

## LÍMITES SALUDABLES EN LOS HIJOS BAJO LA CRIANZA RESPETUOSA

### Definición:

La crianza respetuosa es un estilo de crianza que se basa en la generación de vínculos respetuosos y afectivos con los niños. En la cual se reconoce al niño y niña como un otro, que también siente, piensa y desea. Por lo cual, los adultos necesitamos tomarnos el tiempo e interés en escucharlos, preguntar y comprenderlos. De manera que podamos establecer límites y preservarlos sin el uso de violencia.

### Importancia:

1. Favorece el desarrollo emocional de los niños, fortaleciendo su autoestima y seguridad.
2. Promueve la autonomía y la toma de decisiones responsables.
3. Crea un ambiente familiar basado en el amor y la confianza.
4. Fomenta relaciones saludables con los demás, enseñando empatía y respeto hacia los demás.

### Pautas:

- ✓ **Comunicación abierta:** Establece una comunicación clara y respetuosa con tus hijos, escuchando sus opiniones y emociones sin juzgar. Fomenta un ambiente donde se sientan seguros para expresarse.
- ✓ **Flexibilidad y adaptabilidad:** Ajusta tus expectativas y rutinas según las necesidades individuales de cada niño. Reconoce sus capacidades y respeta su ritmo de aprendizaje.
- ✓ **Comprende sus emociones:** Emociones como la tristeza (llanto) y el enfado, son normales y propias de los niños. Valida sus emociones y enséñales a gestionarlas de manera adecuada.
- ✓ **Establecer límites claros:** Los límites son necesarios para el desarrollo de los niños. Establece límites claros y adecuados a su edad, explicándoles el porqué de las reglas de manera comprensible.
- ✓ **Evita los castigos físicos o verbales:** En lugar de recurrir a castigos físicos o humillaciones verbales, busca alternativas como el diálogo, la reflexión o consecuencias lógicas que ayuden a tus hijos a aprender de sus errores.