

PONER LÍMITES

Nueva expresión que se emplea con mayor frecuencia en el ámbito de la educación, aunque también en el caso de trato con adultos:

Tiene que poner/establecer límites a

- tus hijos
- tu pareja
- tus padres
- tus compañeros de trabajo

Evidentemente, los límites son las zonas donde termina algo, en el tiempo o en el espacio.

En Psicología, al considerar solamente la conducta, tanto verbal como instrumental/motora, los límites se refieren a establecer hasta donde se puede admitir, tolerar o aceptar que una u otras personas actúen de determinada manera con respecto a uno mismo.

Y, en el caso concreto de la educación de menores, se suele asesorar a padres o docentes que establezcan algunos límites a determinadas conductas de los menores.

Esto conlleva la consideración que el menor en cuestión (o el adulto en otro caso) puede actuar de un modo determinado, que se considera ADECUADO o ADMISIBLE, pero más allá del cual pasa a ser INADECUADO o INADMISIBLE, desde el punto de vista del educador.

Pues bien, al asesorar a una persona indicándole que **TIENE QUE PONER O FIJAR LÍMITES** a otra, se establece **como INERCIA, LA NECESIDAD DE CASTIGAR cualquier acción que TRASPASE EL LÍMITE ESTABLECIDO.**

Un ejemplo muy popular y clarificador puede ser el siguiente:

Unos padres autorizan a un hijo adolescente que salga el sábado por la tarde con sus amistades pero le imponen el límite de regresar a casa **ANTES DE LAS ONCE.**

El Asesor Familiar sugiere un límite horario y les propone que le anticipen **un CASTIGO** si regresa más tarde de esa hora.

Este es el trasfondo de proponer **LÍMITES** a la conducta de otras personas: **PLANTEAR MÉTODOS DE CASTIGO POR INCUMPLIR UNA NORMA.**



De este modo, la conducta adecuada, la deseada (conducir a la velocidad establecida) se ignora, NUNCA SE RECOMPENSA, pero el incumplimiento de la norma SE CASTIGA.

Toda la investigación aplicada a la adquisición de hábitos de conducta adecuada se ignora (*el profesional debió faltar a clase el día que lo explicaron*) y, se deja llevar por la práctica, histórica, de castigar la conducta inadecuada pero ignorar la adecuada.

En esto consiste el problema de ASESORAR respecto a PONER LÍMITES: se pone el foco atencional en lo inadecuado y no se “refuerza” lo adecuado.

Un profesional experto en conducta mantiene siempre presente las ventajas e inconvenientes de los procedimientos de castigo y los reserva para situaciones concretas, en las que se pueda asegurar el éxito, siempre combinándolos con sistemas de recompensa.

