

EL ARTE DE PONER LÍMITES

SONIA KLIASS

COLECCIÓN
VIVIR CON
NIÑOS

ing Edicions

EL ARTE DE PONER LÍMITES

SONIA KLIASS

ing Edicions
COLECCIÓN VIVIR CON NIÑOS

© ING Edicions, S.L.
Av. de Josep Tarradellas, 118, 1B
08029 Barcelona
T. +34 93 419 59 59
ing@ingedicions.com
www.ingedicions.com

© Texto: Sonia Kliass
Traducción: Marta Busquets
Corrección: Javier Peláez
Coordinadora de la edición: Laia López Arboleda
Asesora de la colección: Àuria G. Galcerán
Maquetación: Susanna Pérez
© Fotografía de portada y de inicio de capítulos: Sandra Artigas
© Fotografías interiores: Joan Segura

Todos los derechos reservados para la versión castellana
© 1ª edición en castellano: octubre de 2020
ISBN: 978-84-948300-9-9
Producción del ePub: booqlab

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni su transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *copyright*.

«Como consecuencia de las palabras que usemos y las acciones que realicemos, el cerebro del niño cambiará»

Disciplina sin lágrimas: una guía imprescindible para orientar y alimentar el desarrollo mental de tu hijo. Daniel J. Siegel, Tina Payne Bryson (introducción)

Agradecimientos

Quiero dar las gracias a mi compañero Pep, por ser la primera persona en animarme a escribir y por su apoyo incondicional durante todo este proceso, y a mi hijo Joan, por todo lo que he aprendido con él a lo largo de estos dieciocho años.

A mi madre Rosa y a mi hermano Paulo, por la fuerza y la confianza que siempre he recibido de ellos, y a mi padre Wladimir, ya ausente, por su gran sensibilidad y empatía.

También quiero dar las gracias a todos los amigos y los compañeros que me han animado a escribir, y al equipo de ING Edicions, por confiar en este proyecto.

Prefacio

Hace muchos años que suelo alojarme en casa de Sonia cuando hago seminarios en Cataluña, y estuve muchas veces mientras ella criaba a su hijo Joan. Recuerdo una ocasión en que Joan tenía alrededor de dos años y estaba muy interesado en abrir la puerta de la nevera. Al ver a su madre abrirla de vez en cuando, él también quería hacerlo, pero todo el rato. Como yo no entendía el idioma, Sonia me explicó que le había dicho: «Veo que te gusta mucho abrir la nevera; ahora no es un buen momento, pero siempre que la tenga que abrir te lo pediré a ti, y entonces tú la podrás abrir». Ella actuó en consecuencia con lo que había dicho y Joan se sintió satisfecho de estar incluido en las necesidades del día a día del hogar. Este pequeño episodio me mostró la profunda comprensión que tiene Sonia de la naturaleza y las necesidades de un niño pequeño y cómo responder a su comportamiento de una forma adecuada y respetuosa.

Yo viví los primeros años de mi maternidad en países extranjeros, sin el apoyo de familiares ni amigos íntimos. Recuerdo que, como madre joven, me sentí insegura y sin recursos algunas veces, cuando tenía la necesidad de establecer unos límites firmes, y también recuerdo lo difícil que era hacerlo de una forma amable. Por eso estoy muy contenta de que Sonia Kliass ofrezca ahora un libro con ejemplos prácticos que puede ayudar a hacer frente a esas situaciones difíciles que influyen tanto en la atmósfera de la familia.

A lo largo de muchos años he estado ofreciendo seminarios a profesionales de muchos países del mundo, y veo en todas partes la necesidad de desarrollar este tema. Así que estoy segura de que también será un libro muy útil para educadores y maestros.

Lo que me impresionó más profundamente cuando en Budapest visité por primera vez el orfanato de Emmi Pikler, en el año 1979, fue el hecho de que hubiera un lugar en el mundo donde no se gritaba ni se regañaba a los

niños; al contrario: cuanto más seria era la situación, más tranquila era la voz de la cuidadora. En los cuatro días que estuve allí ni siquiera oí un tono de reproche. Esta fue una de las cosas que me impulsaron a difundir la visión pikleriana por todo el mundo.

En el año 1995, Sonia y yo nos conocimos en uno de mis primeros seminarios en Barcelona. Sensibilizada por los mensajes que yo compartía, me siguió a otros seminarios de Alemania, Suiza y España. Nos hicimos amigas y ha sido mi traductora todos estos años en Gerona. Con este libro, gozo del fruto de nuestro trabajo conjunto.

