
Normas y límites en la familia



**“Educar la mente sin educar el corazón,
no es educar en absoluto”. (Aristóteles)**



Funciones del establecimiento de normas y límites

- ▶ Los límites y las normas son fundamentales porque:
 - Otorgan a los hijos sentimientos de seguridad y protección.
 - Los hijos van creando sus propios referentes .
 - Ayudan a lograr una convivencia más organizada y promueven el sentido del respeto hacia los demás y hacia uno mismo.
 - Preparan a los hijos para la vida en una
- ▶ sociedad.

¿Cómo podemos aplicar las normas?

El espacio de libertad en el que pueden moverse los hijos, está condicionado por dos aspectos fundamentales:

- La edad: a medida que los hijos crecen madurativamente, el margen de libertad ha de ser mayor.
 - El comportamiento: Conforme los hijos se comporten de forma responsable y tomen decisiones adecuadas es preciso ampliar el espacio de libertad. Por el contrario, éste ha de restringirse cuando las decisiones no sean las correctas o cuando el niño/a se muestre irresponsable
-



Características y tipos de normas

- ▶ **Realistas:** las normas han de ser posibles de cumplir y estar ajustadas a la realidad.
 - ▶ **Claros:** las normas han de ser entendidas para poder ser cumplidas.
 - ▶ **Consistentes:** la aplicación de las normas debe ser aproximadamente la misma, independientemente del estado de ánimo.
 - ▶ **Coherentes:** Los distintos miembros de una familia tienen diferentes funciones y, por otro lado, también diferentes normas, pero todas deben poder integrarse dentro de un mismo sistema.
 - ▶ **Fundamentales:** Tienen que ser pocas, muy claras, poco matizables en función de las circunstancias y de cumplimiento obligado e innegociable.
 - ▶ **Importantes:** Deben ser poco numerosas y muy claras
 - ▶ **Accesorias:** Regulan los aspectos más circunstanciales de la vida doméstica
-



Pautas para establecer las normas en familia

- ▶ **Mantener el control emocional:** Los padres deben estar tranquilos y calmados a la hora de establecer una norma.
- ▶ **Valorar la edad y el grado de maduración de los hijos:** La educación sobre las normas tiene características diferentes en función de la edad.
- ▶ **Comunicar la norma:** Es importante buscar un momento adecuado para hablar con ellos y explicar por qué es necesaria esa norma.
- ▶ **Puesta en marcha:** Es el momento de mantenerse firmes, pero colaboradores, animando en el cumplimiento.

-
- ▶ Pueden servir de guía las siguientes preguntas:
 - ▶ • ¿Qué comportamiento queremos tratar?
 - ▶ • ¿Cómo deben actuar para cumplirla?
 - ▶ • ¿Cuándo entra en vigor la norma?
 - ▶ • ¿Cuándo se aplican las consecuencias?
 - ▶ • ¿Cuáles son las consecuencias del cumplimiento?
 - ▶ • ¿Cuáles son las consecuencias del incumplimiento?



La importancia del seguimiento en el proceso normativo

Se puede utilizar el castigo si se hace adecuadamente, es decir, siempre y cuando:

- ▶ No sea el método exclusivo para el aprendizaje de las normas.
 - ▶ No implique humillación ni descalificación de los hijos y buscando el momento y el lugar adecuado.
 - ▶ Se concrete con exactitud el motivo por el que se castiga para propiciar así la posibilidad de subsanar el error.
 - ▶ Se aplique lo más inmediatamente posible a la aparición de la conducta a eliminar.
-
- ▶ Se elija un castigo proporcional a la magnitud del

Cómo fomentar la responsabilidad en los hijos

- ▶ Ser responsable supone:
- ▶ Conocer y practicar las normas familiares.
- ▶ Tener suficientes habilidades de autocontrol.
- ▶ Disponer de autonomía suficiente para tomar decisiones propias, conociendo las consecuencias tanto positivas como negativas de las mismas.
- ▶ Plantearse objetivos estables, concretos, bien delimitados y asequibles.
- ▶ Estar motivados para conseguir los objetivos que cada uno se propone.





Todo empieza por la educación que recibimos, así es que deberíamos educar de otro modo. No comparto esa educación según la cual tú eres bueno si eres mejor que alguien, y eres malo si eres peor que otros

— *Jorge Bucay*

