

# Fomentar l'autonomia dels infants de 0 a 3 anys: un camí cap al desenvolupament

per

[Rosa Garcia Roura](#)

12/03/2024

**“Un entorn segur i adaptat a les seves necessitats és fonamental perquè se sentin còmodes i confiats a l'hora d'explorar i aprendre per si mateixos”**



| Cavall de Cartró

Som l'única entitat sense ànim de lucre del país que fem periodisme. Nosaltres no posarem murs de pagament, però **necessitem ser 1000 subscriptors** per seguir creixent.

L'autonomia és la capacitat de fer coses per un mateix, sense dependre excessivament dels altres. És una habilitat que es va desenvolupant des de la infància i que té molts beneficis personals i socials per als nens i nenes. Per això, **promoure l'autonomia en els primers anys de vida és fonamental per al seu creixement**, ja que, durant aquesta etapa, els infants estan aprenent a conèixer el món que els envolta i a adquirir habilitats bàsiques per a la seva vida futura.

El foment d'aquesta capacitat **pot impactar positivament en el benestar social i emocional** de l'infant, ja que s'incrementen els següents aspectes:

- Autoestima i confiança en les pròpies capacitats.
- Motivació i iniciativa per aprendre i explorar.
- Desenvolupament de la creativitat i la resolució de problemes.
- Integració de les normes i els valors socials.
- Capacitat de treballar en equip i comunicar-se amb els altres.

Cal destacar, però, que és important que els adults – pares, mares i persones educadores, entre d'altres -, més enllà d'impulsar l'autonomia dels infants tot respectant el seu ritme i les seves necessitats, ofereixin oportunitats i suport perquè puguin exercir-la. Per aconseguir-ho de manera eficient, existeixen diferents estratègies a implementar:

- **Proporcionar un ambient segur i accessible**

Un entorn segur i adaptat a les seves necessitats és fonamental perquè se sentin còmodes i confiats a l'hora d'explorar i aprendre per si mateixos. Per exemple, a casa, es pot crear una àrea de joc segura i organitzada amb joguines i materials adequats per a la seva edat que els permetin practicar les seves habilitats i prendre decisions.

- **Oferir materials i recursos variats**

Oferir una àmplia gamma de materials i recursos adequats a la seva edat, com jocs de construcció, trencaclosques, contes i materials artístics, els permetrà desenvolupar la seva creativitat i habilitats de manera autònoma. És important que els materials siguin atractius, funcionals i versàtils, i que puguin manipular-los lliurement, sense instruccions ni limitacions excessives. Així, els podran experimentar, descobrir i crear segons els seus interessos i preferències.

- **Establir rutines clares i independència en les activitats diàries**

Establir rutines clares i donar-los temps suficient per realitzar les seves tasques quotidianes sense presses, com vestir-se, rentar-se i alimentar-se, fomentarà la seva independència en aquestes activitats. Si bé és important que els adults els orientin i els ajudin quan sigui necessari, també és convenient que participin en les tasques domèstiques, com portar plats, recollir joguines, etc., segons les seves possibilitats.

El joc és l'activitat principal dels nens i nenes, i a través d'ell aprenen, es diverteixen i es relacionen amb els altres

- **Respectar el seu ritme i les seves emocions**

Cada infant té el seu propi ritme i estil d'aprenentatge, i cal respectar-lo i adaptar-se a ell. No es tracta de forçar-los ni de comparar-los amb altres infants, sinó d'observar-los i escoltar-los per conèixer les seves necessitats, interessos i dificultats, i oferir-los el suport adequat. Així mateix, cal respectar i validar les seves emocions, tant positives com negatives, i ajudar-los a expressar-les i gestionar-les de manera adequada. Això els permetrà desenvolupar la seva intel·ligència emocional i la seva auto-regulació.

- **Promoure el joc i l'oci**

El joc és l'activitat principal dels nens i nenes, i a través d'ell aprenen, es diverteixen i es relacionen amb els altres. Per tant, cal promoure el joc lliure i espontani, deixant-los escollir amb què, com i amb qui volen jugar, i respectant els seus temps i espais. També es pot afavorir el joc amb altres infants i adults, perquè així aprenguin a compartir, cooperar i respectar les normes i els torns.

A més, es poden oferir oportunitats d'oci i diversió fora de casa, com anar al parc, al museu i al teatre, ja que els permetrà conèixer i gaudir d'altres entorns i noves experiències.

Amb tot, fomentar l'autonomia en infants de 0 a 3 anys **és essencial per al seu desenvolupament integral**. Mitjançant un entorn adequat, les oportunitats d'aprenentatge i el suport emocional, tant professionals com família poden ajudar-los a convertir-se en individus segurs de si mateixos, guanyar confiança en les seves pròpies habilitats i adquirir una base sòlida per al seu futur.