



Colegio Madrigal  
C/Tía Javiera, 2  
Urbanización Loranca Ciudad Jardín  
28942 Fuenlabrada (Madrid)  
Tf. 91 486.38.51 Fax. 91.486.46.15  
www.colegiomadrigal.com



## ESCUELA DE PADRES.

### “CÓMO GENERAR AUTONOMÍA Y RESPONSABILIDAD EN LA FAMILIA”

Opinión del Lector

## Cómo anular a una persona

ANA CRISTINA ARISTIZÁBAL URIBE  
anacauribe@gmail.com

El peor daño que se le hace a una persona es darle todo. Quien quiera anular a otro solo tiene que evitarle el esfuerzo, impedirle que trabaje, que proponga, que se enfrente a los problemas (o posibilidades) de cada día, que tenga que resolver dificultades.

Regáله todo: la comida, la diversión y todo lo que pida. Así le evita usar todas las potencialidades que tiene, sacar recursos que desconocía y desplegar su creatividad. Quien vive de lo regalado se anula como persona, se vuelve perezosa, anquilosada y como un estanque de agua que por inactividad pudre el contenido.

Aquellos sistemas que por “amor” o demagogia sistemáticamente le regalan todo a la gente, la vuelven la más pobre entre los pobres. Es una de las caras de la miseria humana: carecer de iniciativa, desaprovechar los talentos, potencialidades y capacidades con que están

dotados casi todos los seres humanos.

Quien ha recibido todo regalado se transforma en un indigente, porque asume la posición de la víctima que sólo se queja. Cree que los demás tienen obligación de ponerle todo en las manos, y considera una desgracia desarrollarse en un trabajo digno.

Es muy difícil que quien ha recibido todo regalado, algún día quiera convertirse en alguien útil para sí mismo. Le parece que todos a su alrededor son responsables de hacerle vivir bien, y cuando esa “ayuda” no llega, culpa a los demás de su “desgracia” (no por anularlo como persona, sino por no volverle a dar). Solo los sistemas más despóticos impiden que los seres humanos desarrollen toda su potencialidad para vivir. Creen estar haciendo bonito, pero en definitiva están empleando un arma para anular a las personas. (No quiere decir que la caridad de una ayuda temporal no sea necesaria en momentos especiales).

- “La meta de la educación es forjar a individuos capaces de autonomía intelectual y moral, que respeten, con reciprocidad, la autonomía del prójimo”. Piaget.
- “La libertad no es innata a nuestra condición humana, sino un logro de nuestra integración social. No partimos de la libertad, sino que llegamos a ella.” Savater.

#### LaAutonomía:

- Expresa la capacidad para darse normas a uno mismo sin influencia de presiones externas o internas.
- Capacidad de generar hacia sí mismo una cierta autodisciplina, partiendo desde la confianza y la sensación de libertad a la hora de emprender una meta o un deseo en tu vida.
- Desarrollo de la capacidad de pensar, elegir y decidir.
- Paso paulatino según edad y maduración. Necesidad de orientación adulta para adquirir seguridad en si mismo.



Colegio Madrigal  
C/Tía Javiera, 2  
Urbanización Loranca Ciudad Jardín  
28942 Fuenlabrada (Madrid)  
Tf. 91 486.38.51 Fax. 91.486.46.15  
www.colegiomadrigal.com



---

## La Responsabilidad:

- **Capacidad existente en todo sujeto activo de derecho para reconocer y aceptar las consecuencias de un hecho realizado libremente. (RAE)**
- **Dualidad en filosofía:**
  - **Libertad-Responsabilidad/Determinismo-irresponsabilidad**
- **Dependencia: cuando las personas se resisten a usar el poder de su entendimiento y viven sujetos a los valores, ideas y decisiones de los demás. Es el extremo contrario a la responsabilidad y autonomía.**

