

ADAPTACE DĚTÍ

Se začátkem školního roku přicházejí do mateřské školy nové děti. Některé tuto změnu snášejí snadno, jiným přináší adaptace na nové prostředí velké problémy. Některé dítě si lehce zvykne na školku, učitelku i kolektiv, jiné každé ráno pláče a nechce se rozloučit s rodiči. Za adaptačními obtížemi „stojí“ typ osobnosti dítěte, předchozí zkušenosti s jinými dětmi i dospělými ...

Rodiče, kteří se obávají nástupu svého dítěte do mateřské školy, se většinou trochu zklidní, když jsou ubezpečeni, že počáteční pláč dítěte při odloučení od rodiny je jeho normální obranou proti tak velké změně v dosavadním životě. Vždyť přílišná ochota dítěte opustit mámu nebo tátu a s radostí se vrhnout do náruče zatím cizího člověka, by jistě vypovídala o zcela něčem jiném, ale hlavně ne přirozeném a dobrém.

Zvýšené nároky nejsou totiž kladeny pouze na děti, ale i na rodiče. Ti by se měli zamyslet nad svým vztahem a důvěrou k mateřské škole a třídním učitelkám svého dítěte. Rodiče by si neměli dopředu zbytečně nepřipouštět a neprožívat strach z loučení a z toho, že vše bude od prvního dne pouze problémové a nevládnutelné, ale aby se naučili spolupracovat s učitelkou, aby společně dokázali najít pro děti tu nejschůdnější cestu k adaptaci na nové prostředí. Jako pomocníka jim nabízíme naše desatero:

Desatero pro snadnější adaptaci dítěte:

- Mluvte s dítětem o tom, co se ve školce dělá a jaké to tam je, co se tam bude dít, jaké ho čekají radosti, ale že se mohou vyskytnout i těžkosti. Vyhněte se negativním popisům, jako „Tam tě naučí poslouchat“, „Tam se s tebou nikdo dohadovat nebude“.
- Zvykejte dítě na odloučení. Při odchodu dítěti s jistotou řekněte, že odcházíte, ale také ho ujistěte, že se vrátíte.
- Ved'te dítě k samostatnosti zvláště v hygieně, oblékání a jídle. Nebude zažívat špatné pocity spojené s tím, že je jediný, který si neumí dojít na záchod nebo obléknout kalhoty.
- Ujistěte ho, že mu věříte, že nástup do školky zvládne a nikdy školkou nevyhrožujte. Dítě nemůže mít rádo něco, co mu předkládáte jako trest.
- Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní. Rozloučení by se nemělo příliš protahovat, ale neodcházejte narychlo nebo ve vzteku.
- Dejte dítěti s sebou něco důvěrného. K překonání zábran z nového prostředí pomůže drobnost, která připomíná domov.
- Plňte své sliby, říkejte dětem pouze pravdu. Dítě lépe snáší větší zátěž než nejistotu.
- Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající situaci vy. Platí tu, že zbavit se své úzkosti znamená zbavit dítě jeho úzkosti.
- Za pobyt ve školce neslibujte dítěti odměny předem. Dítě prožívá stres nejen z toho, že je ve školce bez rodičů, ale přidá se i strach z toho, že selže a odměnu pak nedostane.
- O možnostech adaptace dítěte si promluvte s učitelkou. Příliš dlouhý pobyt s dítětem ve školce nebo dlouhé loučení nebývá tím správným krokem. Dítě ale musí být ubezpečeno v tom, že je máte rádi, i když jste je dali do školky.
- Nástup dítěte do školky bychom měli všichni vnímat jako mimořádnou událost a měli bychom si vyčlenit na dítě více času.

DĚKUJEME ZA SPOLUPRÁCI!