

Lista działań wspierających autonomię dziecka

Działania opiekunek wspierające czynności higieniczne:

- informujemy dziecko o zamiarze zmiany mu pieluszki i czekamy na jego reakcję;
- przypominamy dzieciom o korzystaniu z toalety lub nocnika, ale dzieci same decydują, czy chcą z nich skorzystać;
- uwzględniamy prawo dziecka do towarzystwa lub intymności w toalecie;
- dziecko nie musi pytać o pozwolenie na skorzystanie z toalety lub umycie rąk;
- wspieramy samodzielność dzieci związaną z higieną odpowiednio do poziomu ich rozwoju, wspomagamy je w treningu związanym z higieną, ale respektujemy ich prawo do odmowy tego treningu;
- na bieżąco uzgadniamy z pozostałymi opiekunami sposoby wspierania dzieci w rozwoju związanym z higieną;
- przekazujemy informacje rodzicom i zbieramy od nich istotne informacje związane z higieną;
- wymieniamy z rodzicami aktualne informacje na temat umiejętności dziecka w zakresie czynności higienicznych i uzgadniane są z nimi wspólne działania w tym zakresie;
- dzieci nie są karane za załatwianie naturalnych potrzeb fizjologicznych, niezależnie od miejsca, gdzie to się odbywa (skorzystanie z nocnika, zmoczenie się);
- nie zawstydzają się dziecka ani nie okazują rozczarowania, gdy dziecko nie zasygnalizuje potrzeby skorzystania z nocnika lub toalety;
- przebieranie dziecka odbywa się bez pośpiechu, z delikatnością i uważnością, żeby nie sprawić mu bólu czy przykrości, opiekun jest w kontakcie z dzieckiem;
- nie okazuje się dzieciom werbalnie i niewerbalnie swojej niechęci przy czynnościach związanych z pielęgnacją;
- opiekun wypracowuje z dziećmi nawyk mycia rąk – odbywa się to co najmniej przed każdym posiłkiem i zawsze po skorzystaniu z toalety (dotyczy dzieci, które już są na tym etapie rozwoju).

Działania opiekunek wspierające spożywanie posiłków:

- uprzedzamy dzieci, że zbliża się pora posiłku, pozwalając im dokończyć zabawę;
- zapraszamy dzieci do wspólnego sprzątania po posiłku;
- dzieci mają tyle czasu na posiłek, ile potrzebują;
- nie nagradzamy dzieci za zjedzenie posiłku, ani nie karzemy za odmowę jedzenia;
- akceptujemy to, że dziecko może nie chcieć niczego zjeść;
- uwzględniane są werbalne i pozawerbalne sygnały dzieci dotyczące potrzeby jedzenia oraz ilości spożywanych potraw;
- nie nalegamy, aby dziecko zjadło wszystko, co ma na talerzu;
- w miarę możliwości rozwojowych pozwalamy, żeby dzieci same nakładały sobie jedzenie;
- dziecko, które nałoży sobie za dużo, nie jest zmuszane do zjedzenia wszystkiego;
- zachęcamy dzieci, w tym także niemowlęta, które uzyskały bezpieczną pozycję siedzącą, do samodzielnego jedzenia;
- dzieci mogą jeść rękoma, zwłaszcza te, które nie potrafią jeszcze używać sztućców;
- dziecku, które ma trudności z jedzeniem, pomagamy karmiąc je łyżeczką lub widelcem za jego zgodą;
- dzieci nie potrafiące samodzielnie jeść karmione są w kontakcie „jeden na jeden”;
- pilnujemy, żeby wszystkie dzieci w czasie posiłku miały stały dostęp do łyżki i widelca;
- pozwalamy dzieciom podczas posiłku prowadzić rozmowy z personelem i innymi dziećmi siedzącymi przy stole;
- staramy się w miarę możliwości jeść razem z dziećmi przy stolikach;
- proponujemy dzieciom potrawy, tłumaczymy nazwy i składniki dania;
- rozmawiamy z dziećmi o tym, co jest zdrowe, a co nie;
- umożliwiamy dzieciom udział w przygotowaniu prostych potraw;
- zbieramy od rodziców informacje dotyczące żywienia dziecka, w tym

jego preferencji żywieniowych, godzin posiłków, nawyków i rytuałów, ewentualnych trudności żywieniowych, umiejętności;

- wspólnie z rodzicami i współpracownikami uzgadniamy potrzeby dzieci związane z żywieniem, uwzględniając zasady zdrowego żywienia i profilaktyki otyłości;
- zachęcamy rodziców do stosowania zasad zdrowego żywienia w domu;
- prowadzimy bieżącą obserwację dzieci w sytuacjach związanych z żywieniem i w razie wyraźnie niepokojących objawów dzielimy się spostrzeżeniami z rodzicami;
- wiemy, jakie zachowania dzieci związane z żywieniem uznać za niepokojące i w razie potrzeby kierujemy rodziców do specjalisty.

Wszystkie działania mają na celu wspieranie autonomii dziecka. Działania z listy są wprowadzone i dostosowane do aktualnych warunków i etapu rozwojowego u dziecka / w grupie.