

SUGERENCIAS PARA PADRES
POR UNA
INFANCIA FELIZ

Haciendo camino ¡juntos!



Nº 3
Los Límites

...Un tema de
grandes y niños.



***Poner límites es sano,
es un acto de amor ayudar a los niños
que encuentren un camino saludable
en sus vidas...***

La palabra “límite” tiene que ver con el borde, con el término o final de algo, tiene que ver con la frontera, tiene que ver con “hasta aquí es suficiente”.

La función de poner límites significa contener, cuidar y proteger. Nunca es tarde para poner límites y es importante para el desarrollo emocional del niño.



Desde el inicio de la vida tenemos límites. Cuando un bebé nace, todo es confuso. Nadie recuerda este momento, pero desde el inicio de la vida las personas que cuidan del niño comienzan a poner límites: cuando se da el pecho o la mamadera, cuando se prepara para ir a dormir, cuando es el momento del baño... Esto permite al bebé adquirir unos hábitos, una rutina y poner orden en su pensamiento por eso decimos que desde el nacimiento se ponen límites que ayudan y organizan al niño en todo sentido.

¿Cómo empezamos, por dónde?

El respeto es una base importante para un buen entendimiento entre padres, madres e hijos, de una forma recíproca. Los hijos deben respetar los padres, pero los padres deben respetar los hijos. A partir del respeto, adaptaremos y transformaremos las normas, los acuerdos y las rutinas en función de las edades y las necesidades de los niños.

Poner límites no significa gritar, amenazar o hacer reproches. Cuando se pone un límite y, como consecuencia, el niño tiene una rabieta o enojo, es importante mantener la calma y no asustarse. Es significativo poder hablar en los momentos que no hay pataleo, encontrar tiempos de reflexión con el niño, es básico para su buen desarrollo emocional.



Acuerdos importantes

Es importante que cada día intentemos buscar un espacio para escuchar a nuestros hijos, nos detengamos un momento a pensar cómo está: ¿Está contento? ¿Está triste? ¿Se siente frustrado? ¿Por qué no me hace caso? Es fundamental crear un vínculo seguro y de confianza para que los niños puedan manifestar lo que les sucede y de este modo entender cuál es la mejor opción para ayudarlos.

Entre todos... PODEMOS

- *Poner límites no es una tarea fácil y por supuesto, no hay una “receta” mágica.*
- *Los límites protegen y contienen. Dan seguridad.*
- *Es importante poder escuchar y reflexionar.*
- *Tener una actitud de enseñar, no de mandar.*
- *Los adultos somos un modelo a seguir por los niños.*
- *Es fundamental dejar claro qué conducta es adecuada y cuál no lo es, siempre explicándole el por qué de cada situación.*
- *Es necesario aplicar unas reglas de juego que son la base y fundamento para formar niños responsables.*
- *Aplicar los límites y normas a las circunstancias personales y edad del niño.*
- *Cuando los adultos ponemos límites, puede producir rabia y enojo en el niño. Es normal. Con el tiempo los límites calman y dan tranquilidad.*
- *Es importante que el niño pueda expresar sus sentimientos..*
- *Debemos crear una ambiente de respeto.*
- *Hay que dar las órdenes con claridad, con firmeza y amabilidad y luego agradecer siempre lo hecho.*
- *Es importante poner normas y límites por amor y convencimiento, nunca por miedo o por coacción.*

• **Si el otro progenitor le ha llamado la atención al niño, ¿puedo desacreditar lo que éste dijo?**

Los límites deben ser mantenidos y en lo posible, acordados por ambos padres. Si pensamos que el otro progenitor se ha excedido, tendremos que hablar con él, sin el niño presente y valorar la modificación del reto, siempre que se esté de acuerdo. El progenitor que ha llamado la atención al niño será el encargado de modificar lo que se le ha dicho, explicando al hijo las razones o llegando a un acuerdo, pero nunca debemos desautorizarnos entre los adultos ante los hijos.

• **Siempre sucede que los padres trabajan muchas horas y cuando llegan al hogar, prefieren pasar un buen rato con los hijos y evitar enfrentamientos.**

¿Está bien sentir culpa y por tal motivo no poner límites cuando el niño lo requiera?

Debemos procurar que el tiempo que pasamos con los hijos sea de calidad, pero esto no debe ir en detrimento de educarlos y ponerles límites. Si no queremos enfrentamientos, podemos poner las normas de forma tranquila y firme pero no dejar de hacer lo que quieran para evitar conflictos. Dar opciones nos puede ayudar a que el niño también tenga sensación de que decide. En relación al cambiado por ejemplo, dejar que elijan entre dos pantalones que nosotros habremos decidido previamente.

*Equipo Directivo y de Orientación
Nivel Inicial*

