

¿Cómo protejo a mis hijos?: la autonomía como clave para el desarrollo socioemocional

Ser padre o madre es una tarea compleja que nos compromete a cuidar y guiar a nuestros hijos(as) durante su desarrollo. Uno de los principales desafíos de esta labor, consiste en considerar dos necesidades, generalmente opuestas: por un lado, existe la necesidad natural de proteger a nuestros hijo(as), y por el otro, la necesidad de permitirle crecer y de promover condiciones favorables para el desarrollo de su propia individualidad.

En la vida de nuestros hijos, constantemente surgen diversas situaciones que ponen en riesgo el proceso de crecer con autonomía; siendo también una amenaza para el desarrollo social y emocional las propias acciones que tomamos para protegerlos (“sobre”protegerlos). Y cada vez que hacemos por ellos o en lugar de ellos, estamos mermando su capacidad de resolver por sí mismos, reforzando su pasividad, dependencia, sumisión y muchas veces incluso una sensación de escasa autoeficacia.

Si a través de la autonomía favorezco su desarrollo socioemocional, ¿qué tan autónomo es mi hijo(a)?, ¿cómo puedo potenciar el desarrollo de la autonomía en mi hijo(a)?, ¿y... para qué?.

¿Cuáles son las ventajas de potenciar la autonomía?

En lo cognitivo, estimular el desarrollo de la autonomía es un proceso gradual que implica un balance entre la libertad y la responsabilidad, que permite potenciar una serie de cualidades y competencias como: responsabilidad personal, curiosidad intelectual, creatividad, desarrollo del pensamiento autónomo y crítico, ser capaz de hacerse preguntas originales, interesantes, divergentes, ser capaces de aprender del error, tomar decisiones y hacerse cargo de ellas para enriquecer su experiencia, así como también la expresión de los propios talentos y habilidades para aprender a vivir en un mundo caracterizado por el cambio.

En lo socioemocional, el proceso de crecer en autonomía implica adquirir las habilidades de resolver situaciones prácticas relativas a relaciones interpersonales: expresar intereses y gustos, superar frustraciones, resistir presiones de terceros, defenderse o buscar ayuda frente a abusos de cualquier tipo.

¿Cómo potencio el desarrollo de la autonomía de mi hijo?:

Ser un “*padre o madre mediador(a)*” en el desarrollo de la autonomía significa: Darle a sus hijos(a) las herramientas necesarias para resolver las diferentes situaciones de la vida diaria por sí mismos, y acompañarlos sin hacer las cosas por ellos ni controlar excesivamente sus acciones, permitirles equivocarse para aprender de los errores, pero con una mirada optimista, sin evitarles experimentar frustraciones que, con el tiempo, los ayudan a crecer.



Tips para potenciar la Autonomía

⊗ Acciones que inhiben la Autonomía

- Limpiar a tu hijo(a) cuando va al baño o vestirlo completamente. Darle la comida en la boca o preparar mamadera.
- Recortar o pintar por tu hijo(a), preparar por él la disertación o pasarle en limpio los cuadernos cuando falta o se atrasa. Borrar por él cuando se equivoca.
- En juegos, tareas o actividades diversas, decirle qué debe hacer y cómo, sin tomar en cuenta las ideas o sugerencias de tu hijo(a).
- Ofrecerle a tu hijo(a) un premio o dinero para que haga lo que deseas o le indicas.
- No dejar que llore, ofrecerle cosas para que no lo haga.
- No dejar que se aburra, someterlo a estímulos permanentemente y entretenerlo.
- No dejar que se enoje o se taime.
- No dejar que se equivoque, anticipar el error y hacerlo por él(ella).

☺ Acciones que potencian la Autonomía

- Ayude a su hijo(a) a encontrar una actividad que le permita expresarse, desarrollar interés en un cierto tema y ocuparse en una actividad atractiva.
- Apoye la confianza en sí mismo elogiándolo por los resultados obtenidos y concentrándose en sus puntos fuertes.
- Confíe en la capacidad de su hijo(a). Aliente a su hijo(a) a realizar las cosas por sí solo(a).
- Pese a la edad, deje que ayude en tareas del hogar y confíe pequeñas responsabilidades, incluso de aseo y orden de su habitación, mochila, juguetes y ropa.
- Cuando esté realizando una tarea con su hijo(a), trate de potenciar la creatividad preguntándole cómo se imagina la solución o cómo le gustaría que quedase la tarea, cómo le podría quedar mejor, etc.
- Cuando su hijo(a) no tenga clara la manera en cómo hacer una tarea, intente en conjunto aclarar las instrucciones o en último caso muestre cómo hacerlo y que lo intente. No lo haga por él.
- No borre, ni omita cuando su hijo(a) presente algún error en sus tareas o trabajos. Permita que su hijo(a) lo experimente como una experiencia de aprendizaje y anímelo a revisar el resultado de sus tareas: *"En esta tarea hay un error, revisa de nuevo y búscalo"*. Elógielo por los errores que haya encontrado él(ella) solo(a).
- Potencie la capacidad para responsabilizarse por sus decisiones. Aliente a su hijo(a) a hacer sus propias elecciones, partiendo por situaciones básicas como por ejemplo, la ropa que quiere vestir.
- No ofrezca premios a cambio de un buen resultado, ya que de esa forma sólo se consigue orientar la conducta a la obtención de dicho incentivo, pero no a la formación de hábitos, esfuerzo o a la autonomía.

