



**La importancia
de poner
límites para
el crecimiento
de las niñas,
niños y
adolescentes**

La importancia de poner límites para el crecimiento de las niñas, niños y adolescentes.

Secretaría de la Mujer, Niñez, Adolescencia y Familia - MuNAF

**Dirección General de Coordinación Operativa y Capacitación
Área de Promoción Socio-educativa**

**Producción de material:
Lic. Tamara Pez, Psp. Celina Ghisi**

La importancia de poner límites para el crecimiento de las niñas, niños y adolescentes

¿Es fácil poner límites?

Porque muchas veces ponemos límites en forma autoritaria o represiva y cometemos el error de castigar sin dar ninguna explicación ni tener en cuenta al niño o adolescente. Otras veces, nos podemos angustiar frente al malestar del niño cuando no obtiene lo que quiere, pensando que si ponemos límites le podemos generar algún daño.

En los dos casos no tenemos en claro la forma de poner el límite, ni la importancia de éste para el desarrollo y crecimiento del niño. Pero... ¿hay una manera correcta de poner límites?

Creemos que no existen recetas, pero sí herramientas que nos permiten pensar a la hora de implementarlos. A través de este material buscamos definir cual sería la forma de entender al límite para que sea efectivo, la importancia del mismo en el desarrollo de la personalidad y las herramientas para aplicarlo.

¿Qué es el límite?

Entendemos al límite como la norma que define las conductas esperadas en un contexto determinado. La misma se desprende de los valores que la hacen sustentable. Si en esta sociedad reconocemos como valores el bien común, la solidaridad, el respeto, la tolerancia, la honestidad, etc., cualquier norma deberá tener como respaldo estos valores.

Después cada familia establece sus normas a partir de la interpretación que hace de cada valor: aún cuando dos familias diferentes basen sus relaciones en el "respeto" como valor, quizás una interprete, por ejemplo, que hablar a los gritos sea una "falta de respeto" y para otra esta forma de relacionarse es habitual.

Las normas marcan pautas de comportamientos estableciendo lo que esta permitido y lo que no, de esta manera regulan el accionar de los sujetos y permiten la **convivencia social**.

En la primera etapa de la vida el niño es más receptivo y flexible para aprender y desarrollar capacidades que le permitan en el futuro **controlar sus impulsos**. Por eso, es importante trabajar desde la primera infancia para la interiorización de las normas.

Establecer límites es enseñar que no todo es posible, esto genera malestar y frustración. Pero aprender a tolerar los límites favorece a la constitución de la personalidad del niño y su maduración, desarrollando la capacidad de esperar y de entender que no todo puede ser satisfecho inmediatamente.

No se trata entonces de evitarle al niño situaciones de frustración, sino de enseñarle a aceptar las limitaciones. Debemos buscar un equilibrio entre las experiencias de gratificación y de frustración.

Como todos sabemos los niños pequeños sienten que pueden hacer cualquier cosa, este sentimiento de omnipotencia debe disminuir para adaptarse a la convivencia social. La puesta de límites funciona como una forma de ayudar al niño a controlar aquellos aspectos que no puede manejar por si solo. Las normas le muestran lo que puede y lo que no puede, lo que es y lo que no es, dándole conciencia de su **identidad** y diferenciándolo de los demás. Así, con nuestra ayuda, podrá ir incorporando normas y valores para aprender a convivir con otros.

Pero no hay que olvidarse que, si bien la primera etapa de vida es importante, todos nosotros estamos en constante relación con nuestro medio durante toda la vida y en esa relación crecemos, aprendemos y cambiamos todo el tiempo. En la medida en que le brindemos un contexto favorable, y les pongamos límites desde el cuidado y el respeto, cualquier niño o adolescente podrá incorporar nuevas pautas de comportamiento.

Para reflexionar...

"¿Cómo se sentiría uno si va de noche por una carretera que no conoce, sin señalamiento, ni líneas pintadas en la calzada? Los límites siempre son delimitaciones del camino, son cercos que protegen, que dan seguridad".

