Normas y límites en la educación

5 de Julio de 2022

Tiempo estimado de lectura: 14 min
Autor: Juan A. Lechón
Coordinador do Equipo de Integración Familiar Fundación Meniños en Vigo.

De la misma forma que no es posible construir la PAZ con las armas, tampoco es posible castigar físicamente a un niño o niña y esperar que no use esa misma violencia hacia los otros. Educar el respeto a las normas y límites solo es posible desde la comunicación.

Es más posible que las personas adultas aceptemos tapar nuestra boca con mascarilla, cambiar nuestros hábitos sociales, e incluso aceptar el confinamiento. Entendemos bien los "por qué" si sentimos que de algún modo participamos en un objetivo compartido.

Es mucho más probable que un niño o niña respete una norma o un límite si entiende bien los motivos del mismo, si ve como los otros lo cumplen y más aún, si puede participar en su elaboración de algún modo. (A los niños y niñas les costó menos que a las personas adultas incorporar la mascarilla).

Posiblemente, las normas y límites en la educación tienen mucho que ver con eso, con explicar los "por qué", con construir una forma primigenia de entender el mundo, las relaciones con los otros y las relaciones con nosotros mismos.

Si el objetivo de las normas y límites en la educación es que los niños y niñas aprendan, es importante también tener en cuenta que los estudios afirman que aprendemos el 20% de lo que escuchamos, el 50% de lo que vemos y el 80% de lo que hacemos. **Las normas y límites se aprenden fundamentalmente a través de la práctica** y del modelaje (lo que los niños y niñas ven en las personas adultas de referencia, cómo nos relacionamos con nosotros mismos y sobre todo con ellos). La educación de los niños y niñas es una carrera de fondo en la que el **modelaje, la práctica, la coherencia y la constancia** son elementos fundamentales.

Una **autoridad rígida** externa puede producir **falta de autonomía**, dificultades en la capacidad de la toma de decisiones y falta de confianza en uno mismo. La autoestima del niño o niña estará mayormente asociada a si ha cumplido las normas establecidas por los otros.

Por el contrario, **una educación basada en el respeto**, en la confianza y en el buen trato, **genera niñas y niños responsables**, con un buen concepto de sí mismos, con confianza en sus capacidades para ser autónomos y sobre todo, respetuosos con los demás y consigo mismos.

Es imposible que tu primera tortilla de patatas sepa igual que la de tu madre. Tendrás que conocer los detalles de la receta, experimentar, implicarte en la tarea, tener confianza en poder alcanzar el éxito y tener comensales amables dispuestos a comerse tus experimentos reforzando tus esfuerzos por alcanzar ese sabor ancestral incomparable.

Del mismo modo, los niños y niñas necesitan un **modelo de referencia**, una receta de conducta, ensayar y probar alternativas, unos comensales-padres y madres dispuestos a repetir, aguantar, tolerar los fracasos manteniendo la confianza en el éxito y en las capacidades del niño o niña para mejorar.

Pero ocurre que, en esta travesía del educar y criar cachorros humanos, es más que posible que los niños y niñas trasgredan esas normas y límites que diseñamos para ellos (también las personas adultas transgredimos las normas con frecuencia).

Una de las competencias que más pueden proteger a los padres y madres de cometer errores en la educación, es la capacidad para reflexionar sobre su propia práctica educativa y para restaurar los errores. Reflexionar sobre los "por qué" de los límites que ponemos y también sobre los "por qué" del motivo de los niños y niñas para incumplirlos, es la fórmula del éxito.

Como referente adulto cabe preguntarnos:

- **¿El niño o niña entiende suficientemente el límite o éste está formulado de forma demasiado general y confusa para él o ella?** (Evita fórmulas como "pórtate bien" o "te has portado mal"; describe minuciosamente que significa exactamente para ti ese "portarse bien"). Una buena práctica es adelantarse, anticipando al niño o niña qué es lo que ocurrirá y que esperamos de él o ella. ("Ahora vamos a ir a jugar a casa del primo, acuérdate de qué no se pueden quitar las cosas de las manos y hay que usar las palabras para pedir. Tú sabes usarlas muy bien y si hace falta yo te voy a ayudar").

- **¿Hay intencionalidad en el quebrantamiento del límite, o este puede ser debido a que no lo tiene bien aprendido o se olvidó?** ¿Hay que repetirlo más veces?

- En caso de que creas que hay "voluntad" de sobrepasar los límites. **¿Cuáles pueden ser "los buenos motivos" del niño o niña para sobrepasarlos? ¿Está queriendo atraer nuestra atención?** ¿Es la conducta una forma de expresar una frustración, un malestar que no estamos atendiendo y que no sabe expresar de otra forma? ¿Es capaz de gestionar las emociones de frustración o enfado asociadas, o necesita ayuda?

- **¿Lo que le estamos pidiendo al niño o niña es suficientemente claro y secuenciado o es una generalidad que puede confundir o abrumarle por su complejidad?** ¿Es posible explicar lo que esperamos de forma más simple, clara e incluso secuenciada? ("Lávate bien los dientes" Vs "Frota las muelas de arriba mientras cuento hasta cinco, ahora las muelas de abajo... etc.").

