

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ  
PROJEKT PODPORA IMPLEMENTACE DĚTSKÝCH SKUPIN

# ADAPTAČNÍ PROGRAM PRO DĚTI V DĚTSKÉ SKUPINĚ S AKCENTEM NA VĚKOVÁ A VÝVOJOVÁ SPECIFIKA

## 2019

PhDr. Hana Sotáková a PhDr. Pavla Presslerová, PhD.



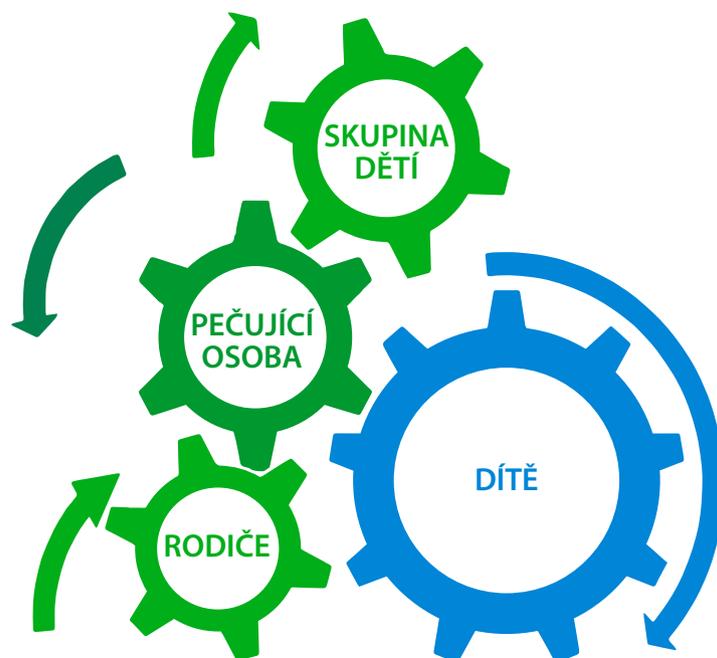
Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



#dětskéskupiny



Nástup dítěte do dětské skupiny je velkou změnou nejen pro dítě, ale pro celou rodinu. Je pochopitelné, že jistou míru nejistoty a obav mají všichni účastníci, dítě, rodiče, i personál dětské skupiny. V procesu adaptace dítěte na nové výchovné prostředí hraje roli mnoho faktorů. Je vždy třeba chápat celou situaci komplexně, neopomínat některý z faktorů, zvažovat, jakým způsobem spolu mohou souviset. Na níže uvedeném schématu jsou znázorněni účastníci adaptačního procesu, kteří v něm mají svou nezastupitelnou pozici a vliv. V následujícím textu se je snažíme popsat, analyzovat a specifikovat.



Obrázek 1. Účastníci adaptačního procesu.

# Adaptační období

Adaptačním obdobím rozumíme období nástupu dítěte do institucionálního zařízení (v našem případě dětské skupiny), v rámci něhož se dítě seznamuje s fungováním zařízení, jeho prostředím a osvojuje si základní pravidla. Zároveň si také zvyká na odloučení od rodičů. Dostává se na novou úroveň socializačního procesu, který již není vázán pouze na rodinu, srovnává se s faktem, že většina pozornosti okolí již není zaměřena na něj. Toto období může trvat u dětí různě dlouho, obecně se uvádí doba mezi cca 4 týdny až 3 měsíci (srovnej např. Splavcová & Kropáčková, 2016 nebo Thorová, 2015), jeho trvání je závislé na osobnostních faktorech dítěte, rodičovském přístupu i přístupu pečujících osob (více viz níže). Žádoucím výsledkem období je pak adaptace dítěte na zařízení projevující se tím, že dítě zvládá pobyt v dětské skupině bez velkých emocionálních výkyvů a uspokojivě zde rozvíjí své schopnosti a dovednosti. Odloučení od rodičů není po dokončení adaptace dennodenním stresorem, dítě chápe, že pobyt v dětské skupině je časově omezen a rodiče si jej vždy vyzvednou.

Zkušenost učitelek v předškolních zařízeních identifikuje, že i samotný adaptační proces můžeme rozčlenit do několika fází. V odborné literatuře najdeme dokonce několik typologií, jejich pojetí jsou však velmi podobná (srovnej např. Niesel a Griebel; Kořátková). Jako inspiraci jsme vybrali pojetí od Haefeleho a Wolf-Filsingerové (1993). Autoři si všímají i možného odlišného chování v rodinném prostředí v průběhu jednotlivých adaptačních fází. Rozlišují následující fáze:

## 1. Období orientace

Toto období probíhá zpravidla v prvním týdnu, děti se drží v ústraní, zpovzdálí sledují dění ve třídě, sledují denní řád, pravidla ve třídě, rozložení hraček a systém jejich půjčování a uklízení, dítě se snaží zpracovat veškeré nové informace. Navenek působí zdrženlivě, nepřístupně, uzavřeně, straní se ostatních, většinou mluví velmi potichu. I doma se děti projevují uzavřeně, straní se ostatních.

## 2. Období sebeprosazování

Nastává po období seznámení s novým prostředím, kdy už dítě ví, jak to v něm funguje, kde se co nachází, jaká jsou pravidla. Získalo pocit jistoty ve vztahu k vnějším podmínkám, a nyní nastává fáze, kdy se dítě potřebuje prosadit ve vrstevnické skupině, snaží se prosadit, upoutat na sebe pozornost. Začíná být společensky aktivní, využívá strategii nápodoby jiných, dle něj oblíbených dětí. Starší děti se mohou cítit ve své roli ohroženy „nováčkem“, roste výskyt různých forem konfliktů a rozepří. Doma se děti projevují jako náladové, nevyrovnané, mají potřebu pocitu jistoty a bezpečí.

## 3. Období zvláštních opatření

Toto období je charakteristické ustálením rozdělení rolí a pozic ve skupině, jakýmsi zklidněním, ustáváním hádek a sporů. Nováčci se snaží získat pozornost těch dětí, které mají podle jejich názoru vedoucí postavení ve skupině, snaží se zvednout vlastní hodnotu ve skupině. Navazují kontakty s oblíbenými dětmi, soustřeďují se na jedince, ne na skupinu, ostatní děti nechávají stranou. Doma působí unaveně, vyčerpaně, působí jako duchem nepřítomné.

## 4. Období ukončení adaptace

Toto období nastává zhruba po jednom měsíci, děti se zakotvily ve vztazích ve skupině, osvojily si určitou roli, přijaly svou pozici ve skupině. Ztotožnily se s hodnotami, pravidly a normami dané skupiny, navázaly vztah s učitelkou, která jim je schopna poskytnout sociální podporu v případě potřeby.

