



COLEGIO  
SANTA TERESA - ILLAPEL  
Compañía de Santa Teresa de Jesús

# la autonomía

# Amar es:

Pensar bien del otro. Al pensar bien de otra persona atribuimos a sus actos la mejor de las intenciones. No la juzgamos apoyándonos en sus imperfecciones o carencias. («¡Qué ruido! Esta niña no sabe cerrar una puerta con cuidado...»). Al contrario, tenemos siempre presentes sus cualidades y buscamos una explicación para sus conductas acorde con ellas. ¿Qué efectos tiene? Casi mágicos. Tu entorno se vuelve acogedor; no vives rodeado de monstruos o amenazas, sino entre seres humanos. Imperfectos, sí, pero con mucho amor para dar. ¿Al abuelo se le olvidó traer bombones? Qué triste se pondrá cuando se dé cuenta, ¡con lo que disfruta viendo cómo me relamo con el chocolate! Si piensas bien de los demás, resulta grato ser sincero .





*Es fundamental que los niños y niñas aprendan a ser independientes. A veces, confundimos el regalar con hacer todo por ellos y no le permitimos aprender nuevas cosas, ha desarrollar nuevas habilidades y le entregamos un mensaje de que "no puedes, deba hacerlo yo"*





Desde que el/la niño/a nace hasta que va controlando sus movimientos, que al principio son reflejos incontrolados, está inmerso en una dinámica en la que los adultos de su alrededor le hacen las cosas, dependiendo de cómo realicemos esto último favoreceremos o entorpeceremos su desarrollo. La autonomía se puede definir como la capacidad que posee para realizar actividades sin ayuda de los demás. En los niños y niñas es muy importante fomentar y potenciar el desarrollo y adquisición de la misma, por las siguientes razones:

1. Aumenta la autoestima.
2. Desarrolla la responsabilidad.
3. Crea hábitos Fomentamos el desarrollo de la capacidad de aprender a aprender.
4. Están más predispuestos/as para afrontar nuevos aprendizajes.
5. Sienten seguridad en su actuar.




Muchas veces debido a la prisa, tendemos a hacerles las cosas a los niños y niñas, pensando que más tarde podrán aprender. Y otra veces, debido a la respuesta de los niños o niñas como "yo no puedo" o "yo no sé" , tendemos a hacerles las cosas. Esta actitud nuestra no favorece el desarrollo de los niños y niñas, pensando que en esta edades tienen una actitud favorable para hacer las cosas por sí solos/as y para cooperar en las tareas de la casa y del colegio, por ello debemos aprovechar esta tendencia para desarrollar autonomía.



Que debemos proponernos como padres para conseguirla:

1.- Ofrecerles alternativas para que elija. Permitamos que el niño pueda elegir entre dos o más alternativas sin advertirles que hagan una cosa. De esta manera conseguiremos que el niño aprenda a ejercer el control sobre sus acciones.

A woman with long dark hair, wearing a light blue top, is shown from the chest up, looking thoughtful with her hand near her chin. To her right, a series of white thought bubbles lead to a large, central cloud-shaped bubble containing the word 'Autonomía' in bold white text. The background is a dark, textured grey.

**Autonomía**

2.- Dejarle actuar reconociendo su esfuerzo cuando se enfrenta a dificultades. Es adecuado que poco a poco el/la Niño/a se enfrente a nuevos retos: Usar el cuchillo y el tenedor, atarse los zapatos, resolver un problema de matemáticas, entre otros.

Que debemos proponernos como padres para conseguirla:

3.- No atosigarlo/a con preguntas. Preguntar demasiado puede parecer un signo de interés hacia el niño, pero también es una invasión de privacidad. estimular su autonomía es permitirle que cuente sus experiencias cuando desee.

A woman with long dark hair, wearing a light blue top, is shown from the chest up, looking thoughtful with her hand near her chin. To her right, a large white thought bubble contains the word 'Autonomía' in bold white letters. Several smaller white circles of varying sizes trail from the bottom of the thought bubble towards the woman, suggesting a chain of thoughts or a process of reflection. The background is a dark, textured grey.

