

INFORMATIVO COPO

Normas y Límites Consistentes en Casa

Informativo Psicoeducativo para Padres y Apoderados



DEPARTAMENTO DE CONVIVENCIA ESCOLAR

Objetivo del Informativo: Orientar a padres y apoderados desde Prekínder hasta IV Medio en la importancia de establecer normas y límites consistentes en el hogar, entregándoles pautas prácticas y adaptadas a cada etapa del desarrollo, con el fin de promover la responsabilidad, la seguridad emocional y la sana convivencia familiar y escolar.

Fundamentación

El establecimiento de normas y límites claros en el hogar constituye un pilar fundamental en la formación integral de niños, niñas y adolescentes. Desde la primera infancia hasta la adolescencia tardía, los hijos requieren de un marco de seguridad, contención y orientación que les permita comprender lo que se espera de ellos y desarrollar habilidades de autorregulación, responsabilidad y respeto hacia sí mismos y hacia los demás.

Cuando los padres y apoderados ejercen de manera coherente y afectiva la autoridad en casa, favorecen la construcción de una autoestima positiva, previenen conductas de riesgo y fortalecen la capacidad de enfrentar las demandas sociales y académicas. En cambio, la ausencia de normas claras o la inconsistencia en su aplicación puede generar inseguridad, desobediencia, conflictos familiares y dificultades en la convivencia escolar.

La escuela, como espacio formador, necesita del compromiso activo de las familias para reforzar en casa aquello que se trabaja en el ámbito educativo. En este sentido, la colaboración familia-escuela resulta esencial para la formación de estudiantes autónomos, responsables y con un desarrollo socioemocional equilibrado.

¿Por qué son importantes las normas y los límites?

Los niños, niñas y adolescentes necesitan estructura y contención para desarrollarse de manera sana. Las normas y límites:



Entregan seguridad



Enseñan responsabilidad



Favorecen la autonomía con respeto



Previenen conductas de riesgo



Fortalecen la convivencia familiar y escolar

"Un límite claro y consistente es un acto de amor".

Prekínder a 2° Básico

En casa se deben reforzar:

- **Rutinas diarias:** horarios fijos para dormir, comer y jugar.
- **Normas simples y claras:**
"Guardamos los juguetes después de usarlos".
- **Coherencia:** lo que se dice, se cumple.
- **Consecuencias inmediatas:**
simples, relacionadas y sin gritos.



Ejemplo: Si no recoge sus juguetes, no podrá usar otro hasta que los guarde.

3° a 6° Básico

En casa se deben reforzar:

- **Responsabilidad escolar:** espacio y horario para tareas.
- **Reglas de convivencia:** respeto al hablar, pedir las cosas con amabilidad.
- **Límites tecnológicos:** uso de pantallas con horarios y supervisión.
- **Consistencia entre adultos:** ambos padres deben aplicar las mismas normas.

📋 👉 **Ejemplo:** "De lunes a viernes, solo 1 hora de pantallas después de hacer las tareas".

7° a 8° Básico

En casa se deben reforzar:

- **Normas negociadas:** escuchando su opinión, pero manteniendo el rol de padres.
- **Uso responsable de redes sociales.**
- **Respeto mutuo:** no tolerar insultos ni agresiones verbales.
- **Consecuencias proporcionales:** relacionadas con la acción (si no cuida el celular, se retira por un tiempo).

📋 👉 **Ejemplo:** "Puedes salir con amigos, pero debes avisar dónde estarás y cumplir la hora de llegada".

I° a II° Medio

En casa se deben reforzar:

- **Autonomía progresiva:** más libertad con más responsabilidad.
- **Normas de autocuidado:** dormir lo suficiente, cumplir con obligaciones académicas.
- **Límites frente a conductas de riesgo:** alcohol, drogas, conductas sexuales irresponsables.
- **Diálogo constante:** explicar el porqué de las normas, no imponer sin sentido.



👉 **Ejemplo:** "Puedes administrar tu tiempo, pero si bajas tus notas, revisaremos juntos nuevas reglas de estudio".

III° a IV° Medio

En casa se deben reforzar:

- **Preparación para la adultez:** normas que fomenten la responsabilidad personal (finanzas, tareas domésticas).
- **Libertad con supervisión:** permitir decisiones, pero con claridad en consecuencias.
- **Respeto familiar:** cumplir acuerdos de convivencia (avisar salidas, participar en la vida del hogar).
- **Límites frente a estrés y autocuidado.**



Ejemplo: "Puedes decidir tu orientación vocacional, pero es tu responsabilidad organizar tiempos de estudio y descanso".

Señales de falta de límites en casa

- Hijo/a que desafía constantemente las reglas.
- Confusión porque las normas cambian según el día o el adulto.
- Dificultad para aceptar un "no".
- Conductas agresivas o desafiantes en el colegio.



Recomendaciones Generales

Ser coherentes

Cumplir lo que se promete.

Ser firmes, pero afectuosos

Explicar el sentido de cada norma

Aplicar consecuencias inmediatas y justas

Diferenciar entre disciplina (enseñar) y castigo (lastimar)

Recordar

Los hijos respetan límites claros cuando sienten amor y seguridad detrás de ellos.

Los límites no son barreras, son caminos de aprendizaje.

Dar normas claras y consistentes en casa es una de las mayores responsabilidades de los padres y apoderados para formar personas seguras, responsables y con una sana convivencia social.