

4.1 LA COCINA

Toca hablar de la cocina, que es uno de los sitios por los que solemos empezar cuando llegamos a Montessori, clave para empezar con vida práctica. Como el resto de los ambientes de la casa debe propiciar 5 cosas: **autonomía, libertad, pertenencia, belleza y practicidad**. ¿Vamos con el tour de ambientes preparados en la cocina?: Ahí van las diez ideas en casas reales 😊

1/ Un consejo muy bueno es **cambiar los estantes** para propiciar que el niño tenga fácil acceso a los útiles de cocina:



Fuente: <http://plantingpeas.com/trading-spaces-in-our-montessori-kitchen/>

O a uno o varios cajones.



Fuente: <http://www.elternvommars.com/2015/05/wie-wir-die-unabhangigkeit-unseres.html>

2/ Si tenemos espacio suficiente podemos organizar los alimentos para snacks a su altura **en estanterías:**



3/ Cuando son muy chiquitines no es necesario ofrecerles tantas elecciones (llegará con el tiempo), estas **estanterías minimalistas** son buenas opciones para los bebitos:



Fuente:

<https://threeoaksblog.wordpress.com/2011/07/09/kitchen-organization-part-3-es-space/>

4/ Especialmente útil es la idea de **dispensador de agua o la jarrita** para los más peques:

Fuente: <http://www.howwemontessori.com/how-we-montessori/2013/02/pouring-a-drink-and-snack-preparation-.html>

5/ Las **cestas** son una buena idea para mantener el orden:



Fuente: <http://www.aneverydaystory.com/2012/04/13/montessori-kitchen-special-needs-cerebral-palsy/> 6/ Y no solo es necesario dejarles a su altura útiles para cocinar, **poner la mesa** es una actividad que pueden hacer también desde pequeños, si se lo dejamos todo dispuesto y a su altura:



Fuente: <http://thefreechild.blogspot.com.au/2011/07/organizing-kitchen-part-2-table-setting.html>

7/ Si tenemos poco sitio los **carritos** son una opción buenísima también – o si a veces cenamos en la



Fuente: <http://montessorionthedouble.com/tag/self-feeding/>

8/ Cuando los niños empiezan a moverse, es habitual que empiecen también a sacar y meter cosas de los armarios, porqué no ofrecerles **un armario exclusivo, sin peligros**, para ellos en los que poder explorar y ayudar con las tareas como en este ejemplo:



Fuente: <http://www.thekavanaughreport.com/2015/10/young-montessori-toddlers-in-kitchen.html>

9/ Los **útiles de cocina siempre reales** y, a ser posible, de un tamaño adecuado para un peque como ya os mostré:



Fuente: <http://www.aneverydaystory.com/2012/05/22/montessori-child-sized-utensils-kitchen>



Igual de importante que tener un ambiente preparado para ellos es ofrecerles las herramientas adecuadas ¿Niños y cuchillos? ¿Sí o no? Ya estaba en la Universidad y mi abuela aún se asustaba cuando cogía un cuchillo y me regalaba apocalípticos comentarios de abuela, que aún a veces resuenan (con cariño y mucha nostalgia en mi cabeza).

Cuando nació Abril vimos un documental sobre tres estilos de crianza (por supuesto solo hay tres, jajajaj), estaba el *hardcore*, el *nichichanilimoná* y el *hippie*. El hippie era el que más nos gustaba, claro (colecto, teta y porteo) pero OMG! Cuando la doula les lleva de visita a casa de unos amigos y estaban los críos usando un cuchillo, yo le dije a MachoAlfa “*esta gente está mal de la cabeza*” (pensaba

algo así de los homeschoolers, XD, pero por suerte no fui tan cretina de decirlo en voz alta). Así era yo en mi ignorancia, insustancial, no quieres caldo, toma tres tazas, que dicen, que me salió una mini masterchef que me ha hecho comerme mis palabras y mis “yonunca” y una segunda MasterChef toddler que maneja los cuchillos con un cuidado exquisito.