Tyto fáze adaptačního procesu opět odborná literatura identifikuje na základě výzkumné zkušenosti u dětí předškolního věku, lze ale očekávat, že podobné fáze adaptačního procesu lze specifikovat i u mladších dětí, navštěvujících dětskou skupinu. Upozorníme však, že lze očekávat delší fázi zejména první, orientační fáze. Také možné interakční a skupinově dynamické fenomény mohou mít odlišnou podobu u dětí mezi prvním a třetím rokem věku než u dětí starších tří let.

# Prostředí dětské skupiny – základ adaptace

Prostředí dětské skupiny, do kterého dítě vstupuje, má základní charakteristiku v tom, že je **nové**. Je proto důležité, aby bylo pro dítě přehledné, podnětné, ale nezahlcující, a hlavně bezpečné. Zejména v období raného věku (do 3 let dítěte) je pocit bezpečí rozhodujícím aspektem úspěšné adaptace (Langmeier & Krejčířová, 2006; Šulová, 2004). Dítě se cítí v bezpečí, pokud je prostředí kolem něj podobné něčemu, co zná; pokud je předvídatelné, tedy pokud je jasně dáno, co se kdy a kde dělá a pokud se aktivity opakují v daném sledu tak, aby se v nich mohlo zorientovat, zapamatovat si je.

Vhodné je prostředí skupiny jasně strukturovat, přizpůsobit jej vývojové etapě dětí, které do skupiny přicházejí (barvy, hračky, volba obrázků, popisků), jasně stanovit a dodržovat denní režim a v průběhu adaptačního období se zaměřit na to, aby se dítě cítilo přijímané, aby navázalo vztah s pečujícími osobami, orientovalo se v novém prostředí a osvojilo si základní rutiny týkající se režimu dne. Není nutné klást na dítě další nároky a snažit se zařazovat mnoho "rozdvíjejících aktivit", pokud proběhne adaptační období úspěšně, rozvíjení kognitivních a sociálních schopností dítěte nastoupí přirozeně. V opačném případě se může dítě stáhnout (z hlediska své aktivity a svého chování) a bude obtížné ho dále zapojovat.

# Dítě jako hlavní aktér adaptačního období

Je samozřejmé, že dítě je hlavním faktorem, na který bychom se měli v rámci adaptačního období zaměřit. V první řadě si musíme uvědomit, že každé dítě je jedinečné, v první fázi je nezbytné získat o něm maximální možné množství informací, pozorovat jeho chování v průběhu dne a sdílet informace o tom, co u dítěte funguje, o jeho drobných pokrocích.

Adaptační proces u dítěte ovlivňuje několik základních aspektů. Jednak je to věk dítěte, jeho celková vyspělost a osobnostní faktory (např. introverze, úzkostnost). Je třeba brát v úvahu, jak často je zvyklé být chvíli mimo domov, jaké má kontakty s vrstevníky i dalšími dospělými, jak má strukturovaný a jak pravidelný režim dne, apod. Do adaptačních mechanismů se jistě promítá i zkušenost případných starších sourozenců dítěte nebo skutečnost, že je v rodině mladší sourozenec, který v rodině zůstává.

Musíme mít na paměti také okolnosti, které nás hned nenapadnou, přitom jsou také velmi důležité. Významným faktorem je i **chování a prožívání rodičů**, jejich možné obavy, úzkosti, případně pocity viny na jedné straně a na straně druhé jejich vnitřní vyrovnanost, apod.

A v neposlední řadě může mít velký podíl na adaptaci dítěte i výše zmíněné prostředí a velikost dětské skupiny, empatický personál, definovaná podpůrná doporučení pro adaptační období dítěte a individuální přístup k dítěti.

Právě v aktivním přístupu a hledání pomoci dítěti s nástupem dítěte do dětské skupiny vidíme základ, jak s rodinou dítěte můžeme navázat aktivní partnerství a spolupráci. To, jakým způsobem pracovníci dětské skupiny toto téma komunikují směrem k potencionálním zájemcům, je jedním z klíčových bodů, na jehož základě se rodiče rozhodují, zda své dítě

přihlásí do dané dětské skupiny. V úvodním rozhovoru s rodinou je tedy dobré zjistit složení rodiny, základní motivaci rodičů k zařazení dítěte do skupiny, biorytmus a zvyky dítěte a samozřejmě také zkušenosti se skupinou vrstevníků, zapojení dalších lidí do péče o dítě atd. Není nezbytné vždy vycházet vstříc všem zájemcům a jejich požadavkům, to může naopak vést k rozklížení skupiny. Za rozhodující považujeme otevřenost, jasnou strukturu služby a otevřenost v komunikaci s rodičem, aby neočekával naplnění cílů, které mohou být i v rozporu se zásadami skupiny. Důležité body charakteristiky skupiny můžeme uvádět v rámci webové prezentace, informačních letáků i setkání s rodiči. Čím jasnější struktura a pravidla dětské skupiny jsou, tím máme větší šanci, že děti a především jejich rodiny budou vyznávat podobnou filozofii a nebudou mít od skupiny nespelnitelná očekávání.

Jak už bylo zmíněno, za nejdůležitější faktor zapojení dítěte batolecího věku do dětské skupiny a jeho úspěšnou adaptaci považujeme vytvoření bezpečného a pro dítě předvídatelného prostředí, které odpovídá jeho vývojové úrovni a odpovídá promptně na jeho potřeby.

Nejprve definujeme několik **obecnějších zásad**, tezí pro usnadnění adaptace dítěte v dětské skupině:

1. Jistá míra obav, strachu je u dítěte batolecího věku zcela v pořádku a svědčí to o jeho dostatečném naplňování jeho potřeb ze strany rodičů a také citové vazbě k nim.
2. Pokud plánujeme nástup dítěte v batolecím věku do dětské skupiny, neplánujme současně pokud možno příliš mnoho dalších významných změn v životě (např. nástup do zaměstnání v úplně stejný termín, narození sourozence, apod.).
3. Na nástupu dítěte do dětské skupiny pracujeme s dostatečným časovým předstihem ještě před samotným zahájením docházky.
4. Věnujme podobný čas i sobě, i my, rodiče se potřebujeme na tuto změnu dostatečně připravit a své rozhodnutí vnímat jako správné.

