

Adaptácia dieťaťa v materskej škole



Vstup dieťaťa do materskej školy (MŠ) je jeho prvým krokom do spoločnosti. Ten prináša so sebou množstvo zmien, s ktorými sa dieťa musí vyrovnáť. Problémy však nemá len dieťa, ale i rodičia a v neposlednej miere i učiteľky MŠ, napriek tomu, že sa môžu oprieť o profesionálne skúsenosti. Ťažkosti pri začleňovaní sa do kolektívu sú individuálne, vychádzajú z predchádzajúcich skúseností a osobnosti toho ktorého jedinca. Odlúčenie rodiny je ťažká emočná situácia v živote dieťaťa. Dieťa má strach v novom sociálnom prostredí, ktoré vyvoláva separácia od matky, otca a nové sociálne situácie. Základom adaptácie je hneď od začiatku dieťa zbaviť strachu a pomôcť mu nadobudnúť istotu v novom sociálnom prostredí. Prechod dieťaťa z rodiny do MŠ uľahčíte i tým, že nebudete rozoberať s dieťaťom vlastné obavy z jeho adaptácie v MŠ. Často sa stáva, že dieťa je pokojné, ale keď zbadá, že rodič je neistý, ba má slzy v očiach, nechápavo sa rozplače.

Dieťa je istejšie a slobodnejšie, ak má osvojené hygienické návyky a zručnosti pri starostlivosti o svoju osobu / obliekanie, obúvanie, použitie vreckovky, toaletného papiera.../. Nerobte už odteraz za svoje deti to, čo môžu urobiť samé. Dôverujte im, určite to zvládnu, pokiaľ ich k tomu slovne povzbudíte. Hľadáme spolu cestu, ako tento problém zmierniť. Dôležitými vlastnosťami, ktoré vplyvajú na plynulú adaptáciu dieťaťa v MŠ sú jednotnosť, dôslednosť a trpezlivosť zo strany rodičov a učiteľov.

Pojem „adaptácia“ - sa v pedagogike používa v súvislosti s otázkami prispôsobivosti a prispôsobovania dieťaťa podmienkam rodinného, školského, mimoškolského prostredia. Psychológia pod pojmom „adaptácia“ rozumejú zmenu citlivosti, ktorá nastáva následkom prispôsobenia sa zmyslového orgánu vplyvom naň pôsobiacim. Prijatie dieťaťa do materskej školy má byť matersky vrelé, privítanie je zo strany učiteľky, detí, ale aj z prostredia. Nové prostredie vzbudzuje u dieťaťa rešpekt, zvedavosť.

Naše rady

Ešte pred vstupom do materskej školy, môžeme dieťaťko na ňu pripraviť. **Vzbudiť v ňom zvedavosť** prechádzkami okolo, alebo sa ísť na dvor na chvíľku pohrať, ak má MŠ také možnosti. Tiež je dobré o nej rozprávať, ale zase na druhej strane netreba dieťa **zat'azovať rozsiahlymi informáciami**, pretože malé dieťa si nevie situácie dostatočne dopredu predstaviť.

Spolupracujte so školou, nepodceňujte proces adaptácie, nesnažte sa ho urýchliť a „tlačiť na pílu“, dôverujte zamestnancom školy a snažte sa rešpektovať adaptačný plán školy a rady pedagógov. Nikdy neporovnávajte svoje dieťa s iným dieťaťom, každé dieťa je individualita, osobnosť a v tomto zmysle treba postupovať aj počas adaptácie dieťaťa.

Dôležité je, aby adaptácia **bola systematická a pravidelná** a aby sa neprerušovala, ak to nie je nevyhnutné. Radšej po malých krokoch, ale systematicky. Nemusí to byť univerzálne pravidlo, avšak systematické a pravidelné navštevovanie MŠ a **opakujúce sa situácie**, pomáhajú dieťaťu pochopiť organizáciu školy a zorientovať sa v režime. Opakovaním a režimom školy získava dieťa bezpečie a istotu.