- **¿Es el niño o niña suficientemente maduro para incorporarlos?** ¿Son estas normas y límites acordes a su momento evolutivo? (Es imposible que un bebé no se meta en la boca las cosas que le rodean, o que un niño o niña pequeño no quiera saltar en los charcos). ¿De qué forma podría participar la niña o niño en la comprensión y elaboración de esa norma?

- **¿De qué forma podemos hacer que se sienta partícipe y sea más probable que lo cumpla?** En ese caso concreto, ¿supone un mayor aprendizaje para la niña o niño que nosotros cedamos para fomentar la capacidad de negociación y su auto concepto? ("Primero comemos la fruta y después la galleta de chocolate": lo que queremos es que la alimentación del niño o niña sea equilibrada y saludable. Si toma la iniciativa y plantea invertir el orden podemos ser flexibles desde una conversación en la que expliquemos los beneficios de una alimentación equilibrada, y estos sientan que participan en la negociación)

A la hora de ayudar a nuestros hijos e hijas a alcanzar un objetivo difícil, puede resultar muy útil aplicar la fórmula que plantea Ben Furman en su libro "Habilidades para niños". Sus ideas están basadas en la **Terapia Centrada en Soluciones** que pone el acento en el logro y en el fomento de la capacidad de la niña o niño para alcanzar el cambio con la ayuda de los otros. La propuesta se basa en la siguiente secuencia:

- **Encuentra o genera un momento y estado emocional** propicio para hablar sobre su conducta.

- **Chequea tu propio estado emocional y aborda la tarea desde la calma.** Si el niño o niña siente que estamos enfadados, es posible que se cierre o se bloquee y la comunicación colaborativa no sea posible. Encuentra el momento para hablar uno a uno y centra tu atención en él o ella.

- **Chequea el estado emocional del niño o la niña** y promueve un espacio propicio para la colaboración. (Inicia la conversación hablando sobre las cosas que hace bien y fomenta la confianza en sus capacidades antes de empezar a hablar del logro que queremos que alcance). El objetivo de iniciar así la conversación es que entienda que tu intención no es regañarle, sino hablar porque te preocupas por él o ella, le cuidas y quieres ayudarle a mejorar.

- **Trata de que sea ella o él quien formule la conducta a cambiar**. En general, los niños y niñas saben cuáles son estas cosas en las que tienen que mejorar. ("Tú eres muy buena haciendo "X" e "Y". Hay una cosa en la que sería bueno para ti que mejorases"). No definas la tarea como un problema, sino como una habilidad que si lograse alcanzar sería positiva para él o ella. Trata de que adivine cuál es la conducta a la que nos referimos (podemos ayudarle a identificar de lo que estamos hablando). Elige una sola cosa concreta pese a que existan varias cosas que quieres que cambie. Es más posible que cambien su comportamiento si ellos mismos dicen qué es lo que quieren cambiar.

- **Evita hablar del mal comportamiento**, de las razones por las cuales lo hace o de las consecuencias negativas del mismo. En su lugar centra la conversación en los beneficios que tendría si consigue hacer el cambio y las cosas que necesita hacer para ser mejor en esa tarea concreta.

- **Formula el objetivo o la tarea en positivo**. Evita formularlo como un "dejar de hacer" y busca con él o ella la habilidad que lo sustituye. (Si el niño o niña se comporta de forma agresiva con los otros no formules el objetivo como "no pegar". Centra la conversación en cómo podría mejorar en el "control de su temperamento" y los beneficios que para él o ella tendría esta habilidad).

- **Pregúntale si tiene alguna idea sobre cómo conseguir el cambio** y las cosas que cree que podrían ayudarle. Pregunta quién quiere que le ayude y de qué manera.

- **Termina la conversación acordando con la niña o niño cómo medir sus progresos**. Durante el aprendizaje, evita prestar demasiada atención a los posibles retrocesos, céntrate en sus avances entendiendo que en el camino puede haber baches que no son importantes si hay mejoras en el tiempo. ("Tu profe me ha contado que ayer conseguiste probar la comida del comedor, ¿puedes contarme como lo conseguiste? ¿qué o quién te ayudó?"). El éxito atrae el éxito. Hablar de los progresos traslada confianza y les anima a seguir en la misma dirección.

- **Según la niña o el niño progresa es bueno reforzar positivamente los avances**; centra la atención en las cosas o personas que le están ayudando a hacer el cambio.

- **Planifica con el niño o niña cómo lo celebraréis cuando la habilidad esté adquirida.**

Y recuerda: muchas veces los niños y niñas tienen más capacidad para aprender y cambiar de la que imaginamos. La educación es una carrera de fondo tan agotadora como satisfactoria y si has llegado hasta aquí, seguramente seas un padre o una madre sensible. Felicidades. Ya tienes lo más importante: la capacidad para reflexionar sobre cómo educas y la capacidad para corregir y seguir mejorando.