

## Educar en casa

### ■ Poner límites y dar normas

*“A veces esto de poner normas es muy difícil: hay días que estás más nervioso, que tienes menos tiempo o que llegas a casa agotado. Lo importante es que entienda que si se tira mucho rato en el baño luego no tendrá tiempo para ver a Bob Esponja o que hasta que no recoja sus juguetes no iremos al parque. Y que cuando lo hace bien, mamá y papá nos ponemos muy contentos.*

*Al principio fue difícil porque ella quería hacer lo que le apetecía y lloraba mucho si le decíamos que no, pero ahora el ambiente en casa es muchísimo más tranquilo ¡Lo hemos conseguido!”*

### **Educar desde el amor: normas y abrazos**

¿Por qué son tan importantes las normas para los niños y las niñas? La razón principal es porque les ayudan a crecer y les dan mucha seguridad. Es la mejor manera de que vayan aprendiendo qué cosas están bien y cuáles no ya que cuando somos pequeños no lo sabemos: nos lo tienen que enseñar. Su forma de saber qué es lo que está bien y qué no es probando y viendo qué pasa después de pegar a su hermanita o qué hacéis cuando recoge su habitación. De esta forma van aprendiendo que su comportamiento tiene consecuencias: si hace algo muy bien la familia se pondrá contenta y si ha hecho algo que no debía habrá consecuencias.

Aprender todo esto es muy importante y es algo que les servirá para toda la vida: vivimos en una sociedad con normas, donde no está permitido hacer siempre lo que queramos y donde queramos. Aprender esto desde pequeños es ir ensayando para cuando sean mayores.

**¡Manos a la obra!**

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

1

## 1. Antes de empezar

Siempre es bueno pararnos a pensar en lo que podéis hacer vosotros, mamá y papá para que esto de poner normas salga bien.

- ❖ **Un equipo.** Que papá y mamá estéis de acuerdo en las normas que ponéis y seáis un equipo es fundamental. Estar de acuerdo en las normas de casa es el primer paso para que funcionen.
- ❖ **Un punto medio.** Lo importante es ni pasarse protegiéndoles sin dejarles hacer casi nada “*por si le pasa algo*” ni tampoco dejarles hacer todo.
- ❖ **Un tiempo especial para cada uno.** Cada miembro de la familia es único y requiere también una atención única por vuestra parte. Si se sienten escuchados y que les dedicáis tiempo esto de poner normas será mucho más fácil.
- ❖ **Un cambio pide otro cambio.** Ahora les estáis pidiendo que deje de hacer cosas que le gusta hacer y que acepte las normas, esto es algo difícil para ellos y ellas. Si les estáis pidiendo un cambio también habrá que cambiar algo en vuestro comportamiento. Estar tranquilos, hablarles o signarles a su altura siendo firmes, pero sin gritar ni ponerlos nerviosos, así como evitar el “*si te portas mal ya no te quiero*” son buenos cambios que ya podéis ir haciendo.

### **Mamás y papás...**

*Poner normas y límites a vuestros hijos e hijas no es tarea fácil. Veréis que cuando esto pase habrá merecido la pena vuestro esfuerzo. Cargaos de paciencia, convenceos de que es lo mejor para ellos y ellas y... ¡Manos a la obra!*

## 2. Una buena manera de empezar

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

Para ponérselo fácil os damos algunas claves para que sepáis la mejor manera de que funcionen las normas que ponéis en casa así como los premios y las consecuencias a su comportamiento. Seguro que con estas ideas lo vais a hacer fenomenal.

#### Las normas **no** funcionan cuando:

- ❖ **Son muy generales.** El “pórtate bien” es demasiado general. Ponédselo fácil y decidle qué es lo que queréis que haga (por ejemplo, *no tires tus juguetes, no pegues al hermanito, ayuda a recoger la mesa...*).
- ❖ **No sois constantes.** Si un día se puede dejar la habitación sin recoger y no pasa nada y al día siguiente no le dejáis ir al parque por no recogerla hará que le cueste más cumplir las normas.
- ❖ **No os paráis a decidir qué normas son importantes.** Es importante que os sentéis a decidir qué normas son las verdaderamente importantes.

