

... Seguimos hablando de los límites *

Marian Rosales Pajuelo **

En las charlas que se dieron en el Trinity College, se pretendía transmitir de forma clara una serie de alineamientos psicoanalíticos sobre temas donde los padres habían mostrado un interés para luego abrir un espacio de preguntas e inquietudes con ellos.

Con dichos encuentros también pretendemos que los padres conozcan nuestra forma de pensar y el lugar que ellos ocupan en esta manera de plantearnos la crianza.

En la primera sesión realizada el 10 de diciembre de 2021, hablamos de las funciones maternas y paternas en la crianza de los hijos. La función materna que sostiene al bebé desde el nacimiento, lo alimenta, lo cuida. Ese vínculo tan especial que se crea, que es único en cada díada madre-hijo y que va a constituir un fondo de armario en la vida de la persona.

El bebé estará en un continuo de ilusión-desilusión. Cuanto más pequeño más cerca de la ilusión. Hay un autor, Daniel Stern, que destaca la importancia de ese espacio que se genera con las aproximaciones no con los aciertos plenos, no somos adivinos, es una relación que se construye genuinamente desde la persona de cada uno.

Esta díada será sostenida por la función del padre, que va a posibilitar que esta relación tan íntima y compleja se establezca, al igual que la sostiene, a su tiempo su función es fundamental para recordar a la madre que ella no es el hijo, y al hijo hasta donde puede llegar con su madre.

Plantecemos la importancia del no, y del equilibrio en la crianza entre el no y el sí.

En la segunda sesión, realizada el 25 de noviembre 2022, al plantearnos hablar de los límites, pusimos sobre la mesa que éramos conocedoras de las sensaciones de malestar que conllevaba dicha tarea. Palabras como frustración, impotencia, no saber, hastío... seguramente son las que más acuden a la mente cuando esta tarea se ha vuelto un campo de batalla. Les transmitimos que todas las acepciones anteriores había que conjugarlas con palabras como, creatividad, expansión, libertad, desarrollo... para así poder constituir el campo de juego donde lo permitido y lo prohibido están presentes y la articulación entre ambas se dará de manera única en cada persona.

Destacamos una serie de ítems evolutivos en distintas edades de desarrollo que nos parecieron útiles para conocer qué se puede esperar del niño en cada etapa, y qué características psicológicas aparecen, destacaré

algunos que dan cuerpo al tema del artículo, los límites estructurantes, límites para la vida.

La aparición del lenguaje en los niños de 18-24 meses va a producir ricas interacciones en la que los padres ayudan, estructuran y elaboran, respondiendo a la sensibilidad, los deseos y las capacidades del niño. El aumento de la capacidad móvil y física conduce a la necesidad de establecer límites, el niño puede hacerse daño y causar daños, también será el momento que la sociedad pide a los padres que empiecen el proceso de socialización del niño en serio.

En este periodo Daniel Stern nos va a hablar de la zona creativa de los límites, las zonas grises, en su libro "La constelación maternal".

El campo que se va definiendo entre lo que se permite y lo que se prohíbe irá definiendo los límites necesarios para que el desarrollo y sus potencialidades puedan desarrollarse. Para que esta potencialidad sea posible definir por donde se prohíbe, por donde se abre, es algo específico de los padres con sus hijos y en gran parte se trata de estar en las vidas de los hijos, conocerlos y desconocerlos, en compartir afectivamente con ellos la experiencia de vivir.

Es difícil poner los límites si no se juega con los hijos. No solo jugar a algo concreto, que también, porque ahí cada uno pondrá su sello, su estilo propio; jugar en el sentido de generar ese espacio de reciprocidad donde estén presentes semejanzas y diferencias. Jugar en el sentido de jugarla, ese espejo amodal que responde en un registro distinto, pero en sintonía con lo que el niño emite. Los límites van a ser estructurantes, van a custodiar el desarrollo del niño y que sus potencialidades se lleven a cabo.

Los límites se sostienen sobre el amor, o dicho de otro modo, el buen amor lleva implícito los límites. Son dolorosos para quien los pone y para quién los recibe.

