

Postaraj się zachować spokój. Twoje emocje będą udzielały się też dziecku.

Nie krzycz, nie odrywaj dziecka od siebie i nie pozwól, by zobaczyło, że wahasz się, czy zostawić je w przedszkolu.

1. Rano pożegnajcie się krótko. Wymyślcie jakieś zabawne pożegnanie i powtarzajcie ten rytuał codziennie.
2. Powiedz dziecku kiedy po nie przyjdiesz, wymieniając konkretne wydarzenie np. po drugim śniadaniu.
3. Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu.
4. Nie obiecuj, że jeśli pójdzie do przedszkola, to coś dostaniesz. Kiedy je odbierzesz, możesz dać mu jakąś niespodziankę, ale nie może to być forma przekupywania, lecz raczej nagrody.
5. Postaraj się nie wysyłać dziecku sygnałów o swojej niepewności, czy posłać je do przedszkola.
6. Staraj się mówić o przedszkolu w sposób radosny i ciekawy.
7. Unikaj częstego pytania dziecko, czy chce chodzić do przedszkola, czy mu się tam podoba?
8. Zadawaj konkretne pytania np. Czy bawiło się samochodami? Czy zjeżdżało na zjeżdżalni?
9. Czytajcie razem książeczki o przedszkolu.
10. Kupujcie razem rzeczy potrzebne do przedszkola.
11. Opowiedzcie o swoich wspomnieniach z dzieciństwa, o tym jak wy chodziliście do przedszkola. Co lubiliście, co było dla was trudne
12. Po powrocie dziecka do domu, bądźcie dla niego wyrozumiali. W przedszkolu dużo się dzieje, jest dużo bodźców. Wasza pociecha może być pobudzona i mieć potrzebę odreagowania, nagromadzonych emocji.

Uczcie dziecko samodzielności, tego co przyda mu się w przedszkolu. Będzie czuło się bezpieczniej:

- potrafiąc posługiwać się łyżką,
- znając swoje rzeczy,

- potrafiąc korzystać z toalety (lub zgłaszając, że potrzebuje pomocy).

