

Independencia

76.- ¿Tiene inconvenientes con el desarrollo de su independencia?

Para que nuestros niños sean independientes y desarrollen cierta autonomía en sus vidas, debemos educarles y su grado de autonomía e independencia dependerá mucho de la educación que les demos.

Lo que ocurre, generalmente, es que muchos padres suelen anticiparse a las acciones de los niños, y no les dejan actuar o a hacer algunas otras cosas que los niños podrían hacer solitos. Esos padres actúan así porque creen que sus niños aún no tienen capacidad de realizar cosas solitos, por evitar que se hagan daño, por comodidad para conseguir resultados más rápidos, o porque no confían en la capacidad de reacción de sus hijos.

Los niños aprenden a ser autónomos a través de las pequeñas actividades diarias que desarrollarán en casa, en la guardería o en el colegio. Los niños desean crecer y quieren demostrar que son mayores en todo momento. Es misión de los padres y de los educadores, la aplicación de tareas que ayuden a los niños a demostrar sus habilidades y el valor de su esfuerzo. Colocar, recoger, guardar, quitar, abrochar y desabrochar las prendas de ropa y los zapatos, ir al baño, comer solo o poner la mesa son acciones que ayudarán a los niños a situarse en el espacio en que viven, y a sentirse partícipes dentro de su propia familia y con sus amigos.

La educación de los niños hacia la independencia

Todos los niños pueden y deben ser educados para ser independientes, pero todos los niños no son iguales. Cada niño desarrolla capacidades de una forma distinta. Se puede pedir todo a todos, pero no se puede esperar que los resultados sean los mismos. Se debe, primero, conocer cuáles son las capacidades

reales de cada niño, para poder ayudarlo en su justa medida, y no solucionarle la tarea cuando él sea capaz de realizarla solo.

Se debe dar la oportunidad de experimentar, de equivocarse, de fallar o de acertar, y todo eso lleva un tiempo, según la edad y la capacidad de aprendizaje de cada niño. Cuando tu hijo, delante de una tarea, diga: yo solo que ya soy mayor, escúchale y respeta su decisión. Es más importante lo que dicen y cómo actúan los padres en ese proceso, que la disposición que tenga el niño. No olvidéis que una mayor autonomía favorece una buena autoestima, y que este camino conduce a una evolución sana en cuanto a las decisiones y las vivencias del niño en su día a día.

Fuente:

<https://www.guiainfantil.com/educacion/autonomia/index.htm>

77. -¿Se pone irritable o ansioso frente a extraños o al separarse de su familia?

Cuando los niños tienen 3 años de edad, ya comprenden más claramente el efecto que su ansiedad o las súplicas de separación tienen sobre nosotros. Esto no significa que no estén estresados, pero sin duda quieren que les preste atención.

Sea coherente; no regrese a la habitación porque el niño se lo está pidiendo y ante todo no cancele sus planes debido a la ansiedad de separación.

78. -¿Se le debe dar de comer?

Cuando los niños son muy pequeños necesitan la ayuda de los padres para poder comer bien. A partir de los cinco años, esta rutina no debería ser un problema ni para hijos ni para padres; sin embargo, muchos de ellos se encuentran con dificultades para que sus hijos coman de forma autónoma.

El dilema con el que se suelen encontrar es que si ellos no les dan de comer, los niños directamente no comen nada. Pero la verdad

es que la única cosa que puede pasar es que, cuando tengan hambre, acaben comiendo ellos solos.

Hay posibilidades de que el niño pida que sus padres le den de comer porque prefiere eso a comer solo. De esta manera, se le está dedicando atención y para él es gratificante.

Es aconsejable llevar a cabo un pacto con él y conseguir que ese tiempo de atención dedicado en la hora de la comida, se le dedique en otro momento, por ejemplo, en actividades de ocio. Es importante que no se le regañe, sino que se le explique lo que es mejor para él. De este modo, el niño aprenderá y crecerá, se evitarán discusiones y pasar ese tiempo juntos será gratificante para ambas partes.

Bajo este concepto, se pueden solucionar todos los conflictos con los niños. Es fundamental tener como referencia el no discutir con ellos, descubrir si hay alguna necesidad que cubrir y explicarles de la mejor forma posible lo que es mejor para ellos.

Fuente: <https://www.medicinatv.com/videoteca/mi-hijo-ya-es-mayor-y-no-come-solo-que-puedo-hacer/>

79. -¿Se viste y desviste y elige su ropa?

