



## “Yo puedo solo”

### Fomentando la independencia desde edades tempranas

En estos tiempos, donde todo lo que conocíamos en materia de educación cambió, los padres han pasado a tomar un rol primordial en la educación de sus hijos. Se han convertido en el soporte y en supervisores del aprendizaje de los niños.

A lo largo de este primer año desde la virtualidad, me he permitido observar que el primer reto al que se enfrentan los padres comienza por descubrir hasta donde deben involucrarse con las actividades que realizan los niños, frases o pensamientos como: “¿Y si lo ayudo a pintar?”, “¿Y si le enseño cuál es el grande y cuál es el pequeño?”, muchas veces llevan a los adultos a querer ayudar a sus hijos cuando esto puede no ser necesario, ya que el niño puede hacerlo solo.

Los niños empiezan a establecer su independencia a temprana edad. La independencia viene acompañada con la habilidad de los niños de comprender el concepto de responsabilidad. Este es el tiempo apropiado para que los padres empiecen a enseñar responsabilidad a sus hijos. Pero, cómo lograrlo, he aquí algunos consejos que podrían ayudar:

**Permitir que los niños hagan las cosas por sí mismos.** Aún los niños pequeños muestran interés en hacer cosas por sí solos. Los padres pueden fomentar independencia permitiendo que sus hijos hagan las cosas por sí solos en cuanto muestren el interés. Los padres deben enfocarse en el esfuerzo y no en criticar los resultados.

**Permitir que ayuden con tareas difíciles.** Los padres deben ayudar a sus hijos a intentar hacer cosas nuevas y a enfrentarse a nuevos obstáculos, esto elevará en sentido de confianza en los niños. Los padres deben tener cuidado y escoger tareas que los niños pueden cumplir.

**Ayudar a los niños a tomar decisiones.** Los padres deben ayudar a sus niños a tomar decisiones desde pequeños. Primero, escojan algo fácil, como darles dos opciones de escoger la ropa que se van a poner. Conforme los niños crecen, los padres pueden ayudarles a tomar decisiones más complejas. Los niños aprenden a tomar buenas decisiones cuando se les dan buenas opciones.

**Ser Modelos.** Los niños aprenden observando a sus padres. Una de las mejores formas en que los padres pueden enseñar a los niños a comportarse de manera responsable e independiente es poniendo el buen ejemplo.

**Enseñar a los niños tomar riesgos.** Tomando riesgos requiere enfrentarse a la posibilidad de equivocarse. Muchos padres tratan de proteger a sus niños de la decepción y el fracaso. Los niños necesitan riesgos para madurar. También tienen que aprender de sus errores para poder aprender a tolerar la frustración.

**Estar disponible para dar apoyo cuando sea necesario.** Aún los niños más independientes necesitan el apoyo de los padres. Los padres deben hacer el esfuerzo para estar disponibles y proveer ayuda a sus hijos cuando sea necesario. Los niños que saben que cuentan con el apoyo de sus padres, están más confiados para explorar su mundo.

**Proporcionar rutinas.** Los niños necesitan estructura en sus vidas para sentirse seguros. Las rutinas proporcionan estructura. Los niños necesitan saber qué esperar de sus padres y qué esperan los padres de ellos. Los niños que saben lo que se espera de ellos sienten más control sobre sus vidas y por consiguiente se pueden comportar de manera responsable e independiente.

**Dar responsabilidades a los niños.** La mayoría de los niños quieren ayudar a sus padres y quieren sentir que los padres los necesitan. Una de las mejores formas para que los niños aprendan a comportarse responsablemente es dándoles responsabilidades. Los padres pueden dar a sus hijos responsabilidades en forma de tareas. Los padres deben asegurarse de que las tareas estén de acuerdo con la capacidad de los niños.

Cuando permitimos que los niños hagan las cosas por sí mismos estamos logrando lo siguiente:

- **Mejorar la autoestima.**

Cuando se entrena a un niño para que haga las cosas por sí mismo, aumenta su sentimiento de capacidad. Es más probable que un niño que sabe que puede hacer las cosas solo, se muestre más seguro, tenga una mayor autoestima y manifieste una confianza superior en sus aptitudes.

- **Fomenta la responsabilidad.**

En la medida en la que se va ganando en independencia, también se pueden ir asumiendo nuevos compromisos. En este sentido, los niños que son autónomos tienden a aceptar con agrado las responsabilidades. Y esto es porque se perciben a sí mismos como aptos para asumirlas con éxito.

- **Estimula el pensamiento.**

Fomentar la competencia escolar permite que los niños y empiecen a tomar decisiones, planifiquen el trabajo en el tiempo, dividan tareas complicadas en pequeños pasos más sencillos, puedan prever, etc.

Michelle Mulanovich Zegarra  
Departamento Psicopedagógico