



**NOVIEMBRE
2023**

El arte de poner límites



1. La ronda

Comenzamos la sesión disfrutando de la ronda del mes, en este caso “la ronda de los ancestros”, que comenzó con un saludo adaptado a la noche, para continuar con la ronda que se hace este mes y que alude a nuestros ancestros, nuestros abuelos/as.



2. Presentación de la sesión

Kathy presentó la comunidad aludiendo a **la importancia que tienen los límites en la crianza**, y el difícil equilibrio que debemos mantener entre el amor y la firmeza para poder establecerlos. De igual forma, planteó que en esta comunidad, como en todas las que hacemos, compartiríamos conocimientos y experiencias para ir desgranando este tema tan interesante y retador como es el de saber poner límites.



3. Qué sabemos sobre los límites

Continuamos el trabajo abriendo la conversación sobre lo que sabemos sobre los límites, contando con la participación, puntos de vista y experiencias de todos los presentes y esto fue lo que fuimos comprendiendo.

¿Qué son los límites?

Los límites son una forma de poner un alto, una guía que nos ayuda a marcar el camino por donde ir, un mecanismo para regular hasta donde se puede llegar.

Hay límites naturales que los niños/as van descubriendo al comprobar por sí mismos/as lo que sus capacidades les permiten hacer y lo que no.

Hay otros límites que ponemos nosotros **para ayudarles a avanzar de una manera segura y acorde con sus necesidades de crecimiento y desarrollo como personas.** Estos límites también **varían de familia en familia,** dependiendo de lo que cada familia considere más importante y relevante. Para una familia puede ser muy importante que no coman dulces, para otra que no vean pantallas, para otra que saluden siempre que se encuentren con otras personas, etc. Los valores de cada familia, la prioridad que les den, y la forma de entender la crianza, van a influir mucho en los límites que tiene cada niño/, y es importante aprender a respetarlo. Al mismo tiempo que entender que en espacios comunes, como el jardín, los límites se ponen desde la filosofía y visión educativa del jardín. De igual forma, **los límites también pueden variar en diferente espacios familiares,** no es lo mismo, por ejemplo, los límites en casa con su papá/mamá que cuando están en casa de los abuelos.

¿Para qué sirven los límites? ¿Qué función cumplen?

- Sirven **para proteger** a nuestros hijos/as y crear un entorno donde se puedan desenvolver y sentirse seguros.
- Sirven **para crear unas normas de convivencia** diaria ayudando a saber qué podemos hacer en relación con nosotros mismos y con los demás.
- Sirven **para desarrollar la autopercepción**, al niño le ayuda a autopercebirse, a percibir al otro, a encontrar sus propios límites y los de los demás.
- Permiten que nuestros hijos/s **se conecten con el entorno**, entendiendo cómo se pueden relacionar con lo que hay a su alrededor.

¿Cuál es la relación entre las necesidades de desarrollo y los límites?

Los límites que **se van cambiando y superando** a medida que los niños/as van desarrollando nuevas habilidades, y capacidades.

Tienen que estar alineados con su potencial de desarrollo y con sus necesidades. Y para poder lograrlo es muy importante que sepamos **OBSERVAR** lo que ellos pueden y saben hacer, de modo que no coartemos ni sus necesidades de desenvolverse ni sus capacidades.

Pueden **variar de un niño/a a otro/a dependiendo de su propio nivel de desarrollo**, así tengan la misma edad, porque cada niño/a es diferente. Por eso es importante establecerlos basándonos en quien es cada niño/a y en el contexto en el que vive, y no tanto de una manera automática.

Otro aspecto muy importante es aprender a **percibir los límites que nuestros propios hijos/as nos ponen**. Por ejemplo, cuando nosotros/as queremos hacer algo por ellos pero con su mano o con sus palabras nos ponen un pare, haciéndonos saber que ellos/as sí pueden. O cuando nos reclaman que estemos en el celular (y no por motivos de trabajo o atención a algo urgente) en lugar de compartir con ellos/as.

¿Cuáles son las claves del éxito para que un límite funcione?

Los límites deber ser consistentes. No ponerlos un día sí porque me sentí inspirado/a y con energía y al día siguiente no porque ya estoy cansado/a-

Los límites necesitan múltiples repeticiones para poder instalarse y ayudar a desarrollar comportamientos que se convierten en un hábito, por ejemplo, lavarse la manos cuando regresamos del parque.

Los límites necesitan también ir acompañados de nuestro ejemplo, así si las galletas “oreo” tienen mucho azúcar y hay que comer una o dos no más, eso se aplica a los hijos/as y a mamá y papá. Aunque ojo, no todos los límites que ellos tiene los tenemos que tener los adultos. Por ejemplo, ellos pueden no acceder al celular pero nosotros sí porque forman parte de nuestra forma de relacionarnos y de trabajar.

