

COMO EDUCAR SABIENDO PONER LIMITES

El estilo educativo son las pautas y estrategias educativas que los padres empleamos en interacción con nuestros hijos, con el objetivo fundamental de su socialización emocional y conductual.



NORMAS Y LÍMITES

¿PARA QUÉ SIRVEN?

- Aprender hábitos y conductas adecuadas a su edad.
- Desarrollar sentimientos de autonomía y seguridad en sí mismo.
- Sentir que es guiado en su crecimiento personal.
- Desarrollar sentimientos de pertenencia a la familiar y sociedad.
- Desarrollar sentimiento de autoestima al lograr conseguir las metas.
- Desarrollar del autocontrol y la autorregulación.



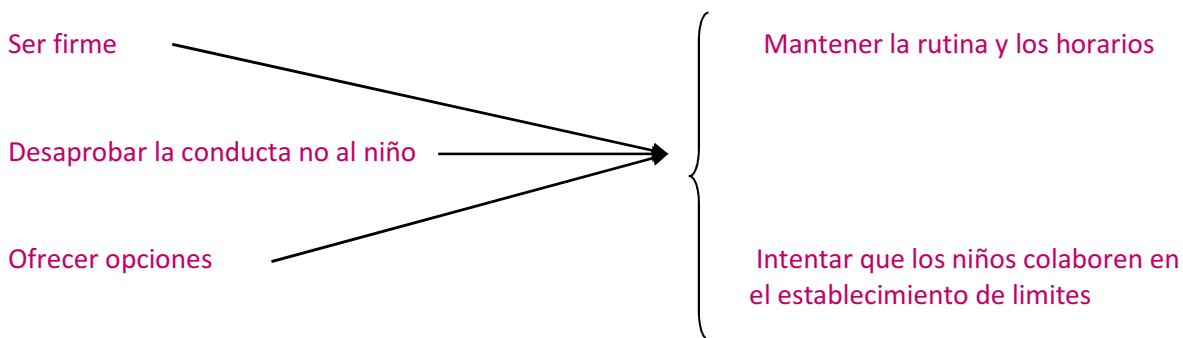
¿POR QUÉ ES DIFÍCIL?

- Nos asusta defraudarlos.
- No sabemos o no queremos decir "no".
- No queremos frustrarlos: ya sufrirán cuando sean mayores.
- Nos preocupa ser considerados autoritarios.
- No queremos que sufran lo que nosotros sufrimos.
- Tenemos miedo al conflicto y a malas caras.
- Da pereza corregir, reflexionar e imponerse.
- Compensamos la falta de tiempo y dedicación con una actitud indulgente y culpable.

ESTABLECER NORMAS FORMULÁNDOLAS DE FORMA POSITIVA

ES MEJOR DECIR	QUE DECIR
"agarra mi mano para cruzar"	"obedece"
"trata bien a tu compañero"	"no pegues"
"toma este otro juguete"	"no toques eso"

PAUTAS EFICACES PARA ESTABLECER NORMAS





TOLERANCIA A LA FRUSTRACION

- Frustración es a vivencia emocional ante una situación en la que un deseo o necesidad no se satisface, sucede cuando se establecen límites o queremos que se cumplan norma
- Tolerar la frustración es superar una situación desagradable continuando con la vida
- Debemos ayudar a comprender a nuestros hijos que no siempre se consigue lo que se quiere, que los demás también tienen su propio espacio que hay que aceptar.

COMO SOLUCIONAR LAS DEMANDAS DE EXCESIVA ATENCIÓN

- Las claves están en "cómo" y "cuándo" dar atención:
- Ser un modelo de paciencia.
- Observarle por si existe algún problema que realmente le angustie.
- Elogiar cualquier conducta de espera.
- Utilizar la técnica del disco rayado.
- Interesarle por actividades en las que no necesite al resto de la familia.
- Darle oportunidad para hablar de sus sentimientos, preocupaciones, etc
- Realizar ensayos de situaciones reales y mostrarle la manera de actuar.
- Enseñarle a interrumpir de forma apropiada.

DOCE REGLAS PARA REGAÑAR A UN NIÑO CORRECTAMENTE

1. Regañar en el momento
2. Expresar sentimientos
3. No caer en el chantaje emocional
4. Reconocer los sentimientos del niño
5. No descalificarle
6. No amenazar con la pérdida del cariño
7. No gritarle continuamente
8. Nunca compararlo con otros
9. Evitar frases como "porque lo digo yo", "porque si"
10. Utilizar fórmulas de cortesía con los niños
11. No reñir por hábito
12. Utilizar fórmulas positivas para conseguir lo que queremos

Miriam G^a de Arboleya
Psicopedagoga
615 311 842