

# Curso de HABILIDADES PARA LA VIDA



**NORMAS,  
LIMITES**



HÁBITOS

RUTINAS

# PAUTAS, NORMAS Y LIMITES:

¿Pautas?

¿Normas?

¿Límites?

Reglas, o principios que se deben seguir o a las que se deben ajustar las conductas, tareas, actividades, etc.

Buscan armonizar la convivencia entre las personas

**crecer en armonía**

# ¿ POR QUÉ SON IMPORTANTE LAS NORMAS?

OTORGAN SEGURIDAD Y PROTECCIÓN

AYUDAN A CREAR REFERENTES PROPIOS: SE VAN ADQUIRIENDO PAUTAS SOBRE LO QUE ES VALIDO Y LO QUE NO LO ES

ADQUISICION DE HABITOS DE CONDUCTA

AYUDA A FORMAR SU ESCALA DE VALORES

FAVORECEN LA CONVIVENCIA

EN LA FAMILIA

EN LA SOCIEDAD

FACILITAN APRENDER A TOLERAR LA FRUSTRACIÓN

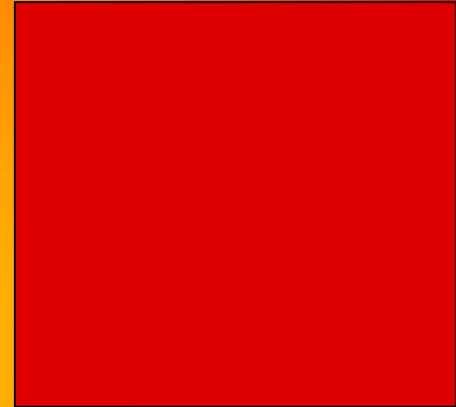
# ¿ POR QUÉ SON IMPORTANTES LAS NORMAS Y LOS LÍMITES PARA UN NIÑO?

LE AYUDA A SENTIRSE SEGURO

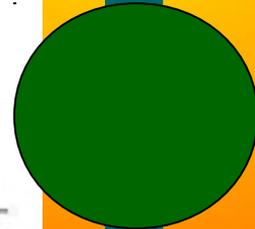
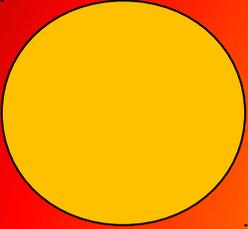
ENTENDER E INTEGRAR CÓMO ESTÁ ORGANIZADO EL MUNDO EN EL QUE VIVE

MEJORA EL AUTOCONCEPTO,  
AUTOESTIMA

**¿ CÓMO APRENDEMOS?**







# ¿ CÓMO APRENDEMOS?

APRENDIZAJE CLÁSICO

APRENDIZAJE OPERANTE

APRENDIZAJE VICARIO U OBSERVACIONAL

# APRENDIZAJE CLÁSICO

## CONDUCTA Y APRENDIZAJE

El Condicionamiento Clásico de Iván Pavlov



Estímulo  
Neutro



No hay  
Respuesta  
(esperada)



Estímulo  
Incondicionado



Respuesta  
Incondicionada



Estímulo  
Condicionado



Estímulo  
Incondicionado



Respuesta  
Condicionada

# APRENDIZAJE OPERANTE

## CONDUCTA Y APRENDIZAJE

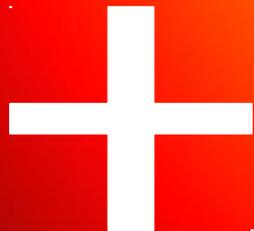
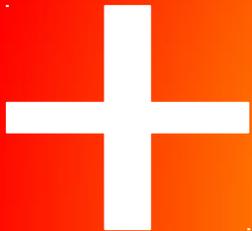
El Condicionamiento Operante de B.F. Skinner



