**Folleto 6C** **Autoevaluación de los padres para el establecimiento de límites**

Revise las descripciones a continuación. Marque la casilla cerca del nombre de la descripción si describe a alguien como usted. Después de considerar las diferentes descripciones, reflexione sobre las fortalezas que usted trae el establecimiento de límites y sobre las áreas que podría mejorar.

* **El Padre-Amigo/ La Madre-Amiga**

Donna ha sido madre soltera durante unos dos años. Ella y su hija, Caitlyn, se hicieron cercanas después del divorcio. No había ningún secreto que no compartieran, incluido el trauma de la ruptura. Caitlyn tiene ahora 12 años y ha empezado a pasar tiempo con amigos mayores, incluidos algunos chicos. No llega a casa a tiempo, ni le avisa a Donna dónde está. Debido a que ella y Caitlyn han sido tan cercanas, Donna está teniendo problemas para establecer límites con su hija y darle consecuencias.

* **El Padre-Jefe/ La Madre-Jefa**

Cuando Jim era niño, sus padres eran estrictos y le avisaban cuando rompía las reglas. Él siempre "Pago por ello". También hubo muchos gritos cuando se metió en problemas. Ahora, cuando sus propios hijos lo irritan o rompen las reglas, rápidamente se enoja, a veces siendo demasiado duro o siendo demasiado rápido para dar una consecuencia. Más tarde, a menudo se arrepiente porque sus relaciones con su hijo y su hija se resienten. Le han dicho que sería una buena idea "relajarse" con sus hijos. Él está de acuerdo, pero no es algo natural.

* **Padres en guerra**

Thomas y María tienen diferentes estilos de crianza. María es estricta y Thomas es tranquilo. No han aprendido a trabajar en equipo y a mezclar sus dos estilos. Debido a que no siempre están de acuerdo, a veces hacen cosas que se debilitan mutuamente. Por ejemplo, Thomas dirá que está bien hacer algo a lo que María ha dicho que no, o María interviene cuando Thomas esté lidiando con los niños, haciéndolo parecer y sentirse ineficaz. Los niños tienden a usar las diferencias de sus padres para su propio beneficio.

* **El Padre/La Madre no disponible**

Danette es madre soltera. Tiene tres hijos entre 5 y 15 años. Danette va a la escuela durante el día y trabaja los fines de semana, así como varias noches cada semana. La hija mayor, Sherry, cuida de los otros niños cuando Danette no está en casa. A menudo, cuando Danette llega a casa, Sherry se queja de que los otros niños no siguen las reglas. Cuando Sherry se queja, Danette se frustra, se retira y se va a la cama para descansar.

* **Padre/Padrastro**

Karen y Sam se casaron recientemente. Karen tiene dos hijos (7 y 9) y Sam tiene una hija (12). Todos viven juntos. Los hijos de Karen aceptan los límites que Karen establece, pero discuten y no observan los límites que Sam establece. Sam y Karen a menudo discuten sobre esta situación. Durante los últimos meses, Sam no ha estado seguro de qué papel tomar cuando se trata de los límites con los chicos. Es consciente de que hay que poner ciertos límites, aunque Karen no esté en casa, pero duda para evitar una pelea.

**Fortalezas en estableciendo límites y áreas para mejorar**

¿Qué fortalezas aporta usted al establecimiento de límites?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

¿Qué le gustaría hacer de manera más efectiva con el establecimiento de límites?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

¿Si establecer límites es difícil para usted, ¿qué se interpone en su camino para establecer límites y cumplirlos?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

¿Qué apoyo le ayudaría a establecer límites de manera más efectiva en su familia?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_