



## La importancia de poner límites



**CÁPSULAS FAMILIA**  
*Educación para la vida*



# Cápsulas Familia

## Desde la experiencia

- ¿Los límites son necesarios?
- Un trabajo de cada día
- Los límites protegen y contienen
- Cómo hacerlo





# Cápsulas Familia

## Desde la experiencia

### ¿Los límites son necesarios?

La función de poner límites significa que cuidamos y queremos a nuestros hijos. Los límites hay que ponerlos en cada etapa, incluida la adolescencia. Nunca es tarde para poner límites y es importante para el desarrollo emocional de los hijos. Un adolescente que no acepta los límites nos está hablando y está queriendo decir algo. Para prevenir que los adolescentes caigan en conductas de riesgo hay que mantener unas pautas educativas y estrechar la relación con ellos.





# Cápsulas Familia

## Desde la experiencia

### Un trabajo de cada día

La ausencia de límites y normas en la familia y en el entorno más cercano suele tener consecuencias negativas para la educación de los hijos. Si no logramos establecer claramente esos límites desde pequeños nos tendremos que enfrentar a hijos que nunca tienen suficiente, faltas de respeto, que toleran cada vez peor las negativas, escasa tolerancia a la frustración y a problemas de conducta por parte de los adolescentes.





# Cápsulas Familia

## Desde la experiencia

### Los límites protegen y contienen

1. Dan seguridad: Los límites marcan el camino a seguir por el niño y esto le da seguridad.
2. Aumentan la autoestima: Le ayudarán a ser una persona equilibrada. Conseguiremos que sea más hábil emocionalmente y más feliz .
3. Transmiten valores: Al poner límites vamos marcando en los hijos los comportamientos que son correctos y los que son incorrectos.



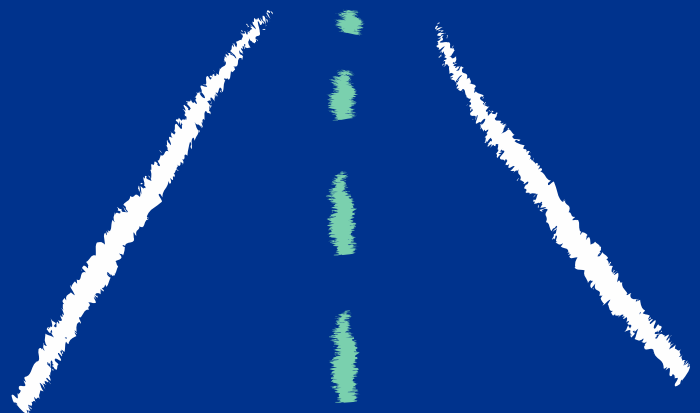


# Cápsulas Familia

## Desde la experiencia

### Cómo hacerlo

- Respaldao nuestras palabras con nuestros actos, dando ejemplo a los hijos.
- Siendo firmes, con tono seguro y sin gritos ni violencia.
- No podemos ir cambiando las reglas según la situación, el día o el hijo.
- Dar ordenes concretas. Frases cortas y precisas que entiendan perfectamente, la última palabra la tenemos que decidir nosotros como adultos.





# Cápsulas Familia

## Desde la experiencia

El adolescente se debate entre la rebeldía y la autoridad que sigue necesitando. Necesita límites aunque le cueste asumirlos.

Los hijos pueden sentir miedo por tenerlo todo demasiado fácil.

Los pilares básicos: el amor y los valores. Un buen vínculo afectivo es indispensable para guiarlos en su desarrollo emocional.



# Compañía de María



Desde la experiencia



Colegio La Enseñanza • Valladolid  
ORDEN DE LA COMPAÑÍA DE MARÍA N.S.



*Síguenos*