*Jaime Barylko.
El camino demarcado*

¿Por qué se acepta un límite?

El niño acepta los límites en la medida que existe un **buen vínculo** con el adulto que lo implementa. Esto se da por una parte porque tiene la idea de que llevar a cabo la acción prohibida puede significar la pérdida del amor del otro, y por otra parte por el deseo de no lastimarlo.

Más tarde, es importante tener en claro que nadie se inclina a cumplir una norma si no **comprende y comparte su fundamento y los valores de la cual se desprende**. Es decir que la racionalidad de la norma impuesta es lo que justifica su acatamiento.

¿Qué consecuencias tiene la carencia de límites o la forma inadecuada de ponerlos?

Protagonista del siglo XX, camina su majestad el niño. Hay que criarlo en libertad, se dijo. Hay que respetarlo. Pero a decir verdad, ese niño no creció más feliz, ni alcanzó las alturas de libertad que para él soñamos. Creció en el vacío, sin límites, sin fronteras, sin apoyo. En consecuencia no creció." (Jaime Barylko, Los hijos y los límites)

Poner límites es fundamental para la constitución de la personalidad del niño, porque estos le permiten adecuarse a lo que socialmente se espera de ellos. Por ello la falta de límites o una forma inadecuada de ponerlos puede traerle dificultades en la constitución de su personalidad. Esto puede manifestarse, entre otras cosas, en:

- ▣ falta de tolerancia a la frustración (excesivo malestar frente a la imposibilidad de concretar lo anhelado),
- ▣ problemas de conducta (caprichos, agresividad, etc.),
- ▣ impulsividad,
- ▣ falta de reconocimiento a la autoridad,
- ▣ dificultades en el reconocimiento del otro como sujeto y semejante.

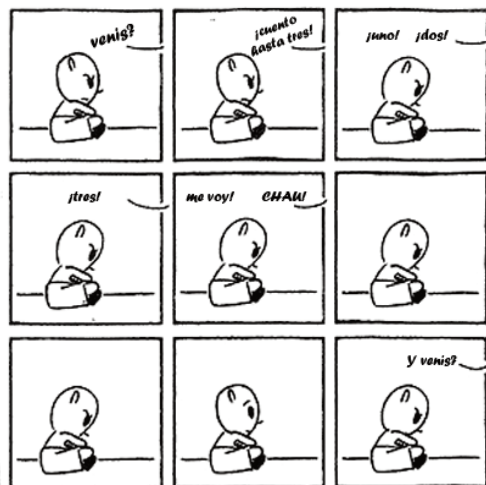


¿Cómo implementamos los límites?

"Los límites deben hablarse, ser explicados, fijarlos de antemano, no dejarlos a la improvisación o al momento de rabia que tengamos, digamos que deben cumplir tres pasos: se habla, se les recuerda, hay consecuencias si no se cumplen. Pero debe hacerse desde la afectividad y el cariño". (Zona Pediátrica)

Para que los límites sean efectivos es necesario que tengamos en cuenta su modo de implementación. Existen ciertos criterios que pueden ayudar, aunque deben ajustarse a las **características particulares** de cada sujeto y cada situación:

K Los límites deben expresarse de manera clara y concisa, y quien los establezca, debe adoptar una **actitud firme**, sosteniéndola en el tiempo. Si un "no" dicho en determinado momento se transforma en un "sí" frente a la insistencia del niño o adolescente porque resulta difícil sostener la primera postura, éste aprenderá a que insistir hasta el hartazgo es la forma de obtener lo que desea.



Es importante que la orden sea expresada en forma verbal y remarque lo **positivo**; por ejemplo, no es lo mismo decir: “levantá los juguetes, sino no vas al parque”, que: “levantá los juguetes así podemos ir al parque”.

Es necesario adoptar una **postura coherente entre todos los adultos** que tienen a su cargo el cuidado del niño y/o adolescente. De lo contrario recibirá mensajes contrapuestos que:

- Le quitan valor, relativizando el límite o la norma.
- Provocan desconcierto y el niño no sabe como responder.
- El niño aprende a darle a cada quien lo que cada quien espera, descubre la manera de conformar a los adultos, sin hacer suyo el límite.
- Fomentan que el niño no acate la norma.



