

6.- Programa oportunidades para que haya interacciones con niños de diferentes edades y características.



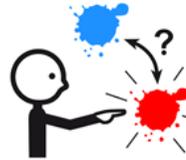
7.- Establece expectativas realistas pero ambiciosas. Toma un papel activo en la experiencia educativa de tu hijo.



8.- Permite que tu hijo asuma la responsabilidad de sus propias acciones: éxitos y fracasos.. Dar explicaciones ofrece la oportunidad de que el niño haga una actividad por sí mismo.



9.- No dejes al azar las ocasiones para hacer elecciones. Aprovecha toda oportunidad para que tu hijo elija: la ropa que se va a poner, lo que va a haber de merienda, o dónde ir la familia de vacaciones.



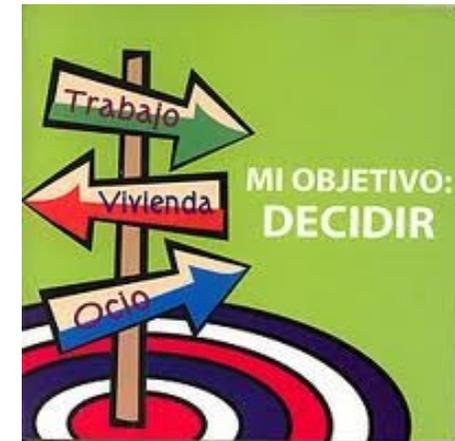
Para saber más, visita:



www.plenainclusionclm.org/

CURSO 2016-2017 ESCUELA DE PADRES

**AUTOCONCEPTO
AUTONOMÍA
AUTOESTIMA
AUTODERMINACIÓN**



*Equipo de Orientación
C.E.E Jérôme Lejeune*

¿QUÉ ES?

AUTOCONCEPTO

Es la imagen que hemos creado sobre nosotros mismos, conjunto de ideas que creemos que nos definen.

Es importante tener un autoconcepto ajustado, conociendo cuáles son nuestros puntos fuertes y nuestros puntos débiles.

AUTONOMIA

"Es la capacidad de controlar, afrontar y tomar, por propia iniciativa, decisiones personales acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias así como de desarrollar las actividades básicas de



AUTOESTIMA

Aprecio o consideración que uno tiene de sí mismo a nivel emocional y de valores.

AUTODETERMINACIÓN

La autodeterminación significa ser libre de elegir tu propio futuro, de decidir sobre las cosas importantes de tu vida y de poder ponerte metas y hacer planes a largo plazo para sentirte realizado en plenitud como persona.

¿CUÁL ES NUESTRO OBJETIVO?

Fomentar la autodeterminación para que nuestros alumnos, vuestros hijos, sean más autónomos en su vida diaria y tengan una autoestima mejor y de mayor calidad, ya que estos términos van unidos entre sí.

Pautas para fomentar la autodeterminación

1.- Permite a tu hijo o hija explorar su mundo. Esto puede significar morderte la lengua y mirar desde la ventana de la cocina la primera vez que tu hijo queda con los vecinos, en vez de salir corriendo a controlar lo que ocurra. Aunque hay obviamente limitaciones a esto, todos los padres tienen que 'dejar marchar' y esto nunca es fácil.



2.- Los niños necesitan aprender que lo que ellos dicen o hacen es importante y puede influir en los demás. Esto implica permitirles que asuman riesgos y que exploren. Anima a tu hijo a hacer preguntas y expresar opiniones. Una manera de proporcionarle esta oportunidad para aprender es implicarle en las situaciones familiares de toma de decisiones y discusiones.



3.- La autoestima y la autoconfianza son factores críticos en el desarrollo de la autodeterminación. Modela en tu hijo tu propio sentido de autoestima positiva. Di a tu hijo que él es importante para ti, pasando tiempo con él. De nuevo, implícale en las actividades y decisiones familiares.



4.- No rehuyas las preguntas de tu hijo sobre las diferencias relacionadas con su discapacidad. Haz hincapié en que cada persona es única, resalta las capacidades de tu hijo y ayúdale a aceptar las inevitables limitaciones



5.- Da importancia al proceso de lograr metas, no hagas solo hincapié en los resultados. Los niños necesitan aprender a trabajar para conseguir metas. Para niños mayores, favorece habilidades tales como la organización y establecimiento de objetivos, modelando estas conductas.



CURSO 2016-2017