

# Escuela de Padres

## EDUCAR EN LA AUTONOMIA

Educación en la autonomía es educación, formación en favor de la libertad. Pero la autonomía debe entenderse, también, como un conjunto de capacidades prácticas que permiten que el niño o la niña se despabile, se prepare para la vida, encuentre recursos para afrontar las situaciones de cada día.

El papel de los padres pasa por poner objetivos que permitan al niño descubrir sus capacidades y posibilidades. El niño debe hacer lo que es capaz de hacer en el momento adecuado.

Un peligro para educar en la autonomía es la sobreprotección que ejercen los padres cuando se dejan llevar por sus miedos. En este punto, es preciso que los padres muestren un alto grado de seguridad ante sus hijos, a la hora de confiarles ciertas responsabilidades, y controlar sus propios miedos.

Cuando decimos padres, debe entenderse **padre y madre**, y no caer en el peligro, tan frecuente, de que sea únicamente la madre la más cercana a los hijos y la encargada, de hecho, de intervenir, dar instrucciones, tomar decisiones, conceder permisos... Se trata de hacer un trabajo conjunto, y esto exige, también, un buen nivel de comunicación entre los padres, para ponerse de acuerdo y evitar comportamientos contradictorios ante los hijos.

Evitar las comparaciones entre hermanos, entre amigos, es una buena estrategia de educación en la autonomía, ya que ésta se basa en la firme convicción de los padres, y de los educadores en general, de que cada niño es él mismo, tiene valor en sí mismo y, por lo tanto, de que cada uno es distinto.

Puede resultar paradójico, pero es verdad: cuanto más hacemos por los hijos más dependientes e irresponsables se vuelven. Se llega a esta situación porque los adultos queremos que los hijos disfruten de las ventajas de la infancia lo que se traduce en mucho juego y pocas responsabilidades. Actuamos así porque pensamos que los hijos ya tendrán tiempo de sufrir las consecuencias de las obligaciones y de la toma de decisiones sobre todo de cuando se cometen errores y vemos sus consecuencias.

Se suele pensar que las cosas son más fáciles si las hacemos nosotros mismos. De esta forma, los adultos asumen responsabilidades que no les competen y que deberían asumir los demás. Este comportamiento tiene su raíz en un sentimiento de culpa: porque son perfeccionistas; porque intentan contentar a un adulto con el que ya no viven; porque sufren si ven que los de su alrededor no son felices... Esta forma de pensar la aplican los que creen que nunca hacen lo suficiente por sus hijos y como consecuencia se esclavizan: "¡Todo lo hago por mis hijos!"; "No tengo nada de tiempo"... La base de todo es pensar que hacer cosas por los demás es ayudarles y los niños de hoy día en lugar de aprender lo que

pretenden los padres, llegan a la conclusión de que los demás están para ayudarme y facilitarme el camino (como vemos se consigue el efecto contrario al que se desea).

Los padres de hoy día son excesivamente serviciales. La cuestión está en que los padres que así actúan arrebatan el poder a sus hijos cuando estos pueden hacer las cosas por sí mismos. La clave está en que la ayuda hay que ofrecerla cuando es solicitada y dirigirla para que el niño utilice sus propios recursos en la resolución de un problema. Los padres que necesitan "ayudar" a sus hijos continuamente les privan de la posibilidad de desarrollar sus propias capacidades. Es tan malo pasarse como no llegar.

El conocimiento diario se adquiere con los ensayos y errores. Durante el proceso de aprendizaje, los niños cometen muchos errores que son propios del mismo proceso y así lo debemos contemplar los adultos. De cualquier forma siempre es mejor aprender de las propias experiencias. Este es el motivo por el que si los padres facilitan todo y hacen todo por los chicos, no ayudan en absoluto. Los niños aprenden mucho realizando tareas cotidianas desde el orden de la habitación, hasta las tareas propias de higiene, alimentación... Resultan tareas al principio complejas para ellos pero con el tiempo y con el hacer continuo se terminan dominando y automatizando que es lo que hacemos los adultos. En todo este proceso de aprendizaje se cometen muchos errores que en la mayoría de las ocasiones inquietan y molestan a los adultos porque producen suciedad, porque nos hacen perder tiempo, porque pensamos que si lo hacemos nosotros quedará mejor... La conclusión es que cuando los padres hacen todas estas tareas e impiden que los hijos las hagan están retrasando el desarrollo de sus capacidades y disminuyen su confianza en sí mismos.

