

HACIENDO FAMILIA; NORMAS Y LÍMITES



Tania Fraila Pérez
Psicóloga clínica

LA NECESIDAD DE MIRARSE PARA PODER VERLES..

- Objetivo último: qué puedan descubrir quienes son más allá de nosotros
- Preguntas brújula ¿Cómo educamos? ¿Para qué educamos? ¿Cómo construimos nuestra familia? ¿sobre que ladrillos emocionales estamos desarrollándonos?....
- (TRABAJAR IDEA)
- **VÍNCULO , LAS PRIMERAS MANOS**
- **(LA PRIMERA RELACIÓN DE NUESTRA VIDAS)**
- Un vínculo afectivo, la primera relación de amor que dará lugar al resto
- No queremos que aprisione para permitirles **ser exploradores**
- Un amor que les **permita ser, descubrirse y descubrir el mundo** que les rodea sin depender...
- SENTIDO (EXPLICAR)

Familia es...

Primera unidad de desarrollo de nuestras vidas , principal vía de educación afectiva, inicio de la construcción del futuro adulto que será



PLANTANDO SEMILLAS...

- ¿QUÉ TIPO DE HIJ@ ME GUSTARÍA ENSEÑARLE A SER?
- ¿seguro de sí mism@? ¿valiente? ¿explorad@r? ¿curios@? ¿respetuos@? ¿Qué valore la vida o que tenga miedo a afrontar retos? ¿ ansios@? ¿dependientes de mi y después de los otros? ¿autónom@? ¿luchad@r? ¿egoista o agresiv@? ¿equilibrad@ y firme?
- No se trata del deseo sino de la elección del camino, primeros cimientos, los primeros ladrillos ayudarán a construir una relación más adaptativa consigo mismos, con las personas y con el mundo que les rodea.
- Claridad del destino, hacia donde vamos ...
- **El estilo de educar** que tiene cada familia, nuestros valores, actitudes, expectativas, intereses, estructura, organización(EXPLICAR Y EXPONER)

“EL CURRÍCULO DEL HOGAR”



“ NUESTRO CURRÍCULUM ”

- La importancia de conocerlo, revisarlo y crecer con él... (nunca podrá ser estático)
- ¿MUROS O PUENTES? La construcción de este curriculum sucede constantemente
- Normas, limites y expectativas y el cómo les llega (**calidad y calidez de relaciones interpersonales**)

PROPUESTA PARA CONOCER DE CERCA NUESTRO
CURRÍCULUM FAMILIAR (EJERCICIO)



- 1. ¿Cómo ayudamos a **estimular y descubrir** tus primeras habilidades del desarrollo?
- 2. Dentro de unos límites según edad cómo potenciamos tu esencia de **explorado@r**
- 3. ¿Cómo os dábamos a conocer nuestras **expectativas**?
- 4. ¿Cómo ayudábamos a fomentar tu **autonomía**?
- 5 ¿Cómo hemos **comunicado** nuestras dudas, propuestas con nuestros hij@s? ¿cómo hemos **dado valor** e importancia a tus rutinas?



¿CÓMO ES MI ESTILO EDUCATIVO?

¿Qué nivel de intimidad tienes con tu hij@?

Alto

Medio

Bajo

Las muestras de cariño que sueles tener con tu hij@ suelen ser;

Frecuentes y directas

Infrecuentes e directas

Indirectas

Dirias que la comunicación con tu hij@ suele ser;

Fluida

Irregular

Difícil

Al establecer normas a tus hij@s para su comportamiento

¿sueles explicarle las razones?

Siempre

A veces

nunca



¿Tu hij@ cree que las normas están establecidas de forma clara y positiva?

Si

no lo sé

No

Cuando tu hij@ comete un fallo;

Sueles limitar sus privilegios para que sepa que lo ha hecho mal

Esperas que lo resuelva solo

Tratas de hacerle reflexionar sobre lo sucedido

¿Le has prometido a tu hij@ alguna vez recompensas que no hayas cumplido?

