

E. Infantil



3 años



Mami, papi; ya tengo tres años

Concepto de Autonomía



¿Qué entendemos por Autonomía?

Una definición podría ser: "*adquisición de todos aquellos comportamientos que le permiten resolver por sí mismo sus necesidades*", p. e.: beber sin ayuda, abrir y cerrar puertas y cajones, etc.

Evidentemente, la adquisición de la autonomía no sólo es importante por este motivo, sino que también repercute en dos componentes fundamentales, ambos relacionados con su posterior rendimiento académico: el componente cognitivo y la autoestima.

El componente **cognitivo** hace referencia a que cuanto más autónomo sea nuestro hijo/a, mejor desarrollo de su capacidad intelectual obtendremos, ya que le permitirá obtener por sí mismo información, resolver situaciones, etc.

El otro componente, la **autoestima**, se obtiene conforme nuestro hijo/a va haciéndose una idea de sí mismo como persona capaz de lograr una serie de metas, obtener la felicitación de las personas importantes para él/ella. Esto a su vez hará que sea capaz de plantearse objetivos cada vez más difíciles.

¿Cómo Conseguirlo?

Pero ¿cómo conseguir nosotros que la autonomía de nuestros hijos/as vaya en aumento? Aquí introducimos el concepto de **incremento de autonomía**, el cual se rige por un principio básico:

no hagas tú lo que pueda hacer tu hijo/a

Por ejm.: si sabe andar, no lo lleves a la escuela en brazos; si sabe coger la cuchara, no le des la comida; etc.

Teniendo en cuenta esto, expondremos ejemplos de cosas que ya pueden hacer, o estarán a punto de poder hacerlo. Lo enfocaremos desde cuatro aspectos:

- Higiene
- Comida
- Vestido
- Detección de peligros

Higiene

- El adulto le da una toalla y el niño/a se seca las manos y la cara
- Avisa que quiere ir al baño, aun cuando sea demasiado tarde.
- Aprende a no babear.
- Se cepilla los dientes, imitando al adulto.
- Usa el baño para sus necesidades.
- Se lava las manos y la cara con jabón, cuando el adulto regula el agua.
- Cuando lo duchamos, se lava los brazos y las piernas.

Comida

- Come solo con cuchara y vaso, derramando un poco.
- Sorbe líquido de un vaso, usando una pajita.
- Utiliza con corrección el tenedor para coger comida.
- Obtiene agua de una jarra pequeña.
- Usa una servilleta cuando se le recuerda.

Vestido

- ✚ Se pone los zapatos, sin atárselos.
- ✚ Se quita la ropa sencilla que ya está desabrochada.
- ✚ Pone su abrigo en una percha colocada a la altura del niño/a.
- ✚ Se desabrocha la ropa sencilla.
- ✚ Se pone el abrigo y la camisa, sin abrochar.

DetECCIÓN DE PELIGROS

- ❖ Mastica y traga únicamente sustancias comestibles.
- ❖ Evita peligros, tales como: esquinas de muebles, escaleras sin barandilla.
- ❖ Cuando llega a una esquina para y espera al adulto.

WARRAS

Pedo, pod
qué tengo que
id al cole?



Teniendo en cuenta que muchos de nuestros hijos/as se separan por primera vez de los padres, quedando en manos de un desconocido/a, se producirán los típicos lloros. Estos llantos no representan otra cosa más que la **ansiedad** producida por la separación, pero, una vez comiencen a ver que el ambiente en el que se encuentran les produce seguridad los llantos tenderán a desaparecer.

En el supuesto de que estos llantos persistan pasada la primera semana, no es conveniente concederle mucha importancia. La actuación de los padres debe demostrar **tranquilidad, serenidad y firmeza**.

El niño/a debe saber con varios días de antelación que se va a quedar en el colegio, hablándole de él positivamente, y a la hora de dejarlo la despedida debe ser reflejo de la idea que le hemos transmitido, es decir, los padres deben estar relajados y cariñosos, con una despedida sin prisas, pero no alargándola, asegurándole al niño/a que después volverán a por él, yéndose con tranquilidad, pero con firmeza, sin dar muestras de dudas.

Aun así, lo normal es que los niños lloren durante los primeros 5 o 10 minutos durante la primera semana. Si los padres son coherentes con este comportamiento, esta situación desaparecerá rápidamente.

Un consejo: no engañen nunca al niño/a sobre el lugar donde van y el tiempo que va a permanecer en el colegio.

Control de Esfínteres



Uno de **los requisitos imprescindibles** antes de ingresar en el colegio es que el niño/a permanezca seco, al menos durante el tiempo de estancia en el mismo. Pero suponiendo que esto no ocurra, no le conceda mayor importancia de la que tiene, ya que puede ser únicamente un problema de inmadurez.

