

ERGOTHÉRAPIE

Est-ce que je peux le faire seul? Est-ce que je suis en voie de le faire seul? Est-ce que j'ai une stratégie pour m'aider à le faire seul?

On a parfois tendance à acheter plein de nouveaux articles pour l'école (p. ex. sacs, souliers, vêtements, etc.) et à les ranger pour qu'ils restent beaux et propres jusqu'à l'entrée scolaire en septembre. Cependant, en faisant ceci les enfants n'ont pas l'occasion de se pratiquer avec ces items. Lors de l'entrée à l'école, le fait de devoir bien manipuler tous ces nouveaux articles peut être un stress de plus pour l'enfant. Il serait préférable que les enfants aient l'occasion de se pratiquer à l'avance afin qu'ils puissent devenir confortables et confiants avec ce qu'ils portent et apportent à l'école. Une petite idée qui pourrait faciliter la transition à l'école consiste à préparer un dîner typique qui serait envoyé à l'école et de faire un pique-nique avec votre enfant. Observez votre enfant pour voir s'il peut se débrouiller seul avec ce dîner, tel qu'il le ferait à l'école, afin de savoir ce qui pourrait être mis en place afin de faciliter la tâche. Vous pourriez aussi donner des occasions de pratiques à votre enfant de placer des items personnels dans un sac à dos qu'il doit gérer lui-même. Ainsi, il sera en mesure de le faire de façon autonome et avec confiance une fois entré à l'école.



Réflexion sur les items à porter et apporter à l'école



Est-ce que je peux ouvrir et fermer mon sac à dos et ma boîte à dîner?



Est-ce que je peux mettre et enlever mes souliers et mes bottes?



Est-ce que je peux ouvrir et fermer les contenants de nourriture et de breuvage dans ma boîte à dîner?



Est-ce que je peux mettre et enlever mon manteau, mon pantalon de neige, ma tuque, mes mitaines et mon foulard?



Est-ce que je peux ouvrir les emballages de mes collations?

Sinon, est-ce que je peux le faire avec des ciseaux? Je pourrais en garder dans ma boîte à dîner!



Est-ce que je peux mettre et enlever mon pantalon? (pour contribuer à mon indépendance à l'utilisation de la toilette)