Desde hace un tiempo tu hijo se eterniza intentando abrocharse los botones de la camisa o se enfada si no le dejas decidir qué zapato va en cada pie. Intenta no estresarte ni estresarle a él: está ensayando para saber vestirse bien sin tu ayuda, un logro importante para él porque le da más autonomía y le hace sentirse un niño “mayor”, lo que aumenta su autoestima.

Algunos niños aprenden a vestirse sin ayuda hacia los 2 años, mientras que otros no lo consiguen hasta los 4. Ambos casos entran dentro de lo normal y no hay de qué preocuparse: cada pequeño evoluciona a su ritmo. Pero sí hay algo que suele ser común en todos: les resulta más fácil aprender a desnudarse que

a vestirse y les cuesta menos ponerse las prendas inferiores que las superiores.

Elige ropa que le facilite el aprendizaje

Para conseguir este avance, tu hijo necesita de tu ayuda. Y el primer paso para dársela es comprarle ropa fácil de poner. En caso contrario se desanimará cuando no logre lo que intenta, perderá confianza en su habilidad y te pedirá que sigas vistiéndole tú.

En este sentido, opta por zapatos sin cordones; por medias que no tengan talón (para que no se los ponga al revés); por pantalones o faldas que se sujeten con cintura elástica en lugar de abrocharse con botones; por sweaters que tengan un cuello amplio para que pueda metérselos por la cabeza sin agobiarse y por camisetas que lleven un dibujo en la parte delantera, para que sepa hacia dónde va la prenda.

Buenas ideas para que sea más fácil es aplicar estos trucos y anima a tu hijo a ensayar con sus muñecos, verás qué pronto aprende:

- Para que sepa ponerse los pantalones y las faldas, juega a encontrar la etiqueta y dígame que ésta tiene que quedar siempre detrás. Explícale que los bolsillos grandes suelen ir en la zona de atrás.
- Dibuja en el interior del zapato izquierdo una cara de perfil que mire a la derecha y en el zapato derecho haz lo contrario. Explícale al niño que si los zapatos están bien colocados las caritas podrán darse un beso.
- A la hora de abrocharse los botones, dígame que es mejor que empiece por abajo, para que no se equivoque. Puedes animarle a ensayar con algún abrigo o chaqueta tuya que tenga botones grandes.
- Si un pantalón tiene cierre, ata en la hebilla un pequeño cordón formando un anillo: le resultará más fácil meter por él el dedo y tirar para subirla.

Hay un truco muy divertido para enseñar al niño a ponerse el abrigo sin tu ayuda:

- Dígale que lo coloque en el suelo abierto hacia arriba y con las mangas bien estiradas.
- Después, el niño debe ponerse detrás de él de modo que sus pies queden junto al cuello.
- Por último ha de arrodillarse, meter las manos por las mangas y ponerse de pie al tiempo que levanta los brazos para que el abrigo pase por encima de su cabeza.

Fuente: <https://www.crecerfeliz.es/ninos/desarrollo-y-aprendizaje/g93075/trucos-para-aprender-a-vestirse-solo/>

80. -¿Se lava los dientes solo?

Tal vez pensemos que con tres o cuatro años los ya pueden cepillarse sin ayuda los dientes, pero los profesionales recomiendan que hasta que los niños tengan seis años el cepillado deben hacerlo los adultos, y después de esa edad hay que seguir supervisando el lavado.

Cada niño tiene destrezas y necesidades diferentes que pueden servir de guía a los padres para ayudarlo o ayudarla a la hora de cepillarse los dientes.

Consejos para ayudar a que los niños pequeños practiquen el cepillado de los dientes y que sea una buena experiencia:

Cómo elegir un cepillo de dientes.

Use un cepillo de cerdas suaves diseñado para cepillar los dientes de un bebé o niño.

Como sujetar un cepillo de dientes.

Si el niño tiene problemas para sujetar un cepillo de dientes, intente hacer el mango más grueso colocándolo dentro de una pelota de tenis. El mango del cepillo de dientes también puede ser atado a la mano del niño con una cinta elástica gruesa, una banda para el pelo o con Velcro.

Cómo enseñarle al niño a cepillarse los dientes.

Dividir el proceso en pequeños pasos que el niño pueda entender y practicar. Si es necesario, solicita ayuda a un dentista.

Otra forma es colocar una mano sobre la mano del niño para guiar el cepillo de dientes cuando el niño se cepilla.

El uso de pasta de dientes con fluoruro.

Use pasta dental con fluoruro que le guste al niño que se sienta agradable en su boca. Un adulto siempre debe colocar el dentífrico sobre el cepillo dental.

- Para los niños entre 2 y 5 años: Use una pequeña cantidad de pasta dental del tamaño de un guisante
- Si un niño no puede escupir: Haga que el niño incline su boca hacia abajo para que la pasta de dientes puede caer en el lavabo del baño, en una taza o una toallita.
- Cómo colocar al niño. Hay muchas maneras en las que el niño pueden posicionarse para que se sienta cómodo y permitirle a un adulto que le cepille sus dientes.
- Cómo mantener al niño interesado en cepillarse. Haga uso de un temporizador, una canción corta o cuente números para animar a que su niño se cepille por 2 minutos.

Fuente: <https://www.healthychildren.org/Spanish/healthy-living/oral-health/Paginas/Toothbrushing-Tips-for-Young-Children.aspx>

81.-¿Le gusta leer?

La lectura tiene un sinfín de beneficios, sobre todo si es un hábito que se cultiva desde edades tempranas. Leer potencia la imaginación, ayuda al niño a aprender, a divertirse solo y favorece nuestra capacidad de concentración.

Consejos para inculcar y fomentar el gusto por la lectura

1. Libertad de elección

El niño tiene capacidad crítica y se le debe dejar que él mismo seleccione los libros que quiere leer. La imposición es un mal camino para fomentar la lectura. Es aconsejable que los padres propongan a sus hijos libros que alimenten su curiosidad, pero en ningún momento se les puede prohibir u obligar a leer un libro u otro.

2. No imponer la lectura

En este aspecto hay que ser asertivo y jugar con la recompensa para incentivar la lectura. Obligar al niño a leer un tiempo determinado cada día solo propiciará que el niño aborrezca la lectura y no la contemple como un pasatiempo o hobby.

3. Entender la lectura como un juego

Una gran dificultad a la hora de fomentar la lectura ha sido que los libros siempre han estado relacionados con el mundo académico. Enseñar la cara amable y lúdica de los libros y dejar que el niño acceda al mundo de la lectura por su propio pie es la mejor manera de favorecer su inquietud por la misma. Leer debe ser un acto placentero.

4. Leer en espacios creativos

Resulta aconsejable dejar de lado el escritorio de habitación y buscar lugares que alimenten la imaginación. Las bibliotecas son un espacio idóneo para leer, estudiar, pero no nos podemos olvidar de que los parques y otros espacios abiertos también son perfectos para disfrutar de un libro, siempre mejor en compañía de los padres.

5. Establecer una rutina diaria

Buscar un espacio y un tiempo diario para que el niño lo dedique a la lectura, como por ejemplo, antes de ir a dormir o justo después de la merienda. Crear un hábito y hacer que el niño ligue ese tiempo al disfrute es la mejor manera de potenciar la lectura.

6. Abrir las puertas a la lectura digital

La lectura y el mundo digital están cada día más y más ligados, con la llegada de las tablets y los móviles llegaron los libros interactivos en los que el niño construye su propia historia. Hay que tratar de adecuarse a las nuevas tecnologías y considerar que el papel y la tinta electrónica son capaces de convivir perfectamente.

7. Fomentar el disfrute

La lectura puede ser vista como una manera de disfrutar y se tiene que desterrar la idea extendida de que la lectura es una forma de ocio solitaria. Hacer excursiones al campo para leer, ir al parque o aprovechar los domingos por la mañana para leer todos juntos en el sofá son pequeños gestos que tanto grandes como pequeños disfrutarán y que nos ayudarán a fomentar la lectura en casa.

8. Interesarse por su lectura

La mejor manera involucrarnos en las lecturas de nuestros hijos es interesarse proactivamente por los títulos, personajes y géneros favoritos de los mismos. Interesándonos por sus lecturas alentamos a nuestro hijo a continuar leyendo y a sentirse apreciado.

9. Predicar con el ejemplo

El ejemplo es la mejor manera de promover la lectura de los más pequeños. Los niños buscan ejemplos en los que fijarse y los primeros modelos a seguir se encuentran en casa, no sólo en los padres, sino también en los demás miembros de la familia.

Fuente: <https://www.serpadres.es/3-6-anos/educacion-desarrollo/articulo/10-consejos-para-fomentar-la-lectura-de-los-mas-pequenos-en-casa-311464602221>