Ute Strub

Índice

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO 1

UNA NECESIDAD VITAL

1. UNA NECESIDAD ENTRE OTRAS
2. ¿LES FALTAN LÍMITES?
3. QUEREMOS QUE SEAN FELICES
4. QUEREMOS QUE SEAN LIBRES
5. DISCIPLINA
6. AUTORIDAD

CAPÍTULO 2

EL ADULTO EDUCA

1. ¿POR QUÉ ESTABLECER LÍMITES ES DIFÍCIL PARA EL ADULTO?
2. LA IMPORTANCIA DEL VÍNCULO
3. EL MODELO Y LA IMITACIÓN

CAPÍTULO 3

EL NIÑO APRENDE

1. ES UN PROCESO Y QUIEREN APRENDER
2. PRIMERO NACEN...
3. CUANDO AÚN NO DICEN «YO»
4. LAS FRUSTRACIONES
5. LAS PATALETAS
6. ACEPTAR EL LLANTO DE LOS NIÑOS

- SER EDUCADOS: PEDIR *POR FAVOR*, PEDIR DISCULPAS, DECIR
7. *GRACIAS*, ETC.
 8. SER OBEDIENTES O COLABORAR CON EL ADULTO
 9. ¿TIENEN QUE ENTENDER LAS NORMAS?
 10. ¿TIENEN QUE APRENDER A ESPERAR?

CAPÍTULO 4

¿LO ESTAMOS HACIENDO BIEN? ¿LO PODEMOS HACER MEJOR?

1. HÁBITOS Y RITMOS REGULARES
2. CLARIDAD EN LA COMUNICACIÓN
3. MACHACANDO EN HIERRO FRÍO
4. MOMENTOS PARA JUGAR Y MOMENTOS PARA HACER OTRAS COSAS
5. MOMENTOS DE TRANSICIÓN
6. LOS NIÑOS VIVEN INMERSOS EN LOS SENTIDOS
7. UTILIZAR UN LENGUAJE PERSONAL
8. EVITAR EL *NO* Y PONER LOS LÍMITES EN POSITIVO
9. PONER LÍMITES CON EMPATÍA
10. LAS AMENAZAS
11. LOS PREMIOS
12. ALABAR
13. CASTIGOS Y CONSECUENCIAS
14. LÍMITES EN LA ETAPA DE LA IMAGINACIÓN
15. CUIDADO CON EXCITARLOS
16. ESTAR SEGUROS DE LO QUE LE ESTAMOS PIDIENDO AL NIÑO
17. UN EJEMPLO PRÁCTICO: UNA MACETA EN EL COMEDOR

CAPÍTULO 5

SITUACIONES ESPECIALES

1. EL MOMENTO DE COMER

2. MOMENTOS PARA DESCANSAR Y DORMIR
3. CONTROL DE ESFÍNTERES
4. PANTALLAS Y NUEVAS TECNOLOGÍAS
5. ANTES DE SALIR DE CASA POR LA MAÑANA
6. UN ESPACIO DE JUEGO PROTEGIDO DURANTE EL PRIMER AÑO DE VIDA
7. MOMENTO DE CAMBIAR PAÑALES, VESTIR Y DESVESTIR, Y BAÑO
8. RECOGER LOS JUGUETES
9. CUANDO QUIEREN QUE JUGUEMOS CON ELLOS

CAPÍTULO 6

CONVIVIENDO CON OTROS NIÑOS

1. CONVIVIR NO SIEMPRE ES FÁCIL
2. EL JUEGO LIBRE
3. COMPARTIR
4. CONFLICTOS POR LOS OBJETOS
5. ¿POR QUÉ TIENEN COMPORTAMIENTOS AGRESIVOS?
6. LAS PALABROTAS
7. NORMAS EN RELACIÓN CON LA AGRESIVIDAD: ¿PUEDEN JUGAR A SER TIGRES?
8. TIRONES DE PELO, PELLIZCOS Y MORDISCOS
9. ¿CÓMO ATENDER AL NIÑO QUE HA RECIBIDO LA AGRESIÓN?
10. ¿CÓMO ATENDER AL NIÑO QUE HA TENIDO UN COMPORTAMIENTO AGRESIVO?
11. CONFLICTOS ENTRE HERMANOS
12. ESPACIOS FAMILIARES Y GRUPOS DE CRIANZA