No

Si

No suelo recompensar por sus responsabilidades

Lo más importante para ti en la educación de tu hij@ es que aprenda

A respetar a los demás

A desarrollar su potencial

A obedecer



- **Lo más importante para tu pareja en la educación de vuestros hij@s es;**
 - A respetar a los demás
 - A desarrollar su potencial
 - A obedecer

Cuando surge un problema complicado en casa o en el trabajo;

Pienso que podré resolverlo y trato de pensar en todas las alternativas posibles

Pienso en alternativas pero suelo dejarlo para último momento

No me gusta demasiado dar vueltas a los problemas



ESTILOS EDUCATIVOS

○ ESTILO AUTORITARIO

- El estilo autoritario se basa en la **disciplina severa**, donde los padres establecen las reglas y esperan que los niños las sigan sin excepción. Conlleva reglas muy estrictas en la familia, fomentando **la obediencia**.
- Pese a que los niños autoritarios siguen las reglas la mayor parte del tiempo, suelen desarrollar problemas de autoestima, echan de menos haber sido escuchados en sus necesidades o sus sentimientos y emociones.
- También pueden convertirse en niños hostiles o agresivos, que no saben tomar decisiones y resolver problemas. Varios estudios sugieren que los niños criados con este estilo de educativo tienen un buen desempeño académico, pero corren el riesgo de desarrollar habilidades sociales pobres, por lo que se considera un estilo de crianza negativo



○ Estilo permisivo

- El estilo permisivo puede parecer un buen estilo parental porque muchos padre lo emplean pensando que así su hijo o hija será más feliz; sin embargo, a la larga, puede traer consigo consecuencias emocionales serias.
- Se muestran permisivos **tratan de proteger a sus hijos de incidentes dañinos**, no establecen ningún estándar para el comportamiento de sus pequeños y son muy tolerantes.
- **Pueden ser por ser poco firmes y tener poco control sobre la situación.** Los estudios demuestran que los niños que crecen en entornos con este estilo de crianza tienden a tener un bajo rendimiento académicamente, y pueden presentar más problemas de comportamiento, ya que probablemente no harán caso a la la autoridad y las reglas.



