

Desatero pro rodiče nově přijímaných dětí

1. Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá a jaké to tam je
2. Zvykejte dítě na odloučení
3. Ved'te dítě k samostatnosti
4. Dejte dítěti najevo, že rozumíte jeho případným obavám z nástupu do školky
5. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní
6. Dejte dítěti s sebou něco důvěrného
7. Plňte své sliby
8. Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající situaci vy
9. Za pobyt ve školce neslibujte dítěti odměny
10. Promluvte si s paní učitelkou

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). 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, 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 si neumí obléknout kalhoty nebo dojít na záchod, že musí čekat na podporu paní učitelky.

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

Plyšovou hračku, polštářek apod. Odborně se tomu říká „přechodový předmět“. Je to vlastně takový zástupce mámy a táty. Něco, co může dodávat dítěti pocit jistoty a spojuje ho to s domovem.

7. Plňte své sliby!

Anebo neslibujte. Když řeknete, že přijдете po obědě, měli byste po obědě přijít. Vždycky je lepší dítě překvapit a vzít jej po obědě nečekaně (můžete v průběhu dopoledne poslat SMS) než jej zklamat. Narušení důvěry se jen těžko opravuje.

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

Děti dokážou velmi citlivě poznat projevy strachu u rodičů. Platí, 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 jeho nástup přehodnotit. Zpravidla ale postačí, když se dohodnete, že dítě bude do školky vodit ten, který s tím má menší problém.

9. Za pobyt ve školce neslibujte dítěti odměny a už vůbec ne předem.

Dítě prožívá stres nejen z toho, že je ve školce bez rodičů a zvyká si na nové prostředí, ale i z toho, že selže a odměnu pak nedostane. Navíc byste tím u dítěte vytvářeli zvyk a také představu, že svět funguje v principu něco za něco. Samozřejmě je na místě dítě ocenit. Projevujte radost z toho, že se dítě osamostatňuje, mluvte o jeho pokrocích před rodinou a přáteli. Pokud se adaptace neodvíjí podle vašich představ, mějte pro dítě pochopení, dejte mu najevo, že i tak jej máte rádi a věříte, že to nakonec zvládne, i když to třeba bude trvat o trochu déle. Rozhodně ale neustupujte, neporovnávejte ho s ostatními a nekritizujte jej za to.

10. Promluvte si s paní učitelkou.

Kdykoli budete cítit potřebu... třeba i o možnostech postupné individuální adaptace dítěte – s dítětem ze začátku můžete jít do třídy, dítě může jít jen na dvě hodiny apod.

Co by mělo dítě před nástupem do mateřské školy umět:

- obouvat a zouvat bačkory a boty
- poznávat si oblečení (přesto by mělo být vše podepsané)
- oblékat a svlékat tričko, kalhoty, ponožky (paní učitelka připraví, nasměruje, pomůže, ale dítě by se mělo snažit)
- vydržet sedět při jídle u stolu
- samo se najíst lžící
- pít ze skleničky, hrnečku
- umývat si ruce mýdlem, utírat se do ručníku, ovládat pákovou baterii
- používat záchod – včas si dojít, **(pleny jsou nepřípustné)**
- používat kapesník, vysmrkat se