

# SESIÓN 1

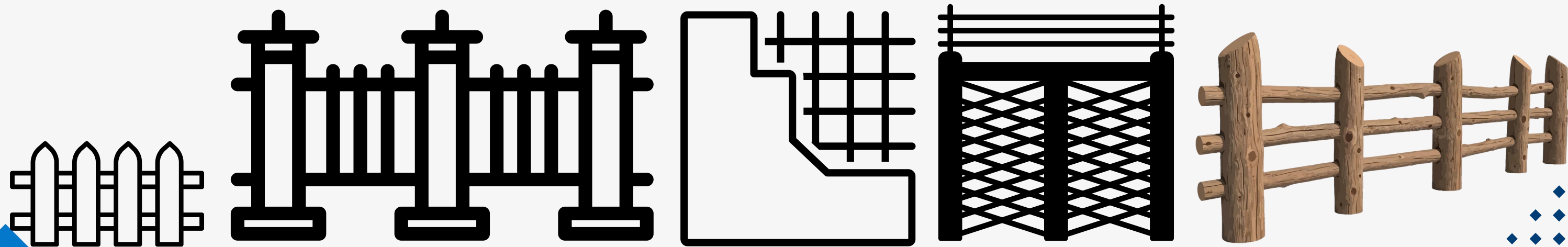
# LÍMITES

Carlos Hormazábal Sáez



# OBEJTIVO DE HOY

Establecer límites como una estructura de contención que genera seguridad y no como castigo.



# PARA EMPEZAR

## Una primera pregunta

¿Qué relación pueden tener los límites al interior del hogar con el desarrollo socioemocional de los niños y niñas?

## Una segunda pregunta

¿La idea de Límite y de Firmeza siempre debe estar relacionada a Dureza?



# VERDADERO O FALSO

"Un niño que llora o grita en la escuela porque no quiere entrar, está intentando manipular a sus padres"

## FALSO

- A esta edad, la conducta es lenguaje. El niño no tiene la madurez para tramar una manipulación; lo que tiene es un desborde emocional que no sabe nombrar.
- Todo comportamiento difícil es una petición de ayuda, no un ataque al adulto.
- Si entendemos que el niño está expresando un estado interno, también debemos mirar qué estado interno tengo como adulto acompañante.



# VERDADERO O FALSO

"Si yo como adulto estoy desbordado por mis problemas personales, es imposible que mi hijo logre concentrarse y aprender en la escuela"

## VERDADERO

- Los niños son "espejos" del sistema nervioso de sus padres. Un adulto estresado transmite inseguridad, y un cerebro asustado no puede aprender a hablar ni a convivir.
- El bienestar del niño comienza por la autorregulación del adulto.
- Para que el adulto esté regulado, necesita entender que su rol no es solo dar afecto, sino también dar orden.



# VERDADERO O FALSO

"El cariño es suficiente para que un niño aprenda a convivir; no se necesitan reglas si hay mucho amor"

## FALSO

- El amor sin límites es negligencia afectiva. El niño necesita sentir que el adulto es lo suficientemente fuerte como para poner orden.
- Los límites son la forma más alta de cuidado.
- Una vez que aceptamos que el amor requiere reglas, debemos definir qué forma tienen esas reglas en el día a día



# VERDADERO O FALSO

"Es mejor dejar que el niño de 4 años decida cuándo tiene sueño, porque obligarlo a dormir a una hora fija daña su autonomía"

## FALSO

- La autonomía se construye sobre una base de seguridad. Un niño no puede decidir sobre su biología; necesita que el adulto le garantice el descanso.
- La estructura (rutina) libera al niño de la carga de decidir cosas para las que no está listo.
- Esta estructura se vuelve especialmente difícil cuando no hay una sola voz de mando en casa



# VERDADERO O FALSO

"En una casa donde viven muchos adultos (abuelos, tíos), es normal que el niño no sepa a quién obedecer y eso no debería afectarle".

## FALSO

- La contradicción entre adultos rompe la estructura. El niño se siente en un terreno inestable y su ansiedad aumenta al no tener un referente claro.
- La estructura requiere coherencia y unidad entre los adultos.
- Si los adultos no se ponen de acuerdo, el niño pierde el beneficio principal de la rutina: la previsibilidad



# VERDADERO O FALSO

“Las rutinas son para que los padres estén más cómodos, no tienen un beneficio real para el desarrollo del lenguaje del niño”

## FALSO

- Un cerebro que sabe qué viene después (previsibilidad) es un cerebro que puede enfocarse en procesar sonidos, palabras y conceptos sociales.
- El orden externo crea el orden mental necesario para el lenguaje.
- Cuando este orden se rompe o el niño lo desafía, es cuando aparece el miedo del adulto a poner el límite