Bueno, que me lío, que mis hijas usan cuchillos, claro que sí, ¡como si no iban a cocinar!, porque también cocinan, de muerte lenta, para ser más exactos. Y Abril ha heredado algo que solo pasa cada cuatro generaciones, saber si la comida tiene el punto de sal solo con olerla. Le encanta cocinar, y a nosotros cocinar con ella, aunque cada vez somos más pinches que chefs a su lado. Siempre digo que si tuviéramos que elegir una actividad ideal desde el punto de vista Montessori, cocinar lo tiene todo: autonomía, perseverancia, resolución de problemas, ciencia, matemáticas, lenguaje. TODO. Unas banquetas o una torre de aprendizaje y utensilios a su medida, no necesitan nada más 😊



Os dejo este vídeo, tan inspirador, de un bebé que bien podía haber sido Emma, XD, para que veáis a qué me refiero:

Preparing a Snack - 21 months



Porque Emma, por supuesto, jiji, también está súper interesada en la cocina, con ella hemos aprendido más cosas y perdido más miedos, así que desde hace unos meses tiene sus propios cuchillos especiales. También tienen sus *cacharritos* para cocinar sin miedo, la vitro no la encendemos casi nunca, pero tenemos varios aparatos (más de lo que sería considerado razonable para una cocina de 6m2 XD) para cocinar sin fuego: Olla GMD (a presión y programable, pero también con función plancha), olla Lenta normal y mini (aquí preparan caldos, hacemos granola, guisos, sopas, verduras,

todo sin peligro), tenemos una crepera para hacer tortitas y tenemos un microondas Whirpool con función crisp (un fallo de *sinhijos* fue no ponerlo a una altura razonable, para eso dependen de nosotros...) para hacer cosas a la plancha (incluso huevos aunque no quedan igual), y tenemos la thermomix, que también es muy *kidfriendly* 😊



Les hemos dejado un cajón para sus cosas (sería ideal que fuera en dos cajones para evitar tanta acumulación, pero nuestra cocina es mini) y el cajón que tenían con platos y vasos de plástico ahora tiene menaje de loza. Se hacen mayores 😊 Los platos son de IKEA (creo que descatalogados) y el resto de cuencos y tazas de distintos sitios.



Ya os conté que hay unas normas especiales (y muy estrictas) en la cocina, y os tengo que decir que las cumplen Abril siempre y Emma casi siempre (lo del huevo crudo no lo entiende aún)

Para usar un cuchillo, SIEMPRE tiene que haber un adulto delante.

Lavarse las manos siempre antes y después

Horno abierto, manos en la espalda.

Alimentos crudos, nunca, nunca jamás.

Removemos, removemos, paramos.

Mientras se cocina, cero peleas.

A continuación, os enumero los utensilios que tienen, algunos son de Amazon, de bazares, de tiendas de decoración... Lo ideal es que sean herramientas reales en tamaño un poco más pequeño, como estas pinzas (las de las hieleras no os las recomiendo, pueden pillarse los deditos)



Es esencial también tener un minuterero, nosotros tuvimos uno en forma de animalito pero no era práctico, este nos encanta, es de imán, así que se pega en la campana extractora y además, el tiempo a contar “se pone” en rojo y se ve cómo va decreciendo en la esfera del reloj. Ideal para que los niños entiendan un concepto tan abstracto como el tiempo.



Vamos con “sus chismes de cocinar” XD

1/ **Cuchillo de untar.** Primero, sin sierra, desde antes del año, sin miedo ninguno para que se familiarice con ellos, el nuestro ha desaparecido así que usaban de postre sin filo o una espátula.

