



**Cuál es la diferencia entre**

# **límites** **y consecuencias.**



## CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE LÍMITES Y CONSECUENCIAS

*¿Cómo estableces límites amorosos, cuando no hay consecuencias? Por ejemplo, mi hijo está botando una pelota de fútbol dentro de la casa.*

*Le doy la opción:*

*“Las pelotas se rebotan afuera. Puedes llevarla en frente de la casa o al patio trasero. La elección es tuya.”*

*A veces funciona ... a veces me ignora y sigue rebotando la pelota ... Repito de nuevo, y él no escucha. ¿Debo quitar la pelota? Él no escuchó y debería haber una consecuencia, ¿no?*

*Digamos que vemos el comportamiento - rebotar un balón de fútbol en la casa - eso va en contra de las reglas de nuestra familia. Establecemos un límite, en este caso, al darle a nuestro hijo la opción de elegir entre dos opciones alternativas y aceptables. Él nos ignora. Repetimos. Él nos ignora.*

*Naturalmente, estamos frustrados. Sentimos una gran necesidad de darle una lección a nuestro hijo. ¿No debería haber una “consecuencia”?*

*Sí. Claramente, tenemos que quitar la pelota, para mantener nuestra regla familiar sobre dónde se pueden usar las pelotas. Pero eso no es una “consecuencia” (como los padres usualmente usan el término) a menos que también lo castigamos por no obedecer.*

*Tu hijo todavía puede aprender una lección.*

*Tomemos un paso a la vez.*

## 01.

Tu hijo está rebotando la pelota en la casa, lo que él sabe está en contra de las reglas de la familia. Te preocupa que las paredes se manchen. Debes establecer un límite. Si realizas un mantenimiento preventivo a diario, conectándote con calidez y empatía, trabajando la empatía tu hijo siempre será más cooperativo. Entonces, por lo general, puedes establecer un límite claro y amable:

**¿Qué quiero decir conectando con calidez y empatía? La respuesta básica 24/7 es ver las cosas desde su perspectiva, con compasión. En otras palabras, lo que sale de tu boca es mayormente cálido y “conector”, incluso cuando estás “corrigiendo”.**

**“¡Guau! Sé que te encanta rebotar esa pelota ...Ahora hazlo afuera”.**





02.

## ¿NECESITAS DARLE UNA LECCIÓN?

Algunos niños más pequeños se sienten abrumados por las elecciones. Pero los niños son fuertes, incluso más que algunos de nosotros, reaccionan mal cuando se sienten arrinconados. Entonces, esta hábil madre le está dando a su hijo la opción de hacer rebotar la pelota. Ella también podría ofrecer la opción de encontrar una actividad diferente.

**“¡Juan! Puedes rebotar la pelota afuera, o puedes encontrar otra actividad, tú decides”.**



**03.****ÉL TE IGNORA**

Enfurecedor, ¿verdad? Pero tal vez él no está siendo desafiante; él solo se enfoca en sus habilidades con el balón y ni siquiera te escucha. O tal vez no te has conectado con él mucho últimamente, y esta es tu señal de alerta de que necesitas pasar algún tiempo especial dedicado con él todos los días, a partir de esta noche. O tal vez él sabe por experiencia que hay muchas posibilidades de que te rindas y lo dejes solo. O tal vez solo es un niño de carácter fuerte, que necesita presionar un límite 100 veces para ver si se mantiene firme (también conocido como un “aprendiz de experiencia”).

Entonces él te ignora.

**¿Le repites? ¡No!**

Si haz pedido una vez y no has recibido una respuesta, no repitas. Aún no tienes la atención de tu hijo. En lugar de eso, te enfrentas a él de manera amistosa, así que entiende que lo dices en serio.

Entonces, en este caso, te acercas a tu hijo y con una expresión neutral, interceptas el balón de fútbol. Sostienes la pelota en un brazo, colocando el otro brazo alrededor de su hombro. Él te mira, agravado.





04.

## USTED SE CONECTA ANTES DE CORREGIR

¿Cómo te sientes cuando alguien implica que estás equivocado? ¿Un poco molesta? ¿Una necesidad urgente de demostrar que tienes razón o de contraatacar? Así es como se siente tu hijo también. Y no es exactamente una receta para la cooperación.

Puedes evitar esa resistencia reconectando antes de “corregir”. Es mucho más probable que realmente te escuche y le importe lo que quieras, lo que significa que es más probable que coopere.

Conéctate viendo su perspectiva, incluso mientras estableces tu límite.

**“Oye, amigo... supongo que estabas tan concentrado en esas habilidades que no me oíste. Tus habilidades con la pelota se ven bien. ¿Y dónde jugamos con las pelotas? ¡Bien! ¡Afuera!”**

Mientras hablas, lo estás encaminando hacia la puerta. La abres, y cuando sale, le das el balón y una sonrisa.





05.

