

Desatero pro rodiče před nástupem dítěte do školky

1. **Mluvte s dítětem** o tom, co se ve školce dělá a jaké to tam je. 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 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 do školky chodit rádo, musí k ní mít kladný vztah. Z tohoto důvodu **nikdy školkou dítěti nevyhrožujte**, školka není za trest („Jen počkej, ve školce, tam ti nikdo nepomůže.“ „Paní učitelka tě naučí poslouchat.“ „Když budeš zlobit, nechám tě ve školce i odpoledne.“ apod.)
5. Pokud bude dítě plakat, buďte **přívětiví, ale rozhodní.** Neprodlužujte rozloučení, rozlučte se srdečně, ale co nejdříve. Ovšem neodcházejte ve vzteku po hádce s dítětem.
6. Dejte dítěti s **sebou něco důvěrného** (plyšáka, šátek).
7. **Plňte své sliby** - Když řeknete, že přijdete 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.
10. **Informujte učitelku**, pokud má Vaše dítě nějaké problémy, máte nějaké pochybnosti, požadavky. Pokud se Vám hned vše nedaří, nezaujímejte ke škole negativní postoj. Dejte svému dítěti i nám dostatek času adaptovat se.