**Lunes**

**07**

**de Junio**

**Educación Inicial**

**Crianza compartida**

*Límites*

***Aprendizaje esperado:*** *Desarrolla autonomía y autorregulación crecientes.*

***Énfasis:*** *Los límites y las pautas para establecerlos.*

**¿Qué vamos a aprender?**

Hola, papás, mamás, cuidadores y cuidadoras. En esta sección se ha preparado información relevante para Ustedes que les auxilie en la crianza de sus hijas o hijos.

*La Educación Inicial es el servicio educativo que se brinda a niñas y niños menores de tres años de edad, con el propósito de potencializar su desarrollo integral y armónico en un ambiente rico en experiencias formativas, educativas y afectivas, lo que les permitirá adquirir habilidades, hábitos, valores, así como desarrollar su autonomía, creatividad y actitudes necesarias en su desempeño personal y social.*

La información que se compartirá en esta sesión retoma algunas ideas en el Plan y programas de Estudio de la Secretaría de Educación Pública, en el apartado de Educación Inicial, donde encontrarán las guías elaboradas especialmente para acompañar en la crianza de las niñas y niños de 0 a 3 años. Si no la tienen, no se preocupen, la pueden encontrar en la página de Plan y programas de estudio de la Secretaría de Educación Pública, en el apartado de materiales de Educación Inicial:

<https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/inicial-ae-programa.html>

En esta sesión conocerá sobre los *límites* un tema muy interesante que ayudará a agentes educativos, madres y padres de familia y a cuidadores en sus prácticas de crianza.

Al establecer límites están ayudando a las niñas y a los niños a construir un psiquismo sano y a aprender a autorregularse.

Alrededor de la crianza existen muchos mitos y creencias que dañan el desarrollo de las niñas y niños. El tema de límites está rodeado de desinformación y creencias falsas.

¿Han escuchado frases como…?

* *Déjalo sin jugar para que aprenda*.
* *En esta casa se hace lo que yo digo*.

Estas frases están presentes en muchos hogares, lamentablemente no toman en cuenta a la infancia, ni sus capacidades y deseos, al escuchar estas frases también puede confundirlos y hacerlos actuar equivocadamente al momento de querer poner un límite.

Existen muchas dudas sobre el tema, una madre de familia pregunta lo siguiente: ¿*Cómo puedo establecer límites, ya que en ocasiones mis hijos no quieren ponerse los zapatos, recoger sus juguetes o realizan rabietas para conseguir lo que quieren?*

Todas las niñas y niños necesitan orientación sobre cómo comportarse, esta no es una tarea fácil. En ocasiones, con el deseo de brindar orden y estructura a sus hijas e hijos, limitan su libertad y quieren decirles *qué* *hacer* y *cómo*.

Las niñas y los niños están sometidos a una enorme cantidad de límites, muchas cuestiones de su vida están decididas por los adultos. Es muy importante que estos límites respondan a las necesidades de seguridad y protección, pero, sin dejar de lado la creatividad y libertad inherente a la niñez, y su deseo por explorar y descubrir su mundo.

No siempre la actitud adulta tiende a la comprensión, muchas veces busca la obediencia de las niñas y niños, y cuando ésta no se obtiene inmediatamente se recurre a una sanción, recuerden que *la violencia nunca es el camino; y los insultos, las nalgadas y los golpes rompen el vínculo con tus hijas e hijos.*

Como figuras de apego, necesitan distinguir entre límite y castigo, el castigo tiene consecuencias como trastornos de identidad, baja autoestima, ansiedad y la reproducción de más violencia.

El límite ayuda a las niñas y niños a crecer y a metabolizar sus sentimientos más primarios, a construir un psiquismo más elaborado y, como ya se ha mencionado: favorece el aprendizaje de la autorregulación.

Escuchen en el siguiente video, a la psicóloga en el que menciona algunas sugerencias para establecer límites.

