

3 AÑOS:

Comida

- Puede comer él sólo yogures, purés, carne cortada, patatas fritas y la sopa con algún que otro accidente.
- No necesita pedir el agua si se le pone un banquito y un vaso de plástico en el lavabo del baño.
- Coge su babero y se lo pone (si lleva velcro o una goma) cuando llega la hora de cenar.
- Lo deja en su cajón cuando termina.
- Cuando todos ponen la mesa, él colabora llevando el pan, las servilletas, etc., aunque todavía no como una responsabilidad diaria.

Vestido

- Se desviste solo, menos la camiseta y los calcetines (si son pequeños necesitan ayuda), mientras mamá/papá prepara el baño.
- No se viste solo, pero colabora activamente.
- Sabe colocar el abrigo invertido en el suelo, meter las manos por las mangas y ponérselo solo, haciéndolo volar por encima de su cabeza.
- Cuelga su abrigo de una percha pequeña a su altura (en su cuarto) cuando llega del colegio, pero se lo tiene que recordar mamá/papá.
- Coge solo su mochila y la lleva puesta hasta el colegio.

Baño y aseo

- Colabora en frotarse la tripa y las rodillas en el baño.
- Mamá/papá le baña y debe sacarlo del agua, no siempre muy contento. Pero no monta pataletas para salir. Si se le acostumbra, quita el tapón y accede de buen grado a salir cuando el agua ha desaparecido.
- Se frota los dientes con el cepillo más o menos bien mientras imita a mamá/papá cuando se lava los suyos.
- No se peina solo, se deja peinar pero no se le permite que decida SIEMPRE que coiletero va a ponerse.

Control de esfínteres

- Se controla perfectamente de día. Si no lo hace puede querer llamar la atención. Se le ayuda a cambiarse sin la más mínima atención. Si puede hacerlo solo, se le permite hacerlo.
- Por la noche puede tener todavía dificultades. Si esto sucede no le prestamos más atención de la necesaria.

Dormir

- Si no se le consienten tonterías se va a dormir sin problemas después de un ritual de despedida: hacer pis, beber, dar un beso y escuchar un cuento breve. De vez en cuando intenta llamar la atención, pero si se le ignora no se repite.
- Tras estar malito, quiere seguir durmiendo con mamá y papá, pero después de 3 días de firmeza, vuelve a sus antiguas costumbres.
- Puede dormir a oscuras, pero en ocasiones necesita una pequeña (muy pequeña) luz de referencia por la noche.

Autonomía emocional

- Prefiere jugar con alguien a estar solo.
- Juega solo en su cuarto 15 minutos o más si el adulto acude muy a menudo a verle, le sonrío, se interesa por su juego, entra en la habitación y coloca la ropa mientras conversa con él, etc.
- Se queda tranquilo con gente conocida tras despedir personalmente a papá y mamá, pero necesita que éstos le digan cuánto tiempo van a estar fuera. Necesita poder prever las separaciones. Cuando sus padres se han ido pregunta por ellos de vez en cuando.
- Cuando papá o mamá llegan de trabajar necesita que le dediquen media hora de atención exclusiva, si es así después acepta bien que ellos se dediquen a otras cosas
- Hace ya mucho tiempo que dejó el chupete, aunque si tiene hermanos pequeños disfruta mucho si le permitimos que juegue a ser bebé sólo un rato.

Responsabilidades

- No tiene edad para tener una responsabilidad específica con la que cumplir cada día sin que nadie se lo mencione, pero colabora con papá y mamá.
- Ayuda a recoger sus juguetes antes de salir al parque o de acostarse si papá y mamá le enseñan y se lo exigen.
- Saca la compra de la bolsa y ayuda a colocarla. Reconoce dónde se colocan las cosas y disfruta haciéndolo.
- De vez en cuando (porque lo hace muy lentamente) puede distribuir los cubiertos en cada compartimento.
- En el supermercado coge y pone en la bolsa las cosas que se le indican.
- Lleva todos los días su pañal a la basura antes de ir a desayunar (en caso de que todavía lo use).
- Aunque le gusta, todavía no se le permite contestar al teléfono.
- Debe saber que no debe abrir nunca la puerta de la calle sin estar acompañado de un mayor.
- Entiende cuándo puede cruzar una calle atendiendo al semáforo. Le gusta avisar a papá o a mamá de que el semáforo está verde.

4 AÑOS:

Comida

- Come solo aunque no sabe cortar la carne.
- Empuja con pan aunque se mancha los dedos.
- Toma sopa con cuchara con bastante pulcritud.
- Se pone el babero, lo deja en su sitio y puede llevar el plato al fregadero.

Vestido

- Se desviste: puede quitarse incluso la camiseta y los calcetines.
- Se viste solo los fines de semana:
- Tiene dificultades para identificar qué es para atrás y qué para delante,
- Todavía confunde los zapatos de pie,
- No se puede abrochar el botón del vaquero.

- Tiene dificultad con los botones de la camisa, se pone los calcetines con ayuda,
- No sabe hacer el lazo de los zapatos, pero si abrocharse una hebilla.
- Durante la semana se viste solo: el abrigo, los pantalones, los zapatos.
- Se pone el pijama solo todos los días mientras el adulto le mira y le anima (a veces le echa una mano), pero si se le deja solo, corre por la habitación sin ropa y reclama atención (le gusta que los mayores vean cómo hace las cosas).
- Si se le ha acostumbrado a ello, cuelga el abrigo en una percha pequeña cuando llega a casa.