La **descarga verbal** de gritos e insultos de adultos irritados frente a la demanda insistente del niño o adolescente, **refleja debilidad** frente a la situación e **imposibilidad para pensar que respuesta podemos dar**, o sea impotencia.

En el momento de decir “no”, es fundamental ofrecer **otra alternativa**, por ejemplo: “con el celular no se juega, pero vamos a buscar otra cosa con la que puedas jugar”.

Es importante reforzar los aspectos positivos. Para esto debemos **alentar al niño o adolescente, reconociendo el buen comportamiento**. Si queremos que repita sus buenas actitudes será nuestra responsabilidad elogiar las mismas y no marcar el comportamiento desde la falta y el error, reforzando lo negativo.



Para no **reforzar el modo negativo** en que el niño o adolescente expresa su malestar buscando respuesta a su demanda (gritos, golpes, insultos, etc.), es fundamental no esperar que aparezcan estas conductas, sino **estar atento a los primeros llamados de atención**. Y esto es importante porque con su conducta desbordada, está buscando ser **contenido**, que un adulto pueda frenarlo, un “no” que lo limite y lo asegure.

Debemos tener en cuenta la **edad y/o etapa evolutiva del niño o adolescente** frente al cual se está implementando un límite. No se le puede pedir a un niño de tres años que permanezca por mucho tiempo sentado en la mesa mientras almuerzan.

El **adulto** no enseña fundamentalmente con “lo que dice”, sino con “**lo que hace**”. Por tal motivo es importante revisar nuestro comportamiento ya que es el **modelo** a seguir. Por esto debemos reconocer frente al niño o adolescente cuando nos equivocamos, y decirlo. Le estaremos enseñando que todos podemos equivocarnos y que hay formas de reparar los vínculos si en algo se afectaron.



Los niños y sobre todo los adolescentes, **buscan desobedecer** al adulto como una manera de **cerciorarse que el adulto le presta atención, y de la presencia y firmeza del límite**. Por tal motivo es imprescindible sostener la norma a través del tiempo.

Es conveniente tener en claro que existen **normas fijas** (ineludibles) y **normas flexibles** (negociables). Y somos nosotros quienes debemos establecer cuales corresponden a una u otra modalidad.

Es importante **desaprobar la conducta** a corregir, y **no al niño o adolescente**. No es lo mismo decir “sos un desordenado”, que decir “tenés ropa sobre tu cama para ordenar”.

■ No podemos esperar que los niños y adolescentes respondan a una norma que sólo está motivada por la falta de paciencia o el propio deseo del adulto.

■ Cuando pensamos y definimos una norma, la misma deberá **ser aplicada para todos por igual**. Nosotros debemos ser los primeros en cumplirla.

■ Es importante que el niño o adolescente sepa de antemano que si no cumple con una norma esto tiene **consecuencias** que deberá afrontar, entonces tendrá que elegir si quiere cumplirla o no, pero deberá hacerse responsable de sus actos.

■ La penitencia utilizada de manera reiterativa para responder al no cumplimiento de una norma, pierde eficacia y a la larga no enseña nada.

■ Estas penitencias deben ser **cortas, posibles de ser cumplidas e inmediatas a la acción que se quiere corregir y tenemos que evitar "pasar factura" de actos cometidos anteriormente**.

■ La finalidad de la corrección jamás puede ser generar culpas. El sentimiento de culpabilidad no conduce a cambios de conducta positivos, sino a un ataque a la autoestima. Incluso se debe dar la posibilidad de **reparar el daño o falta cometidos**, a los fines de disminuir en el niño o adolescente los sentimientos de malestar y culpa.



