

# AUTISMO Y LÍMITES



## ¿HAGO BIEN ESTABLECIENDO LÍMITES A MI HIJO/A CON AUTISMO?

Si. Sin duda alguna. Los límites son una herramienta imprescindible para el desarrollo de habilidades claves para la vida y, en el caso de niños/as con autismo, se convierten en una herramienta imprescindible para su bienestar y el de la unidad familiar.

## LÍMITE NO ES SINÓNIMO DE CASTIGO

## ¿QUÉ BENEFICIOS APORTA LOS LÍMITES A MI HIJO/A CON AUTISMO?

Ayudan a regular sus emociones, lo que influye en la reducción de comportamientos problemáticos.

Les proporcionan en su día a día, una visión estructurada y comprensiva para entender lo que se espera de ellos ante distintas situaciones que han de vivir (desarrollo de habilidades adaptativas).

Favorecen el aprendizaje y asimilación de rutinas estables aportándoles confianza en sí mismo y, en consecuencia, autoestima positiva.

## LOS LÍMITES COMUNICAN: CUANDO, COMO Y DONDE SE PERMITE O NO SE PERMITE UN COMPORTAMIENTO



# AUTISMO Y LÍMITES

## RECOMENDACIONES PARA ESTABLECER LÍMITES EFECTIVOS

- Establecer y comunicar límites sencillos, claros y adaptados a la edad.
- Mantenerse firme y actuar de forma coherente. “Lo que se dice se cumple”
- Demostrar siempre amor y cariño que han de ir de la mano con la firmeza.
- Procurar ofrecer una explicación del porque se establecen los límites. Así, se ayuda y se enseña a reflexionar sobre las conductas.
- Tener en cuenta el momento de desarrollo, en el que se encuentra el niño o la niña a la hora de establecer los límites.
- Dar la opción de alternativas positivas. Ejemplo, a las ocho de la tarde se deja de estar con la tablet, una alternativa es leer.
- Si se incumple un límite, hay que aplicar la consecuencia y hacerlos participar en las posibles correcciones por la conducta inadecuada. Por ejemplo, si no han cumplido con sacar a pasear a su perro, tendrán que limpiar lo que la mascota haya ocasionado.
- Importante y efectivo es que el adulto que establece los límites siempre tiene que ser “ejemplo”. Recuerda: Tu eres su espejo.



Imagen de pexels