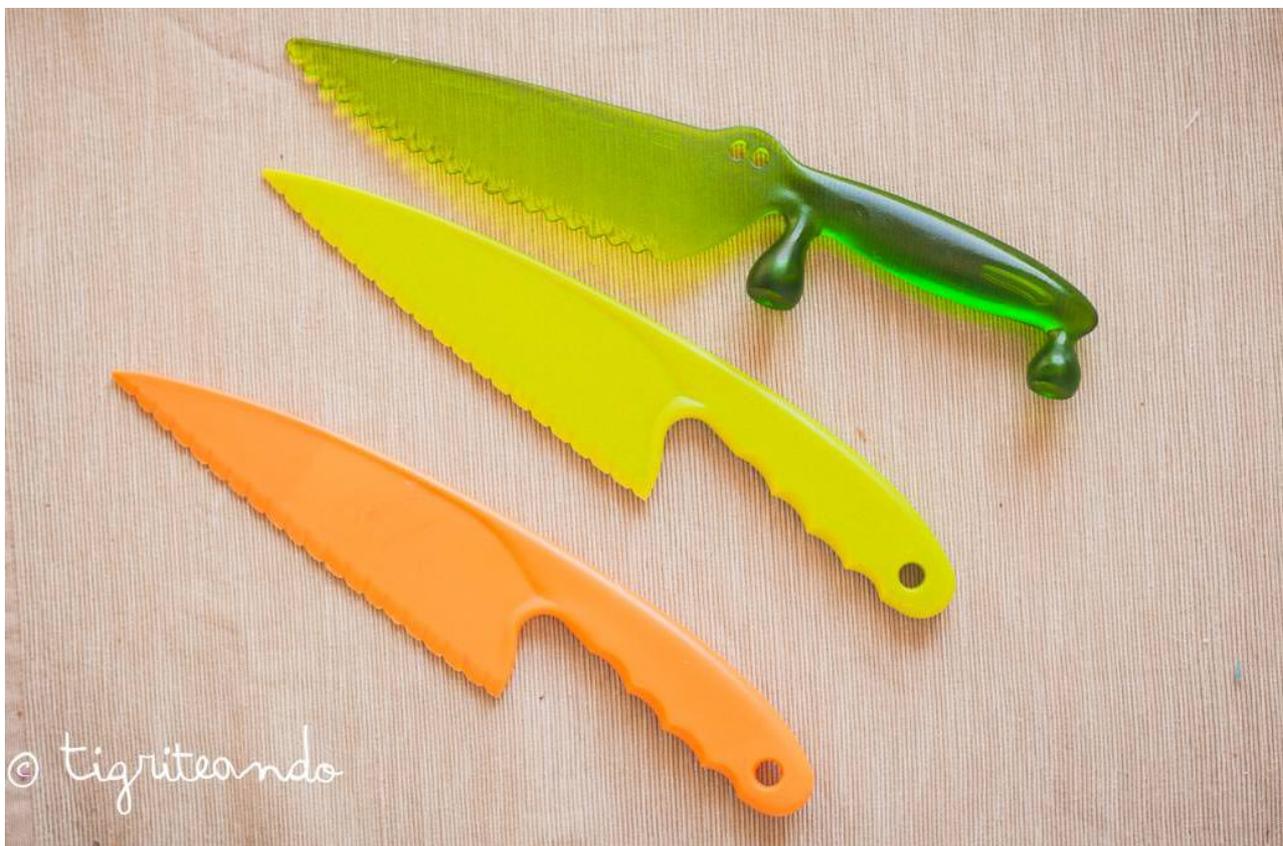
2/ **Cuchillo de untar con sierra.** Después podemos ofrecerles un cuchillo de untar con sierra, una vez que va asimilando las normas básicas de los cuchillos, le ofrecemos este tipo de cuchillos (se unta mejor con ellos).

3/ **Cuchillo de postre con punta redonda** (para cortar en rodajas un plátano, que es blandito y pequeño).



4/ **Cuchillo de sierra de plástico para verduras.** Corta fenomenal las verduras y el pan, pero sin ningún peligro para los niños, y además, la lechuga se conserva mejor porque no se oxida, siempre cuento que el nuestro lo compré cuando me emancipé porque era de color naranja XD... o este.

5/ **Cuchillo de sierra de plástico ;con forma de cocodrilo!** Su prefe XD y la punta es más redondeadita, por si os preocupaba (imposible cortarse con ninguno).



6/ **Pelafrutas**, un indispensable, mejor que sea cerámico, el nuestro venía en un juego de cuchillos cerámicos que nos regalaron y funciona fenomenal, este otro tiene buenísima pinta.

