

Iseseisvus: kümme nõuannet

Kümme asja, mida saad kodus teha, et julgustada last olema iseseisvam

10

- 1** Paku riideesemeid, mis soodustavad iseseisvust: kergelt üle pea tõmmatavad särgid, elastse vöökohaga püksid, takjakinnituste ja trukkidega riided, mida laps saab ise kinni ja lahti.
- 2** Hoia väike valik lapse riideid talle kättesaadaval kohal, riputades need lapse silma kõrgusel asuvale torule riidepuudele. Pane valmis väike pesukorv või -kast mustade riiete jaoks.
- 3** Et laps saaks ise juukseid kammida, pane talle madalale kohale peegel ja sobivas suuruses juuksehari.
- 4** Lapsel peaks olema ligipääs temale sobivas mõõdus potile. Astmest, mis on mõeldud täiskasvanute potile ronimiseks, ei piisa. See sobib hästi siis, kui laps on juba harjunud potil käima ja on võimeline ise üks-kaks astet ronima. Potile minnes ja seal istudes peab laps end turvaliselt tundma, mitte muretsema mahakukkumise pärast.
- 5** Pane lapsele kraanikausi juurde tool või aste, et ta pääseks käsi ja hambaid pesema. Sedasama astet võib kasutada ka madala istmena aluspükste vahetamiseks.
- 6** Tee üks alumine köögikapp tühjaks ja pane sinna lapse joogiklaasid, väike kann, kausid, taldrikud, lusikad ja kahvlid, iga asi oma kohal või omas karbis.
- 7** Kasuta lapsele sobivas suuruses purunevast materjalist, mitte plastnõusid. Juhul kui need ka vahetevahel maha kukuvad, õpib laps nõusid ettevaatlikult hoidma. Kui midagi lähebki katki, siis suhtu sellesse rahulikult, ilma viha ja riidlemiseta.
- 8** Lapsed söövad tõenäoliselt paremini, kui nad on toidu valmistamisse kaasatud. Juba päris väikesed lapsed võivad koorida mandariini, apelsini või banaani, kui koor natuke ette lahti teha.
- 9** Madal voodi kohe algusest peale annab lapsele vabaduse ringi liikuda. Nii saab ta hommikuti üles ärgates voodist välja ronida. Madalatele riulitele paigutatud mänguasjad tõmbavad tema tähelepanu endale, kui ta üles ärkab.
- 10** Loo rutiin, mis annab lapsele märku, et on aeg magama minna. Igas peres on erinev rutiin, kuid milline iganes see ka poleks, jälgi, et tegevused oleksid kahaneva aktiivsusega: näiteks mänguaeg, vanniaeg, lugemisaeg, magama jäämine sobib väga hästi. Seevastu lugemisaeg, vanniaeg, mänguaeg ja magamisaeg viib kergesti konfliktini!