5. Adaptace dítěte je individuální proces, každé dítě si může zvykat různou dobu, překonávat různé počáteční potíže. Může se ukázat, že dítěti vstup do institucionální péče neprospívá a pro jeho zdravý vývoj je lepší počkat s nástupem o několik měsíců. Důležité je také pracovat s tím, že adaptační období může trvat až 3 měsíce při pravidelném docházení dítěte do skupiny. Tato doba by tedy měla být zaměřena na zjišťování individuálních potřeb a charakteristik dítěte, neměli bychom tudíž dělat předčasné závěry a možné adaptační problémy porovnávat se zkušenostmi rodičů s dítětem.
6. Je důležité vnímat změny v chování dítěte, komunikovat s dítětem, ne každé dítě reaguje na odloučení a stres pláčem. Adaptační potíže mohou mít daleko rozmanitější podobu (např. nechutenství, změny v komunikační potřebě, uzavření se do sebe, strhávání pozornosti na sebe, vývojový regres, apod.).
7. Základem zvládnutí adaptačního období je intenzivní komunikace rodiny a pracovníků dětské skupiny, zpětná vazba a hledání individuálních řešení.
8. Obecně platí, že adaptačnímu procesu napomáhá, pokud jsou jasně nastavené a strukturované denní režimy skupiny, které se opakují a umožňují dítěti vytvořit si tzv. rutiny.
9. Srovnávání dítěte s jinými dětmi adaptační proces spíše komplikuje.
10. Tematizování toho, co dítě v dětské skupině dělá, co zažívá, co se naučilo, velmi pomáhá k přijetí nové životní etapy, byť to třeba dítě zatím ještě neumí samo příliš verbálně reflektovat.

Pro přiblížení změn a nároků, se kterými se dítě při nástupu do dětské skupiny musí vyrovnávat, uvádíme níže následující oblasti. Chceme tak upozornit poměrně široký komplex nároků, které adaptační proces na děti batolecího i předškolního věku klade. Blíže např. Nielsen, Griebel (2005). Ačkoli autoři primárně reflektují okolnosti nástupu dítěte do mateřské školy, domníváme se, že i u dětí nastupujících do dětské skupiny lze upozornit na totožné aspekty. Tedy:

- Odloučení od rodičů – dosud byli pro dítě hlavní sociální oporou, kterou nyní na určitou dobu v rámci dne ztrácí.
- Vytvoření vztahu s jinou dospělou osobu, která se ovšem věnuje i ostatním dětem.
- Přijetí pracovníků dětské skupiny jako nové autority, přijetí možného odlišného stylu vedení, výchovy.
- Navazování vztahu s dalšími dětmi – s vrstevnickou skupinou, v rámci dětské skupiny může být i s velkým věkovým rozptylem (1 – 6 let).
- Přijímání norem a hodnot vrstevnické skupiny, osvojování si role v dané skupině, zaujetí určité pozice, způsobu spolupráce, řešení konfliktních situací.
- Pravidelnost docházky, uzpůsobení např. i doby vstávání.
- Přijetí režimu a programu dne, návaznosti jednotlivých aktivit.
- Přijímání nových pravidel a omezení (mohou se lišit od hranic a pravidel v rodině).
- Přijetí faktu, že se mnoho aktivit provádí společně, jisté omezení soukromí, předpoklad spolupráce.
- Poznání nového prostředí – velikost místnosti, jejího uspořádání, umístění hraček, místa pro oblékání, mytí, stolování, spaní, atd.
- Přizpůsobení se novému režimu, dennímu rytmu.
- Stravování – pravidelnost, společné stolování, nové druhy jídla atd.
- Požadavky na určitou míru samostatnosti v rámci sebeobsluhy (oblékání, osobní hygiena, stolování), ale i schopnosti říct si o pomoc, o potřebu hygienického úkonu.
- Očekávání ze strany rodičů, personálu dětské skupiny, i ostatních účastníků.

# Specifika jednotlivých věkových skupin v rámci adaptačního období

Nyní se podíváme na konkrétnější doporučení, která se v praxi ukázala jako významná pro eliminaci rizik adaptace dítěte. Uvádíme je s tím vědomím, že dítě v batolecím věku se vyvíjí velmi rychle, rozdíl i několika málo měsíců může být velmi významný, proto jsme vydělili několik věkových podskupin, k nimž přidáváme i charakteristiku adaptace dítěte v předškolním období. Doporučení pro jednotlivé věkové skupiny je třeba vnímat jako orientační, při individuálním adaptačním programu je třeba vycházet z jeho celkové zralosti, osobnostních charakteristik, jeho projevů i reakcí.

## Doporučení pro adaptaci dítěte od 1 do 1,5 let

Jedná se o nejmladší věkovou kategorii, která může dětskou skupinu navštěvovat. I z tohoto důvodu musíme velmi citlivě sledovat rizikové oblasti v adaptaci dítěte a věnovat mu dostatečnou pozornost i podporu. V tomto věku jsou mezi dětmi výrazné rozdíly zejména v oblasti rozvoje hrubé a jemné motoriky. Lze očekávat jak děti, které ještě samostatně nechodí, tak děti, které již chodí poměrně jistě. Podobné je to v sebeobslužné oblasti (samostatné jezení a pití z hrníčku). Z hlediska hygienických návyků lze očekávat, že většina z těchto dětí bude nosit ještě plenky a budou potřebovat výraznou asistenci i s dalšími sebeobslužnými aktivitami. Dalším významným faktorem, který je v adaptaci důležitý, je řeč, respektive vyjadřovací repertoár dítěte. V tomto věku se teprve objevují první slova s významem a tak může být dítě v zátěžové situaci stresováno, že má omezené verbální prostředky pro sdělení svého požadavku. Pro to, aby se dítě v novém prostředí postupně cítilo bezpečně, je nezbytné, aby se struktura dne příliš nelišila od toho, co zná z domácího prostředí, resp. aby struktura dne a aktivit v dětské skupině byla pravidelná, pro dítě předvídatelná. V tomto směru kromě pořadí aktivit napomáhá i zařazení různých

rituálů (např. ranní kruh, pravidelná říkanka, apod.). Je nezbytné, aby pracovníci dětské skupiny dítěti pomáhali s orientací v prostředí i v pocitu přijetí nové situace a celkově v jeho dalším rozvoji tím, že budou veškeré aktivity popisovat, verbalizovat postupy, ale i např. komentovat vše, co dělají. Tímto se batole v nové situaci i prostředí cítí bezpečněji.

U mladších batolat bychom měli co nejvíce respektovat jejich individuální „tempo“ adaptace.