Baño y aseo

- Tiene su propio cepillo de dientes y se frota los dientes (más o menos) sin supervisión si mamá/papá le dice que lo haga.
- Se desviste solo y sabe ponerse el pijama sin ayuda. Lo hace solo salvo excepciones.
- Hace pinitos para peinarse, pero todavía no sabe. Aprende a regular el agua de la bañera.
- Acepta sin rabieta salir del baño si se le ha dejado jugar un ratito.
- Sabe poner gel en la esponja, aunque no se baña solo.
- Sabe echar la cabeza para atrás sin miedo para aclararse el pelo.

Control de esfínteres

- Por lo general ya controla de día y de noche.
- Se levanta solo a hacer pis por la noche aunque, si el baño está muy lejos, pide ayuda.
- De vez en cuando hay «accidentes» nocturnos sin importancia. No se hace caca.
- Sabe limpiarse solo sin necesidad de llamar a mamá/papá.
- Sabe preguntar por el cuarto de baño aunque esté de visita.

Autonomía emocional

- Juega en su cuarto durante 30-45 min. si el adulto acude de vez en cuando y se interesa por su juego, si no lo hace a los 15 minutos acude a hablar con ella, tira algo, se pega con su hermano o hace cualquier cosa que pueda atraer a mamá/papá a su lado.
- Se queda a dormir en casa de familiares o conocidos sin ningún problema si la estancia no supera los 2 -3 días.
- A veces tiene miedo y quiere dormir con mamá y papá pero no se le permite abusar de ello.

Responsabilidades

- Sabe decir su nombre completo y la calle y piso en el que vive. El teléfono todavía no.
- Localiza alimentos en un supermercado conocido aunque estén en distintos pasillos.
- Ayuda a sacar la compra, pero ahora ya no le atrae tanto la actividad como compartir una charla con mamá/papá mientras lo hace.
- Coloca las servilletas y aprende a colocar los cubiertos.
- Se va a dormir sin pataletas, aunque hace valer su opinión.
- Recoge los juegos que saca si se le acostumbra a guardar las cosas.
- Sabe cruzar una calle, pero no se le deja ir solo.
- Puede ir suelto por la calle, pero debe estar vigilado para que no se despiste.

5 AÑOS:

Comida

- Come más o menos de todo aunque no le guste.
- Tiene dificultades con el cuchillo, se le permite entrenarse con cosas blandas.
- Puede colaborar al poner la mesa colocando el pan, los vasos y los cubiertos, aunque se confunde de lado si no se le supervisa.
- Lleva el plato al fregadero si ésta es la costumbre (de forma habitual).

- Come en un tiempo prudencial sin necesidad de supervisión constante del adulto.
- Bebe agua sin derramarla.
- Abre un yogur sin problemas.
- Puede echarse el azúcar con cuidado, revuelve sacando y metiendo la cuchara en vertical porque si lo hace en círculos derrama el azúcar.
- Le cuesta estar mucho rato sentado en los restaurantes, pero si le dejamos levantarse al terminar un plato las comidas terminan sin incidentes.

Vestido

- Se desviste SIEMPRE para bañarse o ponerse el pijama.
- Se pone el pijama y el albornoz solo.
- Aprende a abrocharse los botones de la camisa. El botón del vaquero le cuesta.
- Se viste solo los fines de semana.
- Se abrocha el botón del pantalón si no está muy duro,
- Se abrocha los botones de la camisa, aunque a veces no casen bien.
- Durante la semana se viste solo aunque muy lentamente: los días que no hay tiempo se pone: los calzoncillos, la camiseta, los calcetines con ayuda, el pantalón, la camisa (los botones con ayuda), el jersey, y la cazadora.

Baño

- Se baña con ayuda de un adulto.
- Se frota solo todo el cuerpo incluido el cuello, aunque mamá/papá supervisa.
- Echa el gel en la esponja.
- Saca el tapón para que se vaya el agua.
- Mamá le lava el pelo,
- Se tira él solo agua con una jarra por la cabeza para aclarar el pelo,
- Se pone el pijama solo.
- Lleva siempre su ropa a lavar.

Autonomía emocional

- Juega solo en su cuarto durante 1 hora sin dar la lata si de vez en cuando nos interesamos por lo que hace.
- Se queda a dormir sin problemas en casa de amigos por un día o dos.
- Disfruta 3-4 días en una granja-escuela, pero puede acordarse por la noche de papá y mamá y necesitar que alguien le consuele (sobre todo al principio),
- Se empieza a enfrentar a los miedos.

Control de esfínteres

- Hace pis y caca solo y no necesita ayuda para limpiarse.
- Se lava los dientes solo si se lo recuerdan.

Responsabilidades

- Sabe su dirección y teléfono.
- Sabe lo que tiene que hacer si se pierde.
- Recoge sus juguetes sin ayuda de mamá/papá, pero agradece que no siempre se le deje solo cuando lo hace, le gusta que le miren cuando hace las cosas bien.
- Coloca su mochila preparada en la puerta para cogerla por la mañana para ir al colegio (necesita que se lo recuerden).
- Aprende a regar las plantas (lo moja todo) y a limpiar un cristal, pero como experiencias aisladas.
- Sabe aceptar un castigo en su cuarto sin pataletas.
- Aprende a abrocharse los cordones de los zapatos y se lo muestra a todo el mundo con orgullo.
- Saca el yogur de la nevera y se lo prepara sin supervisión, pero no se le deja abrir la nevera para servirse lo que desea sin permiso.
- Puede ayudar muy activamente a hacer una ensalada.
- Sabe cortar con cuchillo el tomate y echarlo a la ensalada.
- Aprende a condimentar con aceite y vinagre.
- Comienza a tomar decisiones si se le delimita el campo de elección: por ejemplo, decide si quiere bocadillo de chorizo o de queso. Se le exige ser coherente con la decisión tomada y no se le permite elegir entre cosas que no se le han planteado.