#### Las normas **sí** funcionan cuando:

- ❖ **Son pocas, claras y constantes.** No es necesario que la casa se convierta en un cuartel: mejor elegir pocas normas, que sean claras y que las vayáis a respetar los dos, que llenar la casa de millones de normas.
- ❖ **¡Muy bien!** Igual de importante es decirles que algo está mal cómo decirles lo bien que lo ha hecho. También es muy efectivo un “*Lo has hecho mal pero seguro que la próxima vez lo vas a hacer bien*”.
- ❖ **Esto no, pero esto sí.** Pintar las paredes con rotulador no está bien, pero darle una hoja grande para que pinte ahí es una buena forma de decirle dónde sí y dónde no.
- ❖ **La clave: vuestra actitud.** Lo que está claro es que no hay nada más efectivo para ellos y ellas que vuestra atención: a las cosas que haga bien

dedicadles mucha atención y a las cosas que estén mal intentad no prestarles más atención de la necesaria.

Seguro que os interesa saber algo sobre las rabietas y cómo pararlas. No dejéis de consultar el apartado de Rabietas donde os contamos un montón de cosas.

Mi hijo de 0-6 años > Educar en casa > Rabietas

- ❖ **Explicar el porqué según su edad.** A esta edad necesitan que les acompañemos y que quizás no les explicamos un largo porqué sobre el peligro de meter los dedos en el enchufe: es un no y ya está. A medida que vaya creciendo podremos irles explicando el porqué de las cosas que no pueden hacer.

### ¿Qué ha aprendido?

Si hay unas normas claras en casa, vuestra hija o hijo seguro que se adapta mejor en el cole (lleno de normas) en las salidas escolares, en los entrenamientos de fútbol o mientras va en el metro.

Las normas les dan seguridad, les ayudan a anticipar y les hacen responsables de sus acciones. ¡Tienen solo ventajas!

## Hablan las mamás y los papás...

### **Cuando María tiraba la comida le decíamos que la recogiese**

Implicarles cuando hacen algo que no está bien para que lo "arreglen" es una buena forma de que aprendan. Si ha pegado a su hermano le puede dar un beso o si ha dejado el baño sin ordenar lo puede recoger. Sobre todo cuando son muy peques será bueno acompañarles mientras recogen (así ven cómo se hace) para luego dejarles hacerlo a ellos y ellas. Además, de esta forma tenéis una estupenda oportunidad para decirle lo bien que ha recogido la habitación, lo

[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)

contento que se ha puesto el hermanito y lo orgullosa que está mamá cuando se porta así de bien.

### ***¿Lo mejor? Sentarnos a hablar, mi pareja y yo, sobre las cosas que de verdad son importantes a la hora de educarles***

Es normal que tu pareja y tú tengáis ideas diferentes sobre cuál es la mejor manera de educarles. En realidad no hay una “mejor manera de educar” ya que cada familia es diferente a la otra. Lo que sí es muy positivo es que os sentéis a hablar sobre las normas que queréis que haya en casa. Este es un paso sencillo que seguro que os evitará problemas a la hora de enseñarles las normas. Además, si vuestros hijos e hijas os ven como un equipo, terminarán aprendiendo que eso no se hace, ni con mamá ni con papá.

No dejéis de ver el apartado de **Acuerdos entre la pareja: normas y autoridad**. Lo veréis todo más fácil.

Mi familia > Nosotros/pareja > Acuerdos entre la pareja: normas y autoridad

### ***Decirle lo bien que lo ha hecho es algo que siempre nos funcionó ¡Se le ve tan feliz cuando se lo decimos!***

¡Claro! Para ellos y ellas cumplir las normas suponen un esfuerzo y si no les decís nunca las cosas que hacen bien al final sentirán que “todo” lo hacen mal y también vosotros tendréis la sensación de estar todo el día “detrás de ellos”. Seguro que a lo largo del día hacen muchas cosas bien que han ido aprendiendo: no dejéis pasar esta oportunidad para decirle lo bien que lo ha hecho, lo mayor que es, lo lista que es... Les encantará y les motivará para seguir portándose bien.

### ***La abuela vive en casa y a veces le deja hacer cosas que nosotros prohibimos***

Está claro que la forma de educar de papá y mamá y de los abuelos y abuelas es diferente. Por lo general, estos últimos suelen ser más permisivos y consienten más cosas “a su nietecita”. Esto no es negativo y sin duda vuestro hijo o hija

aprenderá que en casa de la abuela hay unas normas y en casa otras. Pero cuando viven en casa y para facilitar la convivencia es importante que os pongáis de acuerdo. Pedidles colaboración para que en casa vuestros hijos e hijas sepan que lo que dicen mamá y papá hay que cumplirlo.