1. **Sugerencias para construir límites en los niños.**

<https://youtu.be/dn81BOTBDtM>

* *Los límites son pequeñas reglas que establecemos acerca del comportamiento de los miembros de la familia.*
* *Tienen que estar pensados en el bienestar de los demás, en el respeto y deben ser constantes, además, deben estar dirigidos a todos los miembros de la familia, esto se incluye en la claridad.*
* *Parten de una medida de seguridad, el niño debe aprender qué objetos y situaciones hay que evitar para su propia seguridad y la seguridad de los demás.*
* *Estas pequeñas reglas les van a ayudar a integrarse a una sociedad más grande. La familia es esta célula pequeña de la sociedad donde se aprenden estas reglas.*
* *Los niños pequeños aún no tienen la capacidad de autorregularse y de cumplir en un 100% las reglas, pero poco a poco con nuestra paciencia y constancia, irán desarrollando estas habilidades siempre y cuando tengan a un lado unos padres que le permitan, sean tolerantes y constantes en el establecimiento de límites.*
* *Si educamos con constancia y afecto, los niños podrán desarrollar estos aprendizajes que le ayudarán en el desarrollo posterior.*

De qué manera las madres y padres de familia pueden poner límites en casa cuando los niños manifiestan comportamientos como gritar, tirarse al suelo o pegar. La pregunta que deben resolver es qué hay detrás y por qué las niñas y los niños gritan, se tiran al suelo o pegan.

Recuerden que cuando una niña o niño está frustrado, sobrecogido o hace un berrinche, lo que necesita es un adulto que pueda mantenerse en calma, que lo acompañe y le ayude a recuperarse.

Escuchen en el siguiente video, a Don Leopoldo, él también tiene cosas que contar.

1. **Don Leopoldo.**

<https://youtu.be/3h3jHqmVCos>

Don Leopoldo, tiene razón, a veces no se percatan de las emociones y sentimientos que están detrás de los berrinches y rabietas, el establecimiento de límites debe darse en una relación de empatía, el acompañar a sus hijas e hijos con respeto y tolerancia aún en circunstancias difíciles, refuerza la sensación de afecto y confianza de las niñas y niños.

A continuación, algunas recomendaciones para establecer límites.

1. Establezcan un vínculo afectivo a través de la rutina y rituales que suceden en la vida cotidiana como el descanso, el alimento, el aseo personal, la recreación, la lectura; le permitirá adoptar hábitos y relaciones afectivas con quienes le rodean.
2. Eviten perder la calma, sean pacientes y muéstrale seguridad y afecto. Háganle saber que tú lo apoyas.
3. Esperen el momento propicio para reorientar el comportamiento, den tiempo para que en el momento de calma hablen sobre lo sucedido y ayúdenle a reflexionar cómo puede evitarlo.
4. Permitan que realice diferentes actividades recreativas, deportivas y artísticas para que identifique opciones en las que se exprese y comunique lo que piensa, siente y sabe.
5. Observen y muéstrense atentos a los gustos e intereses que manifiestan sus hijas o hijos
6. Anticipen lo que puede suceder ofreciendo alternativas: *“Visitaremos a tu tía, puedes llevar algunos juguetes para jugar con tus primos”.*
7. Brinden confianza y anímalo a realizar ciertas actividades por sí solo: comer, vestirse; dale tiempo y reconozcan su esfuerzo.
8. Con su ejemplo muestren cómo regular las emociones de forma apropiada, nombrando la emoción que sienten y qué los provoquen: estoy enojado porque, estoy feliz porque, estoy triste por qué.
9. Tengan presente que su estado de ánimo cambia si está cansado o tiene hambre.
10. Ayúdenle a comprender que sus acciones tienen consecuencias, lleva tiempo para que se autorregule.
11. Permítanle que exprese sus ideas y gustos.
12. Propicien un ambiente seguro.
13. Háblenle de los cambios que ocurrirán: *“Vamos a visitar al doctor”.*
14. Sean flexible en ocasiones especiales.
15. Relaten las acciones por su nombre, su cariño no tiene condiciones.
16. Brinden opciones al establecer límites para que desarrolle su autonomía.
17. Realicen en casa juegos de reglas.

Para entender mejor, lean la siguiente situación que tuvieron Ramon y su hija Adriana, pero con dos reacciones diferentes.

