



# Escuela para padres: “Autonomía y Responsabilidad”



Equipo de Convivencia Escolar

# Autonomía



La autonomía es la base para aprender de manera constante durante toda la vida. Ésta se ve fortalecida a medida que los niños, niñas y adolescentes van adquiriendo responsabilidades y son conscientes de que ellos y ellas son responsables de sus propias acciones y decisiones.



La familia es el primer espacio de socialización del niño y la niña. Es en ese entorno donde se encuentran los modelos de aprendizaje, empiezan a desarrollar habilidades sociales, capacidades y se establecen vínculos socio-emocionales que proporcionan las bases de seguridad para el desarrollo de sus aptitudes y actitudes interpersonales.



Educar es ayudar y acompañar a los niños y niñas a que sean independientes, autónomos, adquieran las habilidades necesarias para la toma de sus propias decisiones y puedan valerse por sí mismos.

# La autonomía hay que fomentarla en todos los aspectos de la vida del niño:

**Hábitos:** alimentación, higiene, salud, aspecto físico. Si aprenden y aprecian el saber cuidar de sí mismos, será más fácil que los integren en su vida adulta.

**Interacciones sociales:** Las relaciones con otros niños, y adultos ajenos a la familia, les ayudará a conocer el sentido de la amistad, a integrarse, a tener sus propias opiniones, a ser tolerantes, abiertos y a crear su personalidad.

**Desarrollo intelectual:** Dotarles de herramientas para el aprendizaje como libros, juegos, excursiones a espacios culturales, les ayudará a realizar sus tareas escolares y fomentará que sean personas más curiosas.

**El ocio:** Hay que dejar momentos para que los niños jueguen, de manera que ellos se hagan responsables de sus juegos. Qué decidan a qué y con quién juegan.

**Responsabilidad:** Para ayudar a un niño en el proceso de madurez y autonomía tenemos que pedirle que se responsabilicen de tareas desde pequeño y que éstas aumenten de manera progresiva a su edad.



El objetivo de la autonomía es ser uno mismo, con una personalidad propia que es diferente de la de los demás, con nuestros propios pensamientos, sentimientos y deseos y esto nos garantiza tener la capacidad de no depender de los demás para sentirnos bien, para aceptarnos tal y como somos y tener la seguridad de que seremos capaces de valernos por nosotros mismos durante nuestra vida.



Los niños y niñas, a medida que van creciendo, empiezan a buscar su propia autonomía. Padres, madres y adultos significativos son quienes deben ayudarles y acompañarles en esta búsqueda.



# Responsabilidad



Responsabilidad es uno de los valores humanos más importantes, en el que nace la capacidad para optar entre diferentes opciones, reconociendo y asumiendo las consecuencias de las decisiones tomadas y respondiendo ante los propios actos.

La responsabilidad permite mantener en orden la vida en comunidad, demostrando con ésta nuestro compromiso de la toma de nuestras decisiones y de las consecuencias que éstas generan.

Una de las tareas más importantes dentro de la educación de los niños es la de enseñarles a ser responsables. Es algo que hay que empezar a trabajar desde que son pequeños.

# Se pueden tomar algunas medidas para fomentar la responsabilidad:



**Establecer normas y límites**



**Ayudarles en la toma de decisiones desde pequeños:** esto empezará por tareas pequeñas, como eligiendo qué polera se van a poner.



**Ser claro a la hora de expresarles lo que se espera de ellos.**



**Enseñarles a valerse por sí mismos y a que se enfrenten a nuevas situaciones:** Cuando confían en sí mismos, es cuando empiezan a asumir sus responsabilidades.



**Ayudarles para la posibilidad de fracasar:** a veces, por protegerles demasiado, no dejamos que hagan las cosas a su manera. Para madurar es necesario que exploren, que corran riesgos, y que vean por ellos mismos que de los fracasos también se aprende.



**Marcar bien los horarios:** no es lo mismo invierno que verano, o días de clases que fines de semana. Establecer tiempo de estudio y de ocio.



**Ponerles algunas tareas a desempeñar, aunque sean pequeños:** siempre habrá algo que puedan hacer. Por ejemplo: recoger los juguetes, poner y/o quitar la mesa, comprar el pan, lavarse los dientes, cuidar los materiales, hacer las tareas, puntualidad, etc.



**Estar disponible para mostrar apoyo cuando sea necesario:** Todos los niños y niñas necesitan el apoyo de una persona adulta. Tener la seguridad de que pueden contar con sus padres en caso de necesidad, les hará tener más confianza para explorar en su mundo.