CAPÍTULO 7

MOMENTOS ESPECIALMENTE INTENSOS

1. LOS DOS AÑOS
2. LOS CINCO AÑOS

CAPÍTULO 8

PARA TERMINAR. ÚLTIMAS PALABRAS

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

SOBRE LA VISIÓN PIKLERIANA

SOBRE LA NEUROCIENCIA

SOBRE LA PERSPECTIVA DE MAGDA GERBER

OTRAS REFERENCIAS

Introducción

Cuando se trata de educar, las pautas del pasado ya no nos sirven, queremos hacer las cosas de una forma distinta. Estamos en proceso, buscando referentes y modelos que nos satisfagan, que sean coherentes con una nueva forma de educar a nuestros hijos o a los niños[†] que tenemos a nuestro cargo como profesionales. Además, vivimos en un contexto social que ha cambiado muchísimo en poco tiempo y que tiene algunas dificultades añadidas. Seguramente es más complejo educar, por ejemplo, entre elevados niveles de consumismo y con las nuevas tecnologías tan a nuestro alcance.

Actualmente nos encontramos con muchas modas, propuestas, ideas innovadoras y teorías diversas, pero muy pocas se fundamentan en una experiencia sólida. Que sean muy populares no significa necesariamente que sean válidas para todos. Teniendo tanta información disponible, ¿cómo podemos saber qué es fiable y qué no? A mí, personalmente, me sirven los referentes que están contruidos sobre una base firme. Yo también, como madre y como profesional, he recorrido mi camino personal buscando, experimentando, construyendo. En este camino he recibido muchas ayudas, pero hay dos modelos principales que me han servido especialmente, porque he encontrado en ellos esa solidez que necesitaba: la propuesta de la visión pikleriana y la pedagogía Waldorf.

En este camino personal, quiero dedicar un especial agradecimiento a Ute Strub, a quien conocí en 1995 y quien ha sido, desde entonces, un modelo, una maestra y una amiga. Ute me mostró una visión tan nueva del niño y de sus procesos que lo trastocó todo y ya nada volvió a ser como antes.

De la mano de Ute conocí el trabajo de Emmi Pikler (entre muchas otras cosas) y más adelante me formé en el Instituto Pikler de Budapest. Pocos años después de conocer a Ute me introduje en el mundo de la pedagogía

Waldorf, primero participando en grupos de estudio que se hacían en Gerona y más adelante apuntándome a la primera formación de maestros que se hizo en Cataluña, en 1999.

En este libro hablo de cómo podemos ayudar a los niños a integrar límites y normas sociales. Es un tema complejo y este es un libro que quiere aportar una reflexión, pero también dar herramientas prácticas para el día a día con los niños. Me dirijo tanto a profesionales como a familias, del mismo modo que cuando hago cursos y charlas me gusta tener a ambos colectivos presentes. Estoy convencida de que unos y otros se pueden nutrir de los ejemplos y las reflexiones, independientemente de si hacen referencia a situaciones de espacios educativos o si describen situaciones más propias del ámbito familiar. El ámbito educativo incluye un amplio abanico de profesionales, como cuidadores, canguros, educadores, maestros, etc. Y siempre es bueno recordar que el ámbito familiar no se reduce a los progenitores, por lo que puede ser interesante compartir estos contenidos también con abuelos, tíos, padrinos, etc.

Cuando descubrí cómo trabajan los límites y la gestión de conflictos en el Instituto Pikler de Budapest entendí que poner límites puede llegar a ser un verdadero arte, de aquí el nombre *El arte de poner límites*. Las reflexiones que los profesionales del Instituto Pikler comparten acerca de este tema son de una gran profundidad y hacen patente el amplio conocimiento que tienen sobre los niños. Las educadoras y las formadoras del Instituto Pikler son unas verdaderas artistas y estoy muy agradecida de haber podido beber de esa fuente. No es mi única referencia, pero, en relación con la temática de este libro, es la principal. Aunque el trabajo que se hace en el Instituto se centra principalmente en la etapa de cero a tres o cuatro años, su visión y su puesta en práctica conforman en realidad una verdadera «escuela» que nos sirve para lo que encontraremos más allá de los 3-4 años. Quiero aclarar que nunca hablaré *en nombre* del Instituto Pikler, y que cuando digo *desde la perspectiva pikleriana* me refiero a la forma en que yo, personalmente, entiendo e integro estos conocimientos. Espero sinceramente que el contenido de este libro esté a la altura de lo que he aprendido con los profesionales del Instituto.

He querido incluir muchos ejemplos prácticos de situaciones reales, pero todos los nombres están cambiados para preservar la privacidad de los adultos y los niños implicados. Aprovecho la ocasión para agradecer la confianza de las familias y de los profesionales que compartieron conmigo sus experiencias y sus dificultades en consultas y asesoramientos. Deseo que el material que encontraréis en este libro sea de ayuda para todas las personas que, como yo, quieren educar a los niños con respeto, favoreciendo su potencial para que puedan crecer como personas sanas, con recursos y una buena autoestima.

