



## Adaptace tříletých dětí v mateřské škole očima maminek

Období vstupu do mateřské školy není pro mnoho dětí jednoduchou záležitostí, ale naopak velký životním krokem. Z bezpečného prostředí domova a takřka neustálé matčiny přítomnosti se má dítě najednou osamostatnit a vydat se vstříc novým zážitkům.

Adaptace je proces, který se týká mnoha vědeckých disciplín, jako je např. biologie, lékařství, vývojová psychologie. Pro nás pedagogy je však nejdůležitější jeho spojení s výchovně-vzdělávací oblastí a také pojem „sociální adaptace“, jež je v pedagogickém slovníku (Průcha, Walterová, Mareš, 2009 s. 12) definován jako „přízpůsobení se člověka novým sociálním podmínkám“, k čemuž v případě vstupu do mateřské školy bezpodmínečně dochází.

Problematika adaptace předškolních dětí je stále diskutovanějším tématem, jelikož se často setkáváme s dětmi, jež mají výrazné adaptační problémy. V mnoha těchto případech může být problémová adaptace způsobena vlivem rodičů, především maminek, které „opuštění hnízda“ velmi hluboce emocionálně prožívají a často adaptační proces zvládají mnohem hůře než jejich děti. Prožívání maminek je v tomto směru velmi podceňováno a měla by se mu věnovat větší pozornost. Dítě je totiž v předškolním věku s matkou úzce provázáno, a tudíž její emocionální prožívání dané situace velmi intenzivně vnímá a matka tak může nevědomě negativně ovlivnit jeho adaptaci v mateřské škole.

Na to, jak adaptaci prožívají samy maminky a jaké jsou jejich strategie zvládnání adaptace, jsem se zaměřila ve svém výzkumu. Ten jsem realizovala formou hloubkových polostrukturovaných rozhovorů s osmi vybranými maminkami tříletých dětí, které ve školním roce 2011/2012 zahájily předškolní docházku. Rozhovory jsem následně analyzovala a získala výsledky, o něž se s vámi chci podělit.

### Adaptační proces

Na počátku stojí dítě různé povahy se svými pocity. Již v tuto chvíli na něj působí vlivy mateřské školy v podobě dne otevřených dveří, zápisu, setkání s učitelkami a dětmi, apod. a zároveň je dítě ovlivňováno rodinou a jejím přístupem k mateřské škole. V tuto dobu je také v některých rodinách připravováno na vstup do mateřské školy. Při analýze dat jsem zaznamenala pozitivní vliv přípravy dítěte na vstup do mateřské školy a jeho následné zvládnání adaptace.

I matka vchází do adaptačního procesu s různými názory, zkušenostmi, obavami a očekáváním. Během adaptačního procesu se matky často potýkaly s negativně zabarvenými emocemi, a jak

výzkum ukázal, mnoho z nich výrazně souviselo s prožíváním dítěte. Dalšími faktory, jež ovlivňují prožívání matky, je postoj učitelky v mateřské škole a také podpora rodiny.

Na základě svých emocí matka během adaptačního procesu uplatňuje různé strategie, kterými buď působí přímo na dítě, nebo se nejprve snaží zvládnout své emoce a vliv na dítě je až na druhém místě. Velmi výrazně se v užitých strategiích projevoval motivační faktor.

Celý adaptační proces a vůbec vstup dítěte do mateřské školy ovlivňuje život rodiny. Týká se to především množství volného času a matčiny životní pohody.

### Co matka prožívá během nástupu dítěte do MŠ?

Před vstupem dítěte do mateřské školy se u matek nejvýrazněji projevovaly obavy a očekávání. Obavy se týkaly převážně reakce dítěte na vstup do mateřské školy a z proměny vztahů, ať už k matce či k mladšímu sourozenci. V této době se také objevovaly pochybnosti, zda již dát dítě do mateřské školy, nebo jestli mají ještě rok počkat. V některých případech však vplynuly až z negativní reakce dítěte během nástupu. Očekávání matek se projevovalo spíše individuálně, týkalo se sprostých slov, kolektivu a bezproblémového nástupu. V této fázi se projevoval také vliv zkušeností matek z již dříve prožité adaptace s druhým (starším) dítětem.



