

Co udělat pro dobrou adaptaci

Nejdůležitější v procesu adaptace je počáteční oboustranná důvěra mezi učitelkou a dítětem, ale především mezi učitelkou a rodiči a jejich vzájemná spolupráce. Dítě se ocitá ve společnosti zcela neznámých lidí, nových autorit, vrstevníků, musí se přizpůsobit jinému režimu, určitým pravidlům včetně hygienických a stravovacích návyků. Působí na něj zcela nové a dosud nepoznané podněty. Nová budova, prostory, další dospělí v zařízení, hluk ve třídě. Níže uvádíme skutečnosti, které by měly adaptaci vašeho dítěte usnadnit.

- První dny je dobré počítat s větší časovou rezervou, příchod neuspěchat, nebýt nervózní.
- Dávejte dítěti najevo, že ve školce není za trest nebo proto, že na něj nemáte čas. Voďte jej do školky s tím, že je to pro něj zábava, nový zážitek, příležitost jak získat nové kamarády.
- Zpočátku se dítě nemusí zapojit do činností a her. Některé děti jsou v adaptačním období raději v roli pozorovatele než aktéry. To samozřejmě neznamená, že se mu ve školce nelíbí, jen v sobě nemá tolik odvahy. S dítětem si o školce povídejte, ale neříkejte co má a nemá druhý den dělat. Povídejte si s ním, co ve školce vidělo, co se mu líbilo, ale nekladte na něj požadavky, že si musí hrát a zapojovat se do činností. Učitelky jsou profesionálové a samy dokáží děti zapojit do režimu školky, zabavit je, motivovat k činnostem, odpoutat jejich pozornost od stýskání.
- Neidealizujte prostředí mateřské školy nebo jím nevyhrožujte.
- Často se stává, že maminky snáší odloučení od dítěte hůře než dítě samotné. Důvěřujte paní učitelkám, které mají spoustu zkušeností a jsou na adaptaci dětí připravené. I když se loučíte s plačícím dítětem, neznamená to, že dítě ve školce propláče celý den. Zkuste se přesto usmát, popřát hezký den. Rozhodně dítěti nedávejte najevo, že jste smutní a že může za to, že vás rozrušilo. Po vašem odchodu paní učitelky dítě zabaví, zaujmou hračkami, hrou a dítě ztratí pojem o čase. Najde si zábavu mezi vrstevníky, zapojí se do her, činností a čas ve školce mu uteče daleko rychleji než vystresované mamince.
- Pamatujte na to, že když jste vystresovaní, dítě tuto nejistotu vycítí a adaptace bude složitější.
- Po rozloučení se do třídy opakovaně nevracejte, nemusíte se ubezpečovat, že je dítě v pořádku. Paní učitelky vědí, co mají dělat.
- Pokud je dítěte pláč k "neutěšení" je lepší dobu odchodu zkrátit, dítě ubezpečit, že si pro něj přijdete.
- Při vyzvedávání dítěte ze školky se může stát, že dítě reaguje pláčem. To je naprosto přirozená reakce. Hlavně dítě nelitujte, že muselo být přes den samo bez vás - to mu rozhodně neprospěje.
- Délka adaptace je u každého dítěte individuální. U někoho může trvat několik dní, u jiného dítěte několik týdnů. Stává se, že se dítě adaptuje naprosto bez problémů a až po měsíci se může objevit u dítěte protest k docházce do školky, nechce se mu vstávat. Buďte proto trpěliví a důslední.

- Je důležité, aby dítě získalo jistotu a v prostředí mateřské školy se cítilo bezpečně. Dodržujte proto režim školy, hlavně dobu příchodů a odchodů. Pokud slíbíte, že přijdete po obědě, slib dodržte.
- Dobu spánku nazývejte dobou odpočinku.
- Dítěti naslouchejte, ale nenuťte ho do komunikace, nekladte nedůležité otázky, na které dítě ani neumí odpovědět, raději se zeptejte, s kým si hrálo, jestli se na zahradě projelo na koloběžce, apod.
- Ved'te dítě k samostatnosti. Nechte je, aby se samo oblékalo. Udělejte si čas a povzbuzujte je.
- Za pobyt ve školce neslibujte dítěti odměny.
- Nezapomínejte, že děti si musejí adaptovat nejen na paní učitelky a nové kamarády, ale i na nové prostředí, pravidla soužití a denní režim.
- Zkušební doba – 3 měsíce - sloužící k ověření schopností dítěte přizpůsobit se podmínkám v mateřské škole.
- Promluvte si s učitelkou při jakýchkoliv pochybách.

Těšíme se na Vaše dítě i na dobrou spolupráci s Vámi.