Podemos definir en cierta medida dónde, cuándo y cómo debe comportarse el niño o adolescente, pero **nunca lo que debe sentir**. Por ejemplo podemos pedir a un niño que no golpee a un amigo, pero no le podemos pedir que no sienta enojo. Por esto, también es importante distinguir entre deseos y actos. El niño debe saber que aquello que siente y desea es genuino, aunque debamos limitar la forma de expresarlo o pretender satisfacerlo. Así estamos limitando el acto, y no al niño, contribuyendo a su **autoestima**.

Debemos referir a lo que esperamos de él y no ser autoreferentes. En vez de decir "a mi no me contestes así" (queda implícito que a los demás puede contestarle de cualquier manera), es preferible decir "así no se contesta", o "es feo que te contesten así".

Para tener en cuenta...

"El trato amoroso basado en la confianza, el respeto y el diálogo, es el mejor camino para educar a los hijos. Un niño es obediente y disciplinado cuando se siente bien consigo mismo, cuando se le respeta su forma de ser, se le establecen normas firmes y se le reconocen las acciones adecuadas. La mala conducta puede ser un intento de los niños por enfrentarse al mundo lo mejor que pueden, cuando no tienen claro qué se espera de ellos o cuando siempre logran lo que quieren. Estas "necesidades" pueden ser una forma de decirles a los adultos que los ayuden, que les establezcan normas."

Escuela de padres. Día a Día

¿Cómo educamos desde la autoridad?

Para muchas personas la palabra **autoridad** tiene una connotación negativa porque se la confunde con autoritarismo. Pero “autoridad” proviene del latín “augere”, que significa ayudar a crecer. La autoridad ayuda al establecimiento de la confianza, sentimiento de seguridad, autonomía y a la constitución del sujeto.

En el autoritarismo, en cambio, prima el deseo del que aplica la norma y sin reconocer a la otra persona, que no es vista como sujeto de deseos y derechos. En las actitudes autoritarias, encontramos:

- El “No” sin un argumento que lo acompañe y fundamente.
- Las comparaciones que descalifican.
- La violencia: gritos, golpes, las extorsiones, los “trueques”, etc.
- El miedo generado como forma de paralizar al otro.
- La humillación del niño o adolescente, por ejemplo obligándolo a pedir perdón cuando no hay motivos, o no desea hacerlo, o castigándolo frente a otros.
- La privación de necesidades que hacen a su crecimiento: alimentación, sueño, educación, recreación, actividades deportivas, etc.

Frente a estas actitudes, la niña, niño o adolescente quizás obedezca por miedo o para evitar situaciones de malestar, pero en ninguno de los casos podrá aprender e incorporar lo que se le quiere enseñar.

“La extorsión, el insulto, la amenaza, la paliza, el azote, el cuarto oscuro, la ducha helada, el ayuno obligatorio, la comida obligatoria, la prohibición de salir, la prohibición de decir lo que se piensa, la prohibición de hacer lo que se siente, y la humillación pública, son algunos de los métodos de penitencia y de tortura tradicionales en la vida de familia.

Para castigo de desobedientes y escarmiento de la libertad, la tradición familiar perpetúa una cultura del terror que humilla a la mujer, enseña a los hijos a mentir, y contagia con la peste del miedo”.

Eduardo Galeano

¿Qué debemos tener en cuenta según la etapa evolutiva del niño, niña o adolescente?

Como ya dijimos es necesario diferenciar la etapa evolutiva en que se encuentra el niño o adolescente para implementar límites que se ajusten al momento de desarrollo de cada persona, pero además debemos considerar cada etapa para adecuar la manera en que vamos a **transmitir las normas**.

