



Libros para saber más: Educar con Normas

- Kerstin Kuschik: **“Dar amor, poner límites”** Ed. R.B.A. Práctica 1999
- M^a Jesus Alava: **“El NO también ayuda a crecer”** Ed. La Esfera de los libros 2002
- Guillermo Ballenato: **“Educar sin gritar”** Ed. La Esfera de los libros 2007
- Martin Herbert **“Entre la tolerancia y la disciplina”** Ed. Paidós 2006
- Nan Silver: **“Normas educativas para padres responsables”** Ed. Oniro 2001
- Nitsch, Cornelia: **“Límites a los niños: Cuándo y cómo”**. 1998
- J.A. Benoit: **“La disciplina en casa”** Ed. Ed. Mensajero 2002
- Gurtler, Helga: **“Los niños necesitan normas”** 2000
- Green, Christopher: **“Domar niños: Guía para padres con hijos de uno a cuatro años”** Ed. Medici Barcelona 1999
- Langis, Robert: **“Aprende a decir No a tus hijos”** 2000
- Martin Herbert: **“Entre la tolerancia y la disciplina”** Ed. Paídos 1992
- Harris Clemes y Reinold Bean: **“Cómo enseñar a sus hijos a ser responsables”** Ed. Debate. Escuela de Padres 1993
- Harris Clems y Reynold Bean: **“Inculcar disciplina a sus hijos”**
Ed. Debate. Escuela de Padres 1.993
- Vicente Barberá Albalat: **“LA RESPONSABILIDAD: Cómo educar la responsabilidad”** Aula XXI Ed. Santillana 2001
- Dorothy Law Nolte y Rachel Harris: **“Cómo inculcar valores a sus hijos”**
Ed. Plaza y Janes 2000
- Vicente Garrido: **“Los hijos tiranos: El Síndrome del emperador”**
Ed. Ariel Barcelona 2005
- A. Naouri: **“Padres permisivos, hijos tiranos”**. Ed. B Barcelona 2005
- Javier Urra: **“El pequeño dictador: Cuando los padres son las víctimas”**
Ed. La Esfera de los libros 2006

DECÁLOGO PARA FORMAR UN DELICUENTE

El Juez de menores de Granada, **Emilio Calatayud**, conocido por sus sentencias educativas y orientadoras, ha publicado un libro. *"Reflexiones de un juez de menores"* (Dauro) en el que inserta este "Decálogo para formar un delincuente":

1. Comience desde la infancia dando a su hijo/a todo lo que pida. Así crecerá convencido de que el mundo entero le pertenece.
2. No se preocupe por su educación ética o espiritual. Espere a que alcance la mayoría de edad para que pueda decidir libremente.
3. Cuando diga palabrotas, ríselas. Esto lo animará a hacer cosas más graciosas.
4. No le regañe ni le diga que está mal algo de lo que hace. Podría crearle complejos de culpabilidad.
5. Recoja todo lo que él deja tirado: libros, zapatos, ropa, juguetes. Así se acostumbrará a cargar la responsabilidad sobre los demás.
6. Déjele leer todo lo que caiga en sus manos. Cuide de que sus platos, cubiertos y vasos estén esterilizados, pero no de que su mente se llene de basura
7. Riña a menudo con su cónyuge en presencia del niño, así a él no le dolerá demasiado el día en que la familia, quizá por su propia conducta, quede destrozada para siempre.
8. Dele todo el dinero que quiera gastar. No vaya a sospechar que para disponer del mismo es necesario trabajar.
9. Satisfaga todos sus deseos, apetitos, comodidades y placeres. El sacrificio y la austeridad podrían producirle frustraciones.
10. Póngase de su parte en cualquier conflicto que tenga con sus profesores y vecinos. Piense que todos ellos tienen prejuicios contra su hijo/a y que de verdad quieren fastidiarlo.



Cómo educar con **NORMAS**

Uno de los objetivos fundamentales que debe pretender toda acción educativa en familia consiste en facilitar el **desarrollo personal y social completo y autónomo del niño o niña:** *"Favorecer el desarrollo de un ser válido, competente, autónomo, con capacidad para vivir en sociedad y ser feliz".*

Para que esta acción educativa sobre los/las hijos/as sea eficaz debe hacerse de forma *responsable, reflexiva y consecuente*. Las normas y la disciplina en la educación nos pueden ayudar a desarrollar mayor seguridad y más organización en nuestras actuaciones, a la vez que promueve el esfuerzo y la autonomía en los hijos/as. No obstante, existen **actitudes educativas** en los padres y madres que no usan la disciplina y que no promueven el desarrollo de la autonomía: Por ejemplo, *las actitudes permisivas o "sobrepromotoras"*.