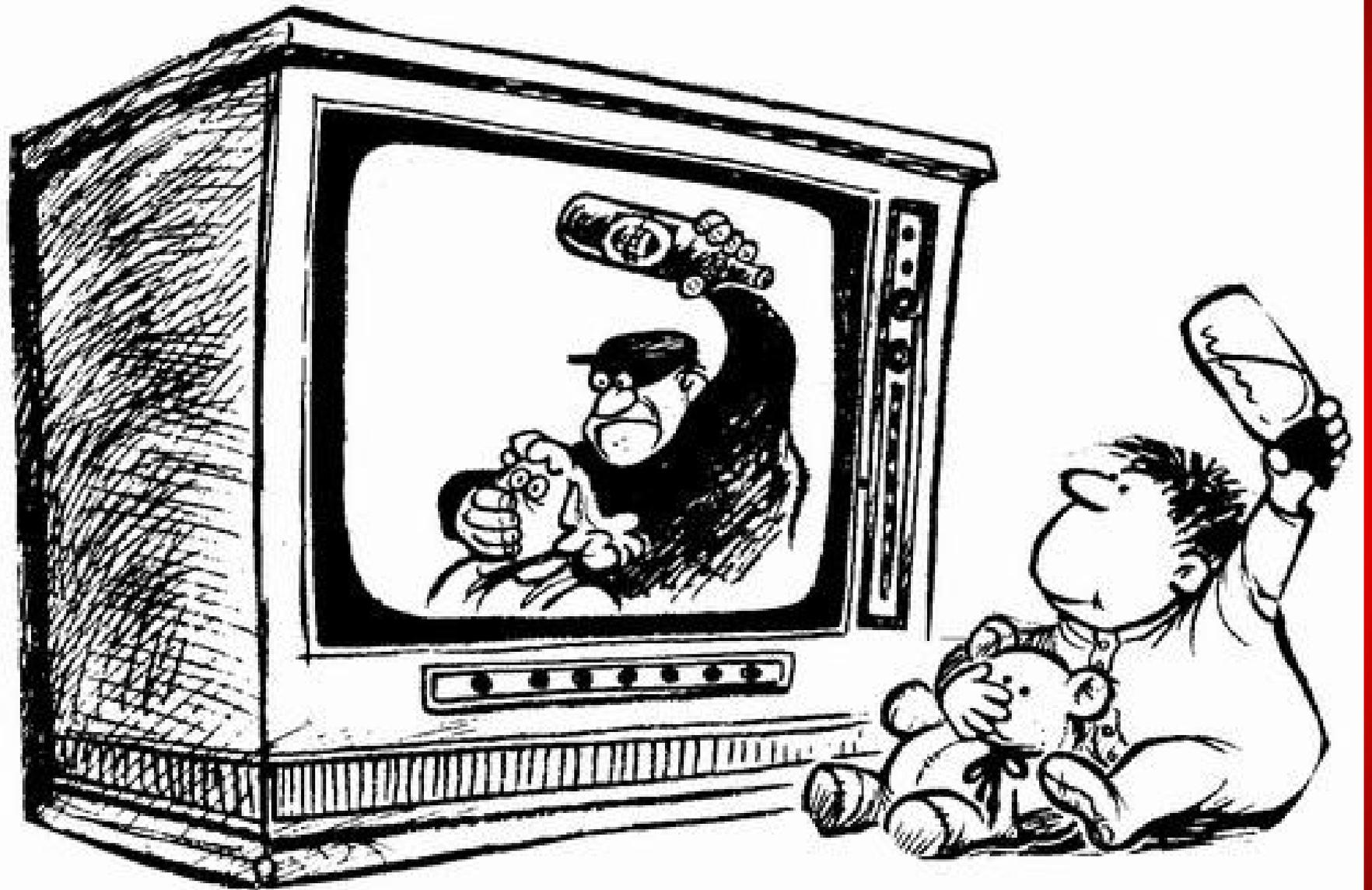
**PREMIOS**



**CASTIGOS**



# APRENDIZAJE VICARIO U OBSERVACIONAL



## APRENDIZAJE VICARIO U OBSERVACIONAL

A diferencia de los anteriores modelos de aprendizaje, en los que el individuo tiene una participación activa (bien en la asociación mental entre estímulos, bien en la concatenación entre comportamiento y la consecuencia (positiva o negativa) de éste, este tipo de aprendizaje se produce al observar externamente la concatenación o sucesión de elementos; es decir: aprendemos a través de lo que observamos que le pasa a los demás

## APRENDIZAJE VICARIO U OBSERVACIONAL

La importancia de este tipo de aprendizaje es que debemos tener presente que nuestros comportamientos, actitudes, verbalizaciones (y lenguaje no verbal), suponen posibles elementos de aprendizaje para nuestros hijos e hijas;

Importancia que aún debemos tener más en cuenta por el hecho de que, como padres/madres, somos sus referentes y modelos de primera magnitud.

