

## **Jak mohou rodiče dítěti napomoci k úspěšné adaptaci svého dítěte v MŠ**

### **Malé rady, ověřené našimi zkušenostmi**

Na pobyt ve školce dítě připravujte předem – těšte se, dávejte najevo, že školka je báječné místo

Již před třetím rokem věku s ním často chodte mezi děti

Napomožte sociálnímu otužování občasným hlídáním jinou (vám ovšem dobře známou!) osobou.

Rozvíjejte u dítěte potřebné dovednosti sebeobsluhy (při toaletě, hygieně, stravování, oblékání a obouvání).

Vymezujte hranice. Učte dítě, že zdravá míra sebeovládání a ohleduplnosti usnadňují (a zkrášlují) život.

Komunikujte. Naslouchejte svému dítěti a nezlehčujte jeho problémy. Dejte dostatečný prostor všem jeho pocitům a pomáhejte se v nich orientovat. Na druhou stranu nedovolte, aby vámi dítě manipulovalo např. opakovanými scénami, že do školky nepůjde.

Povzbuzujte, chvalte, upozorňujte na rizika, ale nepřehánějte. Buďte zodpovědní k svým slibům i k očekávání, která v dítěti vzbuzujete.

Nelžete dětem, že přijdete po obědě a přitom víte, že přijdete po odpočinku (dítě pociťuje zradu od nejbližšího člověka)

Do prostředí školky uvádějte dítě pozvolna – využijte adaptačního programu po dohodě s učitelkou

Komunikujte s učitelkami a všestranně rozvíjejte nově vznikající trojúhelník mezi sebou, dítětem a novými tvářemi ve školce.

Snažte se poznat děti, s nimiž váš potomek ve školce kamarádí, a pokud je to možné, organizujte i setkávání mimo školku (dovolte, aby kamarád mohl přijít na návštěvu k vám nebo vaše dítě do rodiny kamaráda).

Nedávejte před dítětem najevo strach a obavy ze školky, neplačte před dítětem, nebuďte smutní, že ho opouštíte – dítě váš strach a obavy přebírá

Nedovolte rodině, aby vám vyčítala a dítě litovala, že musí do školky (zejména prarodičům)

Snažte se být trpěliví a důslední při předávání dítěte učitelce (dlouhé přemlouvání a diskutování s dítětem v šatně vede k tomu, že dítě získává prostor pro manipulaci s vámi)

Dejte do školky dítěti oblíbeného plyšáčka s vůní aviváže, kterou běžně používáte – dítě má kousek domova stále u sebe

**Mějte na paměti, že vstup dítěte do školky je velmi zásadní změna v jeho životě**