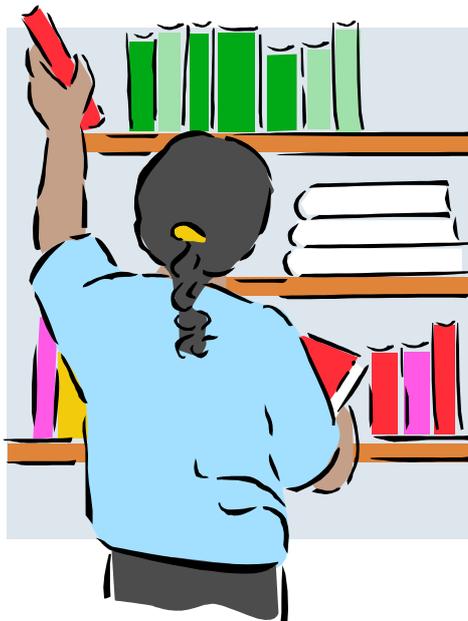


NORMAS Y LÍMITES



GUÍA PARA PADRES Y PROFESORES

**EOEP DE BEMBIBRE
CURSO 2009 - 10**

SIN MIEDO A LOS LÍMITES

- No hay que tener miedo a los límites, son **beneficiosos**.
- Una educación sin límites no se puede concebir y lo que es peor no funciona.
- Los límites son una **referencia**, ayudan al niño a tener claro que puede y que no puede hacer.
- En cada casa debe haber unos límites, el niño ha de **conocerlos** y saber las consecuencias de cumplirlos o incumplirlos.
- Los límites **consensuados** permiten la misma reacción de los padres ante similares situaciones y comportamientos y evitan desprestigiar la autoridad de la pareja delante del niño.
- Unos límites muy flexibles que cambien según el estado de ánimo de los padres, provocarán inseguridad en el niño.
- Los límites no funcionan cuando no se transmiten de forma clara, son contradictorios (el padre dice una cosa y la madre otra), no hay consecuencias (positivas o negativas) o se pide al niño que haga algo que los padres no hacen.
- Lo perjudicial para el desarrollo del niño es establecer unos límites demasiado estrictos, fijar un número excesivo de normas o no poner ningún tipo de límites a su comportamiento.

DE LOS TRES A LOS SEIS AÑOS EL NIÑO APRENDE A OBEDECER

Muchos padres de niños de cinco años se quejan de que les dicen las cosas y no hacen caso. A esta edad la mejor forma de que aprendan es con hechos. Cuando se dice al niño que recoja los juguetes es preciso acompañarlo y enseñarle como llevarlo a cabo, pero cuidado, los padres no deben terminar por hacerlo ellos. Le acompañan y enseñan pero luego tienen que retirarse y dejar que sea él quien termine.



Otro error común es decirle “recoge, lávate las manos y siéntate a la mesa para cenar” demasiadas órdenes juntas a esta edad hay que presentarle las instrucciones de una en una y darle tiempo para que cumpla la primera antes de indicarle la segunda y no olvidemos la parte final, importantísima para el aprendizaje de los límites, reforzarle siempre que lo haga:” ¡qué bien has recogido los juguetes!”.

A medida que el niño va creciendo ha de incorporar nuevas responsabilidades cada vez más complejas puesto que va adquiriendo las habilidades necesarias para desempeñarlas.

PRUEBA A HACERLO TÚ

ANTES DE DAR UNA ORDEN

A la hora de recordar una norma será necesario dar una orden al niño.

- Debemos estar absolutamente seguros y convencidos de que el niño tiene que cumplir lo que le pedimos.
- Pensemos qué haremos en caso de que el pequeño no obedezca. Hay que estar convencidos de que, como ya le hemos advertido, cumpliremos las consecuencias sin titubeos.

LOS GESTOS DICEN MUCHO DE NUESTRA ACTITUD

Una vez explicada la norma, se traduce en órdenes. Para dar una orden de forma eficaz hay que transmitir seguridad, estar convencidos de que lo que pedimos debe cumplirse, porque de eso dependerá en gran medida que el niño nos obedezca o no.