## En definitiva:

- **Cuando educamos a nuestros hijos en Autonomía conseguimos:**
  - **mayor seguridad en sí mismo,**
  - **tener fuerza de voluntad,**
  - **ser disciplinado**
  - **estar tranquilo.**
- ***Aspectos todos importantísimos para que un niño/a crezca feliz.***

## PAUTAS ESPECÍFICAS:

- **Primeros años de vida:**
  - **la responsabilidad asociada al juego.**
  - **Luego se incorporará a actividades menos placenteras.**
  - **Hasta llegar a la automatización.**
- **Requiere:**
  - **exigencias y expectativas claras, que puedan según su edad y capacidad alcanzar.**
  - **Tiempo y dedicación. Paciencia.**
  - **Equilibrio entre juego y trabajo.**

## ANTES DE ENCOMENDAR UNA TAREA:

- **Tener muy claras las responsabilidades de cada miembro de la familia, hijos y padres.**
  - **Qué, cómo y cuando hacerlo.**
  - **No cargar de responsabilidades a solo un miembro de la familia. Codependencia.**
  - **Generar rutinas. Se automatizan y mejora su realización.**
- **Los padres nos tenemos que poner de acuerdo en qué tareas se les van a exigir.**
  - **La Incoherencia justifica el no cumplir con lo encomendado.**

- **No podemos exigir a nuestros hijos lo que no nos exigimos a nosotros mismos. “Haz lo que digo, pero no lo que hago.”**
- **Entender que parte fundamental del aprendizaje son los errores. Tener paciencia y tolerancia.**

#### **CUANDO MANDAMOS UNA TAREA:**

- **Mostrar confianza, hacerle saber que está capacitado para realizarla bien y darle seguridad.**
- **Explicar con claridad y pocas palabras qué deseamos que haga y comprobar que lo entiende. Algunas veces no prestan atención. Comprobarlo...**
- **Evitar mensajes como: “lo voy a hacer yo porque haces todo mal”. Cuidado con el perfeccionismo y la impaciencia.**



#### **UNA VEZ FINALIZADA LA TAREA:**

- **Controla si ha cumplido la tarea y cómo lo ha cumplido.**
- **En caso de incumplimiento por olvido, asumirá las consecuencias.**
- **Valora lo que ha hecho, exprésaselo con muestras de afecto y reconoce su participación en el funcionamiento de la familia.**
- **Si no se ha finalizado o no está bien hecha, valora su actitud, destaca los aspectos positivos e indícale en qué puede mejorar.**



Colegio Madrigal  
C/Tía Javiera, 2  
Urbanización Loranca Ciudad Jardín  
28942 Fuenlabrada (Madrid)  
Tf. 91 486.38.51 Fax. 91.486.46.15  
www.colegiomadrigal.com



- 
- **Dale confianza, permítele que pueda rectificar y anímale a que lo intente de nuevo.**

#### **CAUSAS PARA QUE SE NIEGUE A REALIZAR UNA TAREA:**

- **Conflicto personal, celos, oposicionismo, propio de algunas edades. Resolver el conflicto afectivo.**
- **No haber vivido habitualmente las consecuencias negativas de una conducta irresponsable.**
- **Incumplimiento de amenazas o castigos. Antes de expresar una amenaza o castigo, conviene pensar si se puede llevar a cabo y si es adecuada o proporcionada.**
- **El niño se manifiesta incompetente diciendo: no sé o no puedo. Los padres considerarán si es real esa incapacidad y animarán a que realice la tarea, aportando la ayuda si ésta es necesaria.**
- **Buscar excusas para no hacer algo. Desmontar la excusa con razones con actitud serena. Mantener la exigencia.**

#### **APRENDER A TOMAR DECISIONES:**

- **Ser responsable no sólo es cumplir debidamente lo que se manda. Eso sería obediencia; es algo más, es saber elegir y decidir por uno mismo, con eficacia, en aquello que es propio del nivel de madurez o experiencia.**
- **La indecisión y la duda son formas de irresponsabilidad. Es dejar la carga para que otros resuelvan lo que uno no se atreve o no quiere hacer.**
- **Aprender a tomar decisiones le ayudará a resolver sus necesidades y las de los demás.**