**Autonomía**

4.- Enseñarle a buscar soluciones fuera. Ser autónomo significa dejar de depender de los padres y madres, de esta manera los/as niños puedan buscar diferentes posibilidades por sí mismos, para resolver los problemas que se le presentan en la vida cotidiana. Por eso, cuando ante preguntas de los niños se les remite a que busquen la información en soportes que sean adecuados para su edad libros, colegio, internet, enciclopedias, entre otros.

Que debemos proponernos como padres para conseguirla:

5.- No desanimarle. A veces cuando los niños plantean sus ilusiones, intereses o planes para futuro se cae en la tentación de protegerles de la desilusión.

Autonomía





**Estimular la autonomía es dejar que planifiquen y comprueben por sí mismos que las decisiones a veces nos pueden decepcionar si no cumplen las expectativas que tenemos al principio. Todas estas sugerencias irán en función de la edad y de la madurez que tengan sus hijos/as. Nosotros como padres/madres debemos de tener esto en cuenta a la hora de llevarlos a la práctica. La sobreprotección a los/as niños/as hoy día está llegando a niveles tan graves que nuestros niños/as no saben enfrentarse a los pequeños problemas que poco a poco se le presentan. Los/as niños/as sobreprotegidos/as sufren tanto daño, como los abandonados.**



A continuación se deja tabla de las actividades que pueden realizar los/as niños/as según edades a modo de sugerencias:



# TABLA DE TAREAS DEL HOGAR PARA MENORES SEGÚN SU EDAD

EDAD APROXIMADA	JUGUETES	NATURALEZA	ROPA Y ORDEN	COMIDA	HOGAR
DE 2 A 3 AÑOS	GUARDARLOS EN SU SITIO	REGAR LAS PLANTAS	ROPA SUCIA EN LAVADERO	COMER SIN AYUDA	TIRAR COSAS A LA BASURA
DE 3 A 5 AÑOS	ORDENAR LOS JUGUETES	ALIMENTAR A ANIMALES	VESTIRSE SIN AYUDA	AYUDAR A EN LA MESA	ASEARSE SIN AYUDA
DE 5 A 9 AÑOS	ORDENAR SU HABITACIÓN	CUIDAR DE LA MASCOTA	HACER LA CAMA	COCINAR CON AYUDA	LIMPIAR EL POLVO
+ DE 9 AÑOS	DISEÑAR SU ZONA DE JUEGOS	CUIDAR ANIMALES SIN AYUDA	ORDENAR LA ROPA	FREGAR PLATOS	LIMPIAR EL SUELO



CADA MENOR ES DIFERENTE ASÍ QUE DEBES ADAPTARTE A SU DESARROLLO PERSONAL. DEBES SER POSITIVO, MOTIVADOR Y DESCUBRIR QUÉ LE GUSTA HACER

RECUERDA QUE DEBE SER COMO UN JUEGO EN EL QUE TODOS PARTICIPAN Y EL MENOR DESARROLLA SU AUTOESTIMA Y SENTIMIENTO DE PERTENENCIA

El nuevo hábito debe hacerse TODOS los días. Recuerda reforzar constantemente con palabras amorosas tales como: qué inteligente eres, lo haces muy bien, me siento orgullosa de tí, entre otros. Intenta evitar los premios materiales o castigos. Es normal que a veces se niegue hacerlo, pero eso no significa que lo debes hacer tú. Recuérdele la instrucción y espere a que lo haga, no importa el tiempo que esto tome. Si tu hijo/a con 4, 5 ó 6 años no realiza estas tareas por si mismo, pues deben plantearse por qué no lo hace y fomentar su desarrollo. No olvidemos que una mayor autonomía favorece una buena autoestima y seguridad en sí mismos. C

## Consejos extras



# Amar es:

Colaborar es ayudar a otras personas a realizar una tarea en común con ellas. Los platos con la sopa que ha cocinado papá humean sobre los mantelitos que tu hermana mayor ha colocado sobre la mesa que tú has limpiado con el agua de lavanda que la abuela ha preparado con el ramito que... ¿Qué beneficios tiene colaborar? Para empezar, es un gran remedio contra la soledad y el aburrimiento. Te hace sentir útil y te brinda la oportunidad de hacer cada vez más cosas: un pinche de cocina puede acabar preparando el más delicioso de los postres. Un buen colaborador es un superhéroe invisible: no se hace notar, pero sin él nada es posible. Los buenos colaboradores dominan la cortesía