Jako samozřejmost by měla být realizace návštěv(y) ještě před samotným nástupem do zařízení. Dítě (ale i rodiče) by měli mít příležitost seznámit se s novým prostředím, kde bude trávit menší či větší část dne, s tím, jaké aktivity se tam dělají, kdo s nimi pracuje, jaké další děti s ním budou, apod. To vše za přítomnosti rodiče, který mu může pomoci překonat případné nejistoty. Forma osobní návštěvy (návštěv) může mít různé podoby – od setkání při tzv. dnech otevřených dveří, aktivit dětské skupiny v rámci komunitního programu obce, po několika-denní pravidelnou docházku dítěte s rodičem. Neméně důležitou součástí je také „domácí příprava“ – tedy tematizovat, reflektovat s dítětem, to co v dětské skupině prožilo, co se tam odehrává s cílem pomoci mu v nové situaci orientovat se a mírnit obavy z nového a z odloučení. Přípravu před samotným dnem oficiálního nástupu vnímáme jako velmi potřebnou.

Následné body jsou myšleny již pro zahájení docházky do zvolené dětské skupiny.

Je potřeba zvážit frekvenci a dobu, kdy bude dítě navštěvovat dětskou skupinu. Obecně můžeme říci, že u malých batolat do jednoho a půl roku se spíše doporučuje kratší pobyt, ne po celý týden – alespoň v adaptačním období po dobu několika prvních týdnů. Pro takto malé děti je nových podnětů velké množství a jsou snadno unavitelné. Kromě zvládnutí odloučení od rodiny je pro ně náročné udržet pozornost a mohou být neklidné či plačtivé nejen z emočních důvodů, ale i z toho, že stimulů pro jejich pozornost i aktivitu bylo již mnoho. I z těchto důvodů je optimální, aby dítěti v adaptačním období byla věnována vysoká a velmi citlivá podpora ze strany personálu.

Většinu batolat v adaptačním období pomáhá, pokud si na nové prostředí, personál i děti zvykají postupně, zpočátku za přítomnosti rodiče a v krátkém časovém intervalu. V tomto směru je třeba respektovat individuální potřeby dítěte. Jsou roční batolata, která např. již po několika návštěvách jsou schopna bez větších potíží zvládnout např. celé dopoledne v dětské skupině samo, ale mohou být naopak rok a půl stará batolata, která k tomuto kroku dospějí třeba až po měsíci. Rodiče by měli být připraveni, že adaptační období vyžaduje jejich vysokou flexibilitu, co se týče časových možností.

I pro malá batolata jsou důležité předměty, které mají rádi a připomínají jim domov. Opět jim to dodává pocit většího bezpečí. Proto i u ročních batolat, které třeba ještě nechodí, je velmi vhodné, aby si do dětské skupiny mohla vzít svou oblíbenou hračku či jiný předmět. Oblíbenou hračku můžeme využít i jako zprostředkovatele komunikace mezi dítětem a novými osobami, také například jako pomocníka při případném spaní po obědě.

Kromě pravidelných, střídajících se aktivit v rámci programu dětské skupiny je stejně zásadní, aby i ze strany rodičů byly dodržovány některé rituály při ranním příchodu do skupiny. Ačkoliv se to může jevit jako samozřejmé, rodiče by měli dítě informovat již ráno doma, že daný den půjde do dětské skupiny. Pro možné separační obtíže je pro dítě více zátěžové, pokud se o „plánu“ na daný den dozví až bezprostředně přede dveřmi dětské skupiny či třeba po zaparkování autem. Tato situace může být pro dítě velmi frustrující.

Téma ranního loučení bývá mnohdy náročné i pro děti předškolního věku, natož pro malá batolata. Tenzi a úzkost dítěti pomůže zmírnit pokud možno velmi podobné provedení ranního rozloučení, bez časového presu. Spěchající rodič může být spouštěčem výraznější emoční reakce dítěte. Je velmi zásadní, aby dítě dostalo konkrétní informaci, kdy si pro něj rodič přijde a tuto dohodu by měl rodič plnit. Samotný okamžik loučení by neměl být příliš dlouhý, s dítětem se loučíme laskavě, ale rozhodně.

Pro posílení dobrých adaptačních mechanismů je zásadní intenzivní spolupráce mezi pracovníky dětské skupiny a rodiči dítěte. Každodenní zpětná vazba by měla být samozřejmostí.

## Doporučení pro adaptaci dítěte od 1,5 do 2 let

I v této kategorii musíme zopakovat, že věková doporučení jsou orientační, vždy je třeba vycházet z individuálních projevů, osobnostních charakteristik a celkové zralosti dítěte. V tomto věku jsou batolata již schopna samostatného pohybu, jejich prostor, který ráda prozkoumávají, bývá obvykle větší než u malých batolat do roku a půl. Také jsou již obratnější a samostatnější v oblasti stolování, některé již mohou být i bez plen a sami si říci o vykonání potřeby, stále však musíme počítat s možností „nehod“. Také jejich verbální schopnosti jsou kvalitnější, v tomto období dochází k tzv. slovníkovému spurtu, kdy velmi rychle roste aktivní slovní zásoba dítěte. Kolem druhého roku věku začínají batolata používat kratší věty, zlepšuje se i jejich výslovnost a tím srozumitelnost pro okolí. Narůstá tak jejich komunikační kompetence. Také jejich interakce s vrstevníky a podoba hry mají již více sociální a interaktivní charakter. Dětské skupiny mají velkou výhodu, že bývají často věkově heterogenní, tohoto prvku lze využít i v oblasti adaptace. Starší děti předškolního věku mohou být pro děti od cca roku a půl „převodci“, přirozenou formou je seznámí s prostředím dětské skupiny, pomůže jim zapojit se do dětské hry, zorientovat se v programu dne, apod.

Ačkoliv je tato skupina dětí v mnoha směrech vyspělejší než nejmladší skupina batolat, můžou mít tyto děti vzhledem k rozvoji jejich sebepojetí a vazby na rodiče mnohdy komplikovanější adaptaci. Jsou ve věku, kdy se své získané samostatnosti mohou „zaleknout“ a separaci od rodičů prožívají emotivněji. Tento rozpor, kdy děti na jedné straně působí motoricky, sebeobslužně, kognitivně i řečově vyspěle a straně druhé může mít velmi silné emocionální reakce na odloučení, je vývojově specifický zejména pro tuto skupinu.

Z hlediska vhodných postupů a doporučení pro usnadnění adaptace platí velmi obdobná specifika jako u dětí do roku a půl.