- Los límites se generan desde el ofrecimiento del otro (hoy en día los padres proponen cosas, no se proponen a sí mismos). Todo esto en relación con que los límites estructurantes que protegen tienen que ver con hasta donde puedo llegar con el Otro, y hasta donde llego conmigo mismo. Es decir, se va constituyendo un campo de juego con el otro, donde las marcas que van quedando sobre el terreno de juego irá definiendo, transformando distancias, acercamientos-alejamientos en el vínculo.

- Los hábitos en la primera infancia preceden a los límites como lo detalla Miriam Botbol en su libro. "El

orgullo de descubrir 3-6 años”. El arte de permitir y prohibir se basa en la complementariedad entre limitar adecuadamente la conducta infantil y el aprendizaje de nuevos hábitos de comportamiento y relación.

- Los premios y castigos pueden funcionar como marcadores de límites, pero es más importante dar la oportunidad de reparar. Hacer algo distinto irá constituyendo las bases para que el super yo sea una estructura protectora que permita que se pueda transformar el error cometido, hecho fundamental que enmarcará la experiencia de una identidad dinámica, no cosificada por carteles de bondad y maldad.

En el trabajo con padres nos acompañamos de autores de otros campos, pedagogía, sociología, que consideramos que especifican o aterrizan planteamientos psicoanalíticos.

Por ejemplo, de la mano de Francesco Tonucci, pensador, psicopedagogo y dibujante, nos adentramos un poquito a través de sus dibujos en la mirada del niño con ilustraciones de su obra “40 años con ojos de niño”. Su humor agudo ayuda a generar un clima de trabajo cercano sobre conceptos arduos.

La importancia de escuchar al niño y desde un lugar adulto dar una respuesta a esa mirada, a esa necesidad.

El economista y profesor de Sociología Salvador Cardús, nos plantea en su libro “El desconcierto de la educación” que, si los padres no cogen las riendas de la educación de sus hijos, otros u otras cosas las harán, abriéndose el campo de los riesgos que un niño o un adolescente puede correr hoy en día.

Es decir, en el tema de los límites los padres son los protagonistas, los libros pueden ayudar, si no se convierten en el objetivo a cumplir. Es un saber de sabor de cada padre con su hijo, donde lo que se entiende,

se transmite de forma personalizada. Transmitir esta apasionante tarea y legitimar ese lugar, que muchas veces queda camuflado con recetas, teoría famosas, y cuestiones más complejas, como sin lugar a dudas el lugar que ocupa ese hijo en cada padre, que, en este artículo, ni en la sesión pudimos desarrollar.

El desconocimiento del desarrollo de los niños y adolescentes es un motivo por el que a veces los padres son espectadores de situaciones donde no saben como situarse y lo traducen de forma errónea. En el espacio que posteriormente se crea con ellos, nos transmitieron su sorpresa ante algunos hechos del desarrollo que destacábamos, que para ellos no era significativo, como fue el tema del pudor.

El tema de las nuevas tecnología también fue un tema princeps en las preguntas que planteaban los padres.

En nuestra exposición nos servimos de la valiosa aportación de Serge Tisseron, médico, psiquiatra, psicoanalista, miembro de la Academia de las Tecnologías.

Creador de la regla “3,6,9,12”, da pautas a padres para que los niños puedan utilizar las pantallas, aprendan a usarlas y a prescindir de ellas. Este autor orienta a que los padres hablen mucho con los niños para poner palabras sobre las experiencias que van adquiriendo.

Encuentro muy enriquecedor presentar a los padres profesionales que se dedican a investigar con el objetivo de hacer más placentera la crianza. Psicoanalistas que editan libros, artículos que les pueden ayudar a entender, a generar un marco donde poder moverse con libertad, donde el psicoanálisis aparece muy cerca de las necesidades de los padres en un tiempo donde la forma de crianza ha cambiado radicalmente en muchos aspectos.

Dialoguemos en familia...

