

# Poniendo Limites con Amor

Daniel Benveniste

Muchos padres se preguntan, ¿Debo ser estricto con mis hijos o permisivo? Es una buena pregunta. Cuando uno es solamente estricto no hay flexibilidad, no hay placer, no hay amor, pero cuando uno es solamente permisivo no hay limites, por lo tanto no hay enseñanza, y de nuevo no hay amor. Los niños llegan al mundo lleno de impulsos y el trabajo de los padres es socializar a sus niños para ayudarlos a gratificar sus impulsos, satisfacer sus deseos y sus necesidades en un mundo social - en reconocimiento de los derechos y necesidades de los demás.

Se puede hablar sobre el desarrollo en los niños de muchas diferentes maneras desde el desarrollo psicosexual, psicosocial, moral, físico, del lenguaje, etc.; en este articulo voy a hablar del desarrollo como un paseo. Todos los bebes comienzan sus vidas en un lado del paseo donde su atención esta focalizada en su cuerpo, esta orientado hacia si mismo, esta en el lado egoísta, donde lo que hace es exigir, esta en el lado del acting out es decir de la pura descarga; en ese camino este niño deberá pasear al otro lado, es decir, aprender a través de la socialización a relacionarse con los otros, a entender al otro, a hablar y expresarse con la palabra, a ser empático.

El problema es que los niños no pasan de un lado al otro solos. No, ellos necesitan la ayuda de los padres para que los socialicen con limites, con amor, disciplina, enseñanza, educación moral y con el placer de vivir en familia. Cuando un joven no recibe este aprendizaje se queda en el punto de partida, exigiendo, sin limites y de manera egoísta; probablemente de adulto presentará problemas graves de adaptación. Esto fácilmente puede llegar a convertirse en problemas en la vida social, de salud mental y hasta legal.

## **Socialización**

Psicológicamente la meta de los padres es la socialización de sus hijos. Enseñarles a que expresen sus deseos y necesidades de manera adecuada. Es durante ese paseo que aprenden la diferencia entre si mismos y los otros, entre ahora, después y antes, la diferencia entre aquí y allá, la diferencia de lo que significa adentro y fuera y las implicaciones sociales de la diferencia entre hembras y varones y entre adultos y niños.

Los niños aprenden a ser socializados con amor por sus padres, y con la palabra mágica “No”. La palabra “Si” es una palabra muy importante porque “Si” es la palabra que gratifica el narcisismo y los deseos personales del niño. “Si” es la palabra del acuerdo, de la simpatía y de la identificación. El niño está feliz cuando sus deseos son gratificados con la palabra “Si.”.

La palabra “No” es más difícil para él y algunas veces para nosotros, pero es una oportunidad para la socialización porque la palabra “No” le enseña a diferenciarse del otro, lo empuja a la relación con el otro. Le enseña el desacuerdo y que con ello el otro es una persona distinta a el, que son dos personas separadas. La palabra “No” es la palabra que nosotros utilizamos para enseñar las reglas de la casa, las reglas de la familia, las reglas de la escuela, las reglas de la calle, las reglas del país, las reglas del mundo. La socialización es el trabajo de los padres y que se complementa cuando los niños entran a la escuela, la socialización continúa allí. Muchos problemas de conducta en la casa y en la clase son problemas de socialización.

Como padres nos toca, al socializar a nuestro hijo, darles una buena y una mala

noticia que vamos a usar para romper el narcisismo del niño. La mala noticia es “Tu no eres el centro de la universo!” La buena noticia es “Tu no estás solo”.

Cuando uno puede decir “No.” con amor, uno puede enseñar, proteger, y orientar a su hijo al mundo y a la sociedad.

### **Disciplina y Castigo**

La disciplina y el castigo no son la misma cosa. Toda estructura social, incluyendo la casa y el colegio, tiene reglas. Cuando se rompe una regla o se cruza un límite, el niño o muchacho puede ser castigado o disciplinado.

Los castigos incluyen dar una nalgada, un golpe, agresión física, encerrar al niño en un cuarto, avergonzar al niño públicamente, quitarle la comida, usar palabras insultantes, etc. El castigo es humillante, asusta, es irrespetuoso y desmoralizador. Por lo general esto detiene el problema a corto plazo, pero lo común es que llegue a crear más problemas como una conducta de oposición por parte de niño y baja autoestima. Cuando la auto estima baja y el niño esta asustado de sus padres y puede caer en un hueco oscuro de depresión y aislamiento.

La disciplina, por otro lado, es una habilidad. La disciplina es una manera de canalizar los impulsos a canales socialmente apropiados para lograr satisfacer los deseos y necesidades. El castigo se da. La disciplina se enseña, y cuando una persona aprende disciplina, se desarrolla la auto-disciplina. Cuando los padres enseñan disciplina ellos están funcionando en sus roles de embajadores al mundo. Ellos le dicen al niño "Estos son los límites. Estas son las consecuencias de traspasarlos. Yo impondré las consecuencias consistentemente hasta que tu seas capaz de aprender las reglas de nuestra sociedad. Si tu puedes aprender las reglas vas a convertirte en alguien social, disciplinado, personalmente satisfecho y un miembro productivo de la sociedad."