Během adaptace se v první řadě objevovaly reakce na odchod dítěte z rodinného hnízda a jeho vstup do mateřské školy. Všechny matky se v tomto období potýkaly spíše s negativně zbarvenými emocemi, které se většinou týkaly vztahu k dítěti. Některé matky dokonce samy nazvaly, že adaptaci prožívaly hůře než děti. Objevovala se zde nutnost odloučení, uvědomění, že dítě už není malé miminko, prožívání náročného období, pocit „hrozné matky“ související s pocitem provinilosti, lítost z reakce dítěte, pláč a stýskání. Všechny matky však pociťovaly pozitivní přínos mateřské školy, který souvisel s rozvojem dítěte ve všech směrech (osobnost, samostatnost v činnostech, kolektiv, apod.).

### Jaké jsou strategie matek pro usnadnění adaptace dítěte?

Před vstupem dítěte do mateřské školy se jedná o postupy spojené s přípravou dítěte na mateřskou školu. Nejčastěji bylo uváděno povídání si o mateřské škole, pozorování či případná návštěva mateřské školy a nákup „speciálních“ potřeb.

Během adaptace se konkrétní strategie matek odvíjely od reakcí dítěte a spočívaly ve třech různých principech, podle kterých jsem identifikovala tyto skupiny: motivační strategie, komunikační strategie, konativní strategie (činy).

Motivační strategie zahrnovaly všechny postupy založené na pozitivní motivaci dítěte s cílem, aby se do mateřské školy těšilo. Objekty motivace byly různé. Většinou se jednalo o osoby (učitelka, kolektiv, sourozenec, kamarád), či o činnosti (hry, procházky, divadlo, kresba, apod.). Motivační strategie se mezi strategiemi uplatňovanými respondentkami vyskytovaly nejčastěji. Ve skupině komunikačních strategií se uplatňovaly postupy jako vysvětlování, vyznání lásky, uklidnění, uplácení dítěte a lhaní. Mezi konativními strategiemi se objevilo postupné adaptování, dočasný pobyt s dítětem ve třídě či ignorace prosb dítěte.

### Strategie pro zvládnutí adaptačního procesu

Jaké jsou strategie matek pro zvládnutí adaptačního procesu? Primární strategií, jež matky v souvislosti se zvládnutím adaptace uváděly, bylo přeměrování pozornosti na jinou činnost. V některých případech se jednalo o druhé dítě, jindy o péči o domácnost či studia. Dalšími strategiemi byla výměna zkušeností a informací s jinými matkami a uklidňování se tím, že existují i děti, které prožívají adaptaci hůře, než ty jejich.

Jaké jsou strategie učitelek usnadňující adaptaci matce a dítěti (z pohledu matek)? Zde se objevily strategie uplatňované ve vztahu k dítěti, kam spadá pochování a utěšení dítěte a jeho následné zabavení. Tento postup učitelek matky uváděly nejčastěji. Během analýzy dat se také objevily

strategie uplatňované ve vztahu k matce. Často se jednalo o komunikaci mezi matkou a učitelkou, dále chválení dětí, povzbuzování a uklidňování matky a v neposlední řadě i rady, jak by měla matka během adaptace postupovat.

Jaký vliv má adaptační proces na život rodiny (z pohledu matek)? Ve výsledcích se projevovat rozdílný pohled matek nastupujících do zaměstnání a matek, jež jsou s druhým dítětem na rodičovské dovolené. Pracující matky nejvýrazněji pociťovaly časový tlak. Matky na rodičovské dovolené si naopak na nedostatek času nemohly stěžovat a nárůst volného času si pochvalovaly především ve vztahu k druhému dítěti a domácnosti. Zároveň prožívaly větší klid, pohodu a pociťovaly dostatek energie na výchovu dětí.

### Pocity dítěte a jeho chování během adaptačního procesu

**Už je to napořád:** Zde se vyskytují reakce dítěte na první školní den, které byly vesměs pozitivní. Některé děti měly pocit, že mají po jednom dni splněno. Jelikož tomu tak nebylo, začala se postupně objevovat nechuť jít do mateřské školy a pláč. V případě pláče bylo však častou reakcí rychlé zklidnění ve třídě.

