



AUTONOMIA ETA GARAPENA



Zeintzuk dira autonomia ohiturak?

- Norberaren zaintza: garbiketa eta elikadura.
- Lo egiteko ohiturak.
- Psikomotrizitate garapena.
- Komunikazioa eta trebetasun sozialak: pertsonen arteko harremanak eta aldarteak kontrolatzea.
- Norberaren osasuna eta segurtasuna: ordutegiak eta eginkizunak betetzea.
- Familiako bizitza: etxeko lanak eta bizikidetza.



Zein ondorio dakar autonomia ohitura egokiak hartzeak?

- Seme-alabei heldu burujabe izaten lagunduko die.
- Hainbat egoeretara egokitzen lagunduko du.
- Autoestimua handiagoa edukitzen lagunduko du, segurtasun handiagoa izaten.
- Oro har, gizartera egokituago egoten.



Zergatik da garrantzizkoa?

- Gogora dezagun autonomia ohituretan gure seme-alabak sartzen baditugu, ohitura horiek ikasteaz gain, garapenaren beste alor batzuk indartzen laguntzen diegula.



Adibideak

- 1 adibidea (elikadura solidoa).
 - Hortzoiak eta hortzak indartzen ditu.
 - Artikulazioen mugimenduak arintzen ditu.
 - Ondorioz, hitzak hobeto egiten dira, eta hortik hizkuntza garapena dator.
- 2 adibidea (jostailuak jasotzea).
 - Arau bat ikasten du.
 - Gauza bakoitzak bere lekua daukala ikasten du.
 - Besteen lana errazten ikasten du.
 - Gauzak zaintzen eta preziatzen ikasten du.
 - Araua orokortzen ikasten du.



Nola lagun dezakegu gurasoek haien autonomia hartzen?

- Seme-alaben gidari izan behar da, eginarekin irakatsi.
- Autonomia ohiturak bultzatu behar dira (*). Neska-mutikoek zailtasunak behar dituzte hazi eta autonomoak izateko.
- Haurtzaroaren abantailak bakarrik bultzatu nahi izateak erantzukizun gutxi eskatuko du, baina ez da eguneroko ikaskuntza bultzatzen.
- Gehiegi babesteko joerak alboratu egin behar dira ("haien ordeztu mintzatu", "haiei jostailuak jaso", "haiei zapatak kendu eta zapatilak jarri", eta abar.). Ez da morrontzan hasi behar.



Oinarrizko zutabeak autonomia ohituretan

- Koherentzia
- Autoestimua
- Frustrazio optimoa





Koherentzia

- Esaten denaren eta egiten denaren arteko kontraesanak araua zapuzten du, ez da betetzen edo gezurrera egiten du.
- Segurtasunak eta kontraesanik ezak gure egintzak sinesgarri egiten laguntzen du.
- Ez da seme-alabak eskura ekartzea, beren burua neurtzen irakastea baizik (ohiturak justifikatu).
- **Koherentziarik ezaren emaitza:** Autoestimuari kalte egiten dio:
 - Balioetsia eta maitatua sentitzen den haurrak baliotsu eta maitatua izateko duin sentitzen ikasten du.



Autoestimua

- Geure seme-alabei egintzetan autonomia pixka bat uzten ez badiegu (jantzi, mahaian jan, pixoihala zaborretara bota) haiek hori egiteko gai ez direla uste dugula iruditzen zaie:
 - Beren gaitasunetan sakontzeko gauzak egiteko eskatzea da.
 - Neska-mutikoek gauza berriak egiten saiatu eta huts egiten dutenean, denbora bat eman behar zaie haiek zuzentzeko edo laguntzarik gabe konpontzeko.
 - Gurasoek ez dute laguntza eskaini behar seme-alabek eskatu aurretik (ez du balio "etxean nagoenez ez zait ezer kostatzen" esateak).
 - Gurasoek ardura hartu behar dute seme-alabei gauza berri konplexuagoak erakusteko, horiek ikasteko gai direla ikusaraziz.

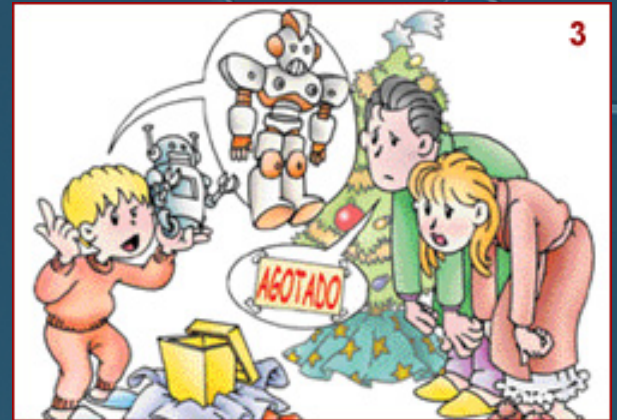


Frustrazio optimoaren praktika

- Gizabanakoari aurrerako bide eginarazten dioten frustrazioak.
- Erronka maila bat eguneroko jardunean.
- Gurasoek seme-alaben ezaugarri eta nortasuna kritikoki eta modu eraikitzailean balioetsi behar dute.
- 1 adibidea:
 - 3 urterekin zapatak bere kasa janzen ez baditu, hori erronka da, frustrazio txiki bat, saiatu bai eta lortzen ez duenean.
 - Laguntza ez da hari zapatak janztear.
 - Hari nola egin erakutsi behar zaio berarekin batera errealitatea eraikiz.

Frustrazio Optimoaren praktika ("ez")

- Adibidea ("ez" esatean hori errespetatzen irakastea):
 - Sandaliak jantzi nahi baditu "ezetz" esango diogu.
 - Guk badakigu euria egitera doala, eta beraz, "ezezkoan" gaude, behin eta berriro.
- "Ez" esateak hau esan nahi du:
 - Ohitu dadila nahi dena beti ezin dela lortu ikastera, zenbait arrazoi (arau) baitaude mugatzen dutenak.
 - Beste arlo batzuetara zabaltzea arauetikiko errespetua.





Ondorioak

- Geure seme-alabei egintzetan autonomia pixka bat uzten ez badiegu (jantzi, mahaian jan, pixoihala zaborretara bota) haiek hori egiteko gai ez direla uste dugula iruditzen zaie:
 - Beren gaitasunetan sakontzeko gauzak egiteko eskatzea da.
 - Neska-mutikoez gauza berriak egiten saiatu eta huts egiten dutenean, denbora bat eman behar zaie haiek zuzentzeko edo laguntzarik gabe konpontzeko.
 - Gurasoez ez dute laguntza eskaini behar seme-alabek eskatu aurretik (ez du balio "etxean nagoenez ez zait ezer kostatzen" esateak).
 - Gurasoez ardura hartu behar dute seme-alabei gauza berri konplexuagoak erakusteko, horiek ikasteko gai direla ikusaraziz.
 - Umea hazteko lanak guraso biek banatzeak lagundu egiten dio umearen garapenari.