Los **niños pequeños** se encuentran en constante movimiento, buscando conocer su alrededor a través de sus sentidos. Por eso, para comenzar a transmitir las normas se debe:

- **Diferenciar las necesidades de los caprichos.** No es lo mismo responder al llanto de hambre o la necesidad de cariño que, por ejemplo, al deseo de comer golosinas todo el día.
- **Tener en cuenta que antes de los 5 años los niños desconocen el peligro y no controlan muchos de sus impulsos.** Un niño de un año comprenderá el “no”, pero no podrá acatarlo. Si se acerca a un lugar peligroso debemos retirarlo sin gritos y ofrecerle otra opción.
- **Es importante establecer rutinas diarias para que el niño comprenda que existe un orden.** Una vez establecida la hora de almorzar, bañarse o dormir, se debe respetar, salvo en raras excepciones como un cumpleaños, un viaje, etc.
- **Existen distintas maneras en que se expresan los niños a esta edad.** La agresión es una forma de manifestar hacia fuera sentimientos internos que no logran comprender. Los berrinches en cambio tienen que ver con una situación externa que se contrapone con el deseo interno, en este caso debemos dejar pasar este comportamiento teniendo cuidado de que el niño no se lastime, ni lastime a otros, luego se podrá hablar sobre el mismo.

En el adolescente la puesta de límites puede ser más difícil ya que una de las características de esta etapa es el no reconocimiento de los mismos. Esto responde a:

- Que necesita corroborar sus sentimientos de omnipotencia, basados en la fantasía de que todo lo puede.
- La necesidad de diferenciarse del adulto o del otro buscando constituir su identidad por medio de la oposición.
- Su necesidad de independencia, buscando realizar lo que desea.
- La adrenalina (sentido de aventura) que puede generar realizar lo prohibido, aun cuando oscile entre esta necesidad y la necesidad de seguridad que le da la dependencia.

El marco de trabajo

Frente a las dificultades referidas, necesitamos pensar en una metodología que fije un marco, un encuadre, que delimite el trabajo personal y grupal con niños y adolescentes.

Este marco cumple la doble función de establecer límites reguladores que sean paulatinamente internalizados, y de brindar seguridad a cada individuo, es decir que encuadra un proceso de socialización.

Desde un modelo de promoción humana, que incorpore nuevos aportes, como el de Resiliencia y la Pedagogía de la Presencia, podemos focalizar nuestro trabajo en la detección y desarrollo pleno de las potencialidades, de los propios recursos y de las capacidades de niñas, niños y adolescentes, de la familia y la comunidad.

Los límites en niñas, niños y adolescentes institucionalizados

Para trabajar los límites con niños y adolescentes institucionalizados es importante comprender cómo se construyen las características psicosociales en su desarrollo, para poder entender más claramente:

- Con quién estamos trabajando.
- Cuál es el lugar que tenemos que ocupar.
- Con qué dificultades nos vamos a encontrar, y
- Cuáles pueden ser las más adecuadas estrategias de abordaje.

Desconfianza básica.

La falta de respuesta adecuada a las necesidades del niño en una etapa de absoluta dependencia -en que el abandono significa la muerte- dejará como secuela un sentimiento de desconfianza básica que incluye dos aspectos: él no merece amor y cuidado, y en el mundo no encontrará quien quiera satisfacerlo. Esta desconfianza se pondrá en juego más tarde en todos los vínculos.

Desesperanza.

Si no confía en que merezca, ni en que los otros le quieran dar, primará un sentimiento de desesperanza. Este sentimiento se va reforzando en la vida cotidiana, cuando todas las cosas que ansía y espera nunca llegan.

Incapacidad de espera.

Si no hay qué esperar, la satisfacción de los deseos no puede ser dilatada en el tiempo, por lo que surge la impulsividad y la tendencia a la satisfacción inmediata.

Intolerancia a la frustración.

Las múltiples frustraciones que incluye la educación de un niño se sostiene por un equilibrio entre ellas y las gratificaciones: ya sean de muestras de amor y aceptación como otros “premios” propios de nuestra sociedad de consumo.

Cuando no se guarda un equilibrio y priman las frustraciones, surge la intolerancia a la frustración. Muchas negativas del niño o adolescente a encarar algo nuevo tienen su origen en el miedo a frustrarse una vez más.

La impotencia que sigue a la frustración aparece como agresión, ya sea volcada hacia afuera o vuelta a sí mismo (auto agresiones).

Resistencia a la autoridad.

