

Doporučená adaptace dítěte na mateřskou školu

Nástup do mateřské školy je pro mnoho dětí první velkou životní změnou a tím i vzrušujícím novým krokem pro celou rodinu. Během období adaptace se dítě ve školce aklimatizuje, učí se trávit část dne bez rodičů a zařadit se do kolektivu dětí. Aby se děti i rodiče s touto změnou lépe vyrovnali je dobré poskytnout dětem adaptační plán vstupu do MŠ. Ten pomůže dítěti i rodičům lépe si na novou situaci, prostředí i režim zvyknout.

První dny v MŠ jsou pro děti a jejich rodiče výjimečným zážitkem. Setkávají se mnoha novými dětmi, poznávají učitelky, personál, zažívají nezvyklý denní režim, musí se přizpůsobit novým pravidlům. Mnoho dětí si navíc musí zvyknout na odloučení od rodičů a na novou autoritu v podobě učitelky.

Období adaptace by mělo dítěti pomoci si na všechny změny zvyknout a přechod usnadnit.

Cílem úspěšné aklimatizace ve školce je především spokojenost dětí. Moci si hrát s novými kamarády, nebát se každodenních aktivit, postupně se připravovat na školní docházku.

Před nástupem do školky je dobré si o adaptačních plánech promluvit s pedagogy školky. Ti vám vysvětlí pedagogickou koncepci a doporučí nejvhodnější postupy. Také je vhodné, aby jste dítě na školku připravili. Vhodným rozhovorem, pokud možno co největší samostatnosti při sebeobsluze, zvykáním na vzájemné odloučení.

Každé dítě je jiné. Má svoji vlastní povahu a zkušenosti. Přichází do školky z jiného rodinného prostředí, jinak reaguje na odloučení od rodičů. Neexistuje žádný univerzální postup. Je však dobré naslouchat doporučení zkušených učitelek, které vám doporučí vhodný adaptační proces.

1. Fáze: návštěva školky rodičů a dítěte – většinou při zápisu do školky. Dítě je seznámeno s prostředím, učitelkami. Uvidí i hračky, které ve školce jsou a často je to důvod, proč se do školky dítě poprvé těší.
2. Fáze: dítě dochází do školky jen na hodinu či dvě, aby nastalo postupné odloučení od rodičů. Doporučujeme krátké rozloučení. Během pobytu dítěte ve školce učitelka dítě sleduje a při předávání dohodne s rodiči další postup adaptace.
3. Fáze: dítě se stabilizuje, zůstává ve školce delší dobu samo, získává větší důvěru v učitelky, zvyká si na kamarády. Tuto fázi lze pomalu prodlužovat v závislosti na reakci dítěte.
4. Fáze: v závěrečné fázi zůstává dítě ve školce několik hodin samo. Může se stát, že ráno ukápně slza při loučení s rodiči, ale potom se dítě rychle uklidní, zahraje si s kamarády, rozptýlí se společnou činností.

Vše je plánované tak, aby se vaše dítě cítilo ve školce bezpečně, šlo se jeho tempem a dal se prostor ke zvykání na odloučení i rodičům.

Ve školce funguje společná WhatsApp skupina rodičů a MŠ. Tam zasíláme fotografie a videa aktivit, které s dětmi děláme a rodiče se tak mohou podívat i na své dítě ve školkovém prostředí. Není výjimkou, že po odchodu rodiče ze školky pošleme zprávu o chování dítěte či jeho zapojení do hry. Máme na paměti, že rodiče prožívají také stavy úzkosti z odloučení, bojují se svojí nervozitou a pochybnostmi, tlakem okolí což se ještě stupňuje ve chvíli, kdy nejde vše tak, jak bylo v plánu a jak si to představovali. To je právě ta chvíle, kdy uvítají aktuální informace ze života školky a jejich dítěte. Obrázky a videa pomůžou rodičům i ke společnému vyprávění o školce, poznávání nových kamarádů. Mluvte o školce s dětmi pozitivně, nestrašte je. Pokuste se vymyslet nějaký rituál na rozloučenou. Při loučení zůstaňte klidní, sebejistí a ujistěte dítě, kdy je vyzvednete. Utěšování nechte na učitelkách. Prodlužování loučení není přínosné.

Jak dlouho trvá adaptace na školku?

Na tuto otázku není žádná konkrétní odpověď. Doba, po kterou si dítě ve školce zvyká závisí na tom, jak dobře je na školku připravené, jak rychle se ve školce zorientuje, jak reaguje na odloučení od rodičů, zda je na odloučení zvyklé. Každé dítě má jiné potřeby a odloučení zvládá jiným způsobem. Období zvykání trvá přibližně 4-6 týdnů. Zdravá adaptace není o tom, jakou rychlostí se dítě přizpůsobí, ale jak kvalitně a s jakým dlouhodobým dopadem. Pokud je vedena citlivě má dlouhodobé pozitivní důsledky. Posiluje sebedůvěru dítěte, jeho schopnost zvládnout změny a vytvářet základ pro dobré vztahy s pedagogy a kamarády. Záleží také na možnosti rodiny, zda může postupnou adaptaci dítěti dopřát, zda také dítě neonemocní a adaptační doba se tím prodlouží.

Důležité je také to, aby nám rodiče sdělili o svých dětech informace, které by mu adaptaci pomohly ulehčit. Rituály, zvláštnosti, ...

Aspektů je mnoho, ale věřte nám, že děláme vše pro spokojenost vašeho dítěte, budování důvěry rodičů v personál školky, klidný chod celé mateřské školy.