

Favoriser l'autonomie de mon enfant.

Quelles tâches à quel âge ?

Entre 18 et 36 mois, un enfant commence à vouloir vraiment faire les choses par lui-même. Il faut alors l'encourager et l'aider si besoin. Il y aura des réussites et des échecs. Soyez positifs pour que votre enfant garde confiance en lui.

Faire seul ne veut pas dire faire toujours seul. Votre enfant a réussi à mettre ses chaussures aujourd'hui ? Attention, il aura encore besoin de votre présence et de votre aide pendant quelques temps. Avant d'être autonome, il faut beaucoup répéter. De même, si un jour vous êtes pressés, mettez lui ses chaussures en lui expliquant la situation. Aujourd'hui votre enfant est très fatigué ? Aidez-le davantage que d'habitude.

Parfois, il vous faudra peut-être « forcer » un peu l'autonomie de votre enfant : « Tu es assez grand maintenant pour nous aider, pour faire seul... » ou **vous forcer à ne plus faire à la place de votre enfant...** Il ne vous en aimera pas moins !

Un enfant autonome, c'est du temps pour vous et le reste de la famille, pour de nouvelles activités avec lui en rapport avec son âge.

Vous trouverez ci-dessous quelques tâches parmi d'autres que votre enfant pourrait réaliser selon son âge, garçon comme fille.

	2 ans	3 ans	4 ans	5 ans	6 ans
Nourriture 	<ul style="list-style-type: none"> -Boire seul avec un verre. -Manger seul avec une cuillère (pas forcément très proprement!) 	<ul style="list-style-type: none"> - Manger seul avec une fourchette (petite fourchette) 	<ul style="list-style-type: none"> -Remplir un verre tout seul. -Apprendre à utiliser un couteau (à bout rond) et une fourchette correctement. 	<ul style="list-style-type: none"> - étaler de la confiture sur sa tartine. 	
Hygiène 	<ul style="list-style-type: none"> -Commencer à s'essuyer le nez. - Si votre enfant sait monter et descendre seul les escaliers, l'apprentissage de la propreté peut commencer. - se laver les mains avec aide avant et après manger, après les toilettes ou après mouchage 	<ul style="list-style-type: none"> -Se brosser les dents avec de l'aide. -Sa laver seul les mains -Se savonner avec supervision 		<ul style="list-style-type: none"> - se brosser les dents seul avec supervision <p>Se laver le corps et les cheveux avec de l'aide et une supervision</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Se brosser seul les dents. -Se brosser les cheveux, se coiffer.
Vêtements 	<ul style="list-style-type: none"> -Commencer à s'habiller seul quand les vêtements sont amples. -Essayer de mettre tout seul ses chaussures et ses chaussettes. -Enlever ses souliers, son t-shirt, une robe ou son pyjama, mettre ses chaussons 	<ul style="list-style-type: none"> - Se déshabiller seul, avec de l'aide s'il y a des attaches. -Mettre ses souliers et ses bottes, mais pas toujours dans le bon pied. 	<ul style="list-style-type: none"> -S'habiller seul, même si il faut parfois aider pour certaines attaches ou vêtements serrés. -Attacher la fermeture éclair de sa veste. -Détacher la plupart des boutons. -Reconnaître l'endroit et l'envers des vêtements. 	<ul style="list-style-type: none"> -Faire des boucles avec des lacets. - Mettre ses souliers aux bons pieds. - attacher la plupart des boutons. 	<ul style="list-style-type: none"> -Préparer son sac pour aller chez ... avec de l'aide - Préparer son sac pour aller à l'école, au sport, avec supervision
Vie de famille 	<ul style="list-style-type: none"> - Ranger son manteau et ses chaussures en rentrant. - Jeter ses déchets à la poubelle (son mouchoir, le pot de yaourt... par exemple). -Mettre ses habits dans le panier à linge sale. -Apparier les chaussettes propres - Ranger ses jouets et ses livres avec de l'aide, même si tout n'est pas parfait. -Marcher en donnant la main pour se promener ou aller à l'école 	<ul style="list-style-type: none"> Ranger les objets à leur place. Aider à ranger les courses. Utiliser une pelle et une balayette -Arroser une plante. Nettoyer les petites surfaces avec un chiffon humide -Ranger correctement ses jouets. 	<ul style="list-style-type: none"> -Aider à réaliser une recette (salade, gâteau..) -Aider à mettre la table (assiettes et verres) et débarrasser. -Essuyer un dégât. -Nourrir les animaux. - aider à étendre le linge (petite pièces) -Mieux ranger sa chambre. 	<ul style="list-style-type: none"> -Mettre et débarrasser la table entièrement -S'occuper d'un animal domestique. - aider à passer l'aspirateur -Faire son lit en remontant la couette. 	<ul style="list-style-type: none"> -Aider à la préparation des repas sous la surveillance de l'adulte. -Répondre au téléphone. -Passer l'aspirateur. -Plier et ranger ses vêtements