Al igual que en el punto anterior, el proceso de aprendizaje del control de esfínteres debe ser llevado a cabo con calma, sin prisas, sin castigos ni enfados. Se trata, en esencia, de conseguir que el niño/a se acostumbre a orinar y defecar en la taza, y esto **es un proceso que lleva su tiempo**.

Se debe tener en cuenta que la no retención puede ser debida a varias **causas**: causas fisiológicas, problemas de ansiedad, inmadurez de esfínteres o por la imposibilidad de detectar los mensajes que manda la vejiga cuando está llena. Por tanto, debemos averiguar en principio la causa, para después iniciar la actuación que corresponda.

Causas fisiológicas: se deberá acudir al pediatra con el fin de descartar cualquier problema de índole físico que pueda estar influyendo.

Problemas de ansiedad: hay que averiguar qué acontecimientos son los causantes de esta ansiedad, a partir de ahí, enseñarles habilidades de afrontamiento.

Inmadurez de esfínteres: se deberán realizar ejercicios encaminados a conseguir esta madurez, lo que le permitirá retener durante más tiempo.

Imposibilidad de detectar los mensajes que emite la vejiga: la no retención viene determinada porque nuestro hijo/a no es capaz de despertarse, debido al sueño tan profundo que tiene, por tanto, deberemos poner en práctica un programa de entrenamiento conductual encaminado a saber despertarse y acudir al WC.

En cualquier caso, no dudéis en **acudir a la orientadora/dor** del centro escolar de vuestro hijo/a si se presenta algún problema de los mencionados con anterioridad.

Lenguaje



La mayor parte de los niños de esta edad muestran un dominio del lenguaje elevado, lo cual les permite saciar su curiosidad mediante la formulación de continuas preguntas.

Otros niños, sin embargo, tienen ciertas dificultades en la pronunciación de determinados sonidos.

Los hay que suelen hablar comiéndose sílabas de las palabras (habla infantil).

Lejos de preocupar esta situación, lo que hay que hacer es enseñarles la pronunciación correcta (**no obligándoles a repetir la palabra correcta, sino pronunciándola nosotros correctamente, dentro de la misma situación**) y hablar mucho con ellos, de forma que escuchen la forma adecuada de pronunciarla.

Una forma de ayudar al niño a que hable es pedirle, después de ver un programa de televisión, que nos cuente lo que ocurre. Lo mismo podría valer cualquier situación de la vida diaria, ya sea en casa, en la calle, etc.

MUNDO SOCIAL



Son capaces de construir recuerdos personales y desarrollar memoria autobiográfica.

Muestran consciencia de sí mismos (...soy un chico mayor...).

Pueden atribuir tendencias psicológicas generales (...siempre quiere ser el líder...).

Empiezan a comprender estados emocionales más complejos (culpa, vergüenza o timidez) y la relación causal entre los acontecimientos y las emociones que provocan.

La valoración de los padres constituye el eje fundamental sobre el que descansa la autoestima de los hijos. De ahora en adelante la valoración de los compañeros puede constituir la primera fuente de valoración negativa.

Aparece el juego de ficción.

Empiezan a entender los deseos y que los demás pueden tener deseos diferentes de los propios.

Pueden relacionar la satisfacción/insatisfacción de los deseos con emociones simples de alegría y tristeza.

Incluso entienden el acceso que las personas tienen a la información como fuente de contenido de los estados mentales.

En relación a las mentiras, la gravedad está relacionada con la credibilidad (más creíble = menos grave).

Cambios de humor



- Una característica que presentan los niños de esta edad es que sus sentimientos, a la vez que intensos, son cambiantes.
- Un acontecimiento sin importancia, para ellos puede significar la mayor de las catástrofes y, al contrario.
- Esto hace que los padres, cuando deben negar algo y los hijos reaccionan de esta forma, piensen que realmente les están haciendo sufrir mucho, quedándose perplejos cuando, al cabo de unos instantes, su hijo/a se comporta con total normalidad, como si nada hubiera ocurrido.

Entradas y salidas del colegio

Es conveniente dejar a nuestros hijos/as a la entrada del colegio y no acompañarlos hasta la clase. Los motivos son los siguientes:

- ▶ Nuestro hijo/a va adquiriendo autonomía en su desplazamiento por el colegio.
- ▶ Las despedidas rápidas son más adecuadas porque les transmitimos una sensación de seguridad.
- ▶ Se acostumbran a llevar sus pertenencias.
- ▶ *No se diferencian* del resto de sus compañeros/as.
- ▶ Y, sobre todo, les enseñamos una cuestión muy importante:

RESPECTAR LAS NORMAS ESTABLECIDAS POR EL COLEGIO