Educar con disciplina significa hacerlo promoviendo el control, ajustando la exigencia, señalando límites, preocupándose de seguir una línea de acción, mostrándose consecuentes y perseverantes en las actuaciones. Educar con disciplina conlleva el establecimiento de normas en la familia que van a facilitar la convivencia y que van a dar seguridad a todos.

Educamos con disciplina y con **NORMAS** cuando.....

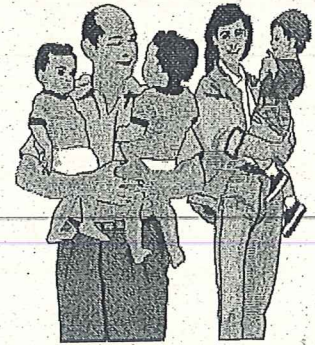
- ◆ Mostramos una clara decisión en nuestras actuaciones.
- ◆ Exigimos aquello que niño/a puede hacer y le proponemos metas alcanzables.
- ◆ Creamos "rutinas", costumbres, en casa y animamos su cumplimiento, establecemos "normas" de relación o convivencia en la familia.
- ◆ Señalamos límites adecuados a sus comportamientos.
- ◆ Promovemos el esfuerzo y la constancia en sus conducta (la autodisciplina).
- ◆ Le animamos a que desarrolle conductas de autonomía y a confiar en sus potencialidades.
- ◆ Decimos "No" a peticiones, exigencias o conductas inapropiadas.
- ◆ Actuamos con orden y nos mostramos consecuentes.



Indisciplina

"Las Normas de la Casa"

¿Quién debe poner las **NORMAS** en casa?



"LOS PADRES Y MADRES"

(sólo cuando el niño/a sea mayor puede ser interesante que participe en la concreción de las normas)

¿Por qué educar con **NORMAS**?

- Crea un entorno familiar más seguro y estable.
- Facilita la realización de las tareas.
- Promueve la responsabilidad y la autonomía.
- Contribuye a mejorar la convivencia familiar.
- Promueve el desarrollo "moral" en los/las hijos/as.

¿Cómo deben ser esas **NORMAS**?

Deben ser *estables, justas, adecuadas* a la edad y a la madurez de los niños/as, que pretendan *objetivos educativos*, que afecten a todos los miembros de la familia, que *puedan ser revisadas* y que el cumplimiento de las mismas *faciliten la convivencia* y la relación entre los miembros de la familia.

¿Qué normas debemos proponer en casa?

- Sé **directo, breve, preciso y claro** en tus consignas: *¿qué debes hacer?, ¿qué no debe hacer?, ¿cuándo lo debe hacer?, ¿de qué forma?,...*
- Plantea la **OBLIGATORIEDAD** de la norma. *En general, no entres a discutir las normas con tus hijos/as.*
- **Explica las razones** de la norma al principio (*no cada vez*).
- Emplea **gestos firmes y decididos** en tus mensajes.
- Utiliza **carteles recordadores y notas** en lugar de "ser repetitivo". Se pueden usar **CARTELES** para recordar las normas.
- Recuerda las **ventajas del cumplimiento** de las normas y las **desventajas** (sanciones o pérdidas de privilegios) de su incumplimiento.
- Dale **información** en lugar de amenazarle: *"Los papeles deben tirarse a la papelera"* en lugar de *"Vaya habitación que tienes: es una pocilga!"*



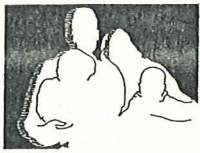
Las normas deben referirse a todas aquellas conductas que hacen los niños/as en casa. Podemos concretar normas en relación a:

- El **establecimiento de horarios**: la hora de acostarse, levantarse, comer, ducharse, ver la tele, jugar al ordenador o hacer los deberes. En los adolescentes: *"la hora de la salida-llegada"*.
- Los **hábitos de autonomía**: *¿Qué vamos a exigirle al niño/a que realice sólo?: Vestirse, asearse, cepillarse dientes, ordenar sus juguetes, organizarse su mochila del colegio...*
- La **colaboración en las tareas domésticas**: *¿Quién lava los platos los fines de semana?, ¿quién es el encargado de comprar el pan?, ¿quién limpia el baño? o ¿quién pone la mesa?. Los niños y niñas deben asumir desde pequeños responsabilidades en relación a las tareas domésticas.*
- Las **relaciones sociales y afectivas dentro de la familia**: *Saludarse o besar al acostarse, conversar a la hora de comer, saludar a los desconocidos o dar las gracias, hablar por turnos,...* Estos aspectos son importantes para favorecer actitudes de cortesía y de respeto hacia los otros en los/las niños/as.

