



Normas y límites al interior de la familia

Nuestra vida en comunidad, requiere respetar normas y cumplir límites sociales, judiciales, valóricos y morales y así, de esta forma podemos convivir y compartir con otros.

En este sentido, se aprecia que las Familias Ignacianas tienen muy claro que establecer normas y límites al interior de la familia, es la primera instancia de socialización y regulación de la vida en comunidad. Esto considera establecer y respetar acuerdos implícitos y explícitos, lo que implica establecer qué y cómo se hacen las cosas, tanto al interior de la familia y fuera de esta.

Lo anterior se refleja en el comportamiento del alumnado del colegio, pues se cumplen horarios de entrada y salida, los alumnos traen sus materiales, rinden sus evaluaciones, usan su uniforme; en los recreos juegan, conversan, comparten; celebran cumpleaños y otras fiestas. Todo en un ambiente de compañerismo y fraternidad.

Por tanto, lo primero es felicitar por esta labor, pues cuando se establecen normas y límites claros, los hijos se sienten más seguros, aprenden a regular sus comportamientos, a controlar impulsos y tolerar frustraciones; además sienten que sus padres están presentes en el proceso de crecimiento y desarrollo.

Este proceso es continuo y debe adaptarse a las características del ciclo evolutivo de los integrantes de la familia; cuando son pequeños necesitan normas concretas, por ejemplo: si no comen toda la comida no hay postre (considerando porciones acorde al niño y siempre que el postre sea algo llamativo, de lo contrario no será un estímulo a la hora de comer). En la medida que crezcan se irán autorregulando y colocando sus propios límites

Las normas deben ser realistas, claras, coherentes y explícitas; los padres deben asegurar que todos entiendan lo que se les pide y las consecuencias de estas. No se “debe dar por hecho” algunas situaciones.

Por ejemplo, decir “quédate tranquilo” ¿cuál es el sentido que tiene? ¿le hará sentido a su hijo? Mejor decir: quédate sentado porque te puedes caer, o puedes pegarle a otra persona, etc. O decir, “pórtate bien”, es muy amplio el concepto; una vez que le decimos que esperamos de su comportamiento lo aprenderá.

Por ejemplo: una norma puede ser que a la hora de comer, no se tiene el celular en la mesa y tampoco contestar llamados, ningún integrante de la familia. La consecuencia va a depender de la familia, pero una sugerencia puede ser que quien lo ocupa recoge la mesa y luego lava la loza. Esto debe regir para todos, sin excepción.



Otro ejemplo, para enseñar a respetar turnos es jugar naipes, dominó, memorice, etc.

Ejemplificar con el propio comportamiento es una excelente forma de transmitir a los hijos que las normas son para todos, en todo contexto y sin regañar, por ejemplo: asistir a citas y reuniones, cumplir con horarios del trabajo; el que este el almuerzo todos los días a la misma hora es una norma implícita, el ordenar las habitaciones, guardar la ropa y juguetes también. Lo clave es ser perseverante y coherente.

PERO, ¿QUÉ SUCEDE SI NO SE CUMPLE CON UNA NORMA, CON UN ACUERDO?

Los padres, deben ser capaces de hacer cumplir la sanción o la consecuencia, sin excusas, pues sólo de esta forma los hijos aprenderán a autorregularse, a controlar sus impulsos y expresar sus emociones. Las consecuencias deben ser coherentes con el sentido de la norma, pues así evitará que aprenda a respetarla sólo por el temor a las consecuencias

Las consecuencias de no cumplir una norma deben ser posibles de respetar por los adultos. Muchas veces desde el enojo, la rabia y la impotencia, los adultos imponen consecuencias exageradas para niños y niñas (“no vas a ver nunca más televisión”, por ejemplo). El problema de esta situación es que niños y niñas aprenden que da lo mismo como se porten, pues las consecuencias no se cumplen.

Por ejemplo: una norma común es que antes de dormir, los niños deben dejar ordenados juguetes/uniforme/mochila y aquel que no cumple al día siguiente debe levantarse más temprano para que lo realice o se va con mochila incompleta. En algunos casos, es el papá o la mamá quien termina revisando la mochila y guarda lo que falta u ordena, “porque los hijos en la noche están muy cansados”, “da pena despertarlos 10 minutos antes”. Entonces frente a este hecho, los hijos se acostumbran a que no importe que no lo hagan, total la mamá/papá lo hará después.

Y ¿que pasara el día en que esto no ocurra?: le faltaran materiales para clases y el profesor le pondrá anotación; no tendrá colación y sentirá hambre, conclusión: llegara de mal humor a la casa y tal vez, con una citación al apoderado. Entonces, lo recomendable es que, desde el comienzo se cumpla con el acuerdo, de forma tal que cada uno asuma sus responsabilidades. En el fondo aprenderá que cada acto tiene una consecuencia.



“La vida es como un rompecabezas, donde cada acto es una pieza y cada movimiento una decisión”



Algunas consideraciones

- **Transmítale las normas y los límites en términos positivos:** “mantén tu pieza ordenada”, “después de jugar, ordena” y no en términos negativos “no desordenes tu pieza.
- Es importante que su hijo aprenda a respetar las normas y los límites, no porque las dice un adulto y “debe hacerle caso”, sino porque el sentido que éstas tienen para él. Cuando respetan una norma sólo porque lo dice un adulto, es muy esperable que cuando ese adulto no esté a su lado no la respete.
- **Priorice la cantidad de normas que quiere establecer,** pues cuando son muchas es muy probable que se agobie y confunda, no permitiéndole distinguir qué es lo efectivamente importante.
- Es importante que los adultos a cargo del cuidado, estén de acuerdo y eviten contradecirse delante de ellos pues cuando esto ocurre se sienten confundidos
- **Evite emitir juicios** como “*siempre te portas mal*”; “*eres porfiado*”; “*nunca me haces caso*”, pues este tipo de frases hace que su hijo se sienta valorado más por lo que hace o no hace, y no, por lo que es.

Dice el Papa Francisco:

“Una de las cosas más bonitas de la vida es la familia y son el amor, esfuerzo, perdón, conversación, oración y dedicación los ingredientes de una buena receta que fortalezca la vida en familia.”