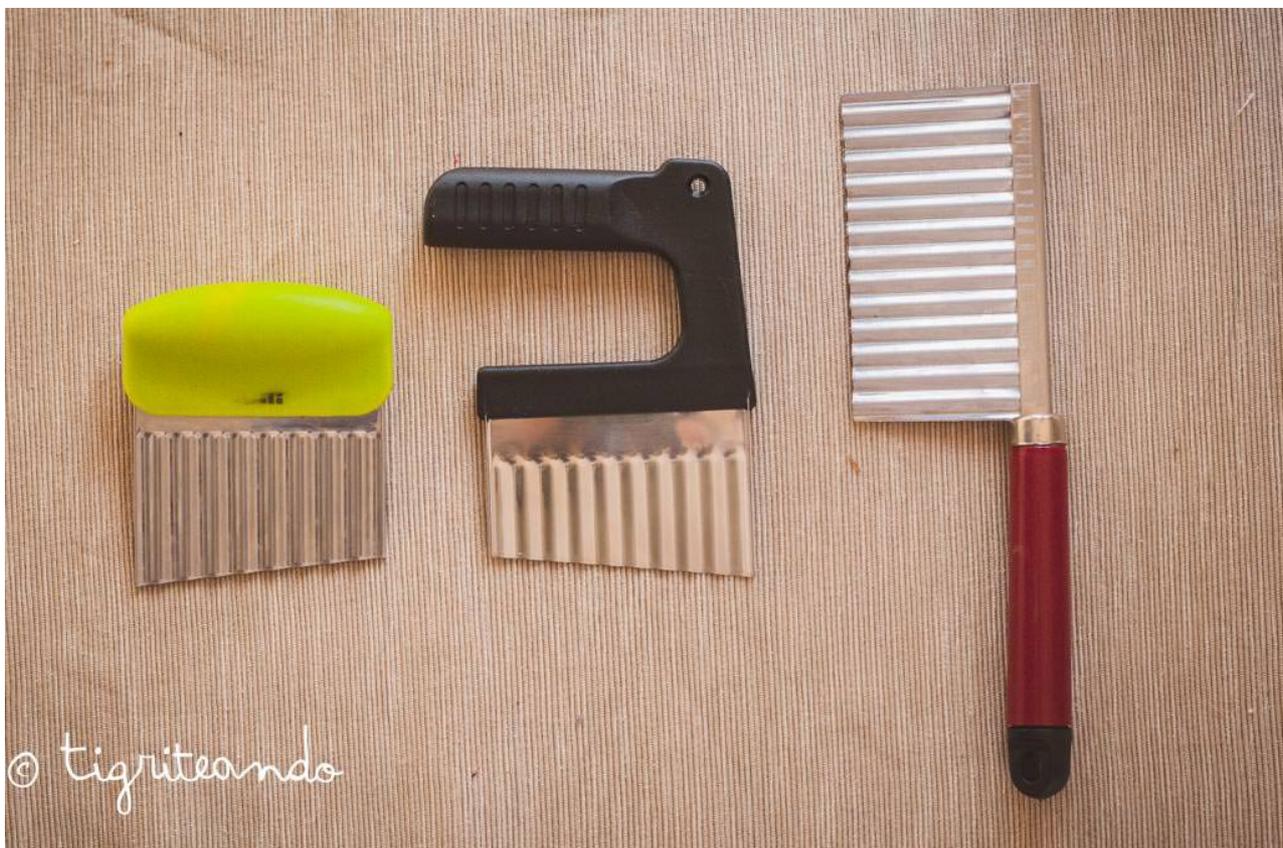
7/ **Cortador de manzanas**, el nuestro lo compramos hace mucho y no me acuerdo donde, pero lo podéis comprar en muchos sitios, en Amazon o también en IKEA. Tiene **truco**, uno muy importante, no sé si pasará con todos o el nuestro es que no tiene las cuchillas bien afiladas (¡se agradece feedback!), pero es complicado para un niño (o para una *mamaflojen* como es el caso de la que escribe, jijiji) cortarlo entero, así podemos cortarlo transversalmente con un cuchillo previamente, para que luego ellos lo trocean. Funciona fenomenal también con las patatas ;)



8/ **Cortador de verduras con mango**, el primero que les podemos ofrecer, desde bien chiquititos, con mango para agarrarlo bien. Existe otro con el mango cerrado del todo, lo tengo pedido, ya os lo enseñaré 😊

9/ **Cortador de verduras sin mango**, una vez tengan dominado el anterior, pueden usarlo sin mango o pueden usarlo desde el principio, claro 😊

10/ **Cuchillo-Cortador de verduras**, este es ideal para que nosotros empecemos a mostrarles cómo se usa correctamente un cuchillo y más adelante que puedan cortar con él.



11/ **Tijeras infantiles de cocina**, no son baratas, pero son las únicas que he encontrado aptas para ellas, el diseño es monísimo, ¿verdad? Esta colección de Kuhn Rikon me tiene totalmente enamorada. Las pedí hace semanas y no llegan, también las venden con un set de ensalada 😊

12/ **Cortador en láminas para champiñones y huevo**, cuando ya tienen mucha destreza cortando, es una buena forma pasar al nivel superior, jiji. También tienen **este cortador de fresas**, para laminarlas y ponerlas con un poquito de azúcar moreno en temporada (aunque también se las comen directamente de la planta, jiji)



13/ **Cortador en espiral**, ideal para darle alegría a las ensaladas, este formato es mejor que este otro (Cortador de Rábanos en Espiral), porque es más fácil para pequeñas manitas.

14/ **Cortador de aguacate**, si sois consumidores habituales de esta fruta tan sana como es nuestro caso, jiji, este cacharrito es una maravilla, abre la piel, quita el hueso y rebana en trocitos. Para un niño es complicado hacerlo fácilmente, pero este chisme en la caña.