Es importante explicarlos, que sean claros y fáciles de entender para los niños/as. Esto les ayuda a aceptarlos mejor. Sin embargo, no siempre los podremos explicar porque les costaría entender las razones. Por ejemplo, por qué ellos /as no pueden usar el celular y tú sí. Hay límites que quizás ellos aún no puedan entender, pero los adultos igual los ponemos sin dar grandes explicaciones que no entenderían. Sin embargo, es necesario tener en cuenta que para que los niños/as acepten con menos resistencia un límite que llega sin mucha explicación este debe venir de un adulto que está vinculado con él y ella,, que el niño/a sabe que vela por su cuidado y bienestar, que es confiable, y que se lo demuestra en el día a día en la manera en que lo acompaña.

Los límites tienen que ser coherentes con sus necesidades de desarrollo. Por ejemplo, pedirle a un niño/a pequeño que no se mueva, que no hable en la mesa, que juegue con los demás niños/as porque le pueden hacer daño o él/ella a veces hará daño, etc...son límites que perjudican su desarrollo y que serán, además, muy difíciles de establecer. Eso no quita que les ayudamos a encontrar maneras de regularse en cada situación.



4. Cuáles son los obstáculos y dificultades para los límites

Una vez recopiladas muchas de las nociones que tenemos sobre los límites, lo que son, para qué sirven y cómo ponerlos, dedicamos unos minutos a **compartir lo que sabíamos hacer bien en relación con los límites**, los éxitos que habíamos tenido, y reconocer los progresos en esta tarea tan compleja que es la de “poner límites”.

Después de ello, nos adentramos en una parte más difícil como es la de **identificar alguna dificultad u obstáculo que cada uno/a tuviera a la hora de poner límites** y compartimos en grupo nuestras experiencias, con calma y acogidos por la escucha de los demás.





5. La cola del dragón

Para recargar la energía nos aventuramos en un pequeño juego de movimiento y competencia que provocó las risas de todos/as.



6. Estrategias y recursos para abordar los obstáculos

Continuamos el trabajo con una segunda parte donde, de nuevo reunidos en grupos, cada uno/a pudo **identificar su estrategia y/o recurso para abordar su obstáculo o dificultad**. También se podía contar, en caso de necesitarlo,, con la sugerencia de un miembro del grupo, elegido por cada persona, para que le ayudara a pensar en cómo abordar esa dificultad u obstáculo. Terminamos **escribiendo un pequeño cambio**, así sea micro, que cada uno/a pensaba que podía hacer en su manera de poner límites.



5- Cerrando las comunidades

Para cerrar esta comunidad, Kathy realizó una pequeña reflexión sobre cuál es esa receta mágica para la crianza que deseamos, y puso de manifiesto que, **en realidad, no hay una receta única que sirva para todos/as sino que cada uno/a tiene su propia receta**, y conoce sus ingredientes. Solo necesita saberse dar el tiempo para ir descubriéndola, cultivándola, variándola según las circunstancias, contexto, hijo/a, etc...asumiendo y aceptando que la vida es compleja y que no somos perfectos.



Además tuvimos la oportunidad para compartir nuestra emoción por haber llegado al final de las comunidades de este año, por lo vivido, compartido, aprendido y disfrutado. Algunos papás y mamás como Nora, Alandra, André y Yuvisa expresaron su cariño por el acompañamiento que desde el jardín y las comunidades se dio a sus familias; **agradecidos de cómo sus hijos/as han ido creciendo rodeados de respeto, seguridad y amor**, y deseosos de que se haga realidad el sueño de un colegio que dé continuidad a este camino.

5.- Evaluación de la sesión

La evaluación cuantitativa, de 1 a 10, de los elementos didácticos de la sesión fue la siguiente

ACTIVIDAD	Promedio de la valoración
Ronda de época	9.8
Reconociendo éxitos y obstáculos en nuestra forma de poner límites	9.8
Identificando Estrategias para abordar los obstáculos y dificultades al poner límites	9.5
Reconectando con la crianza que llevamos en el corazón	9.8

Los participantes destacaron la importancia del tema abordado y lo satisfactorio, enriquecedor y reconfortante que había sido poder hacerlo recogiendo lo que cada uno/a sabía y compartiendo las experiencias, dificultades y formas de abordarlas. Sentirse escuchados, sentir que todos compartían dificultades en la crianza y apoyarse. Además, se disfrutó mucho de la ronda de bienvenida y la dinámica del “el dragón” para descansar y reírnos.

Cerramos las comunidades **llevando siempre con nosotros/as a Gio, Briggite y Jerónimo**. Seguimos el camino juntos/as.

¡¡HASTA EL AÑO QUE VIENE FAMILIA!!