## APRENDIZAJE VICARIO U OBSERVACIONAL



# APRENDIZAJE VICARIO U OBSERVACIONAL



# APRENDIZAJE VICARIO U OBSERVACIONAL



MODELO SOCIAL



Observación



IMITACION Y  
CONDUCTA  
APRENDIDA

Conducta social  
deseable



Conducta social  
No deseable



# TIPOS DE NORMAS:

## NORMAS FUNDAMENTALES

Relacionadas con valores fundamentales:  
respeto, no agresión, etc.  
Rígidas, inamovibles e innegociables.

## NORMAS IMPORTANTES

Relacionadas con la socialización y la salud:  
Higiene, alimentación, tiempos y horarios de  
Sueño, de salida y recogida etc.  
Permiten cierta flexibilización y negociación,  
dentro de unos límites.  
Pueden variar en función de la edad, momento  
madurativo, capacitación, responsabilidad.

## NORMAS ACCESORIAS

Relacionadas con la organización familiar y social:  
Orden, responsabilidades domésticas, etc.  
Permiten flexibilidad y negociación

# ¿ CÓMO DEBEN SER LAS NORMAS?

REALISTAS

CLARAS

CONSISTENTES

COHERENTES

ARTICULADAS

# ¿ CÓMO DEBEN SER LAS NORMAS?

**REALISTAS** en cuanto a posibilidad de cumplimiento, edad, maduración y capacitación

**CLARAS** en cuanto a definición, Límites y consecuencias

**CONSISTENTES** respecto al tiempo, Contextos y circunstancias

**COHERENTES** entre sí (distintas normas) y entre los distintos miembros de la familia

**ARTICULADAS** en cuanto a su importancia/jerarquía

**CUANDO EXISTE:**

**CLIMA FAMILIAR CÁLIDO**



**BUENA COMUNICACIÓN**



**AFECTO**



**MEJOR INTERIORIZACIÓN DEL SENTIDO DE LA NORMA**

# ¿Cómo se establecen?



**DESARROLLO VITAL**

**Actitud  
directiva**

**Actitud  
negociadora**

# ¿ QUÉ DEBILITA LA AUTORIDAD Y EL ESTABLECIMIENTO DE NORMAS Y LIMITES?

\* IMPOSICIÓN A PRIORI Y SIN ARGUMENTAR

\* DEJADEZ POR COMODIDAD O PARA EVITAR CONFLICTOS

\* NO ESCUCHAR SUS NECESIDADES Y ARGUMENTOS

\* INCUMPLIMIENTO DE CONSECUENCIAS, INCOHERENCIA, INCONSISTENCIA, INESTABILIDAD

\* DESACUERDO ENTRE PADRES O DISCUTIR DESAVENIENCIAS

\* DERRUMBE EMOCIONAL

**APRENDIZAJE CLÁSICO**

**APRENDIZAJE OPERANTE**

**APRENDIZAJE VICARIO U OBSERVACIONAL**

# APRENDIZAJE OPERANTE

## CONDUCTA Y APRENDIZAJE

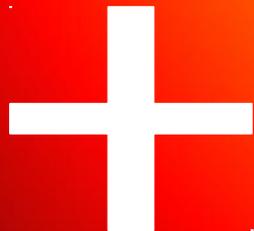
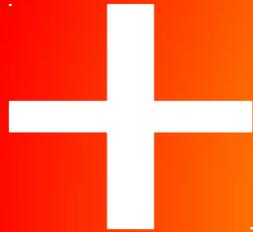
El Condicionamiento Operante de B.F. Skinner



**PREMIOS**



**CASTIGOS**



## REVISEMOS ALGUNAS CUESTIONES DE INTERÉS

1.- EL CARIÑO Y LA ATENCIÓN SON LOS MEJORES PREMIOS - Y PODRÍAN SER CASTIGOS- PARA TODAS LAS PERSONAS.

2.- LOS PADRES U OTRAS PERSONAS A CARGO DE ÉSTOS, DEBEN ESTAR DE ACUERDO A LA HORA DE PREMIAR Y CASTIGAR.

