



## Pone a Prueba los Límites

**Categoría:** Independencia

### Comportamientos Relacionados

- Desobedece
- Imprudente
- Irresponsable
- Atrevido/a
- Rompe las Reglas

### Qué Hacer:

**Hable consigo mismo.** Dígase a sí mismo, “Tal vez no me guste, pero puedo tolerarlo. Esto es lo que hacen los niños normales, sanos y curiosos. Ellos ponen a prueba los límites, así como mi hijo.”

**Empatía.** Dígase a sí mismo, “Puedo ver este problema desde el punto de vista de mi hijo – él no sabe qué es peligroso y qué no lo es. Creo que entiendo cómo se siente– ¡Tiene curiosidad por todo!”

**Enseñe.** Dígase a sí mismo, “Es importante que mi hijo aprenda los peligros de morder un cable eléctrico o de escalar la cerca trasera. Le enseñaré cómo explorar su mundo de forma segura y darle la libertad que él quiere cuando pueda manejarla. ¡Equilibrio es la clave!”

**Cree Reglas.** Al hacer reglas sobre dónde puede ir y dónde no puede ir su hija, le da a los límites que necesita para sentirse segura y saber qué esperar. Diga, por ejemplo, “La regla es, debes preguntarme primero antes de irte del patio de juegos.”

**Practique y elogie el seguir las reglas.** Diga, “Yo sé que quieres cruzar la calle para ir a la casa de Ellie. Vamos a practicar como cruzar la calle de forma segura.” Luego cuando su hijo pida que lo ayude a cruzar la calle, diga, “Gracias por pedirme cruzar la calle. Alto en la curva. Ahora toma mi mano, para que podamos cruzar la calle con cuidado.”

**Haga cumplir las reglas del casco.** Antes de que su hijo salga a andar en su bicicleta, patín de diablo o patineta, asegúrese de que siga la regla de usar un casco protector al estar manejando la bicicleta. Verifique con frecuencia para asegurarse de que está siguiendo la regla y elógielo por hacerlo.

**Sea consciente.** Ate campanas a los zapatos de su hija, así usted sabrá donde está en la casa en todo momento. Cuando la casa esté muy callada, es tiempo de ir a revisar.

**Ofrezca recompensas por permanecer dentro de los límites.** Anime a su hijo a permanecer dentro en los límites recompensándolo por hacerlo. Por ejemplo, diga, “Me alegra que te quedaras en el patio de juegos. Ahora te puedes quedar a jugar cinco minutos más.”

**Esté presente.** Solamente puede enseñar a su hijo a lidiar con sus reglas y límites si está ahí, con él.

**Tenga consecuencias por no seguir las reglas.** Enseñe a su hijo que no seguir las instrucciones de quedarse en el patio de juegos, por ejemplo, hace que la diversión se detenga. Diga, por ejemplo, “Porque te fuiste del patio de juegos sin permiso, no podremos venir aquí mañana.” Luego cumpla con la consecuencia que usted ha dicho por no seguir la instrucción – no habrá patio de juegos mañana.

**Sea consistente.** Asegúrese de hacer cumplir la regla cada vez que su hijo la rompa. Esto le enseña que usted habla en serio. También le ayuda a sentirse más seguro de sus acciones cuando está lejos de usted, porque sabrá claramente lo que usted espera que haga – el seguir las reglas en la guardería, escuela, campamento, etc.

**Utilice elogios frecuentes por permanecer dentro de los límites.** Mientras observa a su hijo explorar o jugar afuera, tómese el tiempo de elogiarlo por permanecer dentro de los límites. Por ejemplo, diga, “Me gusta cómo te quedas en el patio,” o “Estás siendo muy cuidadoso cuando escalas.”

#### **Qué no hacer:**

**No nalguee a su hijo/a por salirse a la calle.** El golpear no le impide a su hijo que vuelva hacer algo otra vez – solamente lo motiva a esconderse de usted la próxima vez que él haga algo por cual lo castiga. Los niños que se escabullen a la calle están en gran peligro, por supuesto, así que no hagan el problema Haciendo que quieran hacerlo a escondidas.

**No exagere cuando su hijo/a ponga a prueba los límites.** Cuando usted entra en pánico y grita sobre el peligro, o nerviosamente le dice a su hijo, “¡Ten cuidado!” cada vez que haga algo, él sentirá su estrés, lo cual puede causarle pánico o que se lastime. Si usted cree que él no está físicamente listo para escalar el pasamanos, por ejemplo, explíquelo a su hijo porque está preocupado y con una voz calmada, redirigiéndolo a otra actividad que pueda hacer sin riesgo.

Los autores y la Fundación Crianza con Amor y Límites se deslindan de cualquier responsabilidad por consecuencias dañinas, pérdida, heridas, o daño asociado con el uso y aplicación de información o consejo contenido en estas recetas y en este sitio. Estos protocolos son guías clínicas que deben ser usadas en conjunto con el pensamiento crítico y el juicio crítico.