**RODIČŮM**

**Poprvé v MŠ**

Začátek docházky do mateřské školy je pro děti a jejich rodiče velkou změnou v dosavadním životě. Tato změna s sebou přináší spoustu věcí, pocitů a zážitků, se kterými se musí malý školáček vyrovnat:

* vstup do neznámé budovy a do třídy s jejím vybavením a hračkami
* vstup mezi cizí děti a dospělé
* přizpůsobení se dosud nezvyklému režimu a požadavkům
* komunikace s "novou autoritou" - paní učitelkou
* odloučení od rodičů

**Jak dítěti pomoci?**

* **Buďte dítěti oporou a poskytněte mu pocit bezpečí.**
(pokud o to dítě stojí, zůstávejte s ním po určitou dobu v prvních dnech ve školce)
* **Přibalte mu mazlíčka na spaní.**
(dovolte dítěti, aby si vzalo do školky svého oblíbeného plyšáčka, jiné osobní potřeby a hračky z domova si děti nosí do školky po domluvě rodičů s učitelkami, jedná se o hračky, ke kterým mají citové pouto a často jim výrazně pomáhají urychlit adaptaci na nové prostředí)
* **Používejte stejné rituály**
(voďte dítě do školky vždy ve stejný čas a vyzvedávejte je pokud možno ve stejnou hodinu, používejte konkrétní údaje o tom, kdy je vyzvednete - po obědě, po svačině - ne jen obecné jako brzy, za chvíli, po práci apod.)
* **Rozlučte se krátce**
(loučení dlouze neprotahujte, někdy totiž loučení představuje větší problém pro rodiče než pro dítě, proto je zbytečně nestresujte)

* **Buďte citliví a trpěliví**
(vyprávějte si o tom, co dítě ve školce dělalo a 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, každý má svět povinností - vy práci, vaše dítě školku)
* **Komunikujte s učitelkou**
(možná 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 a pozitivně ho motivujte**
(neříkejte doma dítěti, že chápete, jaké 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 nikdy neměli dělat ...**

* **Nenechte se obměkčit - buďte důslední.**(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"**(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. Rodič musí být dítěti oporou.)
* **Netvrďte dítěti cestou do školky, že jdete na procházku, a nelžete mu o tom, v kolik hodin je přijdete vyzvednout**
* **Neopakujte dítěti pořád dokola, že má být hodné.**

**Rodičovské desatero**

Moji milí rodiče,

* Nerozmazlujte mne. Vím dobře, že bych nemělo dostat všechno, oč si řeknu, já Vás zkouším.
* Nebojte se být přísní a pevní. Mám to raději - cítím se tak bezpečněji.
* Nedovolte, abych si vytvořilo špatné návyky. Spoléhám na Vás, že je včas odhalíte. Nedělejte ze mne menší, než jsem. Nutí mne to, abych se chovalo nesmyslně „jako velký.“
* Nehubujte, nenadávejte a nedomlouvejte mi na veřejnosti. Daleko víc na mne zapůsobí, když se mnou promluvíte v klidu a v soukromí.
* Nevnucujte mi, že mé chyby jsou těžké hříchy. Nabourává to můj smysl pro hodnoty.
* Nenechte se příliš vyvést z míry, když řeknu, že Vás nemám rádo. Nejste to vy, koho nenávidím, ale Vaše moc, která mě ohrožuje.
* Nechraňte mne před všemi následky mého jednání. Potřebuji se někdy naučit snášet obtíže a bolest.
* Nevěnujte přehnanou pozornost mým drobným poraněním a bolístkám. Dokážu se s tím vyrovnat.
* Nesekýrujte mne. Muselo bych se bránit tím, že budu „hluché“ a budu dělat „mrtvého brouka.“
* Nedávejte mi ukvapené sliby. Pamatujte si, že se cítím mizerně, když se sliby nedodržují.
* Nezapomínejte, že se vždy nedokážu vyjádřit tak, jak bych chtělo. Nejsem proto vždycky přesné a nebývá mi rozumět.
* Nepokoušejte nadměrně mou poctivost. Dostanu strach a pak lžu.
* Nebuďte nedůslední. To mne úplně mate.
* Neříkejte, že mne nemáte rádi, i když někdy dělám hrozné věci.
* Neříkejte, že mé obavy a strach jsou hlouposti. Pro mne jsou hrozivě skutečné a hodně pro mne znamená, že se mi snažíte porozumět.
* Nesnažte se mi namluvit, že jste dokonalí a bezchybní. Velmi mne to pak šokuje, když zjistím, že to tak není.
* Nikdy si nemyslete, že je pod Vaší důstojnost se mi omluvit. Po upřímné omluvě se můj vztah k Vám stává ještě vřelejší.
* Nezapomínejte, jak rychle dospívám. Je to určitě těžké držet se mnou krok, ale prosím, snažte se.
* Nezapomínejte, že nemohu dobře vyrůstat bez spousty lásky a laskavého porozumění.

Ale to vše vám nemusím říkat, že ne? Vaše dítě