3.- SI FRENTE A UNA SITUACIÓN NO ESTÁN DE ACUERDO, RESUÉLVANLO A SOLAS, NO INVOLUCRANDO AL/A LA NIÑO/A

4.- SIEMPRE ES BUENO DECIR CLARAMENTE LO QUE OCURRIRÁ SI NO SE CUMPLE LA NORMA ESTABLECIDA. POR EJEMPLO: «SI NO HACES LAS TAREAS A TIEMPO, NO VERÁS HOY LA TELEVISIÓN. SI NO ORDENAS TUS JUGUETES, NO SALDRÁS HOY A JUGAR CON TUS AMIGOS».

## 5- EL GRITO:

- PROVOCA ACOSTUMBRARSE AL MISMO.
- DETERIORA LA RELACIÓN
- PUEDE OTORGAR MODELOS DE REPETICIÓN
  - ¿ AGRESIÓN VERBAL?

6.- LA AGRESIÓN VERBAL DAÑA TANTO O MÁS QUE LA AGRESIÓN FÍSICA, PUES EL/LA NIÑO/A ACEPTA ESTOS COMENTARIOS COMO VERDADEROS Y CONSTRUYE SU IMAGEN DE SÍ EN BASE A LO QUE LOS ADULTOS CERCANOS AFECTIVAMENTE, DICEN DE ÉL O ELLA

7.- LO MÁS PERTINENTE ES EXPLICITAR CLARA Y CALMADAMENTE LA CONDUCTA QUE SE ESPERA DEL/A NIÑO/A, Y LAS CONSECUENCIAS DE SU NO CUMPLIMIENTO Y CUANDO NO HACE LO ESPERADO, APLICAR INMEDIATAMENTE LAS CONSECUENCIAS.

8.- UN NIÑO ACTÚA MÁS DISCIPLINADAMENTE CUANDO SE SIENTE BIEN CONSIGO MISMO, CUANDO SE LE RESPETA SU FORMA DE SER, SE LE ESTABLECEN NORMAS FIRMES Y SE LE RECONOCEN LAS ACCIONES ADECUADAS..

9.-EL MAL COMPORTAMIENTO PUEDE INDICAR:

- QUE EL NIÑO NO TIENE CLARO QUE SE ESPERA DE ELLOS.
- PROBLEMA DE LÍMITES: O NO EXISTEN (ACOSTUMBRADO A CONSEGUIR LO QUE SE QUIERE) O PRUEBA DE HASTA DÓNDE ESTÁ EL LÍMITE DE LA NORMA
- LA DIFICULTAD PARA TOLERAR LA FRUSTRACIÓN QUE PRODUCE NO HACER LO QUE LE APETECE.

**... Y RECORDEMOS AQUELLOS ASPECTOS  
QUE FAVORECEN O DIFICULTAN LA  
COMUNICACIÓN CON NUESTROS HIJOS...**

# ASPECTOS QUE FAVORECEN LA COMUNICACIÓN CON NUESTROS HIJOS

- **Mostrar interés:** “¿Eso te pasó..?, Sigue, cuéntame más sobre eso.”, “¡Qué interesante!”
- **Clarificar:** “¿y tú qué hiciste entonces?” “¿Hace tiempo que te pasa eso? “Me gustaría saber qué piensas de eso”
- **Parafrasear:** “Entonces, si no he entendido mal lo que me quieres decir es que...”
- **Reflejar:** “Creo que te sientes mal debido a que.. “Siento que te duele que te trate así”, “ Veo que eso es muy importante para ti”
- **Resumir:** “Entonces, me estás diciendo que lo que ha pasado es que..”

# ASPECTOS QUE DIFICULTAN LA COMUNICACIÓN CON NUESTROS HIJOS

**Criticar antes de conocer los hechos:** “Seguro que habéis empezado vosotros, como si lo viera.”

**Amenazar, sermonear:** “Más vale que...” “Yo a tu edad..”

**Ridiculizar, ironizar, insultar:** “Pero mira que eres torpe..” “Eso te pasa por tonto...” “ Os creéis muy listos..” “ ¡ Mira que eres infeliz!

**Dar ordenes, mandar, dirigir en el vacío:** “Se acabó, lo que tienes que hacer es...”

**Cambiar el tema cuando nos es incomodo:** “Bueno, ya lo hablaremos más tarde... cuando venga tu padre/madre..”

**Minimizar el problema:** “Vaya tontería, no habrá cosas peores..”

**Interpretar:** “Tú lo que pretendes es que... pues no, no paso por ahí.”

**Interrogar:** Cuándo has ido, qué has hecho, con quién has estado, qué te ha dicho, etc

**Introducir a terceros (triángulos)**

