

## **Nola sustatu autonomia seme-alabengan?**

Seme-alabak jaiotzen diren momentutik, familiek, beraien garapena bideratzen dute babesa eta laguntzaren bidez, haurrek beraienganako segurtasuna eta konfiantza areagotzeko asmoz eta apurka-apurka, seme-alabak, beraien adinari egokitutako autonomia eta independentzia maila lortzeko helburuarekin.

Gurasoen papera funtsezkoa da autonomiaren sustapenerako, jarrera babesleegiak saihestu behar dituztelarik (“beraien ordezkari hitz egitea”, “beraien jostailuak jasotzea”, etab.). Eguneroko jardueretan laguntza gehiegi ematea ere ez die mesederik egiten, are gutxiago, jadanik adin horretan, jarduera horiek jorratzeko independentzia maila bat izan beharko luketenean. Finean, gakoa, haurra bera, heldua denean bere burua zaintzeko gai izatera heltzea da.

Hautzaroan, eguneroko lanetan familiak seme-alabengan autonomiaren garapena sustatzeko, erantzukizun txikiak ezarri behar dizkiete, esaterako: norbere zaintzarako ohiturak, segurtasun pertsonala, komunikazioa, arauak eta mugak... Ardura guzti hauek, haurraren adinaren arabera egokitu behar dira, hau da, haurraren adinaz eta egiten dituen lorpenez kontziente izan behar gara momentu oro.

Familiek gogoan izan behar dute, helburua ez dela gurasoen eguneroko lanak erraztea, baizik eta, haurrei gerora lagungarriak izango zaizkien estrategiak eskaintzea: heltzeko, independenteagoak izateko, modu egokitzailere batez egoera desberdinei aurre egiteko, autoestima handiagoa izateko, segurtasun gehiago izateko eta ondorioz, gizartera hobeto egokitzeko.

Seme-alaben autonomia hobea lortzeko modurik egokiena, beraien bidelagun eta gidari izatea izango litzateke, gu geu eredu izanik. Izan ere, kontziente izan behar gara gure seme-alabek imitatu egiten gaituztela, eta beraz, egin eta esaten dugun guztia beraien heziketaren parte bilakatzen dela.

Horrezaz gain, gurasoak saiatu behar dira seme-alabei ezagutza berri eta konplexuagoak irakasten, horiek barneratzeko gai direla ikustarazteko. Hori

delat eta, ez zaie laguntzarik eskaini behar eskatzen ez duten bitartean. Modu berean, gauza berriak probatzen dituztenean eta kale egiten dutenean, akatsak zuzentzeko eta konpontzeko tartea eman behar zaie, inolako laguntzarik gabe. Finean, beraien gaitasunak handitzeko gauzak egitera animatu behar ditugu, beraien adina eta beharrezkoa duten laguntza kontuan izanik.

Eguneroko ekintzetan autonomia ematen bazaie (janztean, mahaietan jaterakoan, fardela zaborrera botatzean...), gauza horiek egiteko gaitasuna dutela eta beraienganako konfiantza dugula erakusten diegu. Horrek segurtasuna emango die, etorkizunean burutu beharreko eguneroko jardueri begira.

## **Laburpena**

Gurasoek, autonomiaren garapena, pixkanaka-pixkanaka garatzen doan prozesu bat bezala ulertu behar dute, beraien seme-alabei epe luzera onurak ekarriko dizkiena. Adina oinarri hartuta, gurasoek prozesu honetan zehar laguntza gehiago edo gutxiago eskainiko diote seme-alabari, haurrak bere kabuz independentzia maila egoki bat lortzen eta barneratzen joateko eta inguru sozialera modu egoki batean egokitu ahal izateko.

Ainhoa Manzano Fernández doktorea  
Juan Luis Martín Ayala doktorea  
ETXADI  
Familia-Psikologia Unibertsitate-zentroa  
Centro Universitario de Psicología de la Familia