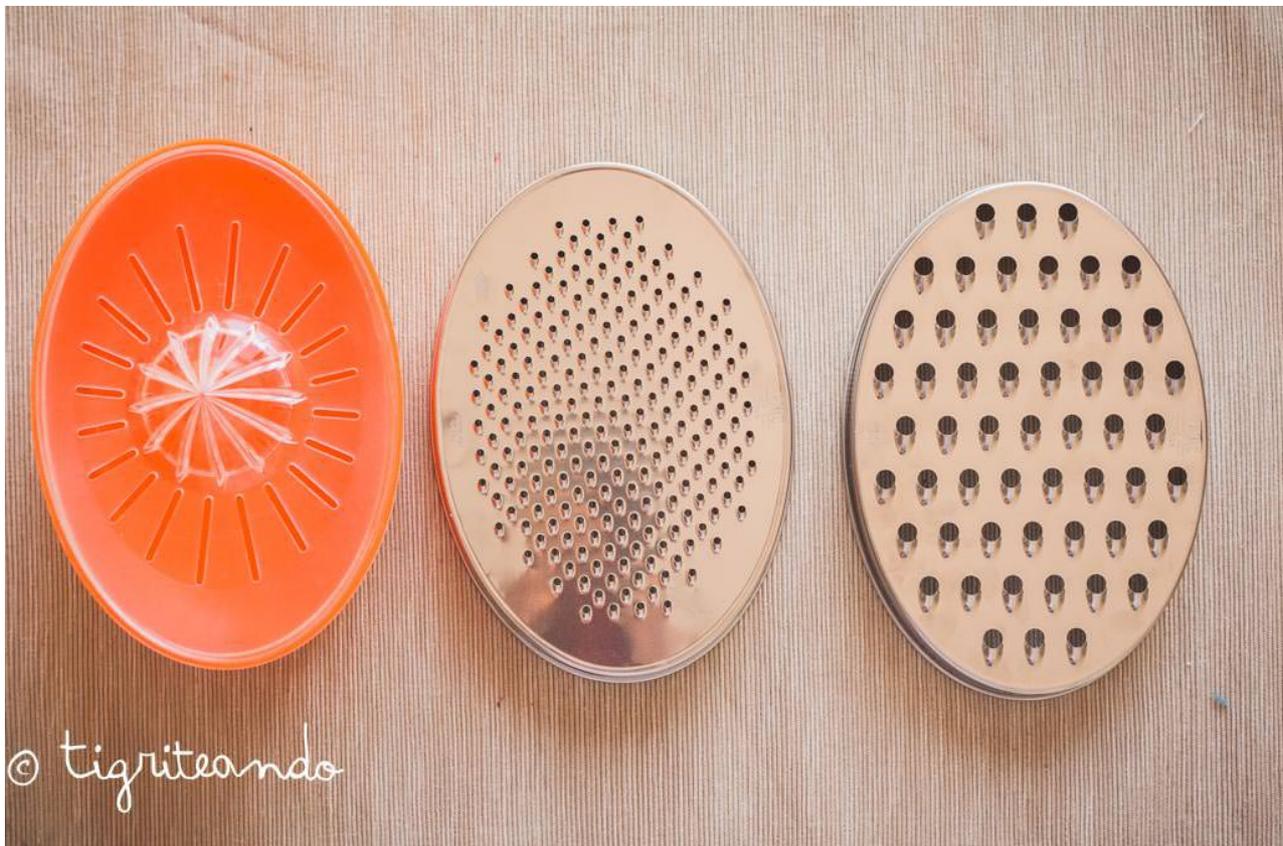


15/ **Cortador para hacer espaguetis de calabacín**, un sustituto genial a un plato de pasta, con un poco de pesto o aguacapesto está delicioso, no, lo siguiente.

OTROS

16/ **Pelador de cítricos** – otro chisme para facilitar la vida infantil, con este aparato se acabo el “mamá, ¿me la empiezas?” que mamá lo hace de mil amores, pero siempre será mejor tener más autonomía...

17/ **Rallador con exprimidor de naranja**. Tenemos también un rallador tradicional, pero es fácil que se corten con las cuchillas y además el queso o lo que ralleemos sale disparado por toda la mesa, aquí se concentra en el cajetín (mayor higiene) y además, sirve para exprimir zumo de cítricos.



18/ **Rodillo**, este es para fondant, pero viene genial también para la pizza porque se pega menos la masa, de tamaño pequeño, ideal para amasar mini pizzas con manitas pequeñas. Este otro tiene muy buena pinta también,

19/ Las tazas medidoras, para tener consciencia de los volúmenes, las nuestras son de metal.



20/ **Pela – ajos**, pelar ajos es un ejercicio genial de motricidad fina, pero Abril llegó un momento en que quiso dejar de hacerlo por el olor (ya os decía que es muy sensible a los olores), con este chisme no hay problema.