**Rozkukávání:** Postupně docházelo k fixaci dítěte na určitou osobu ve třídě. To byla učitelka, sourozenec či kamarád. Ve vztahu ke kolektivu se často vyskytoval nejprve odstup a až později začlenění.

**Adaptování:** Ve třetí fázi se případně špatně prožívání dítěte zlepšovalo. Jako důvod zlepšení matky nejčastěji označily učitelku, dále kamarády či zábavu.

### Co ovlivňuje prožívání dítěte?

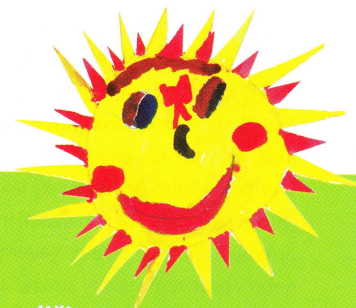
Odpověď na otázku spočívá ve výše uvedených strategiích matek, ve strategiích učitelek a dále ve vlivu rodiny a dalších okolností. Významnou se ukázala oblast přípravy na vstup do mateřské školy, dále povaha dítěte, přítomnost blízké osoby (sourozenec či kamarád) ve třídě a předchozí zkušenosti dítěte s kolektivem.

Ve vztahu k vlivu mateřské školy na proces adaptace mě překvapil fakt, že ani jedna z maminek nemluvila o aktivitách mateřské školy, jež by podporovaly usnadnění adaptace dítěti. Pouze v jednom případě se matka byla podívat za dětmi na školní zahradu, jinak se v rozhovorech nevyskytla jiná příležitost, při které by se například matkám dostaly informace, jaké situace mohou během adaptace nastat, či jak by měly matky reagovat na projevy dítěte. Myslím, že v mnoha případech by byly tyto rady velmi prospěšné. Informovanost rodičů by se mohla konat například ve formě krátké přednášky, či v podobě informační brožury.

Ze získaných dat vyplynula výrazná souvislost mezi prožíváním dítěte a prožíváním matky. Pokud dítě adaptaci zvládalo hůře, bylo horší i prožívání matky. Jestliže se však adaptace jevila jako bezproblémová, najednou se ulevovalo i matce. Tato závislost se projevila u většiny matek. Domnívám se, že důvod zjištěné souvislosti je zřejmý. Přestože matky mohou špatně prožívat odloučení, či cítit žárlivost vůči učitelce, primárně je pro ně nejdůležitější dítě a jeho pocity. Pokud se jeho emoce uklidní a adaptaci zvládá bez problémů, není důvod, proč by se matka měla stále cítit špatně.

Pohled matek je v teoretických příručkách týkajících se tohoto tématu adaptace velmi podceňován. Pro mě, jako učitelku v mateřské škole, je důležitá každá informace, která by mohla podnítit spolupráci mezi pedagogem a rodiči v počátcích adaptačního procesu. V této době je totiž ještě vztah mezi učitelkou a matkou velmi křehký a důvěra matek se teprve vytváří. Proto je v této době těžké zjistit, co matky v tuto dobu prožívají. ■

*Zdroj: Marcela Andrašší. Diplomová práce: Adaptace tříletých dětí v mateřské škole očima jejich maminek, Brno: MU Filozofická fakulta, 2012.*



## Knižní tip



### Mateřská škola komunikuje s rodiči

Dobrá spolupráce školy s rodiči „stojí a padá“ s komunikací. Pokud se obě strany nedokážou domluvit, spolupráce vázne a dopad této situace může pociťt i dítě. Stejně tak dítě ovlivní i situace, kdy si obě strany neříkají pravdu, vzájemně proti sobě útočí nebo k sobě nemají důvěru. A o čem si může učitelka mateřské školy s rodiči povídat? Téma je nepřehledné – dítěti nechutná, je nadané, nebo naopak zaostává za vrstevníky, špatně snáší změny, nechce si hrát s ostatními... Knihu napsala psycholožka Ladislava Lažová a zakoupíte ji na [obchod.portal.cz](http://obchod.portal.cz).