



INTRODUCCIÓN

Los padres, actualmente, nos sentimos confusos y desorientados al tener que decidir entre seguir la propia intuición, los modelos en que fuimos educados y los ejemplos que se ven en otros padres y en los medios de comunicación. El resultado es un comportamiento contradictorio.

Es difícil exigir a los hijos que cumplan la parte del trato implícito que supone la convivencia: “yo doy, tú das”. Hay muchos motivos:

- Nos asusta defraudarlos
- No sabemos o no queremos decir “no”
- No queremos frustrarlos,... ”ya sufrirán cuando sean mayores
- Nos preocupa ser considerados autoritarios
- No queremos que sufran lo que nosotros sufrimos
- Compensamos la falta de tiempo y dedicación con una actitud indulgente (y culpable)
- Tenemos miedo al conflicto y a sus malas caras
- Nos parece que actuamos con egoísmo si imponemos normas que nos faciliten la vida.

Pero nuestros hijos necesitan referentes, necesitan saber qué pueden y qué no pueden hacer, qué está bien y qué está mal. Las normas en la familia son necesarias porque permiten que los menores **tengan puntos de referencia** claros sobre lo que deben o no deben hacer.

LAS NORMAS EN LA FAMILIA

Para que la convivencia sea fluida, el grupo familiar necesita de la existencia de normas. Los padres deben fijar normas pertinentes y razonables. Primero, cuando los hijos son todavía pequeños, de forma totalmente directiva. Después, buscando la negociación y el acuerdo.

En la medida en que hayamos sido capaces de transmitir durante la infancia un marco normativo claro y razonable, será más fácil mantenerlo cuando nuestros hijos e hijas entran en la adolescencia.

Por eso cuando son pequeños **controlamos** todos sus pasos, tomamos decisiones por ellos, les negamos cosas que consideramos perjudiciales... en definitiva, les protegemos. Poco a poco van pidiendo más, más responsabilidad, más espacio, más tiempo...más **libertad**.

Entre ese **control absoluto y la libertad total** se define un continuo en el que padres y madres nos vemos obligados a situarnos de diferente manera en función de la edad y las circunstancias.



Este espacio de libertad debe ir ampliándose de acuerdo a dos criterios:

- **La edad:** A medida que los hijos crecen el margen de libertad debe ser mayor.
- **La conducta:** El espacio de libertad debe ampliarse a medida que los hijos se comportan de forma responsable y toman decisiones adecuadas. Por el contrario, puede restringirse cuando las decisiones son inadecuadas o el comportamiento es irresponsable.

¿POR QUÉ SON IMPORTANTES LAS NORMAS PARA NUESTROS HIJOS E HIJAS?

1. Les ayuda a entender e integrar posteriormente las normas que rigen el mundo en el que viven.
2. Les ayuda a sentirse seguros..
3. Les ayuda a “portarse bien”, a ser “mejores personas”.

LAS NORMAS Y SUS TIPOS

Las normas son la guía de conducta que sirve de regla para una adecuada convivencia en la familia. Determinan **cómo** debe ser algo y **cuándo** debe realizarse. Dichas normas permitirán acostumbrarse a la existencia de límites, cuyo cumplimiento se apoya principalmente en la autoridad de los padres.

Durante la adolescencia, las normas deben ser explicadas, argumentadas e incluso discutidas, pero no necesariamente tienen que ser compartidas. En la medida en que seamos capaces de conjugar **autoridad, razonamiento, diálogo y, sobre todo, mucho afecto**, estaremos educando con seguridad y eficacia.

Para entendernos distinguiremos entre normas Fundamentales, Importantes y Accesorias, teniendo claro que lo importante de esta clasificación no son los nombres, sino el contenido y las consecuencias que conlleva su no cumplimiento.

FUNDAMENTALES:

Son las normas de **los derechos y valores fundamentales** de la familia y de la persona. Aquellas en las que reposa la convivencia familiar y que recogen las exigencias mínimas e incuestionables: no nos pegamos, no nos quitamos cosas, no nos mentimos, no nos insultamos, etc.

- ❖ Son de obligado cumplimiento e innegociables.
- ❖ Su no cumplimiento afecta a la integridad física y moral de las personas.
- ❖ Deben ser pocas, claras y unívocas en su cumplimiento.



IMPORTANTES:

Son aquellas que tienen que ver con una correcta socialización y establecimiento de **hábitos y rutinas diarias**, así como las tareas de **responsabilidad personal**.

- ❖ Se deben respetar siempre pero permiten cierta flexibilidad en su cumplimiento.
- ❖ Deben ser en número limitado.
- ❖ Si no se cumplen afectan a la convivencia familiar.

Ejemplos: Horarios de llegada a casa, de irse a la cama, baño, alimentación, estudios, recoger su habitación, su ropa, etc.

ACCESORIAS:

Tienen que ver también con el orden y la organización de la casa, pero sobre todo con las actividades de ocio, con el respeto a las preferencias de nuestros hijos/as. A través de ellas, les ofrecemos un espacio para la rebeldía y la autoafirmación (tan importante en la adolescencia).

Se pueden utilizar como “moneda de cambio”, cuando negociamos con nuestros adolescentes: ellos quieren un tatuaje, un piercing, o salir con sus amigos, o apuntarse a un grupo de música, y nosotros condicionamos esta norma a que ellos tengan un comportamiento adecuado.

Ejemplos: Teñirse o arreglarse el pelo, formas de vestir, tipos de ropa, piercings, tatuajes, actividades deportivas, de ocio, etc.



Las normas serán más educativas y efectivas si son:

- **Pocas:** A medida que los niños las vayan incorporando, asumiendo, podremos trabajar con otras normas nuevas.
- **Claras:**
 - Sencillas, comprensibles para el niño.
 - Que permitan saber qué hacer y qué no.
 - Las consecuencias de su transgresión serán previsibles.
 - Que se puedan anticipar las ventajas de su cumplimiento
- **Formuladas en positivo:**
 - No tienen por qué ser necesariamente prohibiciones.
- **Razonadas:** Hay que explicar el por qué, la necesidad de esa norma. Es preferible que surjan del diálogo a que tengan que ser impuestas.
- **Razonables:** Adaptadas a la situación, las necesidades y las características de los hijos/as.
- **Firmes:** Pero no inflexibles. Revisables.
- **Generalizables:** Que no se reduzcan al ámbito familiar únicamente (doble de conducta).
- **Consensuadas:** Los padres deben llegar a un acuerdo antes de establecer las normas.