



Province
de Liège

Formation

Accompagner mon enfant vers l'autonomie

Je lui apprends à ne pas baisser les bras

J'accepte ses erreurs, ses maladresses

Je le mets en confiance et je parle avec lui

Je le félicite même si ce n'est pas parfait

Je le guide sans faire à sa place

Je l'aide à prendre des décisions



Comment l'aider lorsqu'il réalise des actions comme vouloir s'habiller seul, se brosser les dents, se laver, ... ?

- ★ J'accompagne mon enfant en lui montrant et ensuite en le faisant avec lui.
- ★ J'encourage mon enfant, je le félicite et je lui dis qu'il en est capable.
- ★ Je l'encourage à trouver des solutions à ses problèmes et à agir seul, tout en étant à son écoute.
- ★ J'organise l'aménagement de la maison pour qu'il puisse réaliser des tâches seul, par exemple :
 - Pour les petits : placer un porte-manteau à sa hauteur pour qu'il puisse ranger, placer un marchepied près du lavabo,...
 - Pour les plus grands : faciliter l'accès à son matériel scolaire et à ses collations pour qu'il puisse préparer sa mallette seul,
- ★ Je le laisse faire tout seul, tout en restant attentif, même si je vais plus vite en le faisant moi-même dans l'immédiat.
Une astuce : Profitez des moments où vous êtes détendus (we, vacances,...).
- ★ Je lui donne des tâches qui sont adaptées à son âge et à ses capacités: mettre son manteau, se verser un verre d'eau, préparer sa mallette,.... Mon enfant sera fier du travail accompli et je n'oublie pas de le féliciter, même si ce n'est pas parfait !
- ★ Je communique avec mon enfant, je le rassure, je le mets en confiance pour qu'il puisse avancer pas à pas, je reste cependant vigilant lorsqu'il réalise certaines actions ou manipule certains ustensiles.
- ★ Je lui apprend que'il a le droit de se tromper, de ne pas tout bien faire du premier coup (voire du deuxième..); c'est en réessayant qu'on obtient un résultat !



Chaque enfant est différent et se développe à sa manière, mais voici quelques repères pour vous aider :

2 - 3 ans

Se laver les mains et les essuyer avec l'aide d'un parent

Se déshabiller et enlever ses chaussures

Sortir les jouets de la baignoire

Aller chercher des objets à sa disposition

Mettre son manteau à un crochet à sa portée

4 - 5 ans

Se laver tout seul

S'habiller seul

Préparer ses collations

Rouler à vélo

Apprendre à nager sous surveillance rapprochée

6 - 7 ans

Se servir un verre d'eau

Se brosser les dents seul

Faire les lacets de ses chaussures

Apprendre à nager « en sécurité »

Planifier et organiser un travail simple

Apprendre le sport avec des règles

8 - 9 ans

Faire ses tartines

Se laver les cheveux

Apprendre le sport avec des règles

Mettre et débarrasser la table seul

10 - 11 ans

Faire ses devoirs seul

Aller sur internet accompagné d'un adulte

Préparer des repas simples