

# Desatero pro rodiče dětí, které nastupují do MŠ

## 1. Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá a jaké to tam je.

Můžete si k tomu vzít obrázkovou knížku nebo si popovídejte s dítětem, které do školky už chodí (mělo by tam ale chodit rádo, aby se vaše dítě nevystrašilo barvitým líčením zlých zážitků).

Vyhňte se negativním popisům, jako „*tam tě naučí poslouchat*“, „*tam se s tebou nikdo dohadovat nebude*“ apod.

## 2. Zvykejte dítě na odloučení.

Při odchodu např. do kina láskyplně a s jistotou řekněte, že odcházíte, ale ujistěte dítě, že se vrátíte.

Dítě potřebuje pocit, že se na vás může spolehnout. Chybou je, vyplížit se tajně z domu. Dítě se cítí zrazené a strach z odloučení se jen prohlubuje.

## 3. Ved'te dítě k samostatnosti.

Zvláště v hygieně, oblékání a jídle. Nebude zažívat špatné pocity spojené s tím, že bude jediné, které si neumí obléknout kalhoty nebo dojít na záchod.

## 4. Dejte dítěti najevo, že rozumíte jeho případným obavám z nástupu do školky...

ale ujistěte ho, že mu věříte a že to určitě zvládne. Zvýšíte tak sebedůvěru dítěte. Pokud má dítě chodit do školky rádo, musí k ní mít kladný vztah. Z toho důvodu nikdy školkou dítěti nevyhrožujte (dítě nemůže mít rádo něco, co mu předkládáte jako trest) – vyhněte se výhrůžkám typu „*když budeš zlobit, nechám tě ve školce i odpoledne*“.

## 5. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní.

Rozloučení by se nemělo příliš protahovat. Ovšem neodcházejte ani narychlo nebo tajně, ani ve vzteku po hádce s dítětem.

## 6. Dejte dítěti s sebou něco důvěrného – (plyšáka, hračku, šátek).

## 7. Plňte své sliby!

Když řeknete, že přijдете po obědě, měli byste po obědě přijít.

## 8. Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající situaci vy.

Děti dokážou velmi citlivě poznat projevy strachu u rodičů. Platí tu, že zbavit se své úzkosti znamená zbavit dítě jeho úzkosti. Pokud máte strach z odloučení od dítěte a nejste skutečně přesvědčení o tom, že dítě do školky dát chcete, pak byste měli přehodnotit nástup dítěte

do školky. Případně se dohodněte, že dítě do školky bude vodit ten, který s tím má menší problém.

#### **9. Za pobyt ve školce neslibujte dítěti odměny předem.**

Dítě prožívá stres nejen z toho, že je ve školce bez rodičů a zvyká si na nové prostředí. Přidá se strach z toho, že selže a odměnu pak nedostane. Samozřejmě – pokud den ve školce proběhne v pohodě – chvalte dítě a jděte to oslavit třeba do cukrárny nebo kupte nějakou drobnost. Materiální odměny by se ale neměly stát pravidlem, dítě by pak hračku vyžadovalo každý den.

#### **10. Promluvte si s učitelkou.**

Promluvte si s učitelkou o možnostech postupné adaptace dítěte – třeba zda můžete s dítětem ze začátku jít na chvíli do třídy, apod.

Těšíme se na Vás a děkujeme, že se s námi budete aktivně zapojovat do komunikace a počáteční adaptaci vašich dětí. Chceme, aby se děti u nás cítily spokojeně a v bezpečí.