



*Equipo de Atención Temprana*

# NORMAS, LÍMITES Y RABIETAS EN LOS NIÑOS

EQUIPO DE ATENCION TEMPRANA

PASEO CONDE SEPÚLVEDA Nº 2 – 40002 SEGOVIA

TELÉFONO Y FAX: 921 43 04 74

CORREO ELECTRÓNICO:  
[40700092@EDUCA.JCYL.ES](mailto:40700092@EDUCA.JCYL.ES)

[HTTP://EOEP-ATSEGOVIA.CENTROS.EDUCA.JCYL.ES/](http://EOEP-ATSEGOVIA.CENTROS.EDUCA.JCYL.ES/)

# ¿QUE SON LAS NORMAS Y QUE SON LOS LÍMITES?

- ▶ LAS **NORMAS** SON PAUTAS DADAS A LOS HIJOS SOBRE QUÉ, CÓMO Y CUANDO DEBEN HACER ALGO (TAREA, COMPROMISO, ACCIÓN...). EJEMPLOS: "PUEDES USAR LA PLAY-VIDEOJUEGOS-TABLETA... DURANTE UN MÁXIMO DE 60 MINUTOS Y NO MÁSTARDE DE LAS 20:30 H", "DESPUES DE JUGAR, RECOGEMOS LOS JUGUETES..."
- ▶ LOS **LÍMITES** SON PROHIBICIONES QUE SE ESTABLECEN A PARTIR DE LA NORMA. EN LOS EJEMPLOS ANTERIORES... SERÍAN LOS TIEMPOS Y LA HORA. NO SERÍA LÍMITESI PERMITÍERAMOS UTILIZARLOS A PARTIR DE LAS 20:30 POR NO HABERSE USADO ANTES O MÁS TIEMPO POR NO HABER ALCANZADO A LAS 20:30 HORAS EL TIEMPO PERMITIDO. CON EL EJEMPLO DE LOS JUGUETES "NO HARÍAMOS NADA (COMER, DORMIR, LEER CUENTO...) HASTA QUE NO SE RECOJAN"

# DIFERENCIAS ENTRE NORMAS Y LÍMITES

## LAS NORMAS...

- ▶ POCAS Y CLARAS, SE IRÁN AMPLIANDO...
- ▶ SE ENUNCIAN EN POSITIVO: EN LUGAR DE "NO VAS A UTILIZAR LA PLAY A PARTIR DE LAS 20:30..." PLANTEARLO COMO "SE UTILIZARÁ... HASTA LAS 20:30 H".
- ▶ FIRMES PERO FLEXIBLES. SIEMPRE QUE SEAN FLEXIBLES, POR UN MOTIVO BIEN JUSTIFICADO Y CONSENSUADO CON EL NIÑO.
- ▶ ADECUADAS A LA EDAD.
- ▶ ESTABLES.
- ▶ CON CLARAS CONSECUENCIAS EN CASO DE NO CUMPLIRLAS Y SIEMPRE CONSUMANDO AQUELLAS.

## LOS LÍMITES...

ACTUAN COMO BARRERA DE SEGURIDAD ANTE UN PELIGRO (EDUCATIVO, CONVIVENCIAL, DE INTEGRIDAD...)

INCREMENTAN EL AUTOCONTROL

FOMENTAN LA RESPONSABILIDAD.

MEJORAN NOTABLEMENTE LA TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN.

SITÚAN AL MENOR EN LA REALIDAD Y LO COTIDIANO

# ¿POR QUÉ DEBEMOS PONER NORMAS Y LÍMITES?

- ▶ LAS NORMAS MEJORAN EL CONTROL DE CONDUCTAS IMPULSIVAS REGULANDO EL COMPORTAMIENTO DEL NIÑO.
- ▶ CREAN CONDUCTAS SOCIALES ADECUADAS PARA LA FUTURA SALUD SOCIAL-AMBIENTAL DEL NIÑO EN EL MUNDO QUE LE VA A TOCAR VIVIR.
- ▶ MEJORAN EL AUTOCONTROL.
- ▶ CREAN SEGURIDAD PARA EL DESENVOLVIMIENTO DEL NIÑO.
- ▶ EVITAN PROBLEMAS FUTUROS DE INADAPTACIÓN.
- ▶ LES AYUDA A SER "MEJORES PERSONAS" Y POR TANTO INCREMENTA SU AUTOESTIMA.

