

## Desatero pro rodiče nově přijímaných dětí

Vstup dítěte do mateřské školy je pro dítě i celou rodinu životní událostí, která dítě velice ovlivňuje. Dítě přichází do nového prostředí, poznává nové kamarády, dospělé, učí se novým pravidlům a žití ve společnosti. Na dítě jsou kladeny velké nároky a musí se s nimi postupně vyrovnávat, proto je důležité vytvoření klidného rodinného zázemí a podpora rodičů. Dříve osvojené dovednosti a poznatky usnadňují dětem lepší adaptaci a tím zmenšují stres.

1. Mluvte s dítětem o tom, jaké je to v mateřské škole, co se tam dělá, přijďte se s ním podívat na prostředí, seznámte se s paní učitelkou.
2. Zvykejte dítě na chvíle odloučení, začněte v domácím prostředí. Dítě potřebuje pocit, že se na vás může spolehnout, že i když jej opouštíte, vrátíte se.
3. Zamyslete se nad tím, jak prožíváte nastávající situaci vy. Děti dokážou velmi citlivě poznat projevy strachu a obavy rodičů, silně emočně reagují. Pokud máte strach z odloučení od dítěte a nejste skutečně přesvědčení o tom, že dítě do mateřské školy dát chcete, pak byste měli jeho nástup přehodnotit. Případně se v rodině dohodněte, že dítě do mateřské školy bude vodit ten, který s tím má menší problém.
4. Dejte dítěti najevo, že rozumíte jeho případným obavám z nástupu do mateřské školy. Ujistěte ho, že to zvládne, zvýšíte tak jeho sebedůvěru. Aby dítě chodilo do školky rádo, musí si k ní vybudovat kladný vztah. Nikdy mu mateřskou školou nevyhrožujte, vyhněte se výhrůzkám typu „Když budeš zlobit, nechám tě ve školce i odpoledne....“.
5. Vaše dítě se bude cítit dobře tehdy, když bude mít pocit jistoty. Ved'te dítě k samostatnosti, pomůžete mu zbavit se nejistoty. Procvičujte samostatnost zvláště v hygieně, oblékání, jídle. Ujistěte ho o tom, že paní učitelka mu ráda pomůže.
6. Promluvte si s paní učitelkou o možnostech postupné adaptace.
7. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní. Rozloučení by se nemělo příliš protahovat. Paní učitelka vaše dítě brzy uklidní a pomůže mu překonat stesk, pokud jí tu šanci dáte ☺
8. Dejte dítěti s sebou něco důvěrného, co mu navodí kontakt s domovem – např. plyšovou hračku, látkový kapesníček.
9. Plňte své sliby – když řeknete, že přijdete po obědě, měli byste po obědě přijít. V opačném případě bude dítě nešťastné, ztratí důvěru a pocit bezpečí a prostředí mateřské školy bude vnímat negativně.
10. Za pobyt v mateřské škole neslibujte dítěti odměny, nebo nepřijme nové prostředí přirozeným způsobem. Pokud den ve školce proběhne v pohodě, pochvalte dítě a motivujte je k dalšímu pobytu.

Ing. Kateřina Janků MBA

Ředitelka MŠ Sportík