## Doporučení pro adaptaci dítěte od 2 do 3 let

Starší batolata od dvou do tří let jsou již poměrně vyspělá v oblasti zvládnutí hygienických návyků, většina dětí v tomto období se učí či již dobře ovládá „chození na nočník“, také je schopna samostatně se najíst lžící. Z hlediska interakce s vrstevníky se již dokáží více zapojit do hry, byť jde stále o tzv. paralelní aktivity. Učí se hodně nápodobou a pozorováním, rádo zkouší nové aktivity. V oblasti jemné motoriky se dítě začíná více věnovat i kresebným a modelovacím technikám. Lépe reaguje a plní instrukce dospělých. Starší batolata však vývojově procházejí významnou etapou pro rozvoj jejich identity, tzv. období vzdoru. Jeho projevy mohou být komplikací v adaptačním procesu. Je třeba mít na vědomí, že jde o zdravou vývojovou fázi, kdy dítě také testuje naše hranice. V oblasti komunikačních dovedností dítěte můžeme očekávat množství kladení otázek typu „proč“. I z tohoto důvodu je významným prvkem pro ulehčení adaptace důraz na vysvětlení, odůvodnění jednotlivých požadavků, které klademe na dítě. Ukazuje se, že jedním z účinných nástrojů, které mohou u staršího batolata pomoci, aby se v novém prostředí cítilo dobře, je partnerský přístup v podobě dát mu pocit kompetence – např. zalít kytky, nachystat stůl na jídlo, přinést nějakou pomůcku, apod.

I pro tuto skupinu platí doporučení popsaná podrobněji výše.

## Doporučení pro adaptaci dítěte od 3 do 5 let

U dětí předškolního věku nemůžeme automaticky předpokládat snadnější adaptaci. Naopak, mnohdy u nich mohou být adaptační reakce výraznější, byť nemusí být na první pohled ihned identifikovatelné. Děti v tomto věku bývají velmi činnorodé, aktivní, iniciativní. Většina dětí v tomto věku je velmi zvědavých, mají spousty energie, rády napodobují druhé. Charakteristický je také jejich zájem o nejrůznější typy aktivit, osvojování si společenských

pravidel. Přesto, že jsou v předškolním věku takřka ideální předpoklady z hlediska naplňování vývojových potřeb dítěte pro jeho vstup do skupinového typu zařízení, zkušenost z praxe ukazuje, že adaptačnímu procesu u dětí v předškolním věku musíme věnovat také pečlivou pozornost. Zvláště u dětí, které doposud byly zvyklé být většinu času jen v rodinném kruhu, nemají větší zkušenost s jinými dětmi či jinými výchovnými autoritami. Navíc jsou již ve věku, kdy jejich repertoár reakcí na stresovou situaci může mít velmi pestrou podobu a vnitřní tenzi nemusí dávat najevo pouze pláčem či straněním se. Z hlediska myšlení je předškolní věk typický svým egocentrismem, bohatou fantazií složkou, kdy je pro děti někdy obtížné rozlišení mezi realitou a fikcí. Odtud pramení i jejich tendence k různým konfabulacím. Z hlediska rozvoje identity a sociálního vývoje se u nich postupně vynořují i nové sociální dovednosti – dělit se s druhým, spolupráce ve skupině, ale také méně ceněné dovednosti jako je schopnost šizení, lhaní a žalování (Thorová, 2015). V kombinaci s rozvojem slovní zásoby a také velkého spektra otázek (proč?, jak?) a zároveň egocentrismu může proces adaptace na nové prostředí i osoby přinášet mnohé náročné situace. Dítě již ovládá schopnost manipulace s druhými. Zvláště v komunikaci s rodiči a dalšími dospělými si brzy osvojí mechanismy, jak některými projevy v chování může docílit svého.

Celé výše uvedené vybrané spektrum charakteristik dětí předškolního věku chce upozornit na důležitost jednotného postupu dospělých, dodržení pravidel a postupů.

## Shrnutí postupů, které mohou adaptaci usnadnit

1. Postupné si zvykání na nové prostředí, nejprve za přítomnosti rodiče. První dny se doporučuje docházka pouze na několik málo hodin, postupné prodlužování času v dětské skupině.
2. Přívětivé, ale neprodlužované loučení.
3. Povídání si s dítětem o tom, co v dětské skupině dělalo, jaké to pro něj bylo, apod. (Zde je důležité, aby měl rodič možnost seznámit se s konkrétním denním programem dětské skupiny, aby jeho dotazy mohly být konkrétní.)
4. Dobrovolnost zapojení dítěte do jednotlivých aktivit.
5. Pravidelnost docházky v dohodnuté dny, výjimky dělat jen z opravdu zásadních důvodů.
6. Pozitivní motivace dítěte, ale bez nutností odměny (dárku) za každý den v dětské skupině, ale umožnění vzít si s sebou například oblíbenou hračku, která mu umožní navodit si ve skupině pocit bezpečí.
7. Dodržování všech slibů, které dítěti dáme.
8. Respektování individuálního procesu adaptace, trpělivost a citlivost. Neporovnávat s druhými dětmi, každé dítě je jedinečné, stejně tak jeho situace.
9. Aktivní spolupráce s personálem dětské skupiny, důvěra v jejich kompetence.
10. Aktivní komunikace personálu s dětmi i v období, kdy ještě samy produkují řeč jen minimálně (popisujeme prováděné aktivity, využíváme vizualizačních prvků a prvků neverbální komunikace).

# Faktory znesnadňující proces adaptace

V praxi se můžeme setkat s tím, že je proces adaptace narušován a komplikován nedodržením výše uvedených zásad nebo specifickou situací dítěte či rodiny. V následující části popíšeme některé z těch, se kterými se v praxi lze setkat nejčastěji. Pokud zaznamenejme problém v adaptaci dítěte na skupinu, je nezbytné zaměřit se nejprve na analýzu možných příčin problému. To nám pomůže přistupovat k řešení citlivě a s ohledem na potřeby všech účastníků adaptačního procesu.

## *Faktory na straně poskytovatele služby (dětské skupiny)*

### a) **nejasně stanovená pravidla nebo program skupiny**

Možnost kdykoli přivádět a vyzvedávat děti (stále narušování denní, programu).

Denní režim není pro děti předvídatelný, těžko se v něm orientují.

### b) **nezkušenost pečujících osob, přehnaná očekávání**

Nezkušenost může ovlivnit možnost naladění pečujících osob na dítě, nároky a očekávání pak neodpovídají vývojové úrovni a aktuálnímu stavu dítěte

Nepochopení toho, že některé projevy jsou v adaptačním období přirozené (viz výše, např. pláč, těžko předvídatelné chování, omezené zapojování do aktivit)

## **Faktory na straně rodičů**

### **a) odlišný způsob (filozofie) rodiny a dětské skupiny**

Adaptaci dítěte na zařízení může výrazně ztížit, pokud rodina vyznává odlišný životní styl či hodnoty než ty, na kterých je založena dětská skupina. Dítě to postupně dokáže zvládnout, ale je třeba s rodinou komunikovat důležitost toho, aby přístupy nešly proti sobě. Proto také doporučujeme deklarovat filozofii a cíle skupiny otevřeně, vyjasnit si svá očekávání již při vstupním pohovoru.

