

Las Reglas y los Límites

“Poniendo la ley” con tus niños

Tú y Tu Niño

Las reglas y los límites son importantes para los niños. Pero a veces es difícil para los niños de cualquier edad saber cuales son las reglas.

Los niños generalmente prosperan en un mundo ordenado con algunas reglas razonables.

Pero también se pueden confundir con demasiadas reglas, o reglas diferentes para lugares diferentes. Algunas reglas y límites son diferentes en la escuela que en el hogar. Una abuela puede tener reglas en su casa que so diferentes a las tuyas.

No siempre estarás presente para hacerlas cumplir.

Las reglas deben ser claras.

Si las reglas son claras, tienes mejor probabilidad de hacerlas cumplir regularmente.

Cada vez que se quiebre una regla, debes responder de la misma forma. Ser clara sobre cuales son las reglas te ayuda a ser consistente. También ayuda si los otros adultos saben cuales son las reglas para el niño, y cómo responder cuando se quiebren las reglas.

Ser consistente le ayuda a los niños a aprender lo que es permitido hacer, y cómo deben comportarse.

Al revés

Cómo puedes poner reglas y límites para que los niños aprendan a comportarse.

Esta publicación de la Universidad de Pittsburgh y la Oficina para el Desarrollo de Niños es posible gracias al patrocinio de el fondo para el desarrollo educativo Frank and Theresa Caplan Fund for Early Childhood Development and Parenting Education.

Para más información, visita la página de la oficina para el desarrollo infantil, University of Pittsburgh Office of Child Development, en el internet en www.education.pitt.edu/ocd/publications/.

Usted y Su Niño solo puede reproducirse para usos sin fines de lucro.

“Poniendo la ley” con tus niños

No pongas más de cinco o seis reglas de casa

Las reglas y los límites dependen en la edad del niño.

Para un niño pequeño, como de 2 años de edad, empieza lento con sólo dos o tres reglas básicas, tales como no pegar o aventar comida.

Para los niños de 4 años o mayores, puedes poner más reglas. Estas reglas pueden ser diferentes a las reglas para un niño más joven.

Pon reglas para la edad de tu niño

Los niños pequeños no se sientan por mucho tiempo, tienen accidentes, y no siempre te obedecen.

Pon reglas para los comportamientos que sabes que tu niño puede controlar.

Dile al niño que pasará si desobedece la regla

Escribe que es lo que pasará si tu niño no obedece la regla. Pero asegúrate que el castigo vaya con el crimen.

Por ejemplo, el castigo por pegar puede ser un “tiempo fuera” (timeout en inglés). Pero el castigo por aventar una pelota en la casa sería menos serio, tal como no dejar que el niño juegue con la pelota.

Conversa con el niño acerca de las reglas

Habla con el niño. Asegúrate que entienda lo que quieres decir con “pegar,” por ejemplo, y lo que pasará si lo hiciera, un tiempo fuera.

También puedes tratar de incluir a otros niños al poner reglas y castigos por quebrarlas.

Trabaja con reglas importantes

A veces el niño tiene dificultad corrigiendo algún comportamiento problemático. Para ayudarlo a no hacerlo, haz una regla que no permita ese comportamiento y hazla la única regla de la casa por un tiempo.

Trátalo cuando el comportamiento que quieres parar es serio, es algo que el niño hace con frecuencia, o es algo que requiere que tu niño se concentre.

Tú obedeces las reglas también

Todas las personas en el hogar deben obedecer las reglas que pones para el niño. Si el niño desobedece una regla, responde de la manera que le advertiste que lo harías. Sin excepciones, sin más advertencias. No se puede decir “tal vez.”

Repasa las reglas de vez en cuando

Repasa las reglas de vez en cuando. Si tu niño ya no le pega a su hermana, por ejemplo, quita esa regla de la lista y añade otra que necesite trabajo. Pero no cambies la regla si el niño la acaba de desobedecer. Si crees que deba cambiarse, espera uno o dos días antes de hacerlo.

Haz una lista de lo que el niño DEBE hacer

No sólo hagas una lista de los comportamientos que el niño NO debe hacer. Haz listas de lo que debe hacer, como juntar sus juguetes, usar modales, o decir “por favor” y “gracias.” También haz una lista de las cosas buenas que pasarán si cumple. Trata de poner una estrella en cada artículo en la lista cada vez que el niño hizo lo que pediste.

University of Pittsburgh