Cuando hablamos de mantener una actitud firme y segura nos referimos no sólo a lo verbal sino también a lo que transmitimos con el resto del cuerpo: gestos, tono de voz, posición del cuerpo. Los gestos tienen que ayudarnos a apoyar el mensaje verbal.

ENSAYOS ANTE EL ESPEJO

Estar convencido a veces no es suficiente. Lo mejor es ponerse delante del espejo y entrenarse. La imagen que nos devuelva podrá aportarnos muchos datos acerca de lo que debemos modificar.

Aquí van una serie de componentes de la comunicación no verbal que pueden resultar muy útiles:

- Buscar el contacto visual antes de hablar; si el niño nos mira es más fácil que nos atienda.
- Las manos se mueven más pero se miran menos que la cara. Debemos centrar la atención en los gestos de nuestro rostro.
- Brazos en jarras y piernas semiabierto ayudan a expresar determinación en lo que estamos pidiendo.
- Un carraspeo consciente puede advertir al niño de nuestra disconformidad con lo que está haciendo sin necesidad de decírselo. Lo mismo ocurre si negamos con la cabeza.
- Hay que respetar el espacio personal del niño (al menos medio metro) no debemos echarnos encima si no queremos parecer agresivos.



PARA QUE EL NIÑO ESCUCHE

No debemos gritarle desde la otra punta de la clase. Hay que acercarse a él, ponerse a su altura, echarse un poco hacia delante, utilizar el dedo para que fije la mirada y entonces contarle lo que tiene que hacer. Si no conseguimos que nos mire, podemos utilizar el espacio de los brazos para marcar un círculo imaginario entre él y nosotros, agarrarle sin hacer fuerza pero con decisión, cogerle de la barbilla y girarle la cara hasta establecer contacto visual. En ese momento, y durante unos segundos, es seguro que estará atento a lo que decimos.

En cuanto a la voz, podemos grabarnos dando una orden y comprobar que:

- El volumen sube un poco más del que utilizamos con normalidad, lo que no significa que gritemos.
- Expresamos la orden hablando un poco más lentamente de lo normal. Eso tendrá más fuerza y el niño lo comprenderá mejor. Además, le transmite calma.
- Somos claros, nos referimos sólo a la orden, olvidamos las coletillas, los rodeos o las justificaciones, somos concretos y vamos al grano.
- No titubeamos.

CÓMO DAR UNA ORDEN

- Limitarnos a una sola instrucción.
- Ser claros.
- Marcar una pausa para ver si el niño nos ha entendido.
- Repetir el mensaje si el niño no ha sabido hacer lo que le hemos pedido.
- Hacer con él lo que le hemos pedido: podemos acompañarle e iniciar la acción con él, una vez que empiece a hacerlo nos retiramos para que continúe el solo.
- Reforzarle cuando nos haga caso.
- No iniciar otra actividad hasta que no se haya cumplido la orden.



NORMAS DE COMPORTAMIENTO PARA LOS PADRES Y PROFESORES

Los adultos deben comprometerse a no hacer uso de:

1. Chantaje emocional.
2. Amenazas.
3. Negociación de las normas o justificación de nuestra actitud.
4. Risas mientras damos una orden.
5. Forcejeos y descalificaciones.

REACCIONES FRECUENTES CUANDO A LOS NIÑOS SE LES DICE QUE NO

Insultos y malas contestaciones:

Proponemos hacer lo siguiente:

- No responder al niño con gritos e insultos.
- Reflejar tranquilamente lo que está pasando.
- Expresar en primera persona el enfado y decirle cómo hacerlo de otra manera.
- Avisarle de lo que va a ocurrir (ej. “cuando estés más tranquilo y me hables más bajito, te escucharé”)
- Darle un tiempo de reflexión.
- Retomar el contacto.
- Reforzar
- Y vuelta al principio: retomar la orden que se le dio al comienzo.



