

www.larioja.org



**Gobierno
de La Rioja**

Educación, Cultura y
Deporte

Dirección General de
Educación

C Rodríguez Paterna,26
26001 Logroño (La Rioja)
Teléfono: 941 259491
e-mail: equipo.atemprana@larioja.org
Fax: 941 2354 57

Equipo de Atención
Temprana



Normas, Límites y Consecuencias en el ámbito familiar



www.larioja.org



**Gobierno
de La Rioja**

Educación, Cultura y
Deporte

Dirección General de
Educación

C Rodríguez Paterna,26
26001 Logroño (La Rioja)
Teléfono: 941 259491
e-mail: equipo.atemprana@larioja.org
Fax: 941 2354 57

Equipo de Atención
Temprana

LAS NORMAS EN EL ÁMBITO FAMILIAR

Norma = Regla que se debe seguir

Entendiendo el conjunto de normas de convivencia como motor de la incorporación de los niños a la vida social, padres y madres no pueden actuar como meros espectadores, sin asumir que no pueden evadirse de esta responsabilidad aunque para ello, tengan que provocar determinadas situaciones desagradables a fin de que los niños aprendan a comportarse tanto individualmente, como en el seno familiar, en el escolar o en general, siempre que estén en un grupo social.

A veces, los padres y madres intentan evitar el conflicto olvidando su responsabilidad como modelo o referente, y aproximándose a los hijos rindiéndose de entrada sin exigirles nada, como si temieran perder su afecto si se ponen condiciones o si se exige el cumplimiento de ciertos acuerdos.

A pesar de las dudas que puedan tener, la autoridad sobre los niños se consigue precisamente **estableciendo posturas claras y argumentos claros e inteligibles**, de forma que demos seguridad a los niños y ellos aprendan qué pueden o deben hacer en cada momento. Se ha demostrado que, en contra de lo que cree la mayoría, **los niños desean que sus vidas tengan unas pautas de acción definidas**. Se comportan de una manera más responsable cuando los padres ponen límites adecuados a su edad y responsabilidad.

Ahora bien, los padres no pueden limitarse a establecer prohibiciones o a facilitar información. Mientras los hijos son pequeños, resulta fácil que hagan tal cosa o tal otra porque lo dice el padre o la madre. Pero los hijos se hacen mayores y habrán de tomar decisiones fuera del ámbito familiar. Cualquier tarea que emprenda ha de ir encaminada a desarrollar el sentido crítico, afirmar el sentido de la responsabilidad y a formar personas con criterio propio.

En definitiva, se trata de desarrollar la capacidad de decisión, de saber medir las consecuencias de los propios actos. El "porque lo digo yo que soy mayor" pierde vigencia con los años y es preciso asegurar que han interiorizado referentes sólidos para crecer saludables y felices.

- Dialogue sobre el "qué pasaría si..."

Puede jugar con ellos a pensar en lo que podría ocurrir en determinadas situaciones, antes de que éstas se presenten, o dialogar con sus hijos, por adelantado, acerca de cómo puede llevar a término este tipo de comportamiento, las consecuencias lógicas derivadas de actuar o no de esta manera, e incluso, cómo actuar de otra forma para evitar conflictos o situaciones desagradables. (Pensamiento divergente)

www.larioja.org



Educación, Cultura y
Deporte

Dirección General de
Educación

C Rodríguez Paterna,26
26001 Logroño (La Rioja)
Teléfono: 941 259491
e-mail: equipo.atemprana@larioja.org
Fax: 941 2354 57

Equipo de Atención
Temprana

PONER LÍMITES A LOS NIÑOS

Limitar = Poner límites a algo. Acortar, ceñir. Fijar la extensión que pueden tener la autoridad o los derechos y facultades de alguien.

Cada vez son mas numerosos los padres de niños muy pequeños que se quejan de que no saben qué hacer para controlarles, que sus hijos no les obedecen, y que se enfrentan a muchas situaciones en las que los niños se comportan como pequeños tiranos mandando sobre sus propios padres. Y nos preguntamos: 'Si hacen esto ahora, ¿qué no harán cuando tengan 15 años?'

Uno de los errores que pueden cometer algunos padres es el de establecer "**límites blandos**", como los denomina R.J. MacKenzie en su obra "Poner Límites. Cómo educar a niños responsables e independientes con límites claros".

