

## Ayudando a ver límites.

### ¿Qué importancia tienen las normas en la educación de nuestros hijos?

Las normas no son populares. Muchas veces la sola palabra produce desagrado y defensividad. ¿Será la norma o la manera como trabajamos las normas? ¿Será porque la norma no hace sentido y creemos que es una manera de doblegarnos? ¿Será porque queremos hacer lo que nos place y no toleramos que nos digan qué hacer?

Esas preguntas guiarán nuestra reflexión y el aporte de estrategias para trabajar las normas con nuestros hijos e hijas.

#### ¿Por qué las normas son importantes?

Todo grupo social está compuesto por individuos diferentes con distintas opiniones, historias personales, modos de pensar, en fin. Sin embargo, el grupo como tal requiere tener acuerdos acerca del modo de comportarse para que podamos cumplir con los propósitos que tenemos como grupo social. Los límites que muchas veces se explicitan en la forma de una norma establecen hasta donde puedo llegar con mi conducta individual.

Para ejemplificar, supongamos que un grupo de personas van juntos en bote y uno de ellos comienza a golpear fuertemente con el remo debajo de su asiento. Los otros le dicen: "oiga, no haga eso, nos pone a todos en peligro". Y él responde: "y a ustedes que les importa, si yo estoy haciéndolo en mi asiento".

Lo que deseo mostrar con esta historia es que en los grupos sociales dependemos unos de otros y la conducta de cada uno afecta a los demás. Las normas explicitan los límites que debemos tener en nuestro comportamiento para convivir de un modo sano y respetuoso en comunidad.

¿Cómo les podemos enseñar normas y límites a nuestros hijos e hijas?



#### 1) Mostrándoles el sentido que tienen

Dado que las normas son necesarias para que la vida en comunidad funcione, las normas debiesen ser enseñadas desde el sentido que tienen. Vale decir, cuando trabajamos una norma, hagámoslo explicando por qué deseamos esa conducta y no otra. Qué se logra con esto, qué pasa cuando lo hacemos de ese modo y qué deja de pasar cuando actuamos de otra manera. Si deseamos que todos colaboren en la casa, expliquemos que en una familia que funciona como comunidad, todos aportamos al hacer parte del trabajo. Así, nadie se ve agobiado por llevar todo el peso del trabajo.

Si deseamos que mantengan los lugares comunes ordenados, les podemos mostrar lo desagradable que puede ser entrar al baño y encontrar un caos. Ordenar después de usar es una forma de cuidar a los demás miembros de la familia y de demostrarles nuestro aprecio.

La clave es mostrar que no están solos en el mundo, que vivimos en comunidad y debemos hacer nuestra vida y la de los demás lo más agradable posible.



#### 2) Darles tiempo para asimilar las normas y adquirir los hábitos

Una vez que hemos explicado la importancia de actuar de una determinada manera, debemos entender que esto es un proceso de aprendizaje, no es un reflejo automático. Por lo tanto, es importante saber que se trata de actuar con paciencia: "recuerdas lo que hablamos acerca de..."(horario para hacer las tareas, cómo dejar los espacios comunes después de usarlos, etc.). "¿Qué ha pasado que te ha impedido hacer..." "Cómo te puedo ayudar para que recuerdes..."

Este es un espacio educativo en el que debemos recordar que la corrección de los errores, de las omisiones debe ser desde el vínculo afectivo y no desde la rabia, el enojo, lo cual nos puede llevar a hacer o decir lo que no queremos con lo que nuestro autoridad se ve menoscabada.



#### 3) Mantener la persistencia

Cuando no resulta que nuestros hijos e hijas se comporten de un modo determinado, podemos correr el riesgo de cansarnos y dejarlos hacer. Acá es importante saber que los seres en desarrollo necesitan de las normas y límites y necesitan de la supervisión nuestra. No los podemos dejar a ellos tomar decisiones que no están de acuerdo a su edad como son a qué hora se acuesta, hasta qué hora ve el celular en la noche, qué come o a qué hora llega a casa. El límite que ponemos es un acto de cuidado y en ese marco lo debemos explicar y hacer cumplir: "tengo que cuidarte del uso de las pantallas para que mañana estés despejado/a para ir al colegio". Si no puede guardar el celular a determinada hora tenemos la opción de los controles parentales, de retirar el celular en la noche, entre otros. Pero el mensaje es un mensaje del cuidado, sin enojo o enfrentamiento.

En definitiva, al trabajar los límites y normas con nuestros hijos e hijas los estamos cuidando de su inmadurez, le estamos ayudando a desarrollarse como seres progresivamente autónomos que entienden que viven en un mundo social en el que dependemos unos de otros para hacer nuestra vida más placentera, más tranquila y productiva.



#### PALABRAS CLAVES

- Educar desde el vínculo - Poner límites es cuidar - Dar sentido a las normas