- Cenemos juntos, sin televisión, ni tablet táctil, para poder conversar. Está demostrado que este no es el mejor indicador de buenos resultados escolares y de la integración social futura de un niño.
- Dar prioridad a una colección de dvd's donde el niño pueda elegir antes que la televisión. La duración es limitada y podrá mirar una y otra vez la película hasta que la entienda correctamente.
- Priorizar siempre las pantallas compartidas que las solitarias. Por ejemplo, hacer habitual el ver una película con vuestros hijos aunque sea difícil controlar su uso.
- Para evitar que nuestro hijo se sienta dueño de una consola o de una tablet, aunque sea difícil de controlar los usos, debemos decretar que todas las pantallas son de la familia. Si tiene hermanos hacer un plan de su utilización. Así aprenderán a organizarse juntos.
- Para el teléfono móvil, decidamos un lugar donde todos los miembros de la familia lo dejen, a la hora de comer y por la noche, a partir de una cierta hora. ¡Esto evitará al adolescente la tentación de dormir con el suyo!

CRECIENDO CON DISPOSITIVOS DIGITALES

| | | | | |
|--|---|---|--|--|
| <p>Antes de los 3 años Tu hijo necesita encontrar sus referencias y descubrir sus sentidos contigo.</p> | <p>De los 3 a los 6 años Tu hijo necesita descubrir sus capacidades.</p> | <p>De los 6 a los 9 años Es importante que tu hijo descubra las reglas del juego social.</p> | <p>De los 9 a los 12 años Tu hijo necesita explorar la complejidad del mundo.</p> | <p>Después de los 12 años Tu hijo se aleja cada vez más de los códigos de la familia.</p> |
| ¡Jugad, hablad, apagad la tele! | Limitad las pantallas, compartidas, hablad de ellas en familia. | Cread juntos con las pantallas, explicale lo que es internet. | Enseñale a protegerse y a proteger lo que comparte. | ¡Debes estar presente! Todavía te necesita. |

Las pantallas adaptadas a cada edad

Antes de los 3 años

Jugar con tu hijo es la mejor forma de favorecer su desarrollo.

Son mejores los cuentos que leemos juntos, las canciones infantiles y los juegos que nos permiten compartir las pantallas.

La televisión encendida perjudica los aprendizajes de tu hijo, incluso si no la mira.

Jamás tener tele en la habitación.

Las herramientas tecnológicas siempre acompañados, por el único placer de jugar juntos.

De 3 a 6 años

Establecer reglas claras sobre el tiempo de uso.

Respetar las edades indicadas para los programas.

La tablet, la televisión y el ordenador en el salón, nunca en la habitación.

Prohibir las herramientas numéricas durante las comidas y antes de dormir.

Pondría no utilizarlas nunca para calmar a mi hijo.

Jugar juntos es mejor que jugar solo.

De 6 a 9 años

Determinar reglas claras sobre el tiempo de uso y hablar con él de lo que ve y lo que hace.

La tablet, la televisión y el ordenador en el salón y nunca en la habitación.

Configurar la consola de videojuegos.

Hablar del derecho a la intimidad, del derecho a la imagen y de los tres principios de internet:

- 1) Todo lo que se publica es de ámbito público.
- 2) Todo lo que se publica quedará eternamente.
- 3) No debemos creer todo lo que nos encontramos.

De 9 a 12 años

Determinar con mi hijo la edad a partir de la cual tendrá un teléfono móvil.

Tiene el derecho de consultar Internet, pero decidir si es solo o acompañado.

Decidir con él el tiempo que va a dedicar a las distintas pantallas.

Hablar con él de lo que ve y lo que hace.

Les recordar los tres principios de internet.

Después de los 12 años

Mi hijo puede consultar internet solo, pero debo decidir con él los horarios que debe respetar.

Hablamos juntos de las descargas, los plagios, la pornografía y el acoso.

Por la noche cortamos el wifi y apagamos los móviles.

Me niego a ser su "amigo" en las redes sociales.

Terminamos la sesión transmitiendo que "El amor es dar lo que no se tiene a quien no lo es". Como broche al planteamiento de que no hay certezas, terreno asegurado en el campo de la crianza y de los límites.

Bibliografía

- Stern, D. 1997. *La constelación maternal*. Paidós.
- Tisseron, S. 20018 .3,6,9,12 *Apprivoiser les écrans et grandir*. Erès

Participación del Centro Hans en la escuelas de padres de Trinity College en noviembre de 2022.

****Sobre la autora:** Marian Rosales Pajuelo es Psicóloga General Sanitaria. Psicoterapeuta acreditada por Feap y Efpa (la europea del Cop). Puesta en marcha del CAT de Aranjuez donde ejerció como Coordinadora y Psicoterapeuta de niños y familias.