En el apartado **Cuando la abuela y el abuelo viven en casa os contamos situaciones como estas y muchas ideas para que la convivencia sea todo un éxito**

Mi familia > Los abuelos > Cuando la abuela y el abuelo viven en casa

### ***Me paso el día fuera por el trabajo, y cuando la veo me siento culpable por regañarle***

Es muy normal que en ciertas situaciones os resulte difícil regañarles o ponerles normas porque no les veis, porque pasáis poco tiempo con ellos y ellas o incluso porque sois padres separados y ¡cómo le vais a decir que no a lo que os pida! Tenéis que convenceros de que decir “no” es una forma de decirles “te quiero”. Esa rabieta que ha cogido por no haber podido tomar el helado antes de comer terminará olvidándola, pero lo que recordará es la seguridad que le transmite papá y mamá, que saben lo que se puede hacer y lo que no.

### ***Al principio éramos más blandos con ella, pensábamos "pobrecita, como es sorda..." Nos dimos cuenta de que eso no le ayudaba***

Que vuestra hija o hijo sea sordo no es un motivo para ser más “blandos”. Como cualquier niño y niña, también necesitan saber lo que se puede hacer y lo que no, lo que está bien y lo que está mal. Sin normas se sienten inseguros y con normas y límites se sienten protegidos. Además, si tiene hermanos o hermanas oyentes tienen que aprender que las normas de casa son normas para todos y todas, donde ser oyentes o sordos no son excusas para nadie.

No dejéis de ver el apartado de Normas y premios para todos para profundizar en el tema de los hermanos y hermanas.

Mi familia > Hermanos > Normas y premios para todos

## ***A veces llegaba a casa tan cansada o después de un mal día que lo pagaba con mi hijo***

Es fácil que si estáis nerviosos o habéis tenido un duro día de trabajo y vuestras hijas o hijos han hecho algo que no debían os pongáis más nerviosos. En vez de soltarles un grito o regañarles intentad coger aire, respirar hondo. Seguro que así pensáis con más claridad y si le tenéis que decir algo se lo transmitiréis con más calma y lo entenderá mejor.

### **Algunas buenas ideas**

Sabemos que esto de poner normas en casa no es nada fácil. Por eso queremos acompañaros dándoos ideas útiles y prácticas para que os resulte más fácil, divertido y llevadero.

- ❖ ***Juegos de mesa.*** Son una gran opción, sobre todo a partir de los seis años, para que empiecen a entender las normas (en este caso del juego). Aprender esto de las normas, jugando, es la mejor manera de que vayan entendiendo su importancia.
- ❖ ***La hoja de las normas.*** Una vez que hayáis decidido qué normas son las que queréis en casa puede ser una buena idea juntaros con vuestro hijo o hija y pasar la tarde dibujando las normas, que las coloree e incluso que os diga qué le parecen. Para hacerlo más divertido podéis firmar las normas toda la familia; es una buena forma de saber qué cosas son las que tiene que hacer.
- ❖ ***Calendario semanal con premio.*** Para motivarles a que cumplan las normas podéis elegir un par de ellas y en una cartulina poner su foto con las dos normas a cumplir. Si la cumple el lunes le pondréis una bonita pegatina en la cartulina y si consigue pegatinas en todos los días habrá un premio (una guerra de besos, un paseo por el parque que él o ella elija, una tarde de cocina juntos...).

- ❖ **Premios cuando lo haga bien.** Recordad que el mayor premio para ellos y ellas es vuestra atención y cariño un *¡qué bien lo has hecho!* Es efectivo y les encantará veros tan contentos.
- ❖ **Consecuencias cuando lo haga mal.** ¿Lo mejor? Que no pase mucho tiempo desde que ha hecho algo mal y haya una consecuencia. Si le regañamos el viernes por lo que hizo el lunes pasado no tiene ni sentido, ni es efectivo: mejor que esté cerca en el tiempo la consecuencia, tanto para bien como para mal.
- ❖ **Ser realistas.** Castigarle un mes entero sin tele o pedirle que esté dos horas sin moverse de la mesa a la hora de la comida es casi imposible. Al final, lo que hay que buscar es que consiga hacer las cosas, que aprenda y no que se sienta mal por no poder cumplir cosas que no es capaz. Ajustad las normas a su edad y a lo que puede hacer para así conseguir siempre un éxito.
- ❖ **Paciencia.** Porque, sobre todo en estas edades, habrá que repetirles mil veces lo mismo y los cambios no se consiguen de un día para otro, así que cargados de paciencia y convenceos de que estáis sentando las bases de aprendizajes muy importantes que le servirán para toda la vida. Merece la pena este esfuerzo.

¿No te ha quedado claro?

No olvides que puedes consultarnos en el apartado **Pregúntanos**.  
Además en la colección de DVD **Mi hijo sordo** podrás ver aspectos relacionados con las niñas y niños sordos en estas edades. Ver **Materiales**.