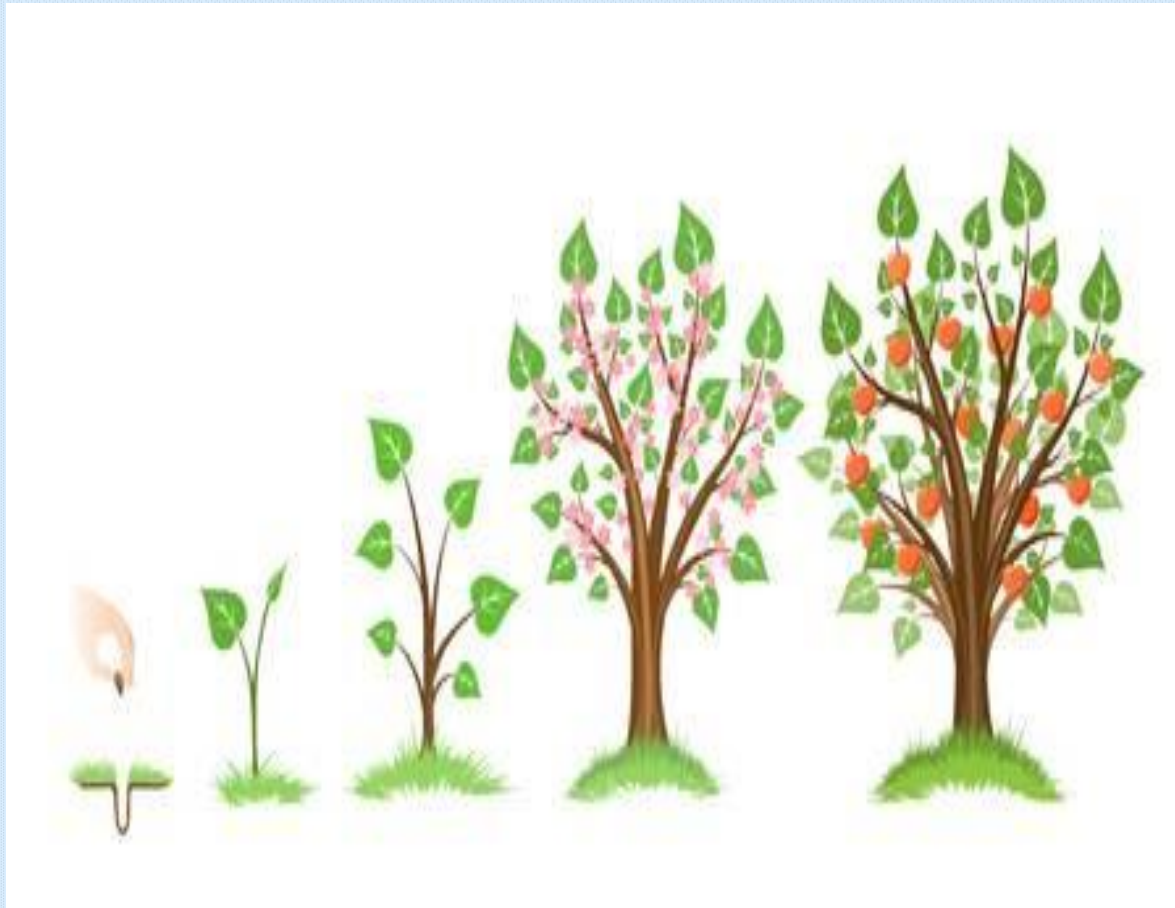
- Se caracteriza porque existen problemas para poder estar **implicados** en crianza de sus hijos y, por tanto, no pueden proporcionar el apoyo necesario a sus niñ@s ni les pueden servir de guía. No son percibidos como coherentes en disciplina y pueden ser ambivalentes.
- Pueden mostrar bajo desarrollo de su autoestima y **causan serios problemas de autonomía y gestión personal en diferentes ámbitos de su vida futura**, por ejemplo, las relaciones interpersonales o el trabajo.



o Estilo AUTORIDAD POSITIVA

- o Este es, sin duda, **uno de los estilos educativos más saludables** para la crianza de los hijos.
- o Establecen límites, pero también consideran el punto de vista del hij@. Dicho de otro modo, ponen reglas que esperan que los hijos sigan; sin embargo, consideran que existen excepciones en estas reglas.
- o Los padres democráticos suelen explicar las consecuencias. Asimismo, **emplean el refuerzo positivo para los buenos comportamientos** y pueden estar más dispuestos que otros estilos como autoritario a usar sistemas de recompensa y elogios.
- o Los estudios muestran que los niños criados con este estilo educativo **tienden a ser más felices y exitosos**. A menudo son buenos para tomar decisiones y gozan de una mayor autoestima, y de adultos tiene capacidad de ser más responsables y se sienten cómodos expresando sus opiniones. (gráfico evolución trabajarlo)





GUIAS Y REFERENTES PARA EL CAMINO...

- Para convivir toda sociedad necesita unas normas.
- La familia constituye el primer grupo social al que pertenece el niño, en el que aprende a convivir. El establecimiento de normas y límites en el contexto familiar supone uno de los factores de protección más significativos para reducir la probabilidad de aparición de conductas de riesgo, tanto en la infancia como en la adolescencia.
- El papel de los padres en este ámbito se centra en establecer y **aplicar unas normas claras, pertinentes y razonables.**
- El abanico de posibilidades a la hora de inculcar esas normas en nuestros hijos abarca desde la total permisividad hasta un control absoluto.



¿SON NECESARIAS?

- **Los límites y las normas son fundamentales porque:**
- • Aportan los hijos sentimientos de seguridad y protección.
- • Los hijos van creando sus propios referentes y van adquiriendo unas pautas de lo que es y no es válido, lo cual les ayudará a ir conformando su propia escala de valores. (ético)
- • 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 que se rige por responsabilidad y límites al deseo, que deberán aprender a asumir y escuchar y a ser escuchados.
- • Ponen restricciones y límites al comportamiento de los hijos y les ayudan a desarrollar, de forma progresiva, la tolerancia a la frustración

CONSTRUYENDO PUENTES....