17/ **Abridor para tarros** – este chisme es una pasada, para evitar recurrir a la técnica de la puntita de cuchillo (poco prudente) para madres flojas como yo y también para niños, jiji

21/ **Tablas de cortar**, las nuestras son de la tienda “Casa”, pero en Amazon tenéis esta parecidas para que ellos corten y se acostumbren a hacerlo sobre estas tablas, para no dañar la mesa :)

22/ **Una mandolina**, muchas noches cenamos unas pitas con verdura a la plancha y con una mandolina no tardamos nada en hacerlo. La norma que tiene la mandolina es que un adulto coloca las cuchillas y termina “los culos” para que no se corte nadie. El calabacín y la cebolla lo corta de vicio, luego lo ponen en el micro con la función crisp. Cena sana y rica en minutos

23/ Batidora manual o varillas pequeñas, la nuestra es de Jaisa Educativos y bate huevos como una campeona, mucho mejor usar batidoras analógicas que robots al principio, para que entiendan el concepto y funcionamiento, ¿verdad?



Además podemos añadir: 24/ Morteros y cucharones de madera 25/ Exprimidor de limón de madera, 26/ Cascanueces, 27/ Espátula pequeña, 28/ Pinzas grandes, 29/ Embudo y una 30/ Cuchara de helado 😊





Poco a poco, Abril va cogiendo más soltura y pronto tendremos que regalarle un cuchillo de chef de verdad (de momento usa los nuestros normales con mucho cuidado en ocasiones puntuales), y me gusta este, ¿lo habéis probado? De momento, en Navidades le vamos a regalar otro cacharrito, ¡una máquina de cakepops! Mi Abrili es así, lo pedimos para su cumple y se pensaron que lo quería de juguete y claro, no lo encontraban XD. También le gustan los deshuesadores de cerezas/aceitunas para hacer mermeladas o tapenade, este cascanueces , XD, y este pelador de manzanas la tiene fascinada, XD.

Insane Japanese Apple Peeler!



Learning Towers							
Nombre	Little Helper FunPod	Guidecraft Kitchen Helper	Mamielo	Woomo	Kutuva	Family Tree	Bekvam DIY
Precio	140€	160€	90 -100€	78.50-105€	60-72€	142€	10€+ maderas
¿Altura regulable?	Sí	Sí	Sí	No	Sí	Sí	No
¿Subir y bajar sin ayuda?	No	Sí	Sí	Sí/No	Sí	Sí	Sí
¿Fabricación española?	No	No	Sí	Sí	Sí	Sí	DIY
¿Plegable?	No	Sí	Sí	No	No	No	No
Colores	Natural / Blanco	Natural	Natural	Natural / Blanco /Azul	Natural	Natural/Blanco	Natural/Blanco
Medidas	35 x 35 x 86 cm.	51,4 x 14 x 102,2 cm.	95 x 40 x 45cm	83x40x42	88x42x32cm.	82 x 40 x42 cm	

1 Little Helper FunPod blanco o natural A simple vista y sin haberla probado es la que menos me ha gustado, es aparatosa, no se pliega y el peque no puede subir y bajar solo. 2 Guidecraft Kitchen Helper Esta es una de mis favoritas, precisamente por lo reducido de su plegado, pero es bastante cara, aunque en el Amazon americano las críticas parecen buenas. 3 Mamielo Nos presenta una torre plegable, que puede comprarse con o sin barnizar, desde 90 Euros. Me dieron feedback de ella en facebook (gracias!)

Buenos días! Nosotras usábamos un banco grande que tenemos en la mesa de la cocina pero la pobre tenía q estar de rodillas, en modo penitente, porque a mi me daba miedo que se cayera. Por su cumple, sus amiguitos le regalaron la torre de mamielo y no podemos estar más contentas! En cuanto se levanta y me escucha hablar de la comida ya pregunta: mami, te ayudo? Ponguemos las escaleritas? Aunque tenemos una cocina muy grande que se pliegue es una maravilla. Cuando acabamos la ponemos detrás de la puerta y listo. Cuando está montada es muy amplia e incluso la hemos usado como tarima xa cantar! A nosotros nos encanta y la recomendamos 100%.

4 Woomo Una opción muy interesante porque cuando no se usa como torre de aprendizaje, puede usarse como mesa, y combinarla con el juego de sillitas mini. Cristina de Montessori en casa la tiene y podéis ver fotos en su web. Se puede poner de forma que el niño puede subirse solo (mayores) o subirle nosotros sin peligro de caidas por los laterales. Las tienen en varios colores. 5 Kutuva Este diseño me gusta mucho también porque es muy estrechita, las tenéis en varios colores y precios, junto con otros materiales de juego para los peques. Zazu de Aprendiendo con Montessori me ha dicho que en breve hará un post al respecto de ella :) 6 Family Tree Similar a la Woomo, también se

puede usar como mesita, es regulable en altura y además es bien bonita :) 7/ Con el taburete Bekvam se pueden hacer varios DIY como estos de La maleta de los sueños, El mundo con Ó y 2Eloa. O este video super currado de Entrena con tu bebé.