### **b) rozdíl v režimu zařízení a rodiny**

Setkáváme se i s tím, že rodina do nástupu do dětské skupiny měla odlišný režim, například je pro ně problematické zajistit včasný příchod dítěte do skupiny, což narušuje denní program, zároveň také způsobuje emoční výkyvy u ostatních dětí. V takových případech je dobré chápat, že i rodina se adaptuje na novou situaci, komunikovat problémy, které může toto chování způsobovat a snažit se domluvit přístup přijatelný pro všechny.

### **c) pocity viny u rodičů**

Při zařazování dítěte do skupiny se také setkáváme s pocity viny u rodičů, které demonstrují například tím, že prodlužují loučení s dítětem, požadují dodržování někdy až nesmyslných detailů, "uplácejí" děti drobnými sladkostmi a hračkami při každém vyzvedávání. Je důležité rodiče podpořit v jeho roli, ubezpečit ho, že dítě je v pořádku, případně i facilitovat loučení (přijít si pro dítě do šatny, vzít ho do náruče, pojmenovávat situaci a ubezpečit dítě, že rodič přijde zpět).

#### d) **obtížná situace v rodině**

Pro dítě může být těžké, pokud je zařazováno do skupiny v období, kdy v rodině dochází k několika změnám (např. narození sourozence, rozvod rodičů, stěhování). Opět se jedná o informace, na které bychom se měli doptat při přijímání dítěte (citlivě a opatrně), jelikož mohou významně ovlivnit adaptační proces.

Samostatnou oblastí jsou rodiny, které v době zařazování dítěte do skupiny procházejí obtížnou rozvodovou situací, je nově realizována střídavá péče, realizováno předběžné opatření omezující styk jednoho či druhého rodiče. Jedná se o situace se závažným dopadem na fungování dítěte, vzrůstá zde potřeba chápavého, přijímacího a stabilního prostředí v dětské skupině bez hodnocení rodinné situace a vytváření koalic s některým z rodičů. Nezbytné je zde dodržovat zákonné postupy a minimalizovat dopad zmíněných faktorů v rámci zařízení.

### **Faktory na straně dítěte**

#### a) **neukončený separačně – individuální proces**

Vzhledem k věku, ve kterém děti do dětských skupin vstupují, je možné, že ještě nezvládly tzv. separaci (viz separačně – individuální proces M. Mahlerové in Thorová, 2015; Šulová, 2010 nebo Langmeier & Krejčířová, 2006). Takové děti mají obtíže zvládnout pobyt v zařízení bez rodiče, což se může projevat celou řadou psychosomatických projevů (apatii, nechutenstvím, zácpou atd.). Paradoxně děti mladšího batolecího věku mohou mít tyto projevy méně nápadné, což ale neznamená, že by pro ně situace nebyla psychicky náročná, ale spíše ještě nemají rozvinuté mechanismy, kterými by to projevily. Důležitá může být strukturace a vizualizace času (vizualizované pořadí aktivit v zařízení, kde je uveden i příchod rodiče), verbální ujišťování, ale i fyzická blízkost pečujících osob v případě potřeby (pohlazení, pochování).

## b) nepřijetí nové situace

Zařazení dítěte mezi další děti je pro něj novou situací i v případě, že má sourozence a s vrstevníky má již zkušenosti. Dítě může mít obtíže tuto situaci přijmout, zejména pokud na ni nebylo dobře připraveno nebo se děje v jeho životě více změn najednou (viz výše). V těchto případech je třeba nechat dítěti čas na adaptaci, snažit se dodržovat rituály, snažit se přijít na to, co by mohlo být pro dítě ve skupině atraktivní (děti, hračky, hřiště).

## c) problémy v přijetí pravidel/nové autority

Děti přichází do skupiny z různých rodin, které mají svá pravidla a rituály. Fungování dětské skupiny a rodiny může být velmi odlišné. Děti se naučí postupem času mezi danými prostředími rozlišovat a chovat se podle toho, ale zpočátku to může působit problémy. Je třeba s dětmi pracovat láskyplně, ale dbát na jednotný přístup pracovníků, který odpovídá pravidlům a cílům skupiny. Čím jsou pro děti jasnější, tím kratší dobu potřebují k tomu, aby se na ně adaptovaly.

V případě závažnějších problémů může být důležitá také spolupráce rodiny.

## d) dlouhodobá nepřítomnost/nemoc

Pro adaptaci je klíčové, aby docházka dítěte do zařízení byla pravidelná, aby dítě pokud možno bylo vyzvedáváno v podobný čas, který si může spojit s konkrétní činností ve skupině (po obědě, po spánku, po vycházce atd.). Proto motivujeme rodiče, aby si na čas adaptačního období neplánovali dovolené, dítě vodili pravidelně. Může se však stát, že dítě onemocní a nějakou dobu není schopno do zařízení docházet. Pak musíme počítat s tím, že se může adaptační proces startovat znovu. Můžeme to podpořit tím, že dítě po nemoci přivítáme něčím, co mu může ukázat, že jsme se na něj těšili, že nám chybělo (obrázek, výrobek od dětí).

### e) odlišný mateřský jazyk dítěte

Dítě s odlišným mateřským jazykem se v počátku svého zařazení ve skupině jen velmi těžce orientuje v denním režimu, pravidlech. Je tedy důležitá vizualizační podpora (obrázky, fotky), dále větší pozornost pracovníků skupiny v adaptačním období (fyzická blízkost, vysvětlování, zjednodušení interakce s ostatními dětmi).

Odlišný mateřský jazyk může znamenat i jiné kulturní zákonitosti fungování rodiny, o čemž by se měli pracovníci informovat.

Velmi důležité je uvědomit si, že i bilingvní (multilingvní) děti, kde jedním z jazyků je jazyk dětské skupiny, může mít v raném věku vážné problémy s porozuměním jazyku, jelikož je ve fázi, kdy se jazyk teprve rozvíjí. I zde je tedy důležitá vizuální opora a přesvědčování se, že nám dítě rozumí (při rozhovoru s rodiči zjišťujeme, jakými jazyky se v rodině mluví, kdo mluví kterým jazykem, s kým je dítě nejčastěji).

