



Świętokrzyski Lider  
Akademii Wsparcia Małego Dziecka  
I Ogólnopolskie Stowarzyszenie  
Publicznych i Niepublicznych Żłobków  
i Klubów Dziecięcych



# ***Rady Porady***

## ***#5***

*Jak ocenić, czy naprawdę  
wspieramy autonomię  
dziecka podczas czynności  
higienicznych*



wyjaśnia:  
**Patrycja Gwardecka**  
psycholog kliniczny

[swietokrzyskaakademiiawsparcia.pl](http://swietokrzyskaakademiiawsparcia.pl)

Zadanie realizowane w ramach Projektu „Akademia Wsparcia – krajowy system wspierania rozwoju opieki wczesnodziecięcej w Polsce – 2024-2026” współfinansowanego ze środków budżetu państwa.



## Dlaczego samoocena działań wspierających autonomię dziecka jest tak ważna?

Codziennie czynności higieniczne tj: mycie rąk, ubieranie, korzystanie z toalety to momenty, w których dziecko uczy się samodzielności, sprawczości i zaufania do własnych kompetencji. To także sytuacje, w których dorośli ma ogromny wpływ na to, czy autonomia dziecka jest wspierana, czy nieświadomie ograniczana.

Dlatego instytucje opieki dzieci do lat 3 zachęcają do regularnej samooceny własnych działań. Nie po to, by kogokolwiek rozliczać, ale po to, by upewnić się, że codzienna praktyka naprawdę odpowiada potrzebom dziecka.



Świętokrzyski Lider  
Akademii Wsparcia Małego Dziecka  
I Ogólnopolskie Stowarzyszenie  
Publicznych i Niepublicznych Żłobków  
i Klubów Dziecięcych

„Czy to, co robię, wspiera  
samodzielność dziecka,  
czy raczej ją przejmuje?”

Opiekunowie często działają szybko, automatycznie, z troski i chęci pomocy. W codziennym pośpiechu łatwo przejść czynność, którą dziecko mogłoby wykonać samo choćby częściowo. Nie wynika to ze złej woli, ale z rutyny, presji czasu czy potrzeby „żeby było sprawnie”. Samoocena pozwala na chwilę się zatrzymać i zadać sobie pytanie:

**„Czy moje działania wspierają autonomię dziecka, czy niechcący ją ograniczają?”**

To moment, w którym dorośli może przyjrzeć się swoim nawykom, sposobowi komunikacji i temu, jak reaguje na tempo, emocje i próby dziecka. Taka refleksja nie ma na celu krytyki, lecz zwiększenie świadomości po to, by codzienne czynności higieniczne stawały się okazją do rozwoju, a nie tylko zadaniem do odhaczenia.



## Na co zwrócić uwagę podczas samooceny?

Warto przyglądać się faktom, nie przekonaniom. Zamiast myśleć:

**„On sobie z tym nie poradzi”,**

**lepiej zapytać:**

**„Czy dałam mu realną szansę spróbować?”**

Pomocne są konkretne obserwacje:

- Czy dziecko ma możliwość wykonania czynności samodzielnie, choćby częściowo?
- Czy moje komunikaty są wspierające, a nie pośpieszające?
- Czy dostosowuję tempo do dziecka, czy dziecko musi dostosować się do mojego?
- Czy moje działania wynikają z procedur placówki, czy z przyzwyczajenia i rutyny?

Fakty pomagają zobaczyć, co naprawdę dzieje się w codziennych sytuacjach.



Świętokrzyski Lider  
Akademii Wsparcia Małego Dziecka  
I Ogólnopolskie Stowarzyszenie  
Publicznych i Niepublicznych Żłobków  
i Klubów Dziecięcych

## Takt i uważność w codziennych czynnościach

Dziecko może reagować frustracją, wolnym tempem, niechęcią to naturalne. Rolą dorosłego jest zachować spokój i dać przestrzeń na te emocje.

### **Pomocne są komunikaty:**

- „Widzę, że to dla Ciebie trudne, ale spróbujmy razem.”
- „Możesz zrobić to sam, a ja jestem obok, jeśli będziesz potrzebować pomocy.”
- „Twoje próby są ważne, nie musisz robić tego idealnie.”

Takie zdania wzmacniają poczucie kompetencji i bezpieczeństwa.



**Świętokrzyski Lider**  
**Akademii Wsparcia Małego Dziecka**  
I Ogólnopolskie Stowarzyszenie  
Publicznych i Niepublicznych Żłobków  
i Klubów Dziecięcych

**Odwołuj się do  
ustalonych zasad, nie do  
własnych przekonań**

Samocena działań powinna być osadzona w procedurach instytucji, a nie w osobistych opiniach.

**Dlatego warto pamiętać:**

- „W naszej placówce wspieranie autonomii jest standardem, nie opcją.”
- „Działamy zgodnie z ustalonymi zasadami, które mają wspierać rozwój dziecka.”

To pomaga zachować spójność i poczucie bezpieczeństwa zarówno u dzieci, jak i u dorosłych.



Świętokrzyski Lider  
Akademii Wsparcia Małego Dziecka  
I Ogólnopolskie Stowarzyszenie  
Publicznych i Niepublicznych Żłobków  
i Klubów Dziecięcych

## Współpraca zamiast presji

Samooceana nie ma być narzędziem kontroli,  
lecz rozwoju.

### **Może prowadzić do:**

- lepszej komunikacji w zespole,
- wspólnego ustalania strategii wspierania dzieci,
- wymiany dobrych praktyk,
- większej uważności na potrzeby najmłodszych.

Dzięki temu codzienne czynności higieniczne stają się nie tylko rutyną, ale ważnym elementem budowania autonomii.