

Adaptácia dieťaťa v materskej škole

Vstup dieťaťa do 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 od 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 vrele, privítanie je zo strany učiteľky, detí, ale aj z prostredia. Nové prostredie vzbudzuje u dieťaťa rešpekt, zvedavosť.

Naše rady



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



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 škôlky a **opakujúce sa situácie**, pomáhajú dieťaťu pochopiť organizáciu škôlky a zorientovať sa v režime. Opakovaním a režimom škôlky získava dieťa bezpečie a istotu.



Ráno je dôležité pripraviť pohodu a tiež **dostatočnú časovú rezervu**. Ak dobiehame na poslednú chvíľu, keď už deti nastupujú na odchod na raňajky, nie je to úplne ideálna situácia pre dieťa v adaptácii. Ak škôlka dovoľí, 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 formulu...



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 škôlky. Výsledkom je zdarná adaptácia. Každý rodič to pozná, ten pocit vydýchnutia, keď pominú počiatočné stresy.

Adaptačný proces prebieha jednotlivými etapami

Orientačná

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 klude, 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.



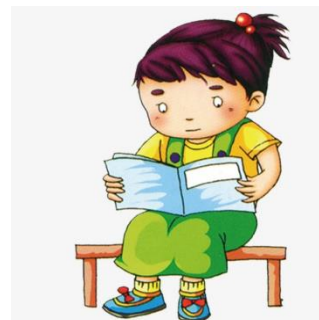
Úloha rodiča:

- nelúčiť sa s dieťaťom dlho / pri dlhom lúčení dieťa zneistie, nakoľko neobvyklé správanie rodiča podporí jeho strach /,
- 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, nehody v rodine.../,
- zosúladí poriadok doma s poriadkom v MŠ,
- neprerušuje 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, umyváreň, 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.



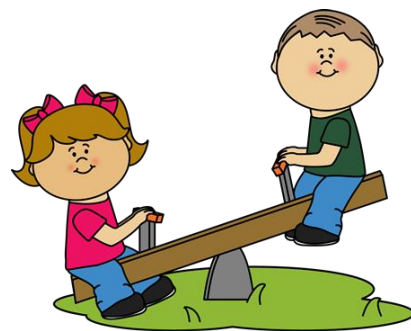
Dieťa doma:

- 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,
- nezaťažuje 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
- / zosúladienie 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 neobľúbené 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. Ak je dieťaťko zrelšie, vždy je možné sa k „zaškôlkovaniu“ vrátiť.

Na prerušenie dochádzky dieťaťa do materskej školy je potrebné vyplniť *Žiadosť o prerušenie dochádzky*, ktorá sa nachádza na web stránke školy v kolonke DOKUMENTY. Žiadosť doručiť riaditeľke školy, ktorá následne vydá ROZHODNUTIE o prerušení dochádzky dieťaťa do MŠ. Po ukončení prerušenia, dieťa riadne nastúpi do MŠ a pokračuje v dochádzke. Počas prerušenia, rodičia sú oslobodení od poplatkov v MŠ.