Ráno je dôležité pripraviť pohodu a tiež **dostatočnú časovú rezervu**. Ak dobiehame na poslednú chvíľu, nie je to úplne ideálna situácia pre dieťa v adaptácii. Ak škola dovolí, je dobré dieťa voviesť do triedy a postupne sa **vytratiť alebo sa rýchlo rozlúčiť**. Dlhé lúčenie len sťažuje situáciu všetkým stranám. Pomáha aj tzv. **rituál rozlúčenia**, napríklad mama mi zakýva, pošepne do uška čarovnú formulku...

Dieťaťu tiež pomáha, ak si môže **vziať z domu niečo svoje**. Je to taký „transportný predmet“ ku ktorému sa počas dňa môže utiekať, ak cíti nepohodu. Je dôležité dieťaťu dovoliť mať predmet, hračku pri sebe. Väčšinou sa jej postupom času dobrovoľne vzdá a bude na neho čakať doma, ale v adaptácii má často takýto predmet pre niektoré deti až bytostný význam.

V adaptačnom procese **nie je dobré dieťa nútiť do činností**, alebo riešiť jeho papanie. Niektoré deti prvé týždne v škôlke nejedia, lebo celú svoju energiu vkladajú do prežitia situácie. Je to v poriadku. Ak dieťa neje z iného dôvodu, to si vyžaduje iný prístup. Iné dieťa sa možno zo začiatku nebude zase chcieť obliecť do pyžamka, aj to je v poriadku.

Po určitom čase však dieťa začína postupne papať, komunikovať s dospelými, hrať sa a akceptuje režim školy. Výsledkom je zdarná adaptácia. Každý rodič to pozná, ten pocit vydýchnutia, keď pominú počiatkové stresy.

Adaptačný proces prebieha jednotlivými etapami

Orientačná etapa



Dieťa v MŠ:

- stavia sa do úlohy pozorovateľa,
- spracováva množstvo podnetov a problémov,
- nepokúša sa nadviazať kontakt s rovesníkmi,
- nezaujíma sa o ich aktivity,
- rozpráva ticho, jednoslabične alebo vôbec,
- nehrá sa, a ak áno, tak nie veľmi intenzívne,
- je uzavreté, zdržanlivé,
- dieťa trpí nechutenstvom, odmieta sa stravovať.

Dieťa doma:

- prežíva to, čo dospelí po namáhavom dni,
- je neisté, unavené hlukom a množstvom podnetov,
- túži po klúde, chce si odpočinúť,
- obmedzuje mnohé zo svojich činností, s ktorými sa zaoberal pred vstupom do MŠ
- zje všetko, čo pred neho predložíte, pretože jedlo v MŠ odmietlo,
- potrebuje spracovať svoje dojmy a zážitky.

Úloha rodiča:

- nelúčiť sa s dieťaťom dlho / pri dlhom lúčení dieťa zneistie, nakoľko neobvyklé správanie,
- ak má možnosť, ponechá dieťa dopoludnia v MŠ a poobede si ho vyzdvihne,

- po návšteve v MŠ dá dieťaťu možnosť odpočinku,
- nezaťažuje dieťa väčšími aktivitami / nákupom, prechádzkami, pobytom na ihrisku.../,
- nezaťažuje dieťa inými životnými zmenami / sťahovanie, nezhody v rodine.../,
- zosúladí poriadok doma s poriadkom v MŠ,
- neprerušuje zbytočne pobyt v MŠ.

Úloha učiteľky:

- rešpektuje u dieťaťa úlohu "pozorovateľa",
- podporuje konanie dieťaťa,
- pomocou hier umožňuje prijímanie informácií,
- sprostredkuje dieťaťu najdôležitejšie pravidlá a normy správania,
- oboznámi dieťa s najdôležitejšími priestormi / trieda, umývadlo, WC, jedáleň, spálňa /,
- dovoľí dieťaťu ponechať obľúbenú hračku, vec,
- vytvorí priestor na odpočinok,
- umožní spoločný pobyt s "pevným bodom" - kamarát, súrodenec, ak to dieťa potrebuje,
- na konci týždňa rozohrá zaujímavú hru na pokračovanie.