*Reacción 1: Adriana se encontraba leyendo un cuento, y Ramon pasa por ese lugar y se tropieza con unos juguetes él le reclama a Adriana.*

*Ramón: ¿Por qué siempre tengo que recordarte que guardes los juguetes? No vamos a salir porque no cumples con tus obligaciones.*

*Adriana se nota asustada y confundida, no sabe por qué su papá le habla así.*

*Ramón: ¿Cómo te sientes, Adriana?*

*Adriana: Confundida, no sé por qué me hablas así, también me siento asustada, yo estaba muy tranquila y llegaste a gritar.*

*Reacción 2: Adriana está leyendo un libro. Ramón pasa y se tropieza con un juguete.*

*Ramón: Adriana, sé que estás muy interesada en tu libro, pero recuerda que cuando terminamos de jugar hay que recoger los juguetes, te pido por favor que vengas, vamos a recogerlos.*

*Adriana presta atención y acude a ordenar los juguetes, al terminar Ramón le agradece.*

*Ramón: Y ahora con esta forma de pedirte las cosas, ¿Cómo te sentiste?*

*Adriana: ¡Tranquila y segura! Pude sentir la importancia de que las personas te hablen de manera tranquila y sin perder la firmeza.*

Un límite no es tener el control sobre la niña o el niño, sino encaminarlo a que lo adquiera mediante la protección, la seguridad y la confianza.

Es importante tener presente que los cambios y la maduración requieren tiempo, esfuerzo y constancia, principalmente de los adultos responsables, porque se trata de acompañar y guiar a las niñas y niños a lo largo de la vida.

A continuación, observen el siguiente video que envía el maestro Irwing, en donde muestra algunas estrategias para nutrir los vínculos amorosos en el establecimiento de límites.

1. **Agente Educativo Irwing.**

<https://youtu.be/YAEJFkmQark>

*Estrategias para seguir fomentando vínculos amorosos con sus hijos, recuerden que son muy importantes en el establecimiento de límites.*

1. *Piensa en el sentir de tu hijo durante las situaciones por las que atraviese, la percepción de un niño difiere de la de los adultos, reconoce que sus emociones son igual de importantes.*
2. *Comprende las señales del niño, todos los menores se expresan de múltiples formas. Comprende el mensaje que te quiere dar a entender, de tal manera que sienta tu afecto y comprensión.*
3. *Identifica y elogia sus capacidades, destrezas y respeta su ritmo de aprendizaje evitando hacer comparaciones. Acompáñalo en todos sus procesos de desarrollo y hazle sentir tu afecto para fortalecer su autonomía y que se sienta preciado.*
4. *Utiliza las actividades de la vida diaria para demostrarle tu amor. Mantén siempre contacto visual y evita usar distractores mientras le dedicas tiempo.*
5. *Determina límites y aplícalos, todos los menores requieren orientaciones sobre cómo comportarse. Platica con tu hijo sobre lo que tiene que realizar y por qué, para ello deber propiciar un ambiente armónico y lleno de amor.*

Son prácticas y sencillas estas recomendaciones. deben establecer límites con una actitud positiva, respetuosa, y sobre todo con amor. Intenten usar alguna recomendación en casa. Como madres y padres dialoguen en familia y acuerden los límites para el hogar. Existe un proverbio:

*“Se necesita de todo un pueblo para educar a un niño”*

Esto significa que la familia, la comunidad escolar y las interacciones sociales que se construyen a diario, son de vital importancia para las relaciones saludables de las niñas y los niños.

No es un trabajo fácil, ya que en muchas ocasiones estas ideas pueden diferir con las de familiares o agentes educativos. En esta tarea deben responder con empatía y respeto, nutriendo las relaciones para que sean constructivas.

Recuerden que los límites son un marco de referencia para sus hijas e hijos, lo cual les ofrece seguridad.

Cuando establecen un límite, están informando lo que es *adecuado* y seguro, y de ahí la importancia de establecer estas referencias desde la primera infancia, pues si las enseñan desde esta etapa, aun cuando crezcan, no se apartarán de ellas.

Sobre esto de fortalecer las relaciones en la familia, y recordando que la lectura de libros es una buena manera de hacerlo, es momento de conocer el cuento de esta sesión. Observen y escuchen el siguiente video.

1. **Los tres erizos.**

<https://youtu.be/ycagnUYBbKw>

El equipo de Aprende en casa III esperamos que les sea de mucha utilidad a las madres, los padres y los cuidadores y puedan poner en práctica en beneficio de todos los niños y las niñas.

Los invitamos a realizar algunas de las actividades propuestas en esta sesión, recuerden que la participación de toda la familia es muy importante en cada proceso y aprendizaje de las niñas y niños.

Si tienen dudas o necesitan ayuda para realizar las actividades propuestas o alguna sugerencia y quieren compartirlas con nosotros pueden enviarlas al correo aprende\_en\_casa@nube.sep.gob.mx

Si quieren ver los programas de “Aprende en Casa”, los puedes encontrar en la siguiente página: youtube.com/aprendeencasa