### **Poniendo Límites con Amor**

Al establecer límites con amor, usted ayuda a los hijos a ser quienes ellos son, expresar sus pensamientos y emociones, y lograr sus metas. Los tres elementos claves para poner límites con amor son:

- 1) Establecer límites razonables
- 2) Establecer consecuencias lógicas
- 3) Ser consistente

### **Establecer Límites Razonables**

Límites razonables quiere decir que sean límites apropiados para el niño – tomando en cuenta su posición en la familia, su sexo, su edad, sus habilidades. Los límites son como un círculo. El espacio en el círculo es la libertad y los límites del círculo son las responsabilidades. Cuando los límites son demasiado pequeños para el niño es posible que el niño tenga sentimientos de aburrimiento o constricción y el resultado, posiblemente, será que el niño presentará problemas de conducta. Cuando los límites son demasiado grandes para el niño es posible que éste tenga sentimientos de estar sobrecargado y el resultado, posiblemente sea que el niño presentará otros tipos de problemas de conducta. La meta es hacer el mundo del niño suficientemente pequeño para ser exitoso, y suficientemente grande para sentir el desafío. Sería algo así como dejar a un niño de 5 años en la cuna o darle un carro para que lo maneje a uno de 14.

### **Establecer Consecuencias Lógicas**

Consecuencias lógicas son consecuencias que tienen una relación con el problema y que ayudan al niño con el problema. Por ejemplo: Algunas veces el maestro o maestra

necesita pedirle al niño que se siente en otra silla si no es posible para el concentrarse en su silla regular, que trabaje durante el receso si su trabajo no es completo, que se siente fuera del salón hasta que pueda tranquilizarse sobre todo si en ella rompió una regla, sentarse solo para mantener las manos lejos de las cosas de los otros niños si el agarra los útiles de los demás, etc. Algunas veces, si las notas son bajas, los padres van a limitar sus privilegios hasta que complete sus tareas.

### **Ser Consistente**

Colocar límites razonables es importante y consecuencias lógicas es importante también pero sin consistencia no son nada. Si ustedes quieren que sus niños sepan que ustedes realmente están hablando en serio, entonces denle firmeza a lo que ustedes dicen. Si usted dice “No” pero después de un poco de presión o discusión o gritos ellos pueden cambiar su “No” en un “Si”, usted acaba de enseñarles que su palabra “No” no significa nada. Establezca su palabra y sus reglas como una pared, déjenlos vivir, jugar y trabajar entre las paredes de su casa y su familia – en otras palabras entre los límites o reglas de su casa y su familia.

### **Algunas Estrategias para Manejar Problemas de Conducta**

"TIME-OUTS" – son para calmarse, recordar las reglas, y pensar en las necesidades de otros. Time out no es una cárcel o un viaje al frente de Siberia. Un Time-out es una oportunidad para calmarse y después regresar al juego, al trabajo, a la clase, etc.

QUITAR PRIVILEGIOS hasta un nivel que la tarea es más manejable para el niño/muchacho. Quitar privilegios es hacer el mundo del niño lo suficientemente pequeño para que el sea exitoso en las cosas más importantes como su trabajo del colegio o su funcionamiento social.

ALTERE CIRCUNSTANCIAS PARA CREAR OPORTUNIDADES PARA EL ÉXITO. A veces el problema del estudiante se agrava por la misma estructura de la clase. Puede haber un estudiante que tiene dificultad concentrándose en un salón que tenga mucho estímulo visual o auditivo. A lo mejor, el día escolar es demasiado largo para que la concentración del estudiante sea efectiva para su trabajo. A lo mejor el estudiante está sentado al lado de otros niños que tienen la capacidad de tentarlo a hacer alguna burla. Los profesores deben evaluar el ambiente del salón y reconocer las diferentes maneras en las que este puede estar estimulando el mal comportamiento. Si un niño tiene demasiados juguetes y hay siempre juguetes en el piso saque el exceso y deje solamente el número de juguetes que el niño puede manejar exitosamente. Si el niño no puede tener un feliz cumpleaños con más de dos otros niños no invite más.

ACORDARSE DE LAS REGLAS. Muchas veces los padres o los padres repiten las reglas para el niño o muchacho cuando el las rompe y luego las repite y las repite y las vuelve a repetir. Después de dos o tres veces es mejor preguntar al niño/muchacho, por ejemplo “¿Alejandro, cuál es la regla que tu estas rompiendo? Vamos a recordarla juntos.”

UNA CONVERSACION BREVE de las reglas y el problema. No dar charlas largas sobre el tema de la conducta. Breves conversaciones y después breves oraciones solamente.”

“Levanta tu mano si quieres hablar.”  
“¿Que estas tratando de decirme?”  
“Párate a pensar.”  
“Vamos a poner atención.”  
“Planea por adelantado.”  
“Trabaja dentro la ventana de tu tiempo.”  
“No golpees a nadie.”  
“No grites.”  
“Acuérdate de las reglas.”

APOYAR LA CONDUCTA DESEADA. Cada niño quiere complacer sus padres y maestros. La meta de padres y maestros es ayudarlos a complacernos. Hacer de la clase y la casa un juego con reglas que ellos pueden aprender y oportunidades para ganar.

ESTABLECER LIMITES CON AMOR con límites apropiados, consecuencias lógicas y consistencia.

---

**The author now lives and works in Bellevue, Washington.  
Correspondence concerning this article should be addressed to:**

**E-MAIL – [daniel.benveniste@gmail.com](mailto:daniel.benveniste@gmail.com)**