- **En relación a los conflictos o los problemas**: También se pueden concretar normas en relación a cómo resolver conflictos. Por ejemplo: establecer sanciones para las peleas o disturbios (*"cuando peléis, dejaréis de ver la televisión o perderéis la posibilidad de ir al parque"*). También se puede normativizar sobre los malos usos o la falta de responsabilidad (**COSTE DE RESPUESTA**), haciendo pagar o reemplazando los materiales escolares o juguetes estropeados, por ejemplo.



- **Las actividades del tiempo de ocio**: *¿Cuándo ver la televisión?, ¿a qué hora volver a casa?, ¿cuándo podemos jugar todos?, jugar a juegos de mesa toda la familia los sábados de invierno, ¿cuando deben jugar solos en su cuarto?, todos los fines de semana vamos al campo,...*



TALLER Educar con Normas y Disciplina (2) Creación de hábitos de autonomía

¿Qué son los hábitos de autonomía?

Se tratan de conductas que facilitan que el/la niño/a se desempeñe con más autonomía e independencia : asearse, vestirse, comer solo, acostarse, ordenar su habitación,...

Con ellos enseñamos a los /las niños/as a SER RESPONSABLES.

No dependen tanto de las competencias de los chicos/as como de las actitudes del entorno familiar: Los padres y madres con sus demandas y exigencias facilitan que los chicos/as se desempeñen más independientes y responsables.

Promover los comportamientos de responsabilidad y autonomía en los/las niños/as y los/las jóvenes es uno de los objetivos fundamentales de toda acción educativa de los padres y madres.



¿Cómo favorecer el desarrollo de los hábitos de autonomía?

Decidir qué hábitos queremos desarrollar y dejar de hacerlos nosotros/as. Es muy importante aprender a **DEJAR DE HACER POR EL O ELLA**, para que la responsabilidad de la realización de dichas tareas recaiga del todo en ellos/as.

Crear **escenarios facilitadores** para el desarrollo de los nuevos hábitos. Por ejemplo: enseñar a que coma solo (con comidas que le agraden) o vestirlo sin cremalleras o botones para facilitar que pueda vestirse y desvestirse solo.

Favorecer el establecimiento de una **RUTINA** (misma hora, exigencia,...). Es muy importante crear ambientes organizados y horarios estables para la realización de tareas.

Ofrecerse como MODELO a imitar (proponer modelos próximos). Los padres y madres deben mostrar concretamente cómo deben

realizar algunos comportamientos ofreciéndose como modelos. Ejemplo: los padres demuestran como "cepillarse los dientes" haciéndolo en su presencia.

Avisar y recordar escuetamente al niño/a en un principio el cumplimiento de sus tareas. Emplear también "carteles recordadores" de sus obligaciones (Por ejemplo: Encima de televisor una nota que diga: "Antes de encender la TV, acuérdate de recoger los juguetes") y, más adelante, favorecer y recompensar la realización de sus hábitos sin necesidad de aviso.



¿Cómo hacer acuerdos?

Al principio, **RECOMPENSAR, animar,** la conducta que queremos establecer o cualquier aproximación a ella. *siempre que se produzca e inmediatamente después* de que dicha conducta sea realizada. Una vez creado el hábito, será conveniente *recompensar al niño/a de vez en cuando* sin previo aviso para que lo mantenga.

Tener en cuenta que el **castigo no sirve** para conseguir el desarrollo de una nueva conducta; éste solo sirve, en parte, para evitar o reducir una conducta inadecuada de forma momentánea.



Proponer acuerdos (escritos) para promocionar el desarrollo de aquellos hábitos que les resultan especialmente costosos de realizar.

- Hacer un planteamiento positivo y motivador para el/la chico/a.
- Ser preciso en las exigencias (poner en el acuerdo “aquello que podemos pedir”). Es importante poner en acuerdo aquellos comportamientos que siendo importantes para él/ella le resulten especialmente dificultoso ponerlos en práctica.
- Hacer los acuerdos sobre comportamientos que sean bien observables, medibles.
- Establecer las contrapartidas (recompensas/ beneficios-pérdidas/sanciones) asumibles para los padres y madres y que sean “acordes” con las demandas.
- Es importante que, al principio, los chicos/as tengan “experiencias exitosas” para animarse a desarrollar los nuevos hábitos.

EJEMPLO DE CONTRATO

Yo Pepito Pérez por el presente me comprometo a....

- *Hacer la cama todos los días antes de ir al colegio.*
- *Ordenar y limpiar mi habitación los sábados antes de comer.*
- *Estudiar de lunes a viernes todas las tardes desde las 6 a las 7.*

Si cumplo con estas tareas mis padres me dejarán....

Jugar al ordenador el sábado y el domingo por la tarde (máximo 3 horas cada día)

Si no cumplo con estas tareas no podré jugar al ordenador el fin de semana.

Fecha.....

Firmas

Padre/madre

El chico

Este contrato tiene una validez de 2 meses.