

### “La visión Positiva de los límites. El Límite como cuidado”

Parafraseando al Dr. José Abadi, podemos pensar la relación Padre - Hijos es construida sobre un trípode, cuyos elementos son:

- ✓ **EL AMOR:** entendido como la capacidad de Dar, de Entrega y Empatía. En esta relación asimétrica, siempre debe ser el adulto el que da el primer paso cuando de Amor y de “Dar-se” se trata.
- ✓ **LA PROTECCION:** explicada como el Sostén, el Amparo, el “Alimento” no sólo físico sino el Alimento Emocional. Ambos tienen la misma prioridad e importancia.
- ✓ **LA DISPONIBILIDAD:** el mensaje de “Estoy Incondicionalmente con vos en tu mundo”, lo que a través de la Valoración va construyendo la Autoestima

Nuestro Rol de padres y de adultos, nos demanda necesariamente el ejercicio de la Autoridad, para guiarlos, conducirlos y ayudarlos a Crecer.

Esta Autoridad debe ser ejercida teniendo en cuenta dos conceptos importantes:

- ✓ LA FIRMEZA
- ✓ LA TERNURA

Nos resulta interesante proponer una redefinición de la palabra Límites, teniendo en cuenta una mirada positiva:

- ✓ **Marcan un punto de referencia. Hacen aparecer la figura del “Otro”. Señalan dónde estamos; cuál es la “frontera”.**
- ✓ **Los límites son un “posibilitador”.**
- ✓ **No nos separan, nos VINCULAN. Yo no soy sin el Otro. El YO no existe sin el TÚ. El “NO” es la otra cara del “SÍ”. Sin el NO el SÍ no existe.**

En este sentido, hay un pensamiento de Jaime Barylko que expresa esto en forma maravillosa:

“No se educa con sentimientos, se educa con acciones. No se educa con tareas, se educa con hábitos. No se educa con ideas, se educa con modelos.”

Lic. Jorgelina Hernando  
Fundación Padres