

TÍTULO: Establecimiento de límites en adolescentes I. Valores # 0271

AUTOR: Regina Ferrari de Camacho

GRADO Y EDAD: 1ro. de Secundaria a 1ro. Preparatoria – 13-16 años

DESCRIPCIÓN:

Este es el primer documento sobre la difícil, pero necesaria tarea de poner límites a los adolescentes. En esta ocasión se trata el tema de los valores, tan fundamentales en el establecimiento de las normas y principios que regirán en el hogar. Se ofrece una definición amplia del término, así como una reflexión sobre la diferencia entre lo que transmitimos y lo que queremos transmitir en relación a los valores.

ÁREAS DE APOYO Y PALABRAS CLAVE:

- ✓ Adolescentes
- ✓ Valores – Transmisión de valores
- ✓ Límites
- ✓ TDA/TDAH
- ✓ Escuela para padres

EXPLICACIÓN-METODOLOGÍA

❖ ¿Qué son los valores?

• Definición

“Un valor es un argumento que usamos como conductor de nuestra vida diaria. Su existencia fortalece al individuo en los momentos y decisiones cruciales de su vida. Si el valor pasa a ser un discurso que no conduce nuestros actos, el valor no cumple su función”. (Dr. en Psicología Jorge Pérez Alarcón)”.

• Para que sea un valor necesita:

- | | |
|---|--|
| • Ser elegido libremente | • Perfeccionarse cada vez que se realiza |
| • Ser elegido entre varias alternativas | • Actuarse persistentemente |
| • Producir satisfacción al realizarlo | • Caracterizar a la persona que lo vive |
| • Ser proclamado y se publicado | |

Un valor no se enseña “SE APREHENDE”. (de capturar, atrapar, comprender, asimilar, entender). El individuo debe apropiárselo a través de su desarrollo y sus experiencias. Para ello se requieren 2 conexiones fundamentales:

1) **La congruencia:** Convierte a los valores en un acto real. Un acto congruente es la fotografía de un valor; por el contrario, un acto incongruente es el mecanismo destructor de este valor.

2) **El lenguaje:** Es la humanización de nuestra especie; se da a través de la construcción de un sistema de intercambio capaz de permitir el desarrollo social y, a la vez, fungir como función del desarrollo del pensamiento. No es posible apropiarse de algo sin haberlo hablado, reflexionado y, especialmente, experimentado. Sin embargo, **cuando un valor sólo se construye de forma oral, no se transmite; las acciones** son nuestros mejores transmisores de los valores y deben estar bien definidas, por una intencionalidad. Se transmiten con los gestos, los movimientos corporales y nuestro lenguaje **no verbal** que desempeña el papel más importante en la construcción de un valor. Es esencial descubrir y clarificar los propios valores.

❖ **¿Qué estoy transmitiendo y qué quiero transmitir?**

Estar a cargo no significa controlar. Existe una gran diferencia entre controlar situaciones y controlar personas, la primera permite transmitir un valor, la segunda no.

Ejemplos de control de situaciones, no de personas.

1. Control de personas:

La madre o el padre deben levantarlo continuamente para que tome el camión escolar.

1. Control de situaciones:

Hablar con él y estipular que la próxima vez, los padres no lo llevarán a la escuela. El deberá tomar un taxi y pagarlo con su dinero.

2. Control de personas:

Cuando vas por él a una fiesta, te hace esperar en el carro, a veces, hasta media hora.

2. Control de situaciones

Acordar con él que si no sale cuando lo llamas, vas a entrar en pijama a buscarlo.

3. Control de personas:

No está cumpliendo con las tareas escolares porque está chateando o jugando en la computadora o iPod.

3. Control de situaciones

Limitar el uso de la tecnología a una hora al día y en un lugar visible de la casa. Si necesita la computadora para trabajar lo puede hacer fuera de su cuarto.

❖ **Desarrollo de los límites en el adolescente**

Todos los niños atraviesan por etapas del desarrollo que van entrelazándose: el desarrollo físico, intelectual, social y emocional. Sin embargo la evolución de **la internalización de los límites depende, en gran medida del trabajo que estructuren los padres** proporcionando fundamentos sólidos en cada etapa.

Aquellos niños que presentan problemas tanto de integración social, así como para ajustarse a ciertas normas se debe, en gran medida, a una inconsistencia en el establecimiento de las mismas, que ha creado un estado de confusión importante en él. Y por lo tanto, no puede ni sabe moverse con libertad. Está atado a que los demás le pongan la regla.