Los adultos deben ser pacientes porque los niños alcanzarán los niveles deseados más despacio de lo que fuera de desear pero el resultado final es más satisfactorio.

No es fácil conocer qué se puede exigir a un niño o hasta dónde es capaz de actuar de un modo responsable y adecuado a su edad pero, teniendo en cuenta las distintas etapas de su desarrollo, podemos señalar las siguientes características:

### **Entre tres y cuatro años**

Observa la conducta del adulto y la imita. Es el momento del aprendizaje por imitación y actúa en función del premio o castigo. Ya va siendo capaz de controlarse y puede tener orden en sus cosas. Colabora en guardar juguetes y los debe recoger. Puede poner algunas cosas fáciles en la mesa como el plato y los cubiertos, etc. Se desnuda solo y se viste con ayuda. Aprende a compartir las cosas y a esperar su turno. Muestra interés creciente por jugar con otros niños.

### **Entre cuatro y cinco años**

Sigue observando e imitando al adulto. Necesita que le guíen pero tiene deseos de agradar y servir y por eso suele tener iniciativas responsables como vestirse, recoger sus juguetes, controlarse en un espectáculo, etc. Ya puede dársele alguna responsabilidad: poner la mesa, control de algún animal, hacer algún recado dentro del entorno familiar. Puede cuidar a hermanos más pequeños durante breves tiempos y con la presencia cercana del adulto. Debe dejar ordenados los objetos que usa. Es bastante autónomo en la comida y en su cuidado personal calzarse, lavarse e ir al baño. Acepta los turnos en el juego, aunque no siempre los respeta. Suele asociarse a dos o tres niños para jugar y entabla las primeras amistades.

## Entre cinco y seis años

Ya ha aprendido bastantes conductas y aunque necesita que la persona adulta le señale lo que debe o no debe hacer, conviene presentarle posibilidades para elegir entre dos opciones. Puede ser responsable de tareas domésticas sencillas: limpiar el polvo, recoger la mesa, preparar su ropa para vestirse, buscar lo que necesita para una actividad concreta. No hay que olvidar que el niño sigue imitando y que es exigente en la aplicación de la norma para todos. Le agrada ayudar y cumplir encargos y recados sin que, para ello, deba cruzar la calle o lugar peligroso. Juega en grupos de tres o más y sigue reglas sencillas. Intenta ser autónomo y puede rebelarse frente a las presiones de los adultos en asuntos como disciplina, autoridad y normas sociales. A partir de los cinco años comienza a despertar la intencionalidad, asimila algunas normas y se comporta de acuerdo con ellas.

### ¿Qué hacer antes de encomendar a los hijos una tarea?

Debéis estar convencidos de que vais a conseguir educar a vuestros hijos/as en los aspectos que os proponéis y de que confiáis en sus posibilidades.

1. Conviene tener muy claras las responsabilidades de cada miembro de la familia e incluso escribirlas en un mural o panel de corcho. Cada uno debe saber qué tiene que hacer, cómo y cuándo debe hacerlo para que se responsabilice, haya colaboración en las tareas comunes de la familia y no se cargue de tareas a un miembro en particular. Si se cuida esto, se logrará una mayor eficacia y calidad de vida.
2. Es preciso que las personas adultas que conviven con niños se pongan de acuerdo en qué responsabilidades se les van a exigir. La incoherencia, es decir, la discrepancia entre lo que se va a exigir o permitir por parte de los miembros de la familia, favorece el incumplimiento de las tareas que se le van encomendando al niño, así como su justificación para no hacerlas. A veces escuchamos: " El papá me deja"...
3. Conviene que las personas adultas reflexionemos sobre cuál es nuestro grado de responsabilidad; no debemos exigir a los hijos lo que no nos exigimos a nosotros mismos.
4. Antes de exigir o proponer una tarea, por ejemplo, ordenar sus juguetes, es necesario que comprobemos si cuenta con un espacio adecuado, tiempo disponible y si sabe hacerlo mínimamente.
5. La paciencia y tolerancia son actitudes imprescindibles de los padres y madres que quieren ayudar a sus hijos para que crezcan responsables. Conviene tener en cuenta que no siempre pueden realizar una tarea perfecta, que pueden tener errores y estos pueden ayudarle en su proceso de aprendizaje.

