

## Favoriser l'autonomie au quotidien

« Non, non, c'est moi qui veux faire tout seul! »

Il est 7h30, Mini Chou n'est toujours pas habillé et dans 30 minutes vous êtes censé arriver au travail. Ça c'est le topo des bons jours. Mais il y a les autres avec leurs « Non, non, non, je veux faire tout seul », de la tartine du petit-déj', en passant par le lavage de la frimousse ou des dents, de l'habillement, jusqu'aux bottes de pluie alors qu'il fait 35 degrés dehors : l'organisation n'est pas toujours simple.

Que faire ? Comment faire ? Au quotidien de parent ou d'éducateur stressé, il n'est pas tous les jours facile de jongler entre les désirs d'autonomie de nos bambins et les contraintes temporelles. Pensons-y : apprendre à faire seul, c'est grandir, connaître son corps, le maîtriser mais surtout apprendre à bouger.



Alors quand Mini Chou me rend pomme, je me dis que c'est pour la bonne cause – finalement s'habiller seul c'est un peu comme apprendre à marcher. Et j'en retiens trois commandements essentiels à la survie du parent/éducateur :

1. Pour un temps, plus de temps tu prévoiras
2. L'autonomie tu favoriseras
3. Deux choix tu proposeras



Et de la patience tu auras mais celui-ci ne vaut pas que pour ça. Désormais, je nous active un poil plus tôt que d'habitude. J'encourage son envie de manger seul à la cuillère et file me laver les dents pendant ce temps. Je laisse un choix entre le t-shirt vert ou le t-shirt bleu et propose mon aide si besoin. Je prends soin de mettre les choses à sa hauteur et le laisse choisir en encourageant la réflexion : « Oui il fait bien 35 degrés, mais les bottes de pluie c'est pour quand il fait quel temps ? »

Patience, négociation mais surtout encouragement, voilà les maîtres mots de l'apprentissage de l'autonomie.