Školka je pro dítě velkou změnou. Vždyť je to prakticky poprvé, kdy je pravidelně delší dobu bez vás, u zpočátku neznámé osoby v cizím prostředí. Pokud při vašem odchodu stále pláče, není to nic neobvyklého. Někdy přitom stačí opravdu maličkost, aby pro něj byl váš odchod méně stresující.

Některé děti jsou citlivější a odloučení od maminky nebo tatínka nesou velmi těžko. Každý den je stejný, ráno nechtějí odejít z domova a ve školce se vás drží zuby nehty a vy jste buďto naštvaní a spěcháte do práce, nebo máte co dělat, abyste neplakali také. Pak vám možná paní učitelka řekne: „Ono si zvykne, neprotahujte to a jděte“. Jenže vám se tenhle přístup nelíbí.

Protože víte, že když vy jste šli do nové práce, také se vám tam původně moc nechtělo. Nikoho jste tam neznali, nevěděli jste, jak to funguje a co se po vás bude chtít. A po dětech, které jsou na tom emocionálně mnohem hůře než dospělí, jsou na vás mnohem více fixované, najednou chcete, aby šly sebevědomě do neznámého prostředí.

**Zeptejte se, kde je problém**

Někdy může pomoci obyčejná věta: „a proč se ti do školky nechce?“. Můžete se například dozvědět, že má děťátko nepříjemné tepláky, bačkory, že se stydí říct, že se mu chce čůrat, že nerado ráno cvičí nebo mu nevyhovuje některé ovoce ve svačince. Pak už se jen stačí zeptat, co by dítěti pomohlo, třeba vás překvapí svou odpovědí. Zjistíte ale něco, co vy už můžete řešit a rázem může být po problému.

**Řešte to už doma**

Jestliže nemáte čas na povídání ve školce, protože třeba spěcháte do práce, zkuste vše probrat ještě doma. Budete mít více času, budete oproštěni od emocí, stresu a spěchu, zkrátka faktorů, které celé situaci vůbec nepřidávají. Třeba se dozvíte, že dítě nemá rádo rychlé ranní starty. Domluvíte se na delší době strávené doma před odchodem, přizpůsobíte tomu budíček a může být po problému.

**Pochopte ho**

Nesnažte se upozaďovat pocity dítěte a zlehčovat je stylem: „ale prosím tě“, nebo „tak to zase nepřeháněj“, „nezkoušej to na mě“ a podobně. Dopřejte mu naopak vaše pochopení a klidně mu vykládejte, jak jste se cítili vy první den ve školce. Vysvětlete mu, že je normální stýskat si po rodičích, jelikož se máte rádi a když se nevidíte, je vám smutno. Ale že i když nejste spolu, že na ně neustále myslíte a říkáte si, co zrovna asi dělají. Dítěti pomůže, když bude vědět, že ho chápete a cítíte s ním.

**Protože ty tu nejsi**

Pokud vám dítě odpoví, že nechce být ve školce, protože nemůže být s vámi, je na vás jistě velmi fixováno. Můžete mu zkusit namalovat na ručičku srdíčko, dát do kapsy obrázek nebo navlíknout vaše nejmenší ponožky, cokoliv, aby dítě mělo něco od vás u sebe. Může se tak cítit jistěji a věřit, že i když nejste s ním ve třídě, pořád někde existujete a myslíte na něj.

**Dejte dítěti něco do zástavy**

Některé děti se mohou bát, že se pro ně do školky už nevrátíte. Dejte proto dítěti do školky s sebou něco, co ví, že milujete, třeba oblíbenou gumičku, textilní náramek nebo přívěšek z klíčenky, aby vědělo, že pro to se přece určitě vrátíte. Domluvte se s paní učitelkou, nebo nechte dítěti věc ve skříňce.

**Dovolte mu plakat**

Když zkusíte všechno a stejně to nebude fungovat, možná dítě zkrátka potřebuje čas, aby si zvyklo být bez vás. Jděte proto do školky dříve, nespěchejte, nerozčilujte se a nenuťte dítě, aby přestalo plakat. Naopak ho nechte, ať se vypláče, chovejte ho, objímejte ho, líbejte a zazpívejte mu třeba vaši oblíbenou písničku. Dejte mu klidně čtvrt hodiny, nechte nepříjemné emoce odeznít a pak si zkuste něco veselého říct.

**Co zaručeně nefunguje**

Přemlouvat dítě a vysvětlovat mu, že musíte do práce, dítěti nijak nepomůže. Stejně tak nemá cenu ho lákat na hračky, kamarády a úžasné paní učitelky, když za prvé nevíte, jaké hračky mají ve školce, jaké děti tam jsou a o učitelkách toho zatím také moc nevíte. A za druhé o to vůbec nejde – dítě chce být s vámi. Snažit se dítě podporovat a říkat mu, že to přece zvládne, že už není žádné mimino, vám také fungovat nebude. Některé děti možná potlačí své emoce, ale uvnitř budou smutné. Nejhorší je ale dítě do školky strčit, nic neříct a utéct.