¹ A lo largo de este libro, y para agilizar su lectura e interpretación, se utilizan las palabras *niños(s)* y *adulto(s)* en su interpretación genérica, es decir, con el valor de *niño(s)* y *niña(s)* y *adulto(s)* y *adulta(s)*. Se debe considerar, por lo tanto, que estas expresiones incluyen personas de ambos sexos, excepto cuando se indica lo contrario.

CAPÍTULO 1

**UNA
NECESIDAD
VITAL**



1. UNA NECESIDAD ENTRE OTRAS

Hace muchos años, en un curso, Ute Sturb nos propuso la siguiente imagen: si, estando en un cuarto con los ojos cerrados, necesitaríamos movernos por el espacio, ¿qué haríamos? Seguramente pondríamos las manos delante intentando encontrar algún elemento: una pared, por ejemplo, que nos sirviera de referencia. Un límite físico que nos ayudara a orientarnos. Si, estando en esa situación, no encontráramos nada, nos sentiríamos muy desorientados e inseguros.

Janet Lansbury, en su libro *Los niños malos no existen*, haciendo referencia a la educadora Janet Gonzalez-Mena, da otra imagen también muy ilustrativa de cómo nos sentimos sin límites claros: ¿cómo avanzamos por un puente sin barandilla? Tenemos que ir poco a poco y vacilando. En cambio, ¡qué confiados y seguros nos sentimos cuando hay barandilla!

Estas imágenes, que hacen referencia a límites físicos, nos pueden servir como metáfora para entender la importancia de los límites para los niños. Si los niños no encuentran límites que los ayuden a orientarse en el mundo de las relaciones sociales, se encuentran igualmente perdidos, desorientados e inseguros. Necesitan tener a su lado a adultos que sean capaces de ayudarlos en este proceso, es una necesidad vital de los niños. Por este motivo, Magda Gerber dice que «lack of discipline is not kindness, it is neglect»: la falta de disciplina no es amabilidad, es negligencia (*Dear Parent: Caring for Infants with Respect*, p. 108).

Sin embargo, poner límites no es lo único que tiene que hacer el adulto. Los niños tienen otras muchas necesidades: necesitan sentirse queridos, seguros, protegidos, que alguien se interese por ellos; necesitan jugar, moverse, experimentar, desarrollar ciertas capacidades. Muy a menudo me

encuentro con adultos, familiares o profesionales, que me piden ayuda porque creen que sus niños tienen problemas relacionados con los límites. Pero, cuando observo, veo que, a menudo, esos niños no tienen realmente un problema de límites. Lo que me encuentro a menudo es alguna carencia en la atención de sus otras necesidades vitales; por ejemplo, que los niños no pueden jugar o moverse todo lo que necesitan, o que el adulto no tiene suficiente presencia o atención hacia ellos. Las dificultades que experimentan los adultos son el resultado, al final, de estas carencias, porque los niños, con sus comportamientos, están expresando un malestar.

2. ¿LES FALTAN LÍMITES?

Hoy en día oímos a menudo que los niños no tienen límites. Quizás esta afirmación no es del todo correcta. Nada más entrar en una tienda de artículos para familias se hace evidente que gran parte de los productos buscan la inmovilidad de los niños: cochecitos, sillitas, hamacas, tronas, mochilas, etc. Así pues, ¿qué pasa con la libertad de movimiento y juego? La tendencia general es justamente privarlos de libertad. O sea que, en realidad, en relación con el juego y el movimiento no les faltan límites, al contrario: tienen demasiados! Tienen demasiados límites donde no corresponde, están demasiado limitados en el juego y en el movimiento, justamente donde necesitan mucha libertad. Y, por otro lado, quizás algunos niños tienen pocos límites donde realmente los necesitan, que es en el ámbito de las relaciones sociales. Y esta conciencia nos puede ser muy útil: no es que tengan pocos límites, solo es cuestión de que hay un desequilibrio y confusión sobre dónde tiene que haberlos.

Hay capacidades que los niños desarrollan sin la intervención directa del adulto. Lo vemos, por ejemplo, cuando los bebés empiezan a querer coger objetos: no se lo tenemos que enseñar, ni los tenemos que estimular, lo hacen por ellos mismos y saben cómo y cuándo hacerlo. Si el niño está a gusto, se encuentra bien de salud y tiene las condiciones necesarias (por ejemplo, si tiene objetos al alcance), lo hará. Más bien llega un punto en