Jak již bylo několikrát zdůrazněno, adaptační období může být klíčové pro úspěšné zařazení dítěte do skupiny, pokud je dobře zvládnutý, dítě se naučí překonat odloučení od rodiny a může si začít užívat aktivity, které mu skupina nabízí. Hlavním cílem je, aby se dítě cítilo ve skupině bezpečně, aby se cítilo přijímané a aby pochopilo a přijalo denní režim zařízení. Není třeba se znepokojovat drobnými překážkami v adaptačním procesu (nemoc dítěte, obtíže při loučení s rodiči), **jde spíše o to, snažit se je konstruktivně řešit. Proto jsme přiložili několik ilustračních kazuistik.**

## Ukázky kazuistik – děti s adaptačními problémy

### Anička (2 roky)

Anička je dvouletá dívka, žije s oběma rodiči, sourozence nemá. Otec pracuje jako daňový poradce a účetní, maminka nastoupila před měsícem do práce na poloviční úvazek. Dívka nastoupila do dětské skupiny v listopadu.

Po příchodu do skupiny se velmi dlouho loučí s maminkou, nechce se jí po odchodu pustit. Následuje dlouhé loučení, maminka dcerce vysvětluje, že musí do práce. Slíbuj jí, že jí odpoledne koupí lízátko. Když maminka odejde, Anička pláče, je k neutěšení. Pláče s krátkými pauzami skoro celé dopoledne, než si pro ni maminka opět přijde. Anička se jen málo zapojuje do společných aktivit, skupiny se spíše straní, do dětské skupiny chodí 2 týdny, pravidelně, každý den. V dětské skupině je celkem 10 dětí, podobného věku jako ona, skupina je z hlediska věku homogenní.

**Možné příčiny:** Anička se nachází ještě v počáteční fázi adaptačního procesu. Pro jeho zvládnutí je určitě dobře, že do dětské skupiny chodí pravidelně. Je škoda, že Anička nastoupila až v listopadu, v době, kdy již její maminka začala po rodičovské dovolené opět pracovat. I ona tedy prožívala jistý adaptační proces po návratu do zaměstnání. Anička tak neměla možnost postupné adaptace na prostředí dětské skupiny, seznamování se s prostředím třeba ještě před samotným nástupem do dětské skupiny, začátek docházky prožívala sama bez přítomnosti maminky. Jisté nejistotě a prožíváním pocitů viny u rodiče nahrává také skutečnost dlouhého loučení a opakovaného slibování odměny.

Co by mohlo pomoci ze strany rodičů i ze strany pracovníků dětské skupiny:

Aničce by mohlo pomoci pozvolnější adaptování se na nové prostředí za přítomnosti maminky. Dalším krokem k překonání adaptačních potíží by mělo být vřelé, ale neprotahované loučení. Místo slibované odměny by si mohla Anička vzít sebou oblíbenou hračku. Personál dětské skupiny může Aničce nabízet trpělivě zapojení se do aktivit, pojmenování jednotlivých aktivit, ale třeba i obrázkové schéma dne, kde bude mít vizualizaci toho, co ji daný den čeká a kdy si ji opět maminka vyzvedne.

### Kryšťufek (18 měsíců)

Chlapec nastoupil hned v září, nejprve však chodil týden spolu s maminkou, vždy na dvě hodiny, od druhého týdne chodí sám. Maminka je opět těhotná, ale pracuje na částečný úvazek z domova. Kryšťufek chodí do dětské skupiny dvakrát týdně. Chlapec se ráno v poklidu rozloučí, po odchodu maminky je však bázlivý, nepláče, ale příliš nekomunikuje, straní se, verbálně se projevuje minimálně. Vyžaduje stále dudlíka. Svačinku nechce jíst, jen pije. K obědu sní jen trochu polévky, chce jíst jen sám, asistenci odmítá. Do dětské skupiny chodí 4 týdny. S dětmi si příliš nehraje, kontakt s personálem dětské skupiny navazuje zejména v situacích, kdy chce podat nějakou hračku.

**Možné příčiny:** U Kryšťufka není ještě ukončen separační proces, je evidentní, že vnitřně prožívá tenzi, stres. Zároveň je u něj adaptační proces stále ještě v počátečním procesu, vzhledem k tomu, že dětskou skupinu navštěvuje sice pravidelně, ale jen dvakrát týdně. Je ale zjevné, že i přes náročnost situace i vzhledem k nízkému věku, je u něj adaptační proces na dobré cestě. Můžeme si všimnout, že Kryšťufek se potřebuje v novém prostředí více zorientovat. Jako snahu o zapojení můžeme vidět jeho požadavek o samostatné stolování.

**Co by mohlo pomoci:** (Ze strany rodičů i ze strany pracovníků dětské skupiny): Kryštůfkovi pomůže větší individuální zájem ze strany personálu dětské skupiny. Jde o rok a půl starého chlapce, který ještě nemá rozvinutou řeč, proto je velmi důležité, aby dospělí popisovali veškeré dění i jejich posloupnosti. Může také prožívat nejistoty v souvislosti s těhotenstvím své maminky a očekáváním narození dalšího sourozence. Jeho pocitu kompetence a zapojení se do skupiny by mohlo pomoci, pokud by mu byla nabídnuta nějaká nová role – např. u stolování by mohl nachystat prostírání, při společné četbě by mohl podat knihu, apod.

Ze strany rodičů je potřeba, aby se doma s Kryštůfkem často o dění v dětské skupině bavili, ocenili, že je šikovný pomocník a pozitivně komentovali, co vše nového tam prožije a naučí se. Také by měli citlivě pracovat na přípravě Kryštůfka na narození dalšího sourozence.

### **Kačenka (2,5 roku)**

Dívka žije s rodiči a starší sestrou (5), která chodí již do mateřské školy a po prázdninách půjde do školy. Maminka nastoupila zpět do práce na plný úvazek, předtím byla s Kačenkou v domácnosti na rodičovské dovolené. Otec pracuje z domova, když má méně práce, někdy Kačenku do dětské skupiny nedá a je s ní doma.

Dívka nastoupila v prosinci, maminka od ledna nastoupila do práce. První dva týdny chodila do dětské skupiny spolu s dcerkou, vždy na dopoledne, chodily ale nepravidelně, dvakrát, třikrát týdně. Kačenka chce být stále v pozornosti pečující osoby, vyhledává často tělesný kontakt, musí být stále u „tety“, s dětmi kontakt sama neinicuje. V dětské skupině spí po obědě, chce ale usínat tak, že jí musí „teta“ držet za ruku a hladit. Do dětské skupiny chodí měsíc a půl, ale nepravidelně.

