



Establecimiento de normas y límites



Instituto
Nacional de
Aprendizaje

Núcleo Salud, Cultura y Artesanías



En este documento estudiaremos:

- Establecimiento de normas y límites en las PME.
- Características de las normas y límites.
- Los castigos y su ineficacia.
- Cómo conversar con la PME.





Establecimiento de normas y límites



El establecimiento de normas y límites con la niñez mediante la **disciplina positiva** se basa en la empatía, la amabilidad, la firmeza y el buen trato en las relaciones; establecer reglas debe ir acompañado de una comunicación efectiva, clara y la expresión de afecto.

Las normas y límites proporcionan a la niñez directrices o pautas sobre **cómo comportarse** mientras aprenden nuevas habilidades como tomar buenas decisiones, reconocer y controlar emociones, enfrentarse a la desilusión o frustración, y establecer relaciones con las demás personas.

La **disciplina positiva** evita el control excesivo (autoritarismo) y la permisividad; promueve por tanto el respeto mutuo y la colaboración con la intención de enseñar al niño o niña competencias básicas para la vida (Lott y Nelsen, 2005). En este proceso es importante que la persona asistente aprenda a entender el comportamiento de los niños y niñas para reconducirlo sin castigos y de manera afectuosa, ofreciendo soluciones conjuntas a los problemas cotidianos para disfrutar de las relaciones interpersonales.



Los **acuerdos en común** resultan ser un concepto importante de la **disciplina positiva**; se ha evidenciado que la niñez está mucho más dispuesta a cumplir reglas que ha contribuido a establecer; además, al involucrarse en el proceso de establecimiento de normas, límites o reglas, el niño o niña aprende sobre el trabajo colaborativo, estimula la determinación, toma de decisiones, experimenta el sentido de responsabilidad y desarrolla una percepción positiva de sí mismo(a).



Las normas y límites en la **disciplina positiva** se establecen para conocer en conjunto **qué se debe hacer** y esto permite:

- Desarrollar la tolerancia y la paciencia.
- Reconocer que todas las personas tienen los mismos derechos.
- Mostrar que las reglas son necesarias para la convivencia social.
- Aprender a tomar decisiones y hacerse responsable por los actos.
- Interiorizar una escala de valores: acciones correctas e incorrectas.
- Reconocer qué se espera de cada persona en un grupo determinado.
- Aprender a controlar impulsos: identificar la diferencia entre necesidad y deseo.
- Comprender que los derechos acaban donde empiezan los de otra persona.
- Obtener aprobación cuando se cumple lo acordado y desaprobación en caso contrario.
- Sentir seguridad y protección al percibir un orden en el entorno, eliminando la ansiedad, angustia o miedo.



La PME aprende a seguir **normas o reglas**, y a reconocer que existe un límite o prohibición en donde éstas se rompen o traspasan dando lugar a las **consecuencias**.

Recuerda entonces:

Reglas o normas

Las reglas **indican lo que se debe** hacer para facilitar la convivencia.

Consecuencias

Resultado de pasar o no la frontera de lo permitido, pueden ser positivas o negativas.

Características de las normas

Bilbao (2015), menciona algunas características de las normas:

- **Pocas:** a medida que las PME las vayan incorporando o asumiendo, se trabajan con otras nuevas.
- **Claras, sencillas y comprensibles:** que permitan saber qué hacer y prever las consecuencias de su transgresión.
- **Formuladas en positivo:** evitar prohibiciones.
- **Razonadas:** hay que explicar el por qué, la necesidad de esa norma y que preferiblemente surjan del diálogo sin que tengan que ser impuestas.



- **Razonables:** adaptadas a la situación, las necesidades y las características de la PME para que sean justas.
- **Firmes:** pero no inflexibles.
- **Revisables.**
- **Generalizables:** aplicadas para todas las personas que comparten el espacio o entorno.
- **Consensuadas:** establecidas en un acuerdo mutuo.



Los límites (hasta donde se puede llegar) deben establecerse de la siguiente forma:

- **Pronto:** para evitar que la conducta negativa se desarrolle.
- **Siempre:** porque es común que la niñez intente trasgredir alguna regla nuevamente por curiosidad o persistencia.
- **Con tranquilidad:** los gritos, amenazas o posturas desafiantes impiden que la niñez sea capaz de escuchar, entender o aprender lo que se está intentado enseñarle.
- **Con seguridad:** el niño y la niña identifica cuando la persona adulta tiene claro lo que puede hacer o hasta dónde puede llegar, y esto le produce mayor tranquilidad y motivación para seguir las reglas.



- **Con amor:** al percibir cariño y buen trato la niñez entiende que el establecimiento de límites no es un ataque en su contra, sino simplemente una norma que se deben cumplir.



Cuando las normas o límites son confusos, los niños o niñas se ven obligados a probar distintas estrategias sobre cómo actuar porque no están seguros de lo que pueden hacer ni del resultado de sus acciones.

Es indispensable en la promoción de la disciplina positiva y el establecimiento de reglas en la asistencia autoevaluarse primero como adulto(a) y regular el comportamiento y la actitud personal, considerando lo siguiente:

- Valide las emociones y sentimientos.
- Dirijase al niño o niña por su nombre.
- Hable en positivo, sin juzgar ni etiquetar.
- Evite la comparación entre niños y niñas.



- Mantenga un tono de voz moderado y respetuoso.
- Ofrezca muestras de cariño siempre que sea posible.
- Escuche con atención, de una manera activa y empática.



- Evite el control aversivo o con hostilidad del comportamiento.
- Reconozca los errores y pida una disculpa cuando sea necesaria.



Evite emitir juicios como “siempre te portas mal”; “eres indisciplinado(a)”; “nunca haces caso”, pues este tipo de frases hace que el niño o niña se sienta valorado/a más por lo que hace y no por lo que es.

- Converse con la niñez a su altura, de modo que se puedan mirar a los ojos mutuamente.
- Mantenga el autocontrol, para evidenciar qué desea solucionar las situaciones conflictivas de la manera más tranquila posible, ya que se está educando, no luchando.
- Busque soluciones conjuntas a los conflictos que puedan surgir y llegar a acuerdos consensuados.
- Practique la comunicación asertiva: modo respetuoso, calmado y abierto de escucha, atención y diálogo la con niñez.



Vídeos:

[Estableciendo límites y normas](#)

[Los castigos no sirven](#)

[¿Cómo comunicarse con la PME?](#)





Referencias

Agüero, Carolina. (2021). *Guía para padres para el uso del elogio y el refuerzo positivo*.

Bilbao, Álvaro (2015). *El cerebro del niño explicado a los padres*. Primera edición. Barcelona: Plataforma Editorial.

Lott, J., y Nelsen, J. (2005). *Disciplina positiva para adolescentes*. Empresas Ruz S.A. De CV.

Vallet, Maite. (2004). *Educar a niños y niñas de 0 a 6 años*. Primera edición. Barcelona: editorial Praxis.