



Nivel Pre kínder y Kínder



Límites y Normas

Los adultos (madres, padres, abuelos, etc.) tienen la responsabilidad de poner normas y límites a sus niños y niñas para protegerlos y ayudarlos a convivir en sociedad. Deben ponerse de acuerdo en las normas y límites, sin desautorizarse frente a los niños y niñas. La autoridad ejercida con respeto y cariño, entrega a niños y niñas un marco (un rayado de la cancha) que les da seguridad y les permite actuar con confianza. Cuando niños y niñas se portan mal, es normal que los adultos sientan cansancio, rabia o pena. Si hay normas y límites establecidos de antemano, es más fácil enfrentar adecuadamente el comportamiento de ellos y se evitarán reacciones inadecuadas como gritos, insultos o golpes.

Es importante saber que...

- Los límites son “las reglas del juego” que ORGANIZAN LA CONVIVENCIA FAMILIAR. Son una guía de lo que se debe o no hacer, lo que es permitido y lo que no es.
- Los adultos son quienes ponen las reglas en la casa; no los niños o niñas.
- Es tan perjudicial la falta de límites como el exceso de ellos.
- La falta de límites lleva a los niños y niñas a hacer todo el tiempo lo que quieren y a no **tolerar la frustración**. Son niños y niñas que pueden sentirse no tomados en cuenta o no queridos.
- El exceso de límites genera niños y niñas con miedo, con problemas para expresarse y rabiosos. El exceso de “no” y los “no” sin explicaciones

pueden llevar a niños y niñas a emitir conductas de mayor rebeldía a temprana edad.

- Este rayado de cancha debe dejar espacio para que la niña y el niño tome sus propias decisiones y ejercite la autonomía, de acuerdo con su edad.

Por qué es bueno poner normas y límites claros:

- Los niños y niñas aprenden las consecuencias de cuando hacen algo indebido.
- Los niños y niñas se sienten seguros. Corren menos riesgos porque aprenden a distinguir el peligro.
- Aprenden a controlar sus impulsos. Por ejemplo: “aunque tenga ganas de seguir durmiendo, me tengo que levantar e ir al colegio”.
- Aprenden a tolerar las frustraciones, a soportar que las cosas a veces no salen como uno quiere. Por ejemplo: “tengo que aprender que mi mamá no me puede comprar todo lo que yo quiera”.
- Se facilita la convivencia.



Las normas y límites deben ser:

- Establecidos con cariño.
- Claros, pocos e importantes.
- Siempre los mismos.
- Establecidos de común acuerdo entre mamá y papá o entre adultos a cargo del niño o niña.
- Conocidos por los niños y niñas y que sepan qué pasará si no los cumplen. Por ejemplo: si la norma es ver una hora de televisión diaria y el niño ve más de lo acordado, al día siguiente no puede ver televisión.
- Razonables para la edad del niño y la niña. Por ejemplo, un niño de 5 años necesita dormir más que uno de 10, por lo que debiera acostarse más temprano.

- Flexibles, permitir excepciones en situaciones especiales. Por ejemplo: se pueden acostar más tarde para el cumpleaños de mamá.

¿Qué hacer para poner normas y límites?

- No tema decirle NO con firmeza al niño o niña. Cuando lo haga, explíquele por qué no, de manera cariñosa y anímelo a buscar otras alternativas.
- Hable claro: de una orden corta y directa para que el niño o niña entienda lo que se le pide y cuándo debe cumplirla. Por ejemplo: “deja de molestar a tu hermana AHORA”, “quiero que te vistas YA para ir a la escuela”.
- Evite los gritos: es mejor un tono firme pero calmado, hablar tranquilo, mirando a los ojos y con algún tipo de contacto físico, como poner una mano sobre su hombro.
- Reconozca las buenas conductas y felicítelo para asegurar que lo vuelva a hacer: “qué bien lo hiciste, te felicito”.
- El padre, la madre y/o adulto responsable no deben desautorizarse entre sí porque desorientan al niño o niña. Las diferencias de opinión entre los adultos tienen que conversarse en privado, buscando un acuerdo.

Elogios, felicitaciones y alabanzas:

- Son muy buenas herramientas para que los niños y niñas aprendan hábitos, conductas nuevas y para que mejoren su comportamiento.
- Si usted quiere que su niño o niña aprenda una conducta o un hábito, felicítelo cada vez que lo haga. Así volverá a repetir esa conducta.
- Los niños y niñas necesitan la atención de sus padres, madres o adulto responsable y harán lo que sea por conseguirla. Si los adultos no se fijan en ellos cuando se portan bien y sí lo hacen cuando se portan mal, es seguro que acabarán llamando la atención con conductas inadecuadas.