

Límites: ¿Para qué poner límites a nuestros niños? ¿Qué es y qué no es poner límites?

Pensando en qué escribir para este artículo, he recordado los principales motivos de consulta con los que los Padres a la primera entrevista, y en la mayoría de ellos el gatillante central es el tema de los famosos “límites”.

Al parecer existe una dificultad en gran parte de nosotros, adultos de estos tiempos, en poner límites a nuestros niños.

Probablemente tal conducta responde para no parecer anticuados o autoritarios, para no generar mayores conflictos en el hogar o para “no pasar a llevar” los derechos de los niños al limitar su conducta.

Para comenzar, quiero destacar que la palabra límites es lejos un concepto que nos habla de limitación o de coartar la conducta de los niños, sino más bien, es un concepto que nos habla de protección.

Al establecer límites desde edad temprana los protegemos de muchos riesgos, puesto que ayudamos al niño a que vea el mundo con una connotación social (con-vivir), al enseñarles reglas de convivencia y a cumplir normas, otorgando por ende seguridad al niño al sentirse protegido y al ofrecerle una estructura sólida en qué apoyarse.

¿Qué es poner límites?:

Enseñar que todos tienen los mismos derechos, enseñar que existen otras personas en el mundo, decir “sí” siempre que sea posible y “no” siempre que sea necesario, mostrarles que muchas cosas pueden hacerse y otras que no, enseñarles a tolerar pequeñas frustraciones para que en el futuro pueda superar los inconvenientes de la vida con equilibrio y madurez, desarrollar la capacidad de ser paciente, de continuar luchando pese a las adversidades, evitar que tu hijo crea que todos tienen que satisfacer sus mínimos deseos, saber diferenciar entre lo que es una necesidad y lo que es sólo un deseo o capricho, y principalmente: Dar el ejemplo. Aquel Padre o Madre que desea que sus hijos respeten la ley y a los Otros deberá ser consecuente y vivir siguiendo estos mismos principios.

Ahora atención: Poner límites no es:

Golpear o gritar a los niños para que se porten bien, ser autoritario, al contrario los niños necesitan tener claro cuál es la limitación y su razón de ser; no atender las necesidades reales de los niños (hambre, sed, seguridad, afecto, interés) porque te sientes cansado, poner límites no significa impedirles que expresen sus sentimientos de tristeza, rabia o alegría, es más bien guiarlos y contenerlos para que lo hagan de forma adecuada.

La tarea de poner límites requiere de mucha paciencia, respeto, amor y aceptación hacia nuestros hijos.

Este es un tema muy importante sobre el cuál hay que trabajar y ponernos “manos a la obra” ya, para que así nuestros hijos sean en el futuro personas de bien, independientes, autónomas, seguras y reflexivas.

Bibliografía: *Límites sin trauma, Tania Zagury (2004)*
Importancia de establecer límites, Dra. M. Rodríguez.