

1 Les normes o límits, els hem de definir clarament, de manera senzilla i específica, que expliqui el que s'espera exactament del fill, i quan. Cal centrar-se en el comportament que esperem. Així, per exemple, si li diem: "en acabant de llevar-te, dutxa't, llença la roba a la cistella i després fes el llit", de segur ho entendreà. En canvi, si només li diem: "ja saps que has de fer?", cercarà i trobarà una disculpa per no haver de fer-ho, recolzant-se en la manca de precisió.

2 Planteja-les de manera positiva, procurant dir-li el que cal fer en comptes del que no s'ha de fer. Per exemple, quan un nen s'enfada i s'expressa de forma ofensiva, el més probable és que els pares llancin un: "No em cridis!", quan és més útil dir, com més tranquil·lament millor: "Diguem el que vulguis, però no m'alcis la veu. Em sap greu que em parlis així". D'aquesta manera, deixem la porta oberta per al diàleg futur.

3 Els raonaments més sòlids s'afebleixen quan s'exposen amb impaciència, de forma incorrecta o inoportuna, per això hem de:

Cercar el millor moment, amb un to de veu amable, ferm i mirant directament als ulls, mostrant un rostre seriós i d'acord amb les circumstàncies, insistint a ser atès i obeït.

4 Tenir cura de les formes, en primer lloc: amabilitat, educació i sobretot ferma. Eviti el dany físic i emocional: no s'ha de pegar, cridar o etiquetar ("ets babau!", no vals per a res!") "Albert, fill meu, he vist com tractaves la teva germana. Això no és el que vam parlar, has trencat l'acord que vam fer i amb què et vas comprometre, per això avui et quedes a casa tota la tarda".

5 Informar de la raó de cada norma. Només l'edat dels fills ho permeti, és bo d'explicar-los el perquè d'un límit; se'n facilitarà l'acompliment i recordaran com l'han de realitzar. Per exemple, si volem que replegui les joguines, no caiguem en: "treu les joguines d'aquí!", sinó més bé recorreguem a: "és millor que guardis les joguines perquè no es trenquin, perquè les podem aixafar, i així demà les trobaràs al seu lloc quan vulguis tornar a jugar-hi".

6 Incorporar els fills en establir les normes i límits. Així com van creixent, és convenient comptar amb ells per posar una nova norma o modificar-ne una altra ja establerta. D'aquesta manera, hi ha més possibilitats de guanyar-ne la seva col·laboració en el seguiment, alhora que se'ls proveeix d'experiència i pràctica per aprendre a actuar i prendre decisions.

7 En alguns casos, i quan s'ha arribat a un acord, convé deixar les normes per escrit, per facilitar-ne el seguiment i evitar confusions.

8 Establir normes i límits és possible si es té en compte, per part de l'educador, que cal mantenir la serenitat, així com disposar d'una gran dosi de paciència.

9 No s'ha de demanar allò que un no està disposat a fer, i cal que demostrarem que ens esforcem per millorar i aprendre, rectificant i admetent esmenes.

10 Hem de ser tolerants i passar per alt les coses petites, i fixar-nos només en les fonamentals, sense oblidar de mostrar interès per la seva situació o qualsevol avenç en el comportament dels nostres fills.

