



Equipo de Convivencia Escolar

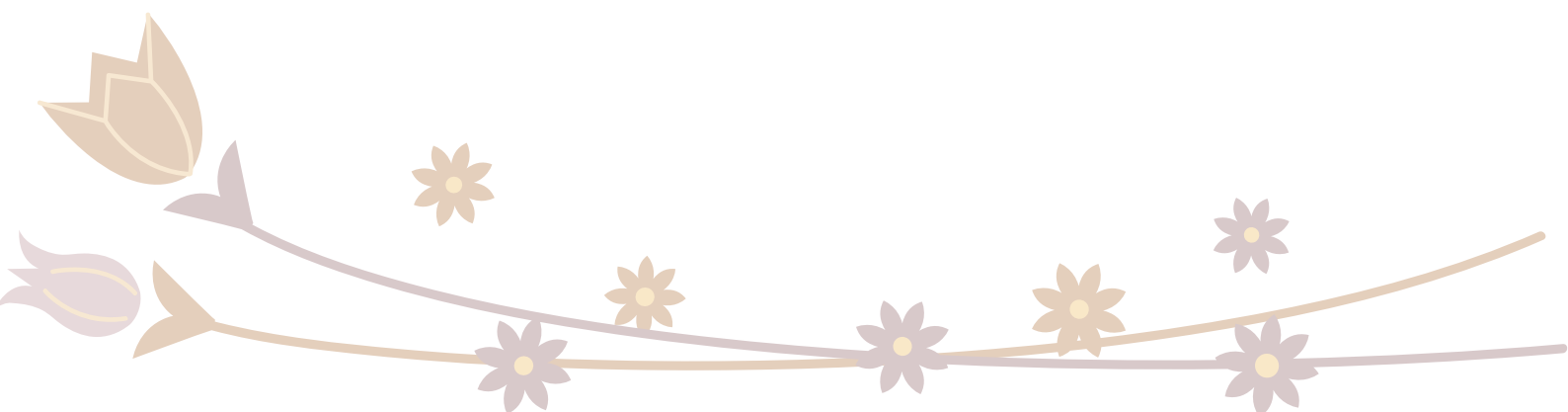


COLEGIO HERMANOS CARRERA

AUTO-CUIDADO

NIÑOS Y NIÑAS AUTÓNOMOS

PSICÓLOGA DANIELA FUENTES VÁSQUEZ





Es importante que los niños y niñas aprendan a ser independientes o autónomos.

A veces, por amor y cariño a nuestros niños y niñas hacemos todo por ellos, para ayudarles, para hacer rápidamente las cosas, etc. sin embargo, con esta actitud, no les dejamos aprender cosas nuevas ni desarrollar sus habilidades.

Nadie nos enseña a ser padres - madres.

**Te damos algunas ideas
para potenciar la independencia de los niños y niñas de
manera positiva...**



Pero...

¿Qué es la autonomía?

La autonomía es la capacidad del niño y niña de realizar todas las tareas y actividades solo/a con la menor ayuda posible, según sus fortalezas y capacidad propias a su edad.

Un niño autónomo logra realizar por sí mismo aquellas tareas y actividades propias de los niños según su edad. Puede requerir supervisión por parte del adulto responsable..



Un niño poco autónomo es un niño dependiente, que en ocasiones requiere que el adulto realice la actividad por él para lograr finalizarla.



¿Por qué es importante que niñas y niños desarrollen autonomía?

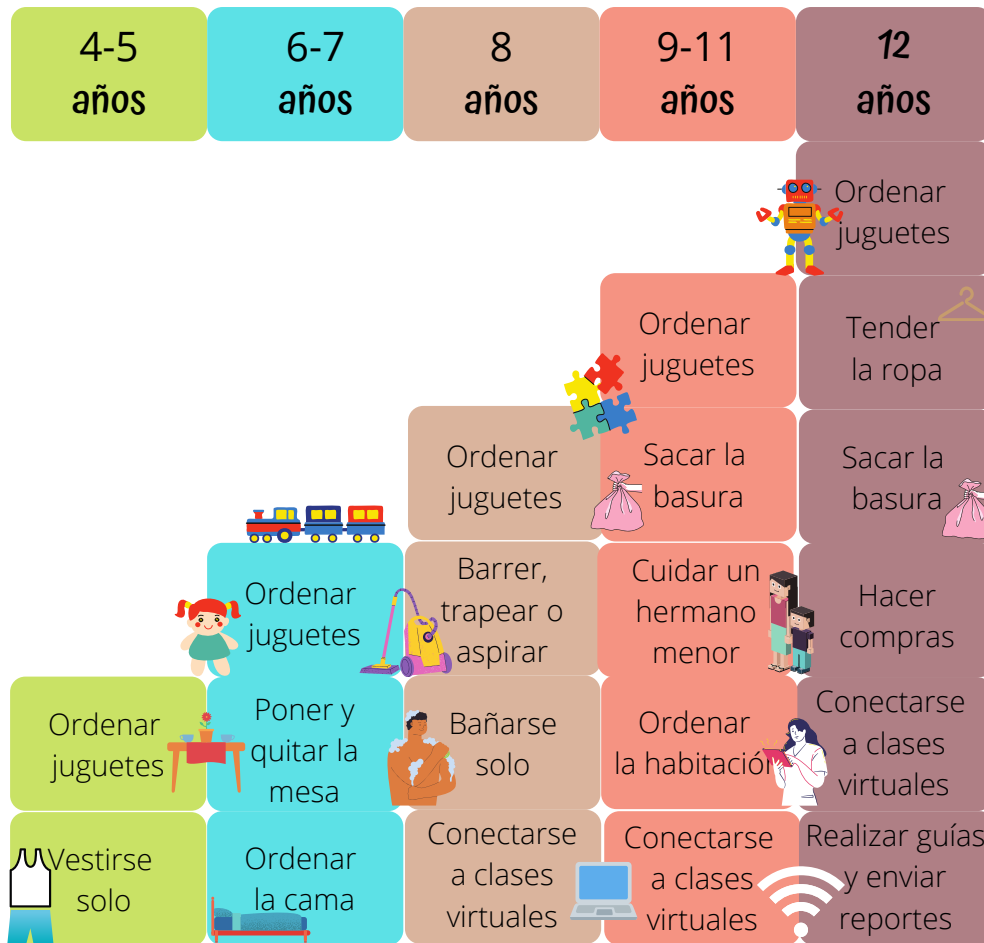
La autonomía es muy importante para el desarrollo de la responsabilidad, ya que de esta manera los niños y niñas aprenden a hacerse cargo de sí mismos y las consecuencias de sus actos.

