

10 dobrých rad pro rodiče, které usnadní Vám i Vašemu dítěti nástup do MŠ

1. Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá

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). Vyhněte 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, se s tebou nikdo dohadovat nebude" apod., 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 s tím, že bude jedině, které si neumí obléknout kalhoty nebo dojít na záchod.

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

Ujistěte dítě, 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 tohoto důvodu NIKDY ŠKOLKOU DÍTĚTI NEVYHROŽUJTE (dítě nemůže mít rádo něco, co mu předkládáte jako trest) - vyhněte se výhrůzkám 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 přijdete po obědě, měli byste po obědě přijít.

8. Platí, že zbavit se své úzkosti znamená zbavit dítě jeho úzkostí

Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte danou situaci vy. Děti dokáží velmi citlivě poznat projevy strachu u rodičů. Pokud máte strach z odloučení od dítěte a nejste skutečně přesvědčeni o tom, že dítě do školky dát chcete, pak byste měli přehodnotit nástup dítěte do školky.

9. Za pobyt ve školce neslibujte 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 nestane. Samozřejmě pokud den ve školce proběhne v pohodě - chvalte dítě a jděte to oslavit třeba do cukrárny. Materiální odměny zvažte, dítě by pak chtělo odměny každý den.

10. Promluvte si s učitelkou o možnostech postupné adaptace dítěte

S dítětem ze začátku můžete jít do třídy, dítě může jít jen na dvě hodiny atd.