Este autor caracteriza los límites blandos como:

Cuando "NO" significa "A VECES", o "QUIZÁ" o incluso "SI".

Es decir, le estamos diciendo 'No' al niño, pero al no hacerlo con firmeza, el resultado es que el niño sigue portándose mal, no obedece, discute, etc.

Un ejemplo cotidiano y muy común del establecimiento de un límite blando es cuando los padres tienen que repetir una y otra vez las cosas al niño y hasta que no le dan un grito, éste no termina de hacerles caso.

Establecer límites firmes no significa emplear castigos u otros métodos punitivos sino, al contrario, actuar con serenidad pero con firmeza y de manera consistente.

Estos consejos para establecer límites firmes están inspirados en la obra de dicho autor:

- 1- El mensaje o la norma debe centrarse sobre la conducta y ha de ser muy claro: En lugar de decirle, por ejemplo, que es muy malo sin que el niño sepa por qué, explicarle que no debe pegar a los amiguitos porque puede hacerles daño.
- 2- Ser lo más concretos posible, es decir, ir al grano:
- 3- Hablar con calma, no hace falta gritar:
- 4- Si es necesario, explicar a los niños la consecuencia que traerá consigo el incumplimiento de determinada norma o límite
- 5- Y lo más importante: **actuar en consecuencia SIEMPRE**, ya que tanto las conductas buenas como las menos buenas, han de tener Consecuencias. En el primer caso, la consecuencia será un refuerzo o un premio o un reconocimiento, etc. Y en el segundo, será una llamada de atención, o algo negativo para el niño, etc..

www.larioja.org



**Gobierno
de La Rioja**

Educación, Cultura y
Deporte

Dirección General de
Educación

C Rodríguez Paterna,26
26001 Logroño (La Rioja)
Teléfono: 941 259491
e-mail: equipo.atemprana@larioja.org
Fax: 941 2354 57

Equipo de Atención
Temprana

LAS CONSECUENCIAS

Se pueden distinguir dos clases de consecuencia. Las **consecuencias naturales** y las **consecuencias lógicas**.

Las consecuencias naturales

Son aquellas que siguen de manera natural a una situación. Este tipo de consecuencias tienen un gran valor a la hora de que aprendan los niños.

Ejemplo: Un niño juega con una lata de refresco en la terraza de un bar
¿Cuál puede ser la consecuencia natural? Que el refresco se caerá y se manchará, se quedará sin refresco...

¿Cuándo estaríamos hablando de sobreprotección?, pues siempre que a un niño se le priva de sentir las consecuencias naturales de sus propias conductas limitándose a sermonearle con el clásico 'Ya te lo decía yo'.

'Sobre-proteger' a un niño es maleducarle. Es simplemente retrasar las consecuencias negativas de su conducta. Lo tendrá que aprender más tarde y con más dolor, Sin embargo, cuando el niño sufre consecuencias negativas intentará evitarlas en el futuro siendo más cuidadoso. Este es el poder educativo de las consecuencias naturales.

Las consecuencias lógicas

Hemos visto el gran valor educativo de las Consecuencias Naturales. Pero no siempre podemos hacer uso de este tipo de consecuencias.

Ejemplo: No podemos dejar que el niño sufra la posible consecuencia natural (atropello) al cruzar una calle con el semáforo rojo para los peatones. En ese caso nos veremos obligados a utilizar las llamadas consecuencias lógicas: Dado que intenta cruzar de manera indebida, tendrá a partir de entonces que ir de la mano del adulto.

A este tipo de consecuencias se les llama lógicas porque están relacionadas lógicamente con la conducta en cuestión.

A la hora de aplicar consecuencias lógicas se deben seguir estas pautas:

- La consecuencia hay que aplicarla de manera inmediata a la conducta inadecuada o al incumplimiento de la norma. Es la mejor manera de que se asocien conducta y consecuencia.
- La consecuencia hay que aplicarla sistemáticamente, es decir, en todas las ocasiones. No se trata de ser más blandos o más duros según el estado de humor que se tenga en ese momento.
- La consecuencia hay que aplicarla con respeto. Es decir, manteniendo la calma, sin criticar ni humillar al niño. La consecuencia no va contra el niño sino contra su conducta, que queremos y creemos que puede mejorar.
- La duración de la consecuencia no debe ser larga. No es necesario mandar a un niño de 3 años a su habitación media hora. Es igual, o más efectivo hacerlo durante 3 minutos (Un minuto de reloj por cada año que tenga el niño).
- Una vez aplicada la consecuencia, hacer borrón y cuenta nueva. Así transmitimos al niño que confiamos en él.