Debemos enseñarles a los niños y niñas cómo hacer las cosas, recordando que el error es parte del aprendizaje y la superación.

El adulto debe ser un guía y debe supervisar a los niños y niñas hasta que logren realizar adecuadamente la actividad o tarea solicitada, y si lo hace bien recuerde felicitarlo por el esfuerzo y la actitud positiva frente a la tarea. Puede felicitarlo con un abrazo, un beso, estrellita, etc.



Ahora que sabemos qué es la Autonomía,
veamos qué cosas pueden hacer los niños y niñas según su edad.



¿No hace nada de eso o aún le faltan tareas por aprender?

- 1.- Fíjate si logra hacer aquellas tareas que son para niños más pequeños.
- 2.- De todas esas tareas que aún no logra hacer por sí mismo, elijan en conjunto la nueva tarea. Es mejor empezar por lo que le es más cómodo y luego motivarlo a incorporar otras tareas.



Para enseñar una nueva tarea...

- 1.- Mostrar a través del ejemplo cómo se debe hacer, dando instrucciones en voz alta, o explicando qué espero como tarea bien hecha. Por ejemplo: para lavarnos los dientes primero vamos a tomar nuestro cepillo, luego echarle crema dental (indicando la cantidad), etc.
- 2.- Ahora pídale que lo repita y corrija los errores con paciencia. Recuerde también destacar las cosas que hizo bien. Tenga presente que de los errores aprendemos y así también permite que el niño o niña pueda autoevaluarse.
- 3.- Repasen la nueva tarea hasta que esté segura que el niño o niña entendió lo que debía hacer y cómo hacerlo. Más tarde pueden volver a presentarse errores, no se preocupe, es normal y se puede mejorar.
- 4.- Ahora incorporen la nueva tarea a la vida diaria. En un comienzo, tendrás que recordar diariamente qué es lo que se tiene que hacer y supervisarlos. Poco a poco, verás que el niño logrará hacerlo por sí mismo. Cuando esto suceda, pueden elegir en conjunto una nueva tarea



¿Qué debemos evitar?

Hacer todo por el niño o niña: Cuando hacemos todo por ellos, le damos a entender que "no puedes hacerlo, lo haces mal", lo que frustra sus deseos de intentarlo y aprender. Para desarrollar nuevas habilidades es importante que prueben hacer por sí mismos o inicialmente colaborando en realizar las cosas.

Apurar los procesos: Muchas veces los padres por tiempo evitan dar actividades a los niños, pensando "se demora mucho en hacerlo y lo hace mal", para los niños y niñas es un aprendizaje continuo, además de aprender a realizar la tarea, deben lidiar con el "Cómo" nos gusta a los adultos que queden las cosas.

Críticas: Si sólo criticamos mencionando las "malas" acciones, los niños y niñas se sienten mal y desanimados, en cambio sí animamos y reforzamos los nuevos aprendizajes podrán mejorar continuamente.

Gritar, amenazar: Intenta crear un ambiente de confianza, cálido y de juego al dar la instrucción, un cerebro que está estresado es un cerebro que no aprende.



Consejos extras.

El nuevo hábito debe hacerse TODOS los días.

Recuerda reforzar constantemente con palabras amorosas tales como: *que inteligente eres, lo haces muy bien, me siento orgullosa de ti, sabía que lo lograrías, etc.*

Intenta evitar los premios materiales o castigos.

Por ejemplo, si le dices que si pone la mesa todos los días le pasarás el celular o se lo quitarás, el niño o niña sólo realizará la actividad por conseguir algo y no porque es algo que es parte de la rutina y se debe hacer.

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, tenga paciencia hasta que pueda realizarlo solito.

...Esperamos que estos consejos le sean de utilidad...
Cualquier consulta puede comunicarla a través de correo, FaceBook o WhatsApp.