## ENCUENTRA UNA SOLUCIÓN GANAR/GANAR

Por lo general, ese es el final del incidente. Has impuesto tu límite. Si haces esto con regularidad, tu hijo se irá directo al exterior, la próxima vez porque ¿quién quiere que los padres interrumpan cuando juegan a la pelota?

Pero tal vez tienes un césped afuera y la pelota no rebota allí. En ese caso, seguramente seguirá usando tu pasillo. Tiempo para resolver problemas con una solución ganar / ganar.

“Hmm ... el césped no es bueno para botar la pelota ... y rebotar en la casa no funciona para mí porque daña la pared ... ¿Qué podemos hacer?”. ... ¿Crees que funcionaría el asfalto en la calle? ¡Gran idea! No puedo ir contigo ahora, pero si me ayudas a cortar estas verduras, podemos pasar media hora antes de la cena. Trabajemos juntos “.

Observa que tu hijo tiene que retrasar la gratificación. Eso no es fácil. Pero si mantienes una conexión positiva, estará mucho más motivado.



06.

## ¿DEBERÍAS QUITAR LA PELOTA?

Si su hijo está usando un juguete de una manera insegura y no responde a su redirección, entonces, por supuesto, te llevas el juguete.

“Las pelotas no son para rebotar en la casa. Escuché que realmente no quieres salir, así que dejemos la pelota y busquemos algo que puedas hacer en la casa. Parece que necesitas algo otra actividad para hacer ... ¿Quieres saltar en el trampolín en el sótano? ¿O tirar tus animales de peluche sobre la barandilla y luego rescatarlos?”

Ten en cuenta que esto no es un castigo. Simplemente estás redirigiendo la energía de tu hijo.





07.

## ENSEÑA A TU HIJO A REPARAR

Digamos que te encuentras con que tu hijo rebota su pelota en el pasillo y notas marcas en la pared. Tu dices:

**“¡Vaya! ¡Mira esa pared! Necesitamos limpiar eso. Cariño, vamos a buscar los productos de limpieza, y te ayudaré. Sabes que siempre limpiamos nuestros propios problemas”.**

Ahora, si haces esto de forma culpable, naturalmente se pondrá a la defensiva y resistirá. Es entonces cuando los niños dicen cosas como “¡Hazlo!” Pero si puedes hacerlo alegremente, sin culpar, desde el momento en que tu hijo es pequeño, él lo cumplirá. Y también comenzará a sacar la pelota afuera sin su intervención, porque ¿quién quiere limpiar las paredes cuando podrían estar afuera haciendo simulacros de fútbol?



08.

## ¿NO DEBERÍA HABER UNA CONSECUENCIA?

¡Por supuesto! ¡Mira todas las consecuencias de lo que sucedió aquí! Tu hijo ha aprendido:

**1. Cuando mamá me dice que haga algo, ella lo dice en serio. No tiene sentido tratar de ignorarla.**

2. Rebotar la pelota en la casa golpea la pared y yo soy responsable de ayudar a limpiar las marcas ... prefiero salir afuera con la pelota.

**3. Cometí errores, pero mamá siempre entiende.**

4. Reparé mis errores y limpie mis propios líos.

**5. Mi madre realmente se preocupa por lo que quiero. Entonces me importa lo que ella quiere.**

6. Si no me gusta lo que mamá me dice que haga, ella escucha e intenta encontrar una buena solución para nosotros dos.

**7. Soy bueno para encontrar soluciones.**

8. Si uso un juguete inseguro, tengo que encontrar otra actividad.

**9. No siempre obtengo lo que quiero, pero obtengo algo mejor, un padre que entiende.**

10. Todos en nuestra familia toman en serio las reglas de nuestra familia. El más importante es tratarse unos a otros con respeto y amabilidad.

-----  
Por el contrario, si lo hubieras castigado, que es lo que los padres generalmente quieren decir con "consecuencias", ¿qué habría aprendido?

**1. Ella siempre me grita y me castiga. ¿Por qué debería hacer lo que ella quiere?**

2. Cuando reboto el balón en la casa, ella lo quita y me castiga. Pero hasta que ella esté gritando. Así que no tengo que escuchar hasta que ella grite y se lleve la pelota. Sé hasta dónde empujarla antes de obtener una consecuencia.



