

# DESATERO PRO RODIČE



## 1. Mluvte s dítětem o tom, co se v dětské skupině dělá a jaké to tam je.

Vyhnete se negativním popisům, jako: „Tam tě naučí poslouchat“!, „Tam se s tebou nikdo dohadovat nebude“!, apod. Dejte dítěti najevo, že rozumíte jeho případným obavám z nástupu, ale ujistěte ho, že mu věříte a že to určitě zvládne. Zvýšíte tak sebedůvěru dítěte. Pokud má dítě chodit do dětské skupiny rádo, musí mít k docházce kladný vztah. Z tohoto důvodu nikdy dětskou skupinou dítěti nevyhrožujte (dítě nemůže mít rádo něco, co mu předkládáte jako trest). Vyhnete se výhrůžkám typu: „Když budeš zlobit, nechám tě v dětské skupině i odpoledne“!

## 2. Zvykejte dítě na odloučení

Postupně zvykání dítěte na odloučení. Příkladem může být návštěva kulturního zařízení. 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, jídle a smrkání.

Nespěchejte, dejte dítěti prostor a dostatek času, aby vše zvládlo samo.

Hrozí pozdní příchod? Zaspali jste? Honem rychle, chvátáme do dětské skupiny?

Dejte sobě a svému dítěti dostatek času na výpravu a cestu do dětské skupiny.

**DĚTSKÁ SKUPINA = RITUÁL.**

## 4. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní.

Rozloučení by se nemělo příliš protahovat. Ovšem neodcházejte narychlo nebo tajně, ani ve vzteku či po hádce s dítětem. Tím si důvěru u dítěte nezískáte a pláč se bude opakovat denně!

## 5. Dejte dítěti s sebou něco důvěrného (plyšáka, hračku).

Možnost mít u sebe něco svého, pomáhá dítěti při stesku po rodině a navodí u dítěte uklidňující pocit.

## 6. Plňte své sliby

Když řeknete, že přijдете po obědě, měli byste po obědě přijít a dodržet čas příchodu spolu s ostatními rodiči. Pokud nemůžete slib dodržet, kontaktujte pečující osobu, aby dítě na změnu připravila! Sebemenší změna, která může nastat, vzbudí u dítěte nejistotu a strach.

Když bude dítě se změnou počítat dopředu, nebude Vám později nic vyčítat.

## 7. Nedávejte dítěti odměnu za to, že do dětské skupiny šlo.

Děti do zařízení chodí především proto, že tam mají spoustu kamarádů, laskavé pečující osoby a zábavu. Nechodí tam za trest.

## 8. Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající situaci vy.

Odpovězte si, zda jste na odloučení dítěte vy sami připraveni. Děti dokážou velmi citlivě poznat projev strachu u rodičů. Platí tu, že zbavit se své úzkosti, znamená zbavit dítě jeho úzkosti.

## 9. V zájmu zdraví a pohody Vašeho dítěte Vás žádáme, abyste dítě předávali a přebírali v šatně a nevstupovali do herny po skončení adaptační doby.

Děti, které jsou již pečujícím osobám předány a jsou ve třídě, mohou na rodiče reagovat plativě.

## 10. Do dětské skupiny nevod'te děti nemocné a nedoléčené.

V Praze dne 1. 2. 2024

Vypracovaly Michaela Posová a Miroslava Karlová