**Možné příčiny:** Jednou z příčin adaptačních potíží dívky může být dosavadní malá zkušenost se separací od rodiny. Kačenka žila dva a půl roku vlastně za celodenního kontaktu s oběma rodiči, vzhledem k tomu, že otec pracuje z domova. Byť se jí pravděpodobně během dne nemohl věnovat tak intenzivně jako maminka, i jeho samotná přítomnost představovala pro Kačenku základnu bezpečí. A najednou se ocitla bez obou rodičů. Náročná je pro ni separace od rodičů i doba, kterou v dětské skupině tráví – včetně poledního spánku, kdy vyžaduje fyzickou přítomnost dospělého.

**Co by mohlo pomoci:** (Ze strany rodičů i ze strany pracovníků dětské skupiny): Kačence by mohla pomoci jasnější a pravidelná docházka do dětské skupiny. Ke zvážení je i časová organizace, např. častější docházka do dětské skupiny, ale po kratší dobu (bez poledního spánku). Kačenka by si mohla sebou nosit oblíbenou panenku, která by ji v dětské skupině doprovázela a i pro personál dětské skupiny by mohla panenka představovat partnera pro komunikaci s Kačenkou. I v jejím případě je důležité, aby rodiče hovořili o dětské skupině jako zajímavém a dobrodružném prostředí pro Kačenku, kde zažije nové věci a najde si kamarády. Personál může Kačence pomoci tím, že ji bude věnovat dostatek pozornosti, zároveň ji bude podporovat v její samostatnosti.

### **Robin (3,5 roku)**

Chlapec žije v úplné rodině s rodiči a mladším bratrem (1 rok). Maminka je Češka, otec Němec, ale chlapec se narodil v USA. Rodina žila v USA do jeho 2 let, pak přesídlili do Německa na půl roku, kde chlapec někdy navštěvoval obdobu dětské skupiny. Po návratu do USA začal navštěvovat tamní zařízení, kde se se začal učit anglicky. Po dalším půl roce rodina přesídlila do ČR, podle rodičů mluví česky a německy, rozumí anglicky. Byl přijat do dětské skupiny, která byla věkově heterogenní (aktuálně od 1, 5 roku do 4 let), docházka dětí byla nepravidelná, na základě potřeb rodičů.

Chlapec nastoupil do skupiny v průběhu října, jelikož září trávil rodina ještě v zahraničí. První dny se nechtěl rozloučit s maminkou, naléhavě plakal, někdy dokonce do maminky bouchal rukou, po jejím odchodu se po chvíli uklidnil, ale byl tichý. Zhruba po týdnu se začaly objevovat problémy s tím, že chlapec nedodržel program, uprostřed aktivity se zvedl a utekl, objevilo se i agresivní chování vůči ostatním dětem (bouchnutí rukou, vytrhávání hraček dětem z rukou i kopnutí). Na zpětnou vazbu pečujících osob reagoval negativně nebo vůbec, někdy se díval "skrže" dospělých. Byla vyžádána konzultace psychologa s podezřením na vývojový problém.

**Možné příčiny:** Vzhledem k tomu, že chlapec nevykazoval výrazně problematické reakce na odloučení od rodičů a byl podle jejich informací zvyklý na různá zařízení, byla jako možná příčina vyloučena problematická separace. Rodiče s chlapcem navštívili psychologa, který po několika setkáních vyloučil vývojovou poruchu. Za možnou příčinu byla nakonec zvažována relativní nestálost životního stylu rodiny (střídání zemí, zařízení, která chlapec navštěvoval), nesoulad pravidel rodiny a zařízení a nakonec také nedostatečná úroveň českého jazyka.

**Co by mohlo pomoci:** (Ze strany rodičů i ze strany pracovníků dětské skupiny): Robinovi nakonec pomohlo nastavení stabilního režimu. Po rozhovoru s rodiči bylo domluveno, že bude navštěvovat skupinu pravidelně, aby mohl lépe pochopit její fungování a pravidla, aby mu bylo vytvořeno "zázemi". Ukázalo se také, že chlapec ne vždycky dobře rozumí a v okamžiku, kdy má problém se s dětmi domluvit, vyřeší to zkratkovitě. Pracovníci skupiny byli vedeni k tomu, aby se vždy přesvědčili, že jim chlapec rozumí, aby mu dávali zpětnou vazbu nejen o problémovém chování, ale aby posilovali žádoucí chování a přímo v situaci mu ho také předvedli. Důležité bylo zaměřit se na interakci dětí a podporovat ji vzorem. Pracovníci skupiny i rodina pracovali na rozšiřování slovní zásoby v českém jazyce.

## Emma (2,5 roku)

Dívka žije s rodiči a mladším bratrem (6 měsíců), podle informací rodičů bratra přijala hezky, pomáhá se starostí o něj. Matka je na rodičovské dovolené, otec pracuje většinou celé dny, vrací se domů až večer, když jsou děti ukládány do postelí. Do nástupu do dětské skupiny byla Emma s matkou doma.

Emma nastoupila do skupiny v září, společně s dalšími dětmi. Byla velmi plačtivá. Plakala téměř celé dopoledne, nechtěla se zapojovat do aktivit, téměř vůbec nejedla. Situace se zdála trvalá, nelepšila se ani po prvním měsíci. Rodina chtěla spolupracovat, nechtěla se vzdát možnosti, aby dívka navštěvovala dětskou skupinu.

**Možné příčiny:** Jako možné příčiny bylo zvažováno neukončení separačního procesu, dále také narození sourozence, nepřijetí nové situace, emocionální závislost na matce.

**Co by mohlo pomoci:** (Ze strany rodičů i ze strany pracovníků dětské skupiny): Pro Emmu může být důležité, aby ji rodiče ujišťovali o tom, že narozením sourozence se nezmenšila jejich láska k ní. Také je vhodné, aby si maminka vymezila nějaký čas jen na ni. Zároveň je dobré, aby mohla mít u sebe ve skupině hračku, předmět, který by jí připomínal rodinu a ujišťoval ji, že skupina je bezpečné místo. Doporučujeme také zvýšenou fyzickou přítomnost pracovníků skupiny (u Emmy pomohlo, že ji pracovníci skupiny pochovali, drželi za ruku atd.). Samozřejmý je opakující se denní režim, který může zrychlit adaptaci na skupinu. U takových dětí doporučujeme docházku pouze na dopoledne (pokud je to možné).

## Kubík (4 roky)

Chlapec je nejmladší ze třech dětí, jeho sestry jsou již školačky (14 a 9 let). Podle informací rodiny si Kubík roli benjamínka "užívá", sourozenci ho mají rádi, skvěle spolu vycházejí. Kubík byl do nástupu doma s maminkou, často ho hlídala babička, rodiče se před dvěma lety rozvedli, babička s rodinou prakticky bydlí. Vztahy rodičů jsou korektní, otec tráví 1x týdně s chlