

FIJAR LÍMITES: UNA TAREA EDUCATIVA.

Durante el crecimiento y desarrollo de los hijos es tan importante la buena relación como el hecho de que los padres puedan establecer unos límites claros.

Los límites, tradicionalmente, han sido asociados con el control y la censura: "no toques esto", "no hagas aquello". Tanto es así que muchos padres optan por evitar, en la medida de lo posible, las indicaciones que conlleven alguna dosis de frustración y pérdida. "La infancia dura tan poco que por qué sufrir".

Los límites son indispensables y vitales. Son necesarios para los padres porque, de este modo establecen un conjunto de normas que facilitan la convivencia y hacen sentirse cómodos a todos los miembros de la familia.

Las normas son vitales para los hijos ya que de esta manera se sienten más seguros y protegidos. Saben qué hay cosas que están permitidas y otras que no. Tienen la certeza de que alguien los cuida y se preocupa de que no se hagan daño. Por tanto, si se piensa en los límites como marcos protectores o como un punto de referencia que permite al niño conocer la realidad, se comprende su utilidad y su valor.

Al establecer normas claras relacionadas con su mundo, se ayuda al niño a que se organice interiormente. Sabe de antemano qué cosas se pueden hacer y cuáles no.

Pero los límites por sí solos no constituyen la educación de un niño. No pueden funcionar si no hay una base afectiva que le aporte seguridad. En caso de que los límites no estén adecuadamente establecidos en la familia, al niño le costará aceptar los que le pongan fuera de casa, ya sea en la escuela, en casa de los abuelos o con sus amigos.

Para que los límites sean efectivos y tengan sentido para el niño, tienen que cumplir una serie de requisitos:

- Han de ser claros, concisos y breves. Una vez que se decida fijar un límite se debe formular sin ambigüedades ni dudas.
- Deben ser adecuados a la edad del niño para que los pueda respetar y no deben estar sujetos a variaciones. En la medida de lo posible no se debe negociar el límite cada vez que se establece.
- Todos los límites tienen que reforzarse con el ejemplo. Cuando se ponen unos límites, los padres deben ser coherentes con ellos.

Muchas veces el miedo a poner límites y a perder la simpatía de los hijos lleva a decirles a muchas cosas que sí y a reprimir el no como si fuera malo. El no de los padres ayuda al niño a pensar alternativas para conseguir lo que desea. Le permite madurar y tomar decisiones. Los padres que tratan de evitar a toda costa las decepciones de sus hijos, impiden que los niños

desarrollen la capacidad de sufrir pequeñas frustraciones. Sin este entrenamiento estarán menos capacitados para afrontar los problemas de la vida. La ausencia de conflictos impide fortalecer el yo.