Su origen se encuentra en las experiencias muy frustrantes con adultos no protectores. A veces la dificultad de cubrir necesidades básicas lleva a la descalificación de los padres, que se vuelven frustrantes al no poder dar respuesta, descalificación que posteriormente puede ser transferida a otras figuras de autoridad.

Procesos de socialización empobrecidos.

Mediante la socialización la persona aprende las “reglas de juego” establecidas por la sociedad, comprende los códigos compartidos de convivencia social. Luego de la familia, la institución que da mayores oportunidades de socialización es la escuela, que transmite un claro marco normativo de convivencia.

Cuando el tránsito por la escuela es escaso y no existen posibilidades de otros espacios comunitarios similares (clubes, centros vecinales, complejos deportivos, voluntariados, grupos parroquiales, etc.) resultan en un pobre proceso de socialización que provoca conductas que son rechazadas socialmente y estigmatizan a quien las ejecuta.

Dificultad para discriminar.

Se refiere a la capacidad de distinguir, de diferenciar una cosa de la otra. Esta función intelectual tiene su base de aprendizaje en la vida cotidiana, en los permanentes esfuerzos que la familia realiza con sus hijos desde pequeños, para que aprendan que “hay un lugar para cada cosa, y cada cosa en su lugar”. Este aprendizaje queda interferido cuando no hay una buena organización del hogar por límites de espacio y de recursos.

A modo de cierre

“Los límites son necesarios para que el niño se sienta seguro y amado. No fijarlos equivale a soltarlo en la mitad del mundo y que se defienda solo, sin mapas y sin brújula. Los límites demarcan y establecen las normas y reglas de cada familia, definen los derechos y deberes. Le brindan al niño la oportunidad de discernir entre lo correcto y lo incorrecto, comunican los valores de los padres y lo que ellos esperan de sus hijos.”

Escuela de padres Día a Día

Referencias bibliográfica

Antonio Gomes Da Costa, "Pedagogía de la presencia", UNICEF-. Losada, 2004, 2ª edición, Buenos Aires.

Baigorria, Elvira. "La situación de vulnerabilidad social". Impacto en la construcción de la subjetividad. Eq. Nacional de P. Penitenciaria . Mayo de 2009.

Barylko, Jaime. "Educar en valores" Exigencia y alas. Bs. As. Ameghino Editora S.A. 1999.

Barylko, Jaime. "Los hijos y los limites" . Ed. Emece. Bs As. 1996

Escuela de padres. Día a Día. Editorial Amereida. S.A. 2008.

Tonucci, Francesco. "Niño se nace", Ed. Losada. Argentina, 1995.

Tonucci, Francesco. "Como ser niño". Ed. REI. Argentina, 1995.

Zagury, Tania. "Límites sin trauma". 1º Ed. – Bs. As. Del Nuevo Extremo, 2004.

http://www.planetamama.com.ar/view_nota.php?id_nota=101

http://weblogs.clarin.com/educacion/archives/2007/05/poner_limites_es_ser_autoritario.html

http://www.capitannemo.com.ar/los_limites.htm

<http://www.pediatradefamilia.com.ar/l.htm#lim>

<http://www.guiainfantil.com/educacion/comportamiento/limites.htm>

<http://revista.consumer.es/web/es/20060401/pdf/interiormente.pdf>

<http://www.clavedevida.com.ar/self/limites.html>

<http://www.zonapediatrica.com/enviar-contenido/se-deben-poner-limites-a-los-ni-os.html>

<http://www.educarjuntos.com.ar/archivos/limites.doc>

<http://www.guiamamis.com.ar/maminotas/padresnervios.shtml>

**La importancia de poner límites para el
crecimiento de las niñas, niños y
adolescentes**



**Gobernador de la Provincia de
Córdoba
Cr. Juan Schiaretti**

**Viceregobrnador de la Provincia
de Córdoba
Sr. Héctor Oscar Campana**

**Secretaría de Niñez, Adolescencia
y Familia
Lic. Raquel Krawchik**

**Subsecretaría de la Familia
Lic. María J. Sánchez**

**Dirección de Coordinación
Operativa y Capacitación
Lic. Mariela Edelstein**