



Trucs et astuces sur...

# L'autonomie

Faites confiance à votre enfant.

# L'autonomie

**Faites confiance à votre enfant.** Cela favorise son autonomie et renforce sa confiance en lui. Nous aspirons tous à être l'acteur de notre propre vie. La satisfaction de pouvoir agir et faire soi-même incite à l'apprentissage actif et à l'accumulation d'expériences.

## Ce que vous pouvez faire :

- Laissez votre enfant faire le plus de choses possible seul. Par exemple :
  - S'habiller et se déshabiller
  - Apporter des objets
  - Se laver et se sécher les mains
  - Mettre des déchets à la poubelle
  - Manger avec des couverts
- Veillez à ne pas trop intervenir – mais soyez prêt à venir en aide à votre enfant.
- Aménagez l'environnement de votre enfant de sorte qu'il puisse être autonome. Par exemple :
  - Placez un marchepied près du lavabo.
  - Mettez à votre enfant des vêtements sans fermeture compliquée.
- Prévoyez suffisamment de temps. Par exemple :
  - Veillez à ce que votre enfant dispose de suffisamment de temps pour mettre ses chaussures avant de sortir avec lui.
- Confiez de petites tâches à votre enfant. Par exemple :
  - Nettoyer la table
  - Pendant les courses, aller chercher le lait dans le rayon
- Félicitez votre enfant pour ses capacités et son autonomie.

## À propos :

Les enfants autonomes croient davantage en leurs propres capacités.

## Service éducatif itinérant SEI du canton de Berne

Direction, Frankenstrasse 1, 3018 Berne

Téléphone 031 869 18 78, [info@fed-be.ch](mailto:info@fed-be.ch), [www.fed-be.ch](http://www.fed-be.ch)