# VERDADERO O FALSO

“Poner un límite que hace llorar al niño significa que estoy fallando como madre o padre”

## FALSO

- El llanto es la respuesta natural a la frustración. Evitar el llanto a toda costa es evitar que el niño aprenda que el mundo tiene reglas.
- Nuestra meta no es que el niño esté "feliz" cada segundo, sino que esté seguro y crezca.
- Si evitamos el conflicto por culpa, caemos en una actitud que deja al niño desamparado



# VERDADERO O FALSO

"Cuando no pongo límites por cansancio o para evitar un conflicto, en realidad estoy dejando al niño solo frente a sus propios impulsos"

## VERDADERO

- El límite es como un abrazo apretado: le dice al niño "yo te sostengo cuando tú no puedes controlarte". El silencio del adulto es abandono.
- Poner límites es un acto de presencia y esfuerzo.
- Al entender que el límite es para sostenerlo, podemos diferenciarlo de lo que es simplemente asustarlo



# VERDADERO O FALSO

“Si mi hijo me tiene miedo cuando pongo un límite, significa que el límite está funcionando correctamente”

## FALSO

- El miedo bloquea el cerebro. El límite efectivo genera respeto y seguridad, no terror. El niño debe sentir que el límite es una "pared" firme, no un "golpe".
- La contención busca seguridad, no sumisión por miedo.
- Para lograr esto sin miedo, necesitamos entender qué significa realmente ser "firmes"



# VERDADERO O FALSO

"Para ser firme, tengo que demostrar que yo tengo más fuerza o poder que el niño"

## FALSO

- La firmeza no es una lucha de poder. Es la convicción tranquila de que la norma es necesaria para el bien del niño.
- La firmeza es calma, no agresividad.
- Esta firmeza interna del adulto es la única que puede sostener la norma en el tiempo



# VERDADERO O FALSO

"Si yo no respeto mis propios límites (ej: digo que no habrá tele y luego la prendo), mi hijo no tiene por qué respetar los suyos"

## VERDADERO

- La firmeza se enseña con el ejemplo. Si la palabra del adulto "se dobla", el mundo del niño se vuelve inestable otra vez.
- La autoridad se basa en la coherencia del adulto.
- La coherencia se pone a prueba cuando otros adultos intervienen en la crianza



# VERDADERO O FALSO

"Cuando la abuela contradice la orden de la madre frente al niño, la firmeza de la madre desaparece y el niño pierde su refugio"

## VERDADERO

El niño aprende a reconocer las "grietas" entre adultos. Esto lo deja sin una estructura clara y lo obliga a tomar el mando, lo cual le genera estrés.

La firmeza se tiene que aplicar en un solo bloque por parte de los adultos.

Una vez establecida la firmeza, debemos ver cómo se aplica esto sin caer en la amenaza vacía



# VERDADERO O FALSO

"Amenazar al niño con algo que le va a incomodar pero que sé que no voy a cumplir (ej.: 'si no te vistes ahora yo me voy no más') igual es una herramienta válida para que obedezca rápido

## FALSO

- El niño descubre rápido que es mentira. Esto destruye la confianza en la palabra del adulto y debilita cualquier límite futuro.
- La honestidad del adulto es la base de la seguridad del niño.
- En lugar de amenazar con mentiras, debemos saber qué hacer cuando el niño ya está desbordado



# VERDADERO O FALSO

Un niño que sabe que sus padres mantendrán el 'No' a pesar de sus gritos, es un niño que se siente más amado que uno que siempre obtiene lo que quiere”

## VERDADERO

- El niño que obtiene todo siente que nadie lo cuida. El niño que encuentra un "No" firme siente que hay alguien velando por él, incluso contra sus propios caprichos.
- El límite es la prueba de amor más difícil y necesaria.
- Este equilibrio es lo que finalmente define el tipo de vínculo que estamos construyendo



# VERDADERO O FALSO

"Si mi hijo está en pleno berrinche, lo más firme que puedo hacer es quedarme a su lado en silencio hasta que se calme, sin ceder en la norma"

## VERDADERO

Esto es contención pura. No lo dejas solo (abandono), pero no cedes (permisividad). Estás ahí como un ancla personal en medio de su tormenta emocional.

Acompañar la emoción sin negociar la regla.



# PARA TERMINAR

## Ideas Importantes

1. El cerebro del niño necesita calma para aprender
2. La rutina es el mapa del niño
3. El límite es un abrazo que sostiene
4. Firmeza es estar a cargo

## Una tarea para la casa

Identificar un límite en casa que se esté aplicando con dificultad y tratar de encontrar la forma de comunicarlo manteniendo la calma física.





**GRACIAS!!**

Nos vemos el 17 de junio