

## Začátky v mateřské škole

Začátek docházky do mateřské školy je pro dítě v každém případě velkou změnou a ta s sebou přináší spoustu pocitů a zážitků, se kterými se musí vyrovnat. Jiná budova, jiné vybavení a hračky, než jaké zná z domova, cizí děti, cizí dospělí... Dítě se musí přizpůsobit jinému režimu a naučit se komunikovat s „novou autoritou“ – paní učitelkou. Každé dítě reaguje na tuto situaci trochu jinak.

### Jak dítěti pomoci

- **Běžte s ním do třídy, pohrajte si s ním** – budete mu oporou, dáte mu pocit bezpečí.
- **Zpočátku volte kratší pobyt dítěte v MŠ.**
- **Přibalte mu mazlíčka** – dovoďte svému dítěti, aby si vzalo s sebou oblíbenou hračku.
- **Používejte stejné rituály** – vodte dítě do školky ve stejný čas, vyzvedávejte pokud možno ve stejnou hodinu. Používejte konkrétní údaje o tom, kdy je vyzvednete – po obědě, po svačině – ne obecně jako brzy, za chvíli apod.
- **Rozlučte se krátce** – loučení neprotahujte, někdy je loučení větší problém pro matku než pro dítě, proto je zbytečně nestresujte.
- **Budte citliví a trpěliví** – vyprávějte si o tom, co dítě ve školce dělalo, co nového se naučilo.
- **Ujistěte dítě, že je do školky neodkládáte** – vysvětlete mu, že je máte rádi a že nechodí do školky proto, že na ně nemáte čas nebo že s ním nechcete být doma, ale že každý má své povinnosti, vy práci, vaše dítě školku.
- **Komunikujte s učitelkami** – nejspíš se dozvíte, že když ze školky po nervy drásající scéně odejdete, vaše plačící dítě se rázem uklidní a jde si spokojeně hrát.
- **Potomka za zvládnutý pobyt ve školce pochvalte.**
- **Pozitivně je motivujte** – neříkejte vašemu dítěti, že chápete, jak to muselo být strašné, vydržet takovou dobu bez maminky. Naopak vyzdvihněte jeho pěkné zážitky, zahrajte si s ním hru, kterou se ve školce naučilo.

### Co byste neměli nikdy dělat...

- **Budte důslední a nenechte se obměkčit.** Když už jednou rozhodnete, že půjde dítě do školky, nedejte se přemluvit a trvejte na svém.
- **Nestrašte své dítě školkou** – „Počkej, ve školce ti ukážou“ a za problémy s přivykáním je v žádném případě netrestejte.
- **Nepřiznávejte, že je vám také smutno a že se vám stýská.** Když zvládnete své emoce vy, dítě je zvládne také.
- **Netvrďte dítěti cestou do školky, že jdete na procházku.** Nelžete mu o tom, v kolik hodin je přijdete vyzvednout.
- **Neopakujte dítěti pořád dokola, že má být hodné.**