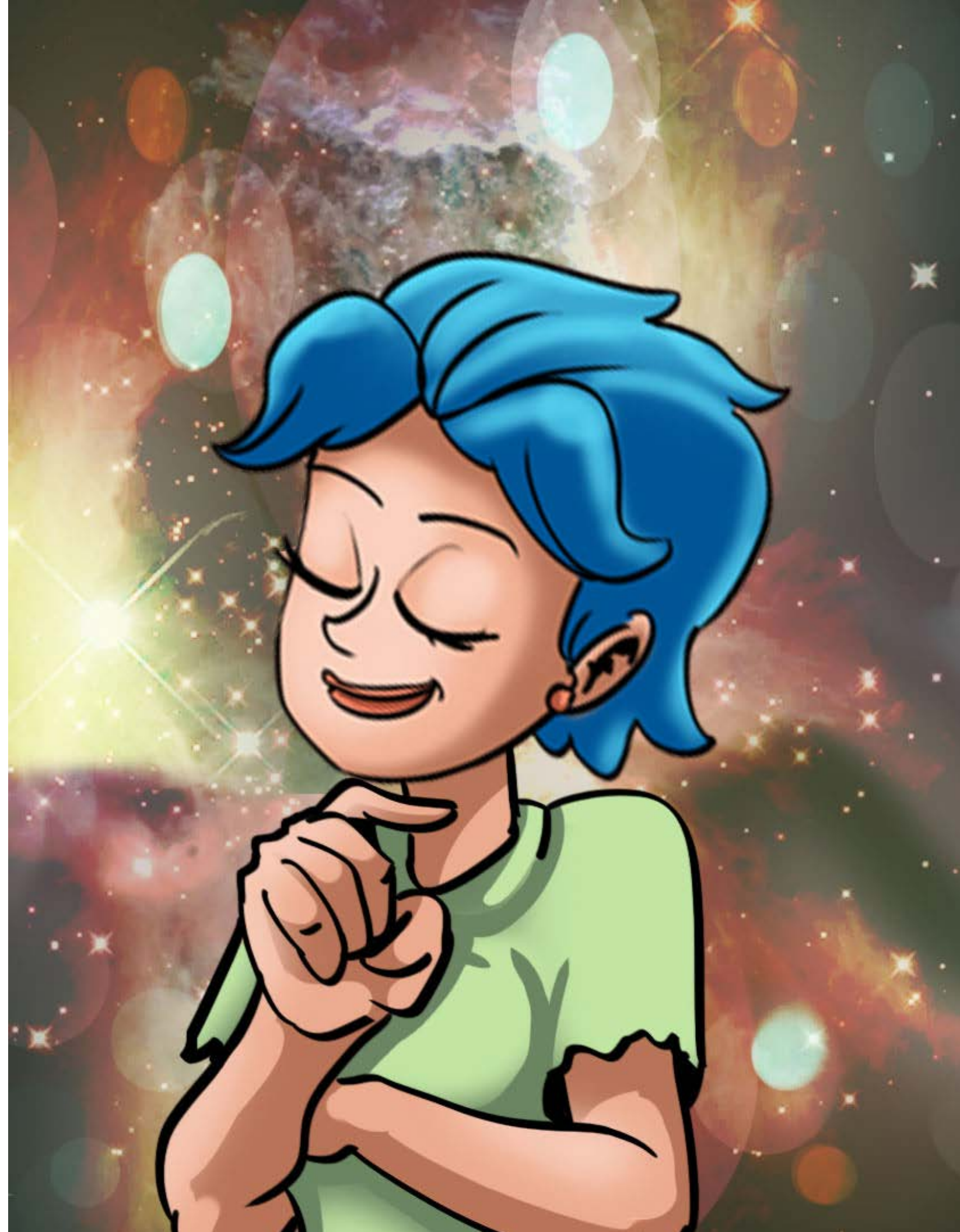
3. Ella tomó mi pelota. Voy a molestar a mi hermana. De hecho, voy a hacer que esta tarde sea miserable para todos.

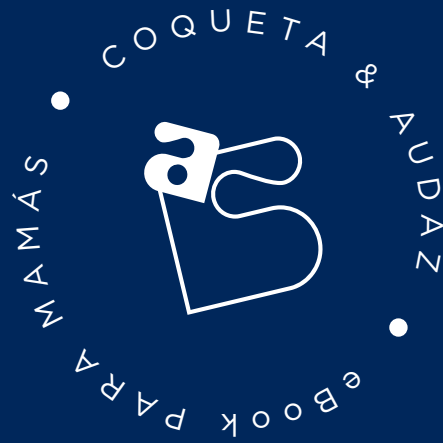
4. Cuando ella no esté aquí, rebotaré la pelota en la casa todo lo que quiera.

5. No, no sé quién hizo esas marcas. (Me estoy volviendo bueno mintiendo)

*La verdad es que no podemos hacer que otro ser humano haga lo que queremos. Solo podemos ayudarlos a QUERER. La guía amorosa y los límites empáticos ayudan a tu hijo a seguir su guía, por lo que esos buenos hábitos se convierten en parte de lo que es, ya sea que esté allí o no. ¿"Consecuencias" que están diseñadas para castigar? Justo lo opuesto.*

*¿La diferencia entre límites amorosos y consecuencias? No hay lugar para el castigo en límites amorosos.*





[COQUETAYAUDAZ.COM.MX](http://COQUETAYAUDAZ.COM.MX)

**JUSTO SIERRA 721, ZONA CENTRO**  
LEÓN, GTO. MÉXICO