Como construir Torre Aprendizaje Montessori



Taburetes tenéis varios también. Siempre cuento que en el proceso de decidir cómo nos construíamos nuestra torre de aprendizaje, Emma aprendió a subir y bajar sola del taburete Bekvam de Abril, así que a veces solo toca confiar en sus capacidades (no se ha caído jamás). También está el taburete Trogen pero me parece demasiado bajito para la encimera, aunque es genial para el baño





[LEARN MORE](#)

Por último, además de ofreceros consejos para preparar el ambiente, os traigo 10 consejos para que cocinéis con vuestros niños. Están basados en mi experiencia y como todo en esta vida, en ensayo y error. Día sí y día no también recibo consultas sobre cómo he conseguido que Abril se interesa tanto por las tareas domésticas en general y por la cocina en particular. Nunca sé muy bien qué decir cuando me preguntáis por mi papel en los intereses o comportamientos de mis niñas, pues considero que es justo al contrario, yo no he hecho nada más que dejarlas experimentar según sus intereses.



En casa debatimos mucho, somos flexibles y dialogamos un montón, excepto cuando estamos cocinando. En la cocina no se discute y si alguien está nervioso y no es capaz de seguir las normas sale fuera o monta en la mochila (este alguien suele ser Emma, es demasiado pequeña para seguir las normas pero quiere estar presente). Aquí os dejo nuestras normas y consejos. Espero que os ayuden:

1) Empezad desde pequeños: A los bebés les encanta participar de las actividades cotidianas. Cuando las niñas eran chiquitinas cocinábamos con ellas porteadas y eso las despertó la curiosidad y el interés por la cocina. Cuando empezaron a sentarse con 4 meses, si les apetecía, las dejábamos en la trona para que observaran lo que estábamos cocinando hasta que llegó un momento en el que quisieron pasar a la acción. Enseñarles a lavarse las manos antes y después de cocinar y aprovechar para explicarles porque nos recogemos el pelo si lo llevamos largo.

2) Adapta el espacio a los niños: Es esencial que tengan las cosas a su altura para que puedan acceder fácilmente a ellos sin necesitar nuestra ayuda. En casa tenemos un cajón con platos, vasos y cubiertos de plástico y un bote de granola. Asimismo, puedes comprar un escalón o una learning tower. Dependiendo de la edad y capacidades del niño puedes elegir uno u otro, con ambas hemos elegido estos taburetes de ikea. Ofrece siempre una lección de gracia y cortesía, que aprendan a desplazar correctamente el escalón sin arrastrarlo y hacer mucho ruido (por deferencia hacia los vecinos principalmente)



3) Ofrece una zona de útiles de limpieza: Es esencial que aprendan a limpiar los posibles accidentes que puedan ocurrir, bayetas o toallas pequeñas y algún líquido (nosotros usamos vinagre diluido o agua jabonosa). No les regañes si se manchan o derramen líquidos, el control del error es muy evidente, enséñales cómo subsanarlo con una sonrisa

4) Horno abierto, manos en la espalda. Siempre, incluso cuando el horno está aún apagado, pedimos a las niñas estén a una distancia prudencial y tengan las manos en la espalda. Las primeras veces Emma, como es natural a su edad, no nos hacía caso, pero después de repetirlo muchas veces, ahora con una sonrisa dice aspaaaaaada y las cruza por detrás. La constancia + la suavidad es la clave con los niños. Usa alternativas al horno (crockpot, olla programable,... o incluso una crepera!)



5) Para usar un cuchillo, SIEMPRE tiene que haber un adulto delante. El uso de los cuchillos suele provocar bastante temor en los padres. Es muy comprensible, son muy peligrosos, pero mi opinión es que debemos enseñarles a utilizarlos de forma progresiva. Con año-año y medio se les puede ofrecer un pequeño cuchillo de untar, sin filo. Después un cuchillo de postre, para que puedan cortar pequeños alimentos, así como cuchillos de plástico que cortan muy bien la fruta, pero no son peligrosos para ellos. Los peladores y los ralladores vendrían después, junto con los cuchillos de filo. Y siempre bajo supervisión con un adulto delante **INNEGOCIABLE**.