# ¿POR QUÉ NO OBEDECEN LOS NIÑOS?

---

**NO ENTIENDEN LAS ÓRDENES**

---

**SE DAN ORDENES DEMASIADO COMPLEJAS**

---

**SE DAN MUCHAS ORDENES SEGUIDAS**

---

**TRANSMITIMOS INSEGURIDAD**

---

**MUCHAS VECES SE SUSTITUYE UNA ORDEN POR UNA PREGUNTA**

---

**NO HAY NORMAS Y SI EXISTEN SON INCOHERENTES**

---

**SE INCUMPLEN MEDIDAS ADOPTADAS**

---

**HAY DIFERENTES CUIDADORES CON DIFERENTES NORMAS**

---

**EL NIÑO ES DIFÍCIL DE MANEJAR**

---

**DESOBEDIENCIA POR COSTUMBRE (PREMIO A SALIRSE CON LA SUYA)**

# LAS RABIETAS

- ▶ SON REACCIONES DE IRA, FRUSTRACIÓN, ENFADO... QUE SE MANIFIESTAN NORMALMENTE CON BERRINCHES, LLANTOS, GRITOS, PATALEOS, GOLPES, COMPORTAMIENTOS AUTOLESIVOS...
- ▶ SON PARTE NORMAL DEL DESARROLLO DE LOS NIÑOS (ESPECIALMENTE ENTRE LOS 2-5 AÑOS).
- ▶ SON OPORTUNIDADES PARA MEJORAR LA EDUCACIÓN DEL NIÑO PUES NOS PLANTEAN PROBLEMAS QUE HAY QUE RESOLVER TARDE O TEMPRANO. EL AUTOCONTROL POR EJEMPLO
- ▶ SU ORIGEN ES MUY VARIADO; CANSANCIO, HAMBRE, FRUSTRACIÓN, IMPOSIBILIDAD DE COMUNICARSE POR FALTA DEL LENGUAJE...
- ▶ COMO OTRAS EMOCIONES ES ESENCIAL PARA LA SUPERVIVENCIA SIEMPRE Y CUANDO NO SEAN ANORMALMENTE INTENSAS, FRECUENTES Y DURADERAS.
- ▶ ES IMPORTANTE DISTINGUIR ENTRE LA EMOCIÓN (QUE ES LEGÍTIMA) Y LA CONDUCTA ASOCIADA (AGREDIR, FALTAR AL RESPETO, ROMPER ALGO...)

# ¿QUÉ HACER ANTE UNA RABIETA?

ANTICIPARNOS: SI VEMOS QUE LA RABIETA PUEDE LLEGAR, PODEMOS DIRIGIR LA ATENCIÓN DEL NIÑO EN OTRA DIRECCIÓN, CAMBIANDO DE ACTIVIDAD POR EJEMPLO.

AYUDAR AL NIÑO A DESEMPEÑAR TAREAS QUE LE FACILITEN LA AUTOESTIMA.

ATENDER LAS NECESIDADES DEL NIÑO.

MANTENER LA CALMA

PERMITIR Y LEGITIMAR LA EMOCIÓN DE LA RABIA.

SI PUEDE SER, ABRAZARLE, MOSTRARLE AFFECTO.

MUCHAS VECES SÓLO PODEMOS ESPERAR (NO ES POCO)

ASEGURARNOS QUE NO SE PUEDE HACER DAÑO

EN DEFINITIVA ACOMPAÑAR. SIN JUZGAR, NI INTERVENIR EN SU EMOCIÓN.

# DESPUES DE LA RABIETA...

- ▶ SEGUIR CALMADO Y MOSTRAR AFECTO Y COMPRENSIÓN.
- ▶ NO CONSIDERARLO ALGO PERSONAL
- ▶ AYUDA AL NIÑO A RECONOCER LA EMOCIÓN Y SEPARARLA DE SU COMPORTAMIENTO.
- ▶ SE PODRÍA "CRITICAR" LA CONDUCTA PERO NUNCA LA EMOCIÓN.
- ▶ AYUDALE A PENSAR: EL AÚN NO ESTÁ PREPARADO PARA RAZONAR A ESE NIVEL Y POR TANTO LOS PADRES HAN DE HACER DE "GESTOR" DE SUS EMOCIONES CONECTANDO ÉSTAS CON SU CEREBRO PENSANTE.
- ▶ LLEGAR A ACUERDOS PARA ATAJAR SITUACIONES FUTURAS PARECIDAS.
- ▶ REFORZAR LA SUPERACIÓN DE LA RABIETA.



# CUANDO DEBEMOS PREOCUPARNOS (ACUDIR A ESPECIALISTA)

- ▶ SI LOS PADRES HEMOS PERDIDO EL CONTROL
- ▶ SI CEDEMOS ANTE LA RABIETA
- ▶ SI LA RABIETA CREA SENTIEMIENTOS NEGATIVOS.
- ▶ AUMENTA FRECUENCIA, DURACIÓN E INTENSIDAD.
- ▶ EXISTEN LESIONES (PROPIAS O AJENAS).
- ▶ NO COOPERA, DISCUTE, ESTÁ MUY REACTIVO.