

Como padres, no soñamos con que nuestros hijos no tengan éxito y sean infelices. ¡No! Queremos que nuestros hijos tengan éxito en todas las áreas de sus vidas. Queremos que encuentren un propósito y estén contentos. ¡Queremos que hagan muchas cosas maravillosas! Esperamos que puedan cuidarse a sí mismos y, eventualmente, cuidar a sus propias familias. Pero, para llegar allí, primero deben independizarse.

Un espíritu de independencia es la voluntad de un niño pequeño de probar cosas nuevas – y seguir intentando las cosas en las que fallaron antes. Entonces, ¿cómo puede ayudar a su pequeño a aprender y crecer en su autosuficiencia?

Primero, cree un **ambiente que le permita** a su hijo desarrollar un espíritu de independencia.

En segundo lugar, **anime y apoye** a su hijo como una persona única a través de la forma en que interactúa con él y las decisiones que le permite tomar.

Cualidades para la Independencia

Hay cuatro cualidades importantes que su niño necesita para desarrollar su independencia.

Confianza – la creencia de que podemos lograr lo que nos propusimos hacer. Los niños con mayor autoestima tienen más confianza para enfrentar desafíos y la fuerza emocional para manejar el fracaso. Es importante que un padre elogie a su pequeño solo por esforzarse. La confianza puede verse perjudicada cuando nos enojamos por los errores o etiquetamos negativamente a los niños como torpes o lentos.

Motivación – el impulso y el placer de completar un desafío o una tarea. Podemos fomentar la motivación dejándolos trabajar a través de sus retos, dándoles un sutil estímulo y sin ser demasiado críticos con el resultado. Podemos dañar la motivación de nuestro hijo cuando nos hacemos cargo de una tarea que está tratando de hacer, o cuando lo criticamos porque no se hace tan bien como podríamos haberlo hecho.

Resiliencia – la voluntad de volver a intentarlo después de fallar en algo, o de adaptarse y recuperarse cuando las cosas no salen según lo planeado. Puede ayudar a crear resiliencia en su hijo animándolo a seguir intentándolo y luego elogiando el esfuerzo que puso en la tarea.

Coraje – cuando hacemos algo, incluso cuando tenemos miedo. Para su niño pequeño, podría significar soltarse de la mesa para dar ese primer paso aterrador. Bajando por el tobogán solos. O superando su miedo a la oscuridad a la hora de acostarse. Cuando permitimos que nuestros hijos superen sus miedos, les enseñamos que es normal tener miedo, pero que son lo suficientemente fuertes para dominarlo. Desafortunadamente, también podemos enseñar miedo y timidez. Esto puede suceder cuando no dejamos que nuestros hijos resuelvan sus miedos o cuando intervenimos de inmediato para hacer que todo esté bien.

Como Fomentar un Espíritu de Independencia

Trabaje dentro de su temperamento. Bríndeles desafíos y tareas.
Bríndeles espacio. Déjelos luchar.

Nadie quiere ver a sus hijos batallar o enojarse, pero hacer o rehacer todas esas cosas que les resultan difíciles les roba la oportunidad de desarrollar su espíritu de independencia. Durante los años de la niñez, tiene una oportunidad increíble de ayudar a su hijo a desarrollar la base de la independencia que lo llevará a lo largo de la vida. Disfrute de este momento y deje que su pequeño se esfuerce mientras lo guía y lo ama con delicadeza.

Los recursos incluyen:

1. Foley, M. Instituto de Desarrollo Infantil. Como desarrollar la confianza y la autoestima de su hijo. Encontrado en <https://childdevelopmentinfo.com/development/how-to-build-your-childs-confidence-and-self-esteem/#.XLdV6aZIDzj>
2. De Cero a Tres. Sintonizando el Temperamento. Encontrado en <https://www.zerotothree.org/resources/series/tuning-into-temperament>, accedido 7/14/2019.
3. Williams, Glenda MD. Pediatra – Entrevista