6) Removemos, removemos, paramos. Cuando los niños son pequeños, puede ocurrir que se emocionen removiendo y salga el líquido o masa volando por los aires y nos toque limpiar todo o incluso peor, tener que tirar la comida que estamos preparando. Con esta sencilla norma, propiciamos que se concentren en lo que hacen e intenten mantener un ritmo pausado. **7) Cuidado con los alimentos crudos.** Este tipo de normas son las que más les está costando asimilar a las niñas. Me es muy complicado transmitirles que hay determinados alimentos que si consumimos crudos podemos enfermarnos. Poco a poco, Abril ha empezado a entender que en el huevo crudo hay una bacteria que se llama salmonella, o que en la carne cruda vive la listeria o el toxoplasma. Y que no se puede rebañar bajo ningún concepto. Mucho teatrillo a la hora de explicarlo es la clave 😊 cara de “miedasco” lo llama Abril XD



8) Enséñales de dónde vienen los alimentos antes de llegar al supermercado. Una excursión en otoño para coger setas, a finales de verano para coger moras o manzanas, visitar una granja y ver cómo las gallinas ponen huevos u ordeñan la leche de las vacas y/o montar un pequeño huerto urbano (aquí está el nuestro) es muy recomendable. **9) Hecho es mejor que perfecto** (Done is better than perfect). Es una de mis máximas vitales, pero cuando trabajo con niños es absolutamente necesario. ¿Realmente importa tanto la presencia, el producto final o que los niños aprendan y se diviertan? Está claro que una comida demasiado salada o demasiado dulce no es agradable y hay que poner un límite (por ejemplo, darle un vasito con la cantidad máxima que consideramos que debe llevar un guiso de sal/pimienta/canela...). Si es importante para la receta que se sigan unos pasos, pon números en los ingredientes para que puedan seguirlos. Pero los “fallos” estéticos no deben empañar la diversión y la alegría por estar disfrutando juntos.



10) Y lo más importante, pasado bien, divertíos a toda costa, que cocinar sea un recuerdo memorable para vuestros hijos, que sea algo apasionante y no una obligación. Hace unos días puse una foto en redes sociales en la que Abril estaba tendiendo la ropa después de haber puesto la lavadora ella sola. Estaba disfrutando, se estaba superando, se sentía mayor y útil. ¿no es maravilloso?



Me gustaría aclarar un punto que a mi me parece muy importante: **que los niños tengan autonomía para realizar determinadas tareas no debería implicar necesariamente que sean su responsabilidad.** ¿Un niño de 3-4 años está preparado para poner la mesa? Está claro que sí. ¿Debería ser su responsabilidad? No lo creo, no deja de ser un niño muy pequeño, que en la mayoría de los casos pasa la mayor parte del día en el colegio, por lo que el tiempo que pase en su casa debería ser 100% lúdico. Me parece importantísimo implicarles en todas las tareas, pero obligarles a realizarlas simplemente porque están preparados no me parece que sea lo más respetuoso para el pequeño, especialmente si se quejan o protestan. Creo que es mucho más positivo que quieran ayudar porque consideren que es lo correcto a que ayuden porque se lo exigen sus padres. Es exactamente igual que a la hora de cocinar, que sepan ponerse el colacao por las mañanas, no implica que de vez en cuando quieran que les pongan el desayuno (yo tengo 31 años y me sigue encantando que me traigan el café a la cama). Este post de ShikobaKids expresa exactamente lo que siento sobre este tema:

“Pensar que fomentar la autonomía significa que el niño se lo haga todo de buenas a primeras: a veces trato con papás que al acercarse al método piensan que es una especie de billete de lotería premiado. Creen que su aplicación supone no volver a vestir al niño, no tener que darle de comer nunca más y cargarlo de actividades como limpiar, ocuparse de su ropa, juguetes,... En cierto modo esto es así, gracias al método se consigue una enorme autonomía física pero lo más importante no es si tu hijo hace estas cosas antes o después (todo el mundo termina por hacerlas y si te pide ayuda dásela porque detrás puede que te esté pidiendo otra cosa como atención,

afecto, compañía,...). Lo verdaderamente importante es la autonomía moral, aprender a tomar sus propias decisiones y, para esto, **los padres tenemos que trabajar mucho, deshacernos de prejuicios sobre las cosas que pueden o no decidir (si quieren una u otra ropa, si comen, si se bañan, si eligen un determinado peinado o corte de pelo,...)**. En nuestro caso, por defecto, intentamos que puedan elegirlo todo, siempre que no se dañe nada ni a nadie y nuestras posibilidades lo permitan”



Por último os recomiendo que les propongáis a vuestros hijos actividades de vida práctica, es una parte esencial del método Montessori, les permite desarrollar su autonomía, independencia, concentración, los músculos de las manos y sobre todo les otorga una increíble autoestima y propiocepción. No hay nada que los haga sentirse más orgullosos que hacer las mismas acciones que los mayores. Que los desastres que se forman en la cocina (al principio) no te frenen jamás en el camino de la conquista hacia la autonomía (que épico me ha quedado jeje).