- 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.



- Para **DAR SENTIDO** a las normas que se establecen en la familia hay aspectos a cuidar como que tratemos que sean;
- **Realistas:** las normas han de ser posibles de cumplir y estar ajustadas a la realidad, la edad, habilidades y grado de maduración de los hijos.
- **Claros:** las normas han de ser entendidas para poder ser cumplidas. Los hijos deben saber exactamente qué es lo que se espera de ellos y qué clase de consecuencias pueden esperar en caso de no cumplirlas.
- **Consistentes:** la aplicación de las normas debe ser aproximadamente la misma, independientemente del estado de ánimo, de la presencia de otra persona, de las ocupaciones de ese momento.
- **Coherentes:** las normas han de ser coherentes entre sí. 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.



- Además, resulta positivo poner en valor que sean prácticas , que creen clima, oportunas y necesarias (OBJETIVO)
- **Fundamentales:** Tienen que ser pocas, muy claras, poco matizables en función de las circunstancias y de cumplimiento obligado e innegociable. Ejemplo: Agresiones entre hermanos, respeto.
- **Importantes:** Deben ser poco numerosas y muy claras, pero son más matizables en función de las circunstancias. Si bien, aunque su cumplimiento global debe ser inevitable, algunos aspectos pueden negociarse. Ejemplo: Hora de llegada a casa, en días de clase o las vísperas de fiesta.
- **Accesorias:** Regulan los aspectos más circunstanciales de la vida doméstica. En muchas ocasiones pueden negociarse sin afectar gravemente al funcionamiento familiar. Ejemplo: Hacer la cama todos los días.



LA IMPORTANCIA DE LA EXPECTATIVA; HACER TRIBU

- Las normas son criterios que indican a una persona qué, cómo y cuándo realizar una acción o tarea. Una sugerencia de cambio de comportamiento que implica unas consecuencias positivas en caso de cumplimiento, y unas consecuencias negativas en caso de su incumplimiento.
- El establecimiento de normas conlleva un proceso (LATENCIA APRENDIZAJE) ;
- Mantener el control emocional: 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. **Cuanto más clara sea la norma, más seguridad tendrá el niño en su comportamiento y en su relación con el entorno.**
- Cuando nuestros hijos llegan a la adolescencia surgirá el enfrentamiento a la norma y hay que ser capaz de argumentar los motivos y hacer ver la necesidad de la norma.
- En la adolescencia es aconsejable la **negociación**



EL DESTINO ELEGIDO; RESPONSABILIDAD

- Es conveniente que los padres analicen conjuntamente el comportamiento que se quiere implantar. Pueden servir de guía las siguientes preguntas:
 - • ¿Qué **comportamiento** queremos tratar?
 - • ¿Cómo nos gustaría que se llevara a cabo? **finalidad**
 - • ¿Cuándo **INICIAMOS FUNCIONAMIENTO DE** la norma?
 - • ¿Cuándo **LLEGAREMOS A** las consecuencias?
 - • ¿Cuáles son las consecuencias del **cumplimiento**?
 - • ¿Cuáles son las consecuencias del **incumplimiento**?



DESDE LA FAMILIA...

- **Por último, la familia puede favorecer el desarrollo de la responsabilidad a través de las siguientes estrategias:**
- • Facilitar a los hijos las máximas oportunidades para tomar decisiones desde que son pequeños.
- • Crear un adecuado ambiente familiar en el que se anime a que el niño tome decisiones.
- • Proporcionándoles apoyo y seguridad.
- • Informándoles de los límites que existen en el comportamiento.
- • Recompensándoles la iniciativa del ejercicio de responsabilidades



MUCHAS GRACIAS!!!!

YA QUE ESTAMOS DE PASO...

DEJEMOS HUELLAS BONITAS