www.larioja.org



**Gobierno
de La Rioja**

Educación, Cultura y
Deporte

Dirección General de
Educación

C Rodríguez Paterna,26
26001 Logroño (La Rioja)
Teléfono: 941 259491
e-mail: equipo.atemprana@larioja.org
Fax: 941 2354 57

Equipo de Atención
Temprana

MODIFICACIÓN DE CONDUCTA

La conducta de los niños depende de la respuesta que obtiene por parte de su entorno:
En la conducta de los niños, nada ocurre "porque si"

1. Toda conducta sea buena o mala, reforzada positivamente, tiende a repetirse.
2. La atención dispensada por los adultos es un poderoso reforzador para todos los niños. Los grandes sermones por una conducta inapropiada; Las risas de los compañeros por una travesura y la atención del profesor; dejar de hacer algo porque le duele un poco la tripa; darle de comer para correr más
3. Cuando una conducta no es reforzada positivamente, se debilita y se extingue. A veces pensamos que si se portan bien es porque deben o no nos damos cuenta de reforzarlo y corremos el riesgo de que lo hagan mal la próxima vez a ver si así les atendemos.
4. Las respuestas contradictorias crean inseguridad y suelen arraigar las conductas desconcertantes, inseguras y temerosas. El niño no puede prever las consecuencias y no sabe qué hacer. Termina haciendo lo más cómodo para él. Sobre todo aprenderá a sacar ventajas del desacuerdo de los padres o de su inconsistencia.
5. Es importante que los niños aprendan a auto reforzarse (aprendiendo de nosotros)
6. Importancia del Refuerzo social, sobre el material.
7. Es necesario reforzar cada vez que el niño lo haga bien y muchas veces
8. El refuerzo ha de ser inmediato.

No perder de vista que los niños aprenden de nosotros y nosotros de ellos.

Rabieta del niño -> Los papás le dejan ver la Televisión -> Paz y tranquilidad -> Rabieta -> Televisión -> Paz y tranquilidad.... Rabieta -> Televisión -> Paz y tranquilidad.../.../.../.../.../

Es el niño el que controla la conducta de sus padres que saben que no debe ver tanto la Televisión, pero no soportan sus lloros.

Los niños también aprenden por imitación

Si gritamos, gritarán.
Si les pegamos, pegarán.
Si no les escuchamos, no nos escucharán.
Si les hablamos, nos hablarán....

¿Qué deben de ofrecer los padres?

- Estabilidad y armonía en sus relaciones de pareja. Si no es así, los niños aprenden que los vínculos afectivos no son confortables, repercutiendo en su conducta (enfadados, caprichosos, llorones, poco sociables...).
- Disponibilidad de tiempo para sus hijos.
- Calidad de atención (cercanía e interacción), más que cantidad.
- Actitud de escucha
- Responder a sus demandas de forma adecuada.
- Coherencia para conseguir autoridad.

www.larioja.org



**Gobierno
de La Rioja**

Educación, Cultura y
Deporte

Dirección General de
Educación

C Rodríguez Paterna,26
26001 Logroño (La Rioja)
Teléfono: 941 259491
e-mail: equipo.atemprana@larioja.org
Fax: 941 2354 57

Equipo de Atención
Temprana

¿Qué hacer ante un problema de conducta?

1. Retirar la atención.
2. Prestar atención a conductas positivas y contrarias a las no deseadas. (Sorpresa afectiva).
3. Retirar otras recompensas (de forma sosegada y tranquila y cuando haya pasado la rabietta).
4. Tiempo fuera o aislamiento: Un lugar no amenazante para el niño pero aislado y aburrido. Se ha de hacer inmediatamente después de la conducta y sin amenazas, ni insultos.
5. Recordar que el castigo por si solo no conduce a la modificación de la conducta.
6. La prohibición ha de ir siempre acompañada de otra posibilidad de actuación. (Entrenamiento en el pensamiento divergente).
7. Anticiparse al conflicto, cambiando el escenario. Pensar en las situaciones en las que el conflicto no aparece.
8. Cuando hay una conducta indeseable, habrá que empezar reforzando lo contrario poco a poco. (Un niño tímido no tiene que verse obligado a jugar con toda su clase).
9. Enseñarle nuevas habilidades.
10. Dar ejemplo.
11. Contratos (Qué ha de cambiar él y qué nosotros).
12. Mantener estas posturas en el tiempo.

