



LA RESTRICCIÓN FÉRTIL



CONSEJOS Y RECOMENDACIONES





NO CEDER A LA INMEDIATEZ AFECTIVA (HACERLE FELIZ DE INMEDIATO):



Difundir los deseos del niño para ofrecerle un marco estructurado y educativo. Decir "no" o "no ahora" le enseña paciencia, gestión de la frustración y la importancia del esfuerzo. Al evitar responder inmediatamente a todas sus demandas, le ayudas a entender que el placer diferido suele ser más enriquecedor y significativo.



OFRECE ALTERNATIVAS CONSTRUCTIVAS

En lugar de ceder a todas las demandas, ofrece opciones adaptadas que respeten el límite establecido. Por ejemplo: "No puedes tener una pantalla ahora, pero puedes leer un libro o dibujar"





SEA CONSTANTE



Los límites deben ser coherentes para convertirse en estructurantes. Adáptelos al desarrollo de su hijo mientras mantiene un punto de referencia estable en su entorno educativo: No varíe los límites según el estado de ánimo del día.



NO ESTABLECER REGLAS SIN EXPLICARLAS



Decir "no" con suavidad pero con firmeza ayuda al niño a entender que algunas cosas requieren tiempo o esfuerzo. Acompaña esta negativa con una explicación clara para que comprenda el significado detrás del límite impuesto.



“La importancia de los límites y las normas para los niños” - The English Montessori School



“Pasos para crear reglas familiares” - CDC



“¿Por qué son importantes las reglas familiares para los niños pequeños y prescolares?” - CDC



“Por qué es importante que los niños aprendan a gestionar la tolerancia a la frustración”



“Herramientas para comprender a tu hijo adolescente”
Aprendemos Juntos 2030





"POR QUÉ ES IMPORTANTE QUE LOS NIÑOS APRENDAN A GESTIONAR LA TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN" - CENTRO DE APRENDIZAJE Y PSICOLOGÍA

Este artículo explica por qué es fundamental que los niños aprendan a gestionar la tolerancia a la frustración. Señala que esta habilidad les ayuda a enfrentar desafíos sin perder el control emocional. También destaca cómo fortalece la resiliencia y la capacidad para resolver problemas. En conjunto, favorece un desarrollo emocional saludable y relaciones más equilibradas.



¿POR QUÉ SON IMPORTANTES LAS REGLAS FAMILIARES PARA LOS NIÑOS PEQUEÑOS Y PRESCOLARES?" - CDC

Este artículo explica cómo las reglas familiares contribuyen a crear una estructura en la que los niños entienden qué comportamientos son adecuados y cuáles no. A continuación, se presentan los pasos para establecer dichas normas.



"LA IMPORTANCIA DE LOS LÍMITES Y LAS NORMAS PARA LOS NIÑOS" - THE ENGLISH MONTESSORI SCHOOL

Las normas son la manera en que esos límites se aplican en la vida diaria, y cada familia debe definir sus propias reglas. Los límites ofrecen al niño la seguridad necesaria para enfrentar el mundo. Gracias a las normas, el niño comprende lo que puede hacer y lo que no, lo que implica decir "no" cuando sea necesario y mantenerlo de forma constante.



PASOS PARA CREAR REGLAS FAMILIARES” - CDC

Este artículo explica cómo las reglas familiares contribuyen a crear una estructura en la que los niños entienden qué comportamientos son adecuados y cuáles no. A continuación, se presentan los pasos para establecer dichas normas.



"HERRAMIENTAS PARA COMPRENDER A TU HIJO ADOLESCENTE" APRENDEMOS JUNTOS 2030

El educador Alejandro Rodrigo ofrece en este vídeo herramientas para mejorar la relación con hijos adolescentes, como diferenciar normas y límites, o consecuencias y castigos, además de usar un sistema llamado "la pirámide de la discordia". Con más de 15 años de experiencia en intervención social y educativa, Rodrigo comparte sus reflexiones en talleres y su libro *Cómo prevenir conflictos con adolescentes*. Destaca la importancia de empatizar con los jóvenes recordando la adolescencia propia y detectar si una crisis es evolutiva o de riesgo. Su enfoque ayuda a comprender que las tensiones familiares pueden ocultar necesidades no expresadas.

