



# FOMENTAR LA AUTONOMÍA DE SU HIJO/A



# CONSEJOS Y RECOMENDACIONES





## FOMENTA LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS



En lugar de darle una solución inmediata, guíalo para que encuentre la respuesta por sí mismo.

**Situación:** Tu hijo no encuentra su juguete favorito.

**Frase para usar:** «¿Dónde crees que podría estar? ¿Recuerdas la última vez que lo usaste? ¿Quieres que busquemos juntos en tu habitación?»

**Por qué:** Esto estimula su capacidad de pensar y de afrontar pequeños retos.



## DA OPCIONES ACORDES A SU EDAD



Ofrece a tu hijo la oportunidad de decidir en situaciones sencillas.  
Esto le da un sentido de control mientras aprende a tomar decisiones.

**Situación:** Tu hijo se viste por la mañana.

**Frase a usar:** «¿Prefieres ponerte tus pantalones azules o tus vaqueros negros hoy?»

**Por qué:** Esto reduce los conflictos y fomenta la toma de decisiones.



## VALORA EL ESFUERZO EN LUGAR DEL RESULTADO



Anima a tu hijo a perseverar, aunque el resultado no sea perfecto. Esto desarrolla su confianza y su resiliencia.

**Situación:** Tu hijo intenta ponerse los zapatos solo, pero se los pone en los pies equivocados.

**Frase para usar:** «¡Qué bien que lo hayas intentado tú solo! ¿Quieres que miremos juntos cómo ponerlos bien?»

**Por qué:** Al valorar el esfuerzo, lo animas a seguir intentándolo.



## UTILIZA ESTÍMULOS POSITIVOS Y PROGRESIVOS



Destaca sus avances y motívalo a seguir aprendiendo nuevas habilidades.

**Situación:** Tu hijo está aprendiendo a atarse los cordones.

**Frase para usar:** «¡Ya te ha salido muy bien el primer lazo! Genial. Con un poco de práctica, podrás terminarlo.»

**Por qué:** Los refuerzos progresivos le ayudan a mantenerse motivado y confiado. Además, entiende que es normal no lograrlo a la primera.

**Bonus:** Adopta una frase inspiradora:

«¡Aún no sabes hacerlo, pero vas a aprender!»

Esta frase positiva fomenta una mentalidad de crecimiento y muestra al niño que tiene derecho a avanzar a su propio ritmo.



## INVOLÚCRALO EN TAREAS DIARIAS



Asígnale responsabilidades adecuadas a su edad. Esto refuerza su sentimiento de competencia.

**Situación:** Preparar la comida o recoger la casa.

**Frase para usar:** «Necesito tu ayuda solo cinco minutos. ¿Puedes poner los cubiertos en la mesa? Te voy a enseñar dónde van.»

**Por qué:** Participar en las tareas familiares le da al niño un papel activo en el hogar —y también te ayuda a ti!



"El cerebro del niño" -  
Daniel J. Siegel y Tina  
Payne Bryson



"Disciplina sin lágrimas" -  
Daniel J. Siegel y Tina  
Payne Bryson



"Montessori en casa: El  
cambio empieza en tu  
familia" - Cristina Tébar



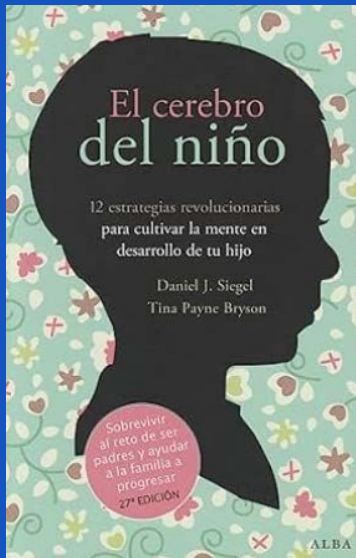
"Educar, una obra  
maestra" - Catherine  
L'Ecuyer



*"¿Qué educación  
necesitan nuestros hijos  
para afrontar el futuro?  
Responde Tony Wagner*







## "EL CEREBRO DEL NIÑO" - DANIEL J. SIEGEL Y TINA PAYNE BRYSON

Este libro explica cómo desarrollar la autonomía emocional y la capacidad de decisión en los niños, utilizando estrategias adaptadas a cada etapa del desarrollo cerebral.





## **"EDUCAR, UNA OBRA MAESTRA" – CATHERINE L'ECUYER**

Esta charla destaca cómo la curiosidad natural fomenta la autonomía y la capacidad de aprendizaje de los niños.





## "MONTESSORI EN CASA: EL CAMBIO EMPIEZA EN TU FAMILIA" - CRISTINA TÉBAR

Este libro introduce el método Montessori para aplicar la pedagogía de la autonomía en casa. Proporciona ideas para preparar el ambiente y fomentar la independencia de los niños.



## "¿QUÉ EDUCACIÓN NECESITAN NUESTROS HIJOS PARA AFRONTAR EL FUTURO? RESPONDE TONY WAGNER

La revolución que propone Wagner se centra en la necesidad de transformar el modelo educativo actual para preparar a los jóvenes frente a los desafíos del futuro. Según él, el conocimiento está ahora al alcance de todos, por lo que la función del docente debe cambiar: dejar de ser transmisores para convertirse en impulsores del talento y la creatividad de sus alumnos. Wagner destaca que la curiosidad y la creatividad forman parte de nuestra naturaleza, y plantea la pregunta clave: ¿qué hacemos mal para que los niños pierdan esas cualidades al crecer?



## DISCIPLINA SIN LÁGRIMAS

UNA GUÍA IMPRESCINDIBLE PARA  
ORIENTAR Y ALIMENTAR  
EL DESARROLLO MENTAL DE TU HIJO.



DANIEL J. SIEGEL  
TINA PAYNE BRYSON

POR LOS AUTORES DEL BEST SELLER EL CEREBRO DEL NIÑO.



## "DISCIPLINA SIN LÁGRIMAS" - DANIEL J. SIEGEL Y TINA PAYNE BRYSON

Una continuación práctica que guía a los padres para fomentar la autonomía a través de una crianza respetuosa y sin castigos, centrándose en enseñar habilidades de autorregulación.

