

Adaptace dítěte na prostředí MŠ

Adaptace je proces přizpůsobování jedince na určité podmínky prostředí, které jsou pro něj nové a neznámé. Reagovat na změny prostředí je proces pro člověka, normální, v nových podmínkách proces potřebný. Úspěšnost adaptace závisí na kvalitě adaptability - na schopnosti jednat přizpůsobivě. V první řadě je třeba přihlížet k individualitě dítěte, k jeho vybavenosti jako osobnosti bio-psycho-sociální. Významným hlediskem určujícím úroveň přechodu dítěte do mateřské školy je jeho věk, zralost, způsobilost a připravenost pro vstup do mateřské školy. Přizpůsobování se změně je proces individuální. Dítě se může stavět k nové situaci s radostí a spontánně, jiné vyčkává, nebo se dokonce bojí. Individuální rozdíly jsou i v rychlosti procesu, některé děti se učí zvládat nové požadavky rychleji, jiné pomaleji.

Dítě prožívá rozdíly života mezi rodinou a mateřskou školou, začíná úsek života s mnoha novými požadavky, v prostředí, které se velmi liší od důvěrně známého domova. Jedná se o míru svobody - jak dítěti vyhovuje způsob organizace a její délka. Významnou roli hraje i skutečnost, jak široké socializační možnosti byly dítěti do této doby dány. V nové komunitě jsou pro děti cizí osoby, profesionálové, jako ředitelka, učitelky, kuchařky, uklízečky, školník, ekonom... Profesionální úroveň a lidský přístup učitelky k problémům dítěte jsou prostředkem k překonání prvotních potíží, k navázání partnerského vztahu s rodinou dítěte a získání její důvěry. Důležité jsou i pozitivní vztahy vrstevníků ve třídě. Psychologové upozorňují na to, že každé dítě od tří let věku (či později dle zralosti) potřebuje interakci s vrstevníky.

Jak připravit dítě na vstup do MŠ?

Důležitá je podpora před a během adaptačního období a ta stěžejně stojí na spolupráci rodiny a školy. Společně mají dítěti poskytovat vhodné zázemí, vnímat případné problémy dítěte, hledat optimální řešení. Je vhodné dítě seznámit s novým zařízením které bude navštěvovat ještě před jeho nástupem do MŠ.

Adaptační program MŠ Kamarád byl vytvořen s cílem minimalizovat adaptační problémy. Jeho záměrem ve vztahu k rodině dítěte je seznámení rodičů s problematikou přechodu dítěte do nového prostředí, s režimem v mateřské škole a zprostředkování dostatečného informačního a poradenského servisu. Záměrem projektu ve vztahu k dítěti je nenásilné přizpůsobení změně, postupné seznámení s novým prostředím, vzbuzení pocitu důvěry a bezpečí s důrazem na bezpečné chování.

- Pro většinu dětí není vhodné začít docházku do školky tím, že je rodiče předají do prostředí které neznají osobě, kterou vidí poprvé. Rodičům je doporučováno začít s nástupem do MŠ postupně a s přímou podporou rodiny.

První den by dítě mělo v MŠ pobýt s rodiči kratší čas. Společně se mohou se školkou seznamovat. Další dny je vhodné docházku přizpůsobit chování dítěte. Začíná se s tím, že nejdříve rodiče odejdou na krátkou chvíli. Dítě v raném předškolním věku nedokáže vnímat čas tak, jako dospělý a pozvolné prodlužování chvilky bez rodičů je vhodným přístupem. Za nevhodný se při nástupu do školky považuje dlouhý pobyt dítěte se spaním a vyzvednutím před koncem provozní doby zařízení.

- Nejtěžším okamžikem je ranní loučení, kdy se mnoho dětí (ale i rodičů) poddává emocím. Dle zkušeností učitelek mateřské školy po vstupu do třídy většina plačících dětí přestává plakat,, „utřou poslední slzičku“ a bezproblémově se zapojí do denního režimu. Přesto se často setkáváme s dětmi, které pláčou během celého pobytu v mateřské škole, a nejen během standardního adaptačního období, ale i déle.

Například Richard Woolfson uvádí ve své knize „**Bystré dítě – předškolák**“ tyto rady rodičům:

- 1. Zachovejte klid.** Patrně budete nepjatí při pomýšlení na to, že necháváte své milované dítě ve školce samotné, odkázané jen sebe. Nedejte však najevo jakékoli negativní pocity, které máte, jinak se dítě také rozruší. Nalad'te se pozitivně.
- 2. Očekávejte slzy.** Mnoho dětí pláče, když je rodiče poprvé nechají ve školce, důvodem je kombinace vzrušení, úzkosti a nedostatku zkušeností. Slzy při loučení ve školce jsou obvyklé, ale záhy po vašem odchodu se dítě uklidní.
- 3. Ať je loučení krátké.** Prokazuje-li dítě známky neklidu, když se chystáte k odchodu, neprotahujte ten okamžik – to by je rozrušilo ještě víc. Raději se s ním pomazlete, znovu ho uklidněte a pak opus'tte mateřskou školu.
- 4. Povídejte si s dítětem o dni ve školce.** Cestou domů si povídejte o ostatních dětech ve školce, o kamarádech, které si našlo, a o rozsahu činností, které tam provozovalo. Váš zájem podpoří jeho nadšení.
- 5. Ptejte se personálu, jaké dělá pokroky.** Zvláště v prvních týdnech je důležité, abyste se pravidelně vyptávali personálu školky, jaké vaše dítě dělá pokroky či s jakými problémy se setkává.

Odborná literatura:

- HELUS, Z., *Dítě v osobnostním pojetí*. Praha : Portál, 2004. 240 s. ISBN 80-7178-888-0
- NEISEL, R.; GRIEBER, W. *Poprvé v mateřské škole*. 1 vydání. Praha : Portál, 2005. ISBN 80-7178989-5.
- ŠULOVÁ, L. *Děti nastupující do mateřské školy*. Informatorium 3 – 8, č. 7. 2004. 5 s. ISBN 1210-7506.
- VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie*. Praha : Portál, 2000. 522 s. ISBN 80-7178-308-0
- WOOLFSON, R.C. *Bystré dítě – předškolák*. Praha: Ottovo nakladatelství 2004. ISBN 80-7360-002-1

Další rady a zkušenosti můžete čerpat např. také z elektronických zdrojů:

Rodina.cz-každodeník o dětech a rodičích,
dostupný na: <http://www.rodina.cz/rubrika/predskolaci>

Metodický portál RVP uvádí velice pěkný článek na svých internetových stránkách:
<http://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/2215/ADAPTACE-DITETE-V-MATERSKE-SKOLE.html/>

Co dítě do MŠ potřebuje?

Je potřeba, aby děti měly všechny své věci řádně označené nebo podepsané. Často nepoznají např. náhradní oblečení, některé věci mohou mít stejné. Z materiálního vybavení je potřeba:

- vhodné převlečení na zahradu (plus náhradní oblečení na zahradu)
- náhradní spodní prádlo
- náhradní oblečení do třídy
- při nepřízní počasí pláštěnku a vhodnou obuv
- bačkůrky, pantofle jsou zakázány z bezpečnostních důvodů
- spící děti pyžamko, výměna jednou týdně (v pátek si jej děti odnášejí, v pondělí přinášejí čistá)
- hřeben na česání s očkem na zavěšení



Pohádka
MATEŘSKÁ ŠKOLA