### ¿Qué hacer en el momento de encomendar una tarea?

1. Mostrar confianza, hacerle saber que está capacitado para realizarla bien y darle seguridad: "Hoy te vas a vestir solo y sé que lo vas a hacer bien "
2. Explicar con claridad y con pocas palabras qué deseamos que haga y comprobar que lo ha entendido bien. Suele ser frecuente que el niño esté entusiasmado en otra actividad y no preste la atención necesaria.
3. Evitar mensajes tales como: "Lo voy a hacer yo porque haces todo mal". Con estos mensajes que desvalorizan al niño eliminamos la motivación que pudiera tener, anulamos sus esfuerzos para mejorar y se resiente su autoestima.

## ¿Qué hacer una vez iniciada la tarea?

1. Nunca hagas tú lo que tu hijo es capaz de hacer por sí solo. Te equivocas si piensas que le ayudas facilitándole la tarea para evitarle un mal rato.
2. Observa las posibilidades y grado de evolución de tu hijo y vete adecuando el grado de exigencia y el tipo de responsabilidad a su crecimiento. Siempre hay que ayudarle a subir paso a paso por los escalones que le llevan a una responsabilidad personal.
3. En algunas ocasiones, conviene proponer la posibilidad de elegir entre dos opciones: juegos (parchís o naipes), ropa (falda o pantalón), ocio (fútbol o paseo) Eligiendo se aprende a tomar decisiones. Cuando se elige, hay un compromiso y un riesgo: el compromiso de experimentar lo que elige y el riesgo de equivocarse. De este modo, el niño aprende a tolerar la frustración y a asumir las consecuencias de lo que realiza.  
No permitas que abandone la tarea elegida porque así favoreces su inconstancia y puede adoptar conductas caprichosas e impulsivas
4. Estate atento a los progresos de autonomía personal o en hábitos de responsabilidad. Una palabra cariñosa, una muestra de afecto, ayudan a consolidar lo aprendido y motiva para intentarlo de nuevo. Refuerza manifestando tu aprobación las conductas que indiquen progresos.
5. Es muy importante para que el niño se acostumbre a prestar atención y controle su conducta que, cuando mandes un recado, tarea o des una orden, compruebes que ha entendido lo que se espera de él y no repitas el mandato. Si se acostumbra a que le repitas la orden, se habitúa a ello y no presta atención. No tengáis reparos en sancionar los olvidos frecuentes, es una manera de educar la atención voluntaria y la obediencia.  
Es conveniente fijar de antemano que las órdenes no se van a repetir y que, si no está atento, deberá asumir las consecuencias.
6. Conviene permanecer atentos al desarrollo de la tarea y proporcionarle pequeñas ayudas en el momento preciso.
7. En tareas largas y complejas es preciso dividir éstas en pequeños pasos y permitirle hacer una parte, la que pueda realizar por sí solo. Por ejemplo, para enseñarle a vestirse se le inicia en quitarse la ropa; más tarde puede subirse los pantalones, ponerse los calcetines, etc. y finalmente llegará a vestirse solo.

## ¿Qué hacer una vez finalizada la tarea?

1. Controla en qué grado y modo ha cumplido la tarea.
2. En caso de incumplimiento por olvido, deberá asumir las consecuencias.
3. Valora lo que ha hecho, exprésaselo con muestras de afecto y muestra tu satisfacción por su colaboración en el buen funcionamiento de la familia.
4. Si la tarea no se ha finalizado o no está bien hecha, ante todo y en primer lugar, valora su actitud, destaca los aspectos positivos e indícale en qué puede mejorar.
5. Dale muestras de confianza, permítele que pueda rectificar y ánimale a que lo intente de nuevo.