, quatre estils educatius: l'autoritari, el permissiu, l'indiferent i el democràtic, que es diferencien segons les estratègies disciplinàries, l'estil de comunicació i les expectatives de control i maduresa, entre d'altres.

Estils parentals

Autoritari

Disciplina bastant severa, imposa regles molt estrictes. Normes i límits molt rígids. Fomenta més l'obediència i no tant la responsabilitat i autonomia del fill. No explica les conseqüències negatives dels seus actes, sinó que vol que li faci cas i ja està.

Són pares controladors, que no donen suport emocional als fills ni tampoc llibertat per expressar les seves opinions i necessitats. En canvi, recorren tot sovint al càstig, a les amenaces i, fins i tot, a la violència.



Els nins educats amb aquest estil solen ser molt disciplinats, formals, treuen notes molt bones, però també solen estar molt reprimits i tenir problemes d'autoestima i inseguretat.

Permissiu

Els pares permissius són bastant tolerants i no estableixen ni normes ni límits. Tenen poc control de les situacions i són un punt sobreprotectors, ja que acostumen a protegir els fills dels perills. Els nins educats amb aquest estil solen tenir un rendiment acadèmic baix, poden comportar-se malament perquè no volen fer cas ni a figures d'autoritat ni a les regles. Freqüentment, també presenten baixa autoestima i inseguretat. Solen ser fills capritxosos i consentits. En aquestes famílies és habitual la síndrome de l'emperador: els nins són els qui posen els límits als pares.

Indiferent o negligent

Aquests pares no s'impliquen en l'educació dels fills: ni els donen suport emocional ni els posen límits. Els nins se senten desprotegits, molt perduts, fins i tot abandonats. També solen presentar una autoestima molt baixa i tristesa. En ser adults, poden tenir problemes emocionals i psicològics seriosos.

Democràtic

És el més saludable. Els pares posen límits fermes que s'han de complir, però també donen suport i afecte als fills, i tenen en compte



el seu punt de vista. Solen explicar als fills les conseqüències que pot tenir la seva conducta negativa. Donen molta d'importància a les emocions i a la comunicació. Els nins amb pares d'aquest estil solen desenvolupar una bona autoestima i gestió emocional. Aquest estil fomenta l'educació positiva i respectuosa. Consisteix a fomentar l'autonomia dels fills repartint el control i la presa de decisions. Hem d'oferir als nins alternatives des que són petits.

Per gestionar el control, aplicam **tres habilitats parentals**.

Utilitzarem cada llum, segons la capacitat que tingui el fill d'assumir la responsabilitat d'una situació determinada.



● Dir que no

Aquí el control de la situació la té l'adult; és ell qui pren les decisions. El fill no les pot prendre, perquè pot córrer perill, pot perillar el seu benestar; per tant, l'adult ha de dir que no.

Per què és important dir que no

- Per protegir-los quan no tenen recursos per afrontar una situació amb responsabilitat.
- Per aprendre a dir que no als altres.
- Per aprendre a posar-se límits a ells mateixos.

- Per aprendre a dir que no amb assertivitat. Si els diem que no amb agressivitat, ells també diran que no als altres de manera agressiva. Si ho fem de manera assertiva, ells ho reproduiran de la mateixa manera.

Quan ens insisteixen i ens intenten manipular per aconseguir el que volen, no hem de perdre el nervis ni hem d'afluixar, sinó que hem de ser assertius i complir tres objectius:

- Defensar el nostre posicionament.
- Autocontrol emocional; no ens hem d'enfadar.
- Que la relació amb aquella persona no es perdi.

Quan diem que no als fills, hem de mantenir sempre la coherència entre el que pensam, diem i fem. Si els diem una cosa i després en fem una altra, som incoherents i perdem credibilitat en situacions futures.

● Negociar

Amb la llum taronja, el control de la situació es pot i s'ha de compartir, perquè vol dir que el nin ja té recursos per participar i decidir. Ja pot assumir responsabilitats, però encara necessita supervisió adulta.

Els hem d'ensenyar que és important que hi hagi un equilibri entre les obligacions i els desitjos, entre el temps dedicat a activitats divertides i el dedicat a les obligacions.



● Traspàs de la responsabilitat

Aquí el control de la situació i la responsabilitat és del menor. Ja té recursos més que suficients per assumir les conseqüències de les seves decisions, per tant, li passam la responsabilitat.

Amb la llum verda, l'adult ja no pot controlar aquella situació i és possible que sorgeixi la preocupació. Recordem, però, que hem de ser coherents entre el que pensam, diem al fill i el que fem. Si comprovam que aquesta llum no va bé en una situació determinada, sempre podem recórrer a la llum taronja o a la vermella.

Hem d'utilitzar el verd sempre que puguem, per fomentar l'autonomia dels fills i puguin afrontar situacions per si mateixos. Ara bé, quan «estan tots sols davant el perill» no han de sentir-se tots sols, sinó que han de saber que hi som, sense ser-hi; com si fóssim un comandament a distància.

Com més protagonisme tingui l'adult, més infantilisme i dependència tindrà el fill. Quan decidim utilitzar la llum verda, no li hem de dir què ha de fer, ho ha de decidir ell.

Funcions parentals

Les habilitats parentals (dir no, negociar i traspasar responsabilitat) es recolzen en dues grans funcions parentals:

- **L'amor incondicional:** el menor necessita sentir-se acceptat, sentir seguretat emocional, saber que els pares l'estimaran i que rebrà afecte passi el que passi.
- **Control respectuós:** consisteix a posar límits respectant els seus ritmes evolutius, regulant les seves necessitats per a la seva autonomia progressiva. I s'ha de fer amb assertivitat, evitant les formes agressives, o cedint davant les seves insistències.

En resum, el semàfor intel·ligent serveix per:

- Equilibrar les dues funcions parentals: amor incondicional i control respectuós.
- Distribuir les tres habilitats parentals: dir que no, negociar i traspasar la responsabilitat.
- Per fixar-nos més en les emocions i equilibrar-les amb la part racional.





Universitat
de les Illes Balears