

Comment aider mon enfant

à DÉVELOPPER son autonomie ?

Vous cherchez des stratégies afin de développer le sens des responsabilités, le sens de l'effort et l'autonomie de votre enfant?

Et bien, la solution la plus simple est de cesser d'assumer ses responsabilités
À SA PLACE!!

Chaque fois que vous faites les choses qu'il est capable d'assumer lui-même, vous dites à votre enfant que vous croyez qu'il n'en est pas capable.



À la longue, la situation peut miner son estime personnel et sa motivation à être autonome. C'est souvent plus rapide de faire les choses nous-même, mais en lui donnant des tâches et en acceptant qu'il aura besoin d'un peu de temps et d'aide pour les assimiler, vous installez chez-lui des habitudes qui lui serviront toute sa vie.



LES TÂCHES ENSEIGNENT LE SENS DE L'EFFORT AUX ENFANTS.

ET LE SENS DE L'EFFORT EST L'UNE DES BASES DE LA

RÉUSSITE SCOLAIRE ET SOCIALE!

Comment aider mon enfant

à DÉVELOPPER son autonomie ?



La première étape avant de donner des tâches à un enfant, c'est de lui laisser les siennes: ranger SA chambre, mettre SES vêtements au lavage, se servir lui-même, se faire à déjeuner, etc.) Laissez-le assumer toutes tâches qu'il est capable de faire, quitte à ce que ce soit un peu plus long.



ON DOIT D'ABORD ENSEIGNER ET BIEN MONTRER CE QU'ON ATTEND DE L'ENFANT. IL PEUT ÊTRE INTÉRESSANT DE FAIRE DES LISTES OU D'ILLUSTRER LA TÂCHE ET SES DIFFÉRENTES ÉTAPES. ON DEVRA ENSUITE ACCOMPAGNER ÉTROITEMENT L'ENFANT AFIN DE L'ENTRAÎNER DANS CETTE NOUVELLE HABILITÉ, PUIS RELÂCHER PROGRESSIVEMENT NOTRE SOUTIEN.


Il n'est pas nécessaire, ni même souhaitable, de rémunérer les tâches. Surtout si elles concernent ses affaires personnelles (faire SON lit, ranger SA chambre).

Toutefois, si on tient à rattacher l'allocation à un travail, il est préférable que celui-ci serve à toute la famille (tondre le gazon, nettoyer la piscine, déneiger l'entrée, passer le balais au salon, etc.).



Attention d'y aller progressivement dans l'attribution de nouvelles tâches, sinon on risque de provoquer des échecs démotivants pour l'enfant.

Les tableaux de motivation sont un excellent moyen d'instaurer une nouvelle tâche.

IL EST IMPORTANT DE DÉMONTRER NOTRE SATISFACTION ET NOTRE FIERTÉ À L'ENFANT PUISQUE ÇA RESTE LA MEILLEURE DES RÉCOMPENSES! 

QUELLES SONT LES TÂCHES et RESPONSABILITÉS QUE JE LAISSE À MON ENFANT?

Chacune des tâches et responsabilités suivantes peuvent généralement être assumées par un enfant de 6 ans avec supervision et rappel. L'enfant de 12 ans devrait être en mesure d'assumer la majorité de ces responsabilités de façon autonome.

Dans le tableau de la prochaine page, cochez les tâches que vous faites à la place de votre enfant, cochez ensuite ce que vous croyez qu'il est capable de faire tout seul, puis, enfin, les tâches que vous lui laisserez à l'avenir. Allez-y progressivement toutefois! On ne devient pas responsable du jour au lendemain.

Comment aider mon enfant

à DÉVELOPPER son autonomie ?



responsabilités

Me réveiller le matin (À l'aide d'un réveil qu'on m'aura rappelé de mettre la veille...)

Choisir mes vêtements (avec quelques conseils...)

M'habiller (l'habit de neige aussi...)

Faire mon lit

Me servir mes breuvages

Ramasser mon assiette (matin, midi, soir), l'amener au comptoir, la rincer et la mettre au lave-vaisselle.

Mettre et débarrasser la table

Me coiffer (du moins me brosser les cheveux.)

Me brosser les dents

Ramasser mes jouets quand on me le demande

Préparer mon sac d'école (et l'apporter moi-même...)

Ranger mes vêtements d'extérieur quand je rentre

Lorsque mes parents me disent que c'est l'heure des devoirs, aller chercher mon sac d'école et sortir moi-même mon matériel.

Une fois que je sais ce que j'ai à faire, travailler seul et demander de l'aide au besoin.

Lors du bain, faire couler l'eau (avec supervision) et préparer ce dont j'ai besoin (serviette, pyjama)

Me laver (avec supervision jusque vers l'âge de 8 ans)

Laver mes cheveux (vers 8 ans)

Me sécher moi-même, m'habiller et mettre mes vêtements sales dans le panier à lavage.

Me mettre au lit et attendre que mes parents viennent me border.

Ce que je fais à sa place

Ce qu'il est capable de faire

Responsabilités que je vais lui laisser à l'avenir