



Desatero pro rodiče - jak zvládnout začátek:

- 1) Nechávejte dítě občas bez Vaší přítomnosti, aby si zvykalo na jiné dospělé a své vrstevníky a umělo se odpoutat od rodiny.
- 2) 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.
- 3) Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá a jaké to tam je. Vyhněte se negativním popisům typu „...tam tě naučí poslouchat...“, ale zároveň dítěti prostředí v MŠ nepravdivě neidealizujte „...je tam pro tebe spousta hraček a můžeš si se všemi stále hrát...“ Pokud má dítě chodit do školky rádo, musí k ní mít kladný vztah. Z toho důvodu nikdy školku dítěti nevyhrožujte (dítě nemůže mít rádo něco, co mu předkládáte jako trest). Vyhněte se vyhrůzkám typu: „Když budeš zlobit, nechám tě ve školce i odpoledne.“ Neopakujte dítěti pořád dokola, že má být ve školce hodné.
- 4) Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní. Rozloučení by se nemělo příliš protahovat. Ovšem neodcházejte ve vzteku po hádce s dítětem. Komunikujte s učitelkou, důvěřujte jejím zkušenostem, často když po nervy drásající scéně odejdete, dítě se za chvíli uklidní a jde si hrát.
- 5) Dejte pro začátek dítěti s sebou něco důvěrného z domova (malou hračku, plyšáka, dečku...).
- 6) Plňte své sliby - když řeknete, že přijдете po obědě, měli by jste po obědě přijít. Používejte konkrétní údaje jako po obědě, po svačině, ne jen obecné jako brzy, za chvíli, po práci. Nikdy dítěti nelžete cestou do školky, že jdete jenom na procházku, apod.
- 7) Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající situaci vy. Děti dokážou velmi citlivě poznat projevy strachu u rodičů. Nepřiznávejte mu, že je Vám také smutno, že se Vám stýská.
- 8) Potomka za zvládnutý pobyt ve školce pochvalte. Neříkejte jaké to muselo být strašné vydržet bez maminky, naopak mluvte s ním o tom, co se ve školce dělalo, vyzdvihněte jeho pěkné zážitky.
- 9) Promluvte si s učitelkou o možnostech postupné adaptace dítěte - s dítětem nejprve můžete zůstat ve školce, ale zbytečně tuto dobu neprodlužujte.
- 10) Ujistěte dítě, že je do školky neodkládáte. Vysvětlete mu, že do školky nechodí proto, že na něj nemáte čas nebo že s ním nechcete být doma, ale každý má své povinnosti – vy práci, dítě školku. Buďte důslední. Když už jednou rozhodnete, že dítě půjde do školky, nedejte se přemluvit ani obměkčit pláčem a trvejte na svém.

A jako bonus bod 11) **„NEBOJTE, SPOLEČNĚ TO ZVLÁDNEME“ :**)