AKO UĽAHČIŤ NÁSTUP DO MŠ

Keď príde ten čas, že sa Vaše dieťa bude chcieť osamostatniť, že začne túžiť po kolektíve detí, môžete mu to uľahčiť. Predídete rôznym komplikáciám, ktoré podobné zásadné zmeny prinášajú. Umožnite svojmu dieťaťu kontakt s rovesníkmi, na ihrisku alebo v materskom centre, aby sa postupne učilo ako vychádzať s inými deťmi, ako uzatvárať kompromisy, ako sa deliť či trpezlivo počkať na nejakú vec, hračku.
Trénujte odlúčenie. Skôr než začne vaše dieťa navštevovať materskú školu, malo by sa vedieť na kratšiu dobu zaobísť bez matky. Príležitostné odlúčenia umožnia dieťaťu získať istotu, že mama mu neutečie, ale sa vráti, ako sľúbila. Pozor, musíte sa vrátiť v dohodnutom čase, aby vám dieťa mohlo dôverovať.
Zoznámte ho s  materskou školou, aby nebola pre nováčika cudzia. Je ideálne, podľa možností MŠ, ukázať mu jej priestory – nie len šatňu ale aj spálňu, herňu, jedáleň a školský dvor. Informujte sa o režime detí v MŠ a hovorte s ním o tom, aby si mohlo vytvoriť konkrétnu predstavu o tom, čo ho v novom prostredí čaká.
Neidealizujte deťom pobyt v MŠ, jeho následkom môže byť sklamanie až odpor. Nikdy sa škôlkou nevyhrážajte: ,,Veď počkaj tam sa s tebou nebudú babrať!“
Usilujte sa zlepšiť samoobslužné návyky dieťaťa, ako je obliekanie, obúvanie, stolovanie a hygienické návyky. Buďte pri tom trpezliví, dieťaťu pomôžete zvýšiť sebaistotu, a tým pocit pohody v novom prostredí.
Aby ste zabránili vzniku ďalších záťaží, je vhodné naplánovať činnosti, ako je sťahovanie alebo narodenie súrodenca na iný čas, alebo ich aspoň odložiť na čas po zvládnutí prvého kritického obdobia. V niektorých prípadoch je lepšie odložiť nástup do MŠ o niekoľko mesiacov podľa veku a stupňa vývinu dieťaťa. Pri telesne a psychicky menej zdatných nováčikov treba čas pobytu v MŠ ešte skrátiť.
Veľmi dôležité je ráno v MŠ odovzdať dieťa bez dlhého lúčenia, ktoré môže dieťa zneistieť, a nápadné správanie matky môže potvrdzovať jeho strach.
Mladšie deti je vhodné odovzdať priamo do rúk učiteľky, pretože fyzický kontakt dieťa zväčša upokojí.
Berte ohľad na telesnú záťaž dieťaťa. Deň strávený v MŠ je nesmierne náročný telesne, a najmä psychicky. Citlivejším deťom vyhovuje poldenný pobyt, nie celodenný, podľa potrieb a možností. Bezprostredne po príchode z MŠ potrebuje dieťa čas na odpočinok. Väčšie aktivity ako veľký nákup, prechádzku po meste alebo návštevu ihriska odložte na neskôr.

(časopis „Nový čas pre ženy“)