#### **POTENCIAR LA TOMA DE DECISIONES:**

- **Animar a los hijos a que hagan propuestas, que se valorará en la familia. También enseñarles los medios para descubrir nuevas posibilidades.**
- **Habilidades de planificación.**
- **Enseñar a tolerar cambios imprevistos. Que supone una alteración de su plan.**
  - **Una vez elegido, deben soportar las consecuencias sin quejarse o echar la culpa a otros.**
  - **Deben valorar los aspectos positivos y negativos de cada alternativa.**
- **Enseñar a aceptar una sola posibilidad de manera positiva.**
  - **“hoy tenemos visita y no podrás ver los dibujos animados, pero lo pasarás muy bien jugando con tus primos”**
- **Enseñar a elegir entre pocas posibilidades:**

- **Vamos al parque, ¿qué cogemos, la bici o los patines?**
- **Ampliar el número de posibilidades de elección. A partir de los 8-10 años se les puede presentar diversas opciones.**
  - **Ejemplo: elegir las distintas actividades extraescolares, etc**

### **HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN:**

- **Generación de alternativas: desarrollo de flexibilidad mental.**
  - **Dar tiempo para respuestas. Evita automatizar respuestas, sobre todo si son erróneas.**
  - **Desarrollo de nuevos procedimientos de actuación (situación similar pero diferente).**
  - **No descartar alternativas. Dar oportunidad de comprobación y/o razonamiento. (Inseguridad, miedo al fracaso).**
  - **Exposición situaciones de miedo.**

**Plantear juegos de creatividad.**

### **RESUMEN:**

#### **Para educar en la autonomía, la responsabilidad y la toma de decisiones**

- ✓ En los primeros años, el aprendizaje de las responsabilidades se plantea como un juego.
- ✓ Tener paciencia. Si él hace una tarea, tardará más, pero aprenderá.
- ✓ Dejar que se equivoque y aprenda mediante ensayo-error.
- ✓ Mostrar confianza, hacerle sentir capaz y seguro: "seguro que lo vas a hacer bien".
- ✓ Reforzar las conductas en las que se aprecian avances. Alabar con realismo y precisión.
- ✓ Asignar pequeñas tareas en casa que, con el tiempo, acaban convirtiéndose en hábitos y responsabilidades.
- ✓ Dividir las tareas largas y complejas en pequeños pasos y empezar de lo más sencillo a lo más complicado.
- ✓ Proporcionar pequeñas ayudas cuando está aprendiendo alguna tarea nueva.
- ✓ Reconocer y valorar su esfuerzo, no sólo el resultado final.
- ✓ Debe existir coherencia entre los padres acerca de lo que se le pide y se le deja hacer al niño.
- ✓ Dar oportunidades al niño, desde muy temprano, para que elija juegos, ropa, qué quiere merendar, etc. Una vez hecha la elección, la debe llevar hasta el final y no se deben permitir conductas caprichosas.
- ✓ Dejarle experimentar las consecuencias de una elección equivocada (aburrimiento, cansancio,...) para que sea más reflexivo en próximas decisiones.
- ✓ Hacerles partícipes de las decisiones familiares: que escuche, opine y vea en los padres un modelo de toma de decisiones.



Colegio Madrigal  
C/Tía Javiera, 2  
Urbanización Loranca Ciudad Jardín  
28942 Fuenlabrada (Madrid)  
Tf. 91 486.38.51 Fax. 91.486.46.15  
www.colegiomadrigal.com



---

## ESCUELA DE PADRES REALIZADA POR:

**Nicolás Luengo**  
**Psicólogo especialista en Psicoterapia por la EFPA**  
**Psicólogo clínico y educativo**

**Email: [psicologianicolasluego@gmail.com](mailto:psicologianicolasluego@gmail.com)**