Es evidente que educar no es fácil, pero en la medida en que el afecto y la firmeza; la exigencia y la ayuda estén presentes en nuestra relación con los niños, ellos crecerán en armonía con ellos mismos y con los que le rodean.

www.larioja.org



**Gobierno
de La Rioja**

Educación, Cultura y
Deporte

Dirección General de
Educación

C Rodríguez Paterna,26
26001 Logroño (La Rioja)
Teléfono: 941 259491
e-mail: equipo.atemprana@larioja.org
Fax: 941 2354 57

Equipo de Atención
Temprana

Regañar, también educa



- La regañina o el castigo, han de ser el **último recurso** y no el modo habitual de comunicación en la familia. De lo contrario, se convertirá en rutina sin efectos positivos. Recordar por tanto, que no es recomendable reñir por todo y a todas horas.
- Si es necesario regañar, hacerlo inmediatamente después de la conducta inadecuada. Si hemos establecido un límite, se regañará inmediatamente después de sobrepasarlo. Solo así seremos capaces de hacerlo de forma coherente. Lo mismo han de asumir las personas que estén a cargo del niño o la niña, el resto del día.
- Expresemos nuestros sentimientos, pero sin “chantajear”. Es preferible decirle al niño/a: “No me gusta que...” o; “Me duele que no te portes bien” a decirle: “Mamá se pondrá malita si no eres bueno”; “Estoy muy triste porque...”
- Reconozcamos sus sentimientos. “Se que lo haces porque estás nerviosa, pero...” o bien “Sé que te cuesta, pero...”
- No centrarse en reprender lo negativo, sino en dar una pauta positiva y sobre todo, clara. Más eficaz que: “Eres un desordenado”, resulta aquello de “Vete metiendo los juguetes en el cajón mientras te pongo la cena”
- Evitar las descalificaciones cerradas: “Eres malo, tonto,...” y cambiarlas por: “No quites los cromos a tu hermano” o “tienes que fijarte en el bordillo para no caerte”. Evitando siempre el sarcasmo. Las etiquetas cerradas, no le dan pistas claras sobre lo que debe cambiar o mejorar, y lo que es más peligroso, se incorporan al concepto que el niño o la niña tienen de sí mismos.
- Evitar demostrarles falta de amor. Nunca decirles: “Ya no te quiero” o “Mejor estaba sin hijos” o “¡En qué hora...!”, etc. Los niños han de saber que nuestro amor es incondicional y con él le proporcionaremos la seguridad básica que necesita para asomarse al mundo con confianza. Tienen que saber que les educamos por su bien.
- Prohibido comparar. Un niño/a siempre mostrará mejor disposición a cambiar, si le estimulamos a superarse a sí mismo con sus recursos, y no con los de los demás.
- Evitar fórmulas cerradas como “Porque lo digo yo”, o “Porque sí”. No olvidemos que para todo hay una razón, pero además, si utilizamos fórmulas de cortesía, los niños responderán eficazmente, sintiéndose además, respetados: “¿Podrías ayudarme a poner la mesa por favor?”; “Mira qué bien lo has hecho, muchas gracias”...
- Regañar también es educar. Si lo hacemos por hábito y además usamos siempre las mismas frases: “¡O comes o no ves los dibujos animados!” no tendrán mucho efecto. Sin embargo si lo hacemos de forma consciente y le decimos: “Come y te pondrás tan fuerte como...”; o “Come y te pondrás tan guapa como....”; o “Come y podrás ser tan lista como...”

Todos los padres y madres, se saltan alguna vez estas normas, aún sabiéndolas. Cuando así sea, sepamos también regañarnos a nosotros mismos. Intentemos remediarlo y hacerlo mejor la próxima vez.

EQUIPO DE ATENCIÓN TEMPRANA

(Inspirado en la Revista “Padres Hoy”. Artículo de Luciano Montero, psicólogo)