

## LA AUTONOMÍA EN LA INFANCIA

### “Ayúdame a hacerlo por mí mism@”

La autonomía es una capacidad que se puede fomentar desde del nacimiento ya que consiste en actuar libremente. Es un sentimiento de competencia que requiere autodesafío, iniciativa propia y capacidad de elección. Les ayuda a sentirse fuertes y capaces, mejora la autoestima y la confianza.

Tiene que ver con lo que somos capaces de hacer y lo que queremos hacer. Requiere voluntad. Decirles que se vistan y lo haga solos, por ejemplo, tiene que ver con la capacidad, pero no tiene por qué ver con la autonomía, si solo obedecen órdenes no están tomando decisiones ni se está poniendo en juego su voluntad.

Es importante no confundir la autonomía con la independencia. Los seres humanos somos seres sociales y dependientes. Forma parte de nuestra naturaleza y de la vida en sociedad. En muchas ocasiones los adultos ofrecemos ayuda no solicitada y éstas situaciones restan autonomía. Nuestro papel es supervisar sin intervenir, acompañarles y proporcionarles espacio, tiempo y confianza, y solo ayudar si nos lo piden. Ahí reside la diferencia entre autonomía e independencia.

Los seres humanos aprendemos por experimentación. Si no permitimos que practiquen, se equivoquen y aprendan, su desarrollo se verá afectado. Si no se considera capaz, nunca lo va a intentar. Si no lo intenta, nunca va a aprender.

Contenidos:

- Concepto de autonomía
- Independencia-autonomía-dependencia
- Cómo podemos fomentarla desde el nacimiento hasta los 3 años
- Hitos del desarrollo y movimiento libre

Facilitadoras:

**Elena Sánchez**

Trabajadora Social con experiencia en Participación y Gestión de grupos.

**Violeta de Moreta**

Educadora Social y orientadora familiar con experiencia en Educación Activa.