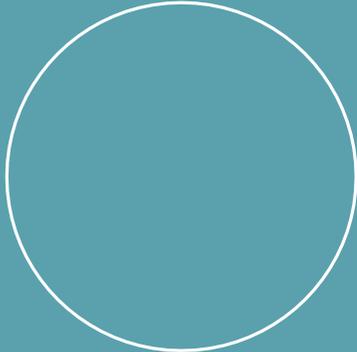
**Valorar sus esfuerzos:** Esto puede hacerse estableciendo un programa de recompensas, pero no de manera que se vea como un soborno, sino como una forma de motivación por comportarse de manera responsable. Puede hacerse elogiando el trabajo realizado y/o con otro tipo de premios, que no tienen porqué ser algo material.



**No cumplir con las responsabilidades tiene que tener consecuencias:** No debemos olvidar que una de las mejores maneras de enseñar a los niños y niñas es con el ejemplo. Si queremos que aprendan bien este valor, lo harán antes si ven que sus padres y madres lo practican.

*Es importante que el padre y/o la madre no se haga responsable de una tarea de su hija o hijo. Está bien ayudarlo y/o acompañarlo, pero nunca haga que se desentienda, es importante que aprendan que las cosas requieren un esfuerzo.*

# ¿Cómo podemos ayudar a que nuestros hijos sean autónomos?

- 
- Hay que proyectar en el niño una imagen positiva, para que se valore y se respete.

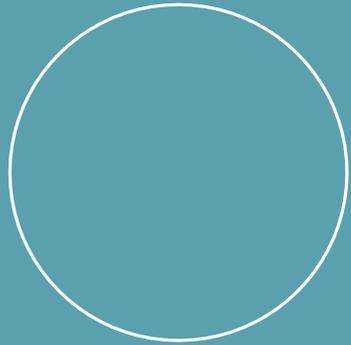
- 
- Poner etiquetas no ayuda. Si un niño escucha infinidad de veces lo que piensan de él, terminará creyéndoselo y actuará en consecuencia.

- Exigir tareas por encima de sus posibilidades puede llevar a que los niños se frustren y se desmotiven.

- Aumentar el grado de exigencia de manera gradual, una vez que los niños tengan superadas las habilidades para realizar una tarea.



# ¿Cómo podemos ayudar a que nuestros hijos sean autónomos?



- No evitar los conflictos. Cuando esto ocurra, hay que dotarles de recursos para que puedan enfrentarse a ellos.

- Hay que cumplir los pactos que hagamos con ellos.

- Culpabilizarles si algo les sale mal no favorecerá su nivel de tolerancia a la frustración.

- Los niños tienen que sentir que tienen todo el cariño y apoyo de sus padres. Esto les hará sentir respaldados y valorados.



# La autonomía en la adolescencia

Cuando se produce el salto a la adolescencia, van a necesitar menos protección que la que han recibido en su infancia. Este cambio exige por parte de padres y madres una actitud comprensiva y hay que intentar situarse con perspectiva desde el lugar de nuestro hijo o hija adolescente.

Aunque no sea posible tener una autonomía física o económica, los y las adolescentes buscan tener una autonomía psicológica y empiezan a aflojar los vínculos emocionales con los padres.

Despiertan una actitud crítica hacia ellos, cuestionan todo lo que hacen y, de alguna manera, rompen con la idealización que anteriormente tenían.

Los adolescentes sienten una necesidad de madurar a toda prisa, por un lado, por la presión de grupo y, por el otro, porque se quieren ver reflejados en otras personas adultas.



Para favorecer su independencia se pueden desarrollar algunas pautas:

**Establecer límites.**

Los y las adolescentes se resisten a los límites que se les imponen, pero los necesitan.

**Acompañarles en su camino a la independencia pero sin controlarles.**

Necesitan explorar su identidad, cometer sus propios errores y que aprendan de ellos.

**No cumplir con las responsabilidades tiene que tener consecuencias**

De nada serviría establecer un horario de llegada los fines de semana, si luego no hacemos nada cuando las incumplen de forma sistemática.



## Mostrar afecto y conductas positivas hacia ellos.

Aunque ellos y ellas se muestren ariscos, tenemos que hacerles sentir que les queremos y que pueden contar con nuestro apoyo.

## No juzgarles.

A veces no nos gusta su forma de vestir, o que escuchen un tipo de música. Estas acciones no determinan su futuro, tenemos que entender que es un proceso de exploración y respetar las decisiones. Otra cosa muy diferente sería que decidieran dejar sus estudios.

La habilidad de hablar abiertamente sobre los problemas es uno de los aspectos más importantes de las relaciones entre padres e hijos. Desarrollar esta relación requiere tiempo, esfuerzo y comprensión, pero los resultados pueden generar tener una relación basada en la confianza en que los hijos e hijas adolescentes puedan discutir sobre las inquietudes que les surjan durante esta etapa.