Obdobie presadenia sa



Dieťa v MŠ:

- je ochotné podniknúť prvé pokusy o kontakt s rovesníkmi,
- pokúša sa presadiť v skupine,
- začína viac komunikovať,
- hľadá ochranu u dospelých, ak má ťažkosti s rovesníkmi,
- rýchlo sa unaví / spory medzi deťmi pri presadzovaní sa v skupine

- snaží sa upútať pozornosť všetkými prostriedkami,
- vyberá si len jedlá z domu, naďalej málo je.

Dieťa doma:

- pôsobí nevyrovnané,
- často sa mení jeho nálada,
- pokúša sa upútať pozornosť všetkými prostriedkami,
- plače, ak chcú rodičia odísť /keď zabezpečuje dozor jeho známa osoba/,
- je odmietavé, chce opak toho, čo sa mu ponúka,
- ráno je plačlivé, aj keď šlo večer skoro spať.

Úloha rodiča:

- neprerušuje pobyt v MŠ,
- nelúči sa s dieťaťom dlho,
- nezat'azuje dieťa väčšími aktivitami, podporuje priateľstvá v MŠ /na ihrisku, doma /,
- rešpektuje správanie dieťaťa.

Úloha učiteľky:

- upevňuje normy a pravidlá správania v MŠ,
- oboznamuje dieťa s ostatnými zamestnancami MŠ,
- oboznamuje dieťa s ďalšími priestormi MŠ /dvor.../,
- nemení pravidlá a normy správania sa v MŠ
/ zosúladenie pôsobenia obidvoch učiteliek v triede /,
- dovoľí dieťaťu ponechať si obľúbenú vec

Ukľudnenie, vyrovnanie



Dieťa v MŠ:

- správanie dieťaťa sa blíži k norme,
- je istejšie v priestoroch MŠ, podriaďuje sa normám a pravidlám správania sa v MŠ,
- prejavuje deťom svoju náklonnosť,
- zaujíma sa o aktivity iných detí - napodobňuje vzory,
- začína lepšie jesť, odmieta len neoblíbené jedlá.

Dieťa doma:

- dieťa je telesne vyčerpané,
- rýchlo sa unaví,
- pôsobí ako "duchom neprítomné",
- nepokúša sa večer zostať dlho hore,
- je duševne ľahostajné.

Úloha rodiča:

- neprerušuje pobyt v MŠ,
- podporuje nové priateľstvá v MŠ / doma, na ihrisku, v parku /,
- predlžuje pobyt v MŠ i na popoludnie,
- rešpektuje psychosomatickú záťaž u dieťaťa.

Úloha učiteľky:

- upevňuje normy a pravidlá správania,
- zapája dieťa do činnosti vo väčšej miere.



Prerušenie adaptačného procesu

Niekedy treba separáciu odložiť, adaptačný proces prerušiť pre nezrelosť dieťaťa, jeho neschopnosť prispôbiť sa, neschopnosť zvládnuť záťaž. Vždy je však potrebné, nevzdávať to skôr ako je nutné. Citlivý rodič a učiteľka vedia nutnosť odloženia nástupu do škôlky, alebo prerušenia adaptácie odhadnúť. Je to úplne v poriadku, pretože vždy musí ísť o dobro dieťaťa.

Na prerušenie dochádzky dieťaťa do materskej školy je potrebné vyplniť **Žiadosť o prerušenie dochádzky**, ktorá sa nachádza na webovej stránke školy. Žiadosť doručiť riaditeľke školy, ktorá následne vydá **ROZHODNUTIE o prerušení dochádzky dieťaťa do MŠ** podľa § 5 ods. 14 písm. c) zákona č. 596/2003 Z. z. s uvedením presného obdobia, počas ktorého je dochádzka prerušená. Po ukončení prerušenia, dieťa riadne nastúpi do MŠ a pokračuje v dochádzke. Po vydaní rozhodnutia o prerušení dochádzky dieťaťa, počas prerušenia dochádzky dieťaťa do MŠ sú rodičia oslobodení od školného poplatku.

Vzájomnou spoluprácou školy a rodiny zvládne každé dieťa adaptáciu podľa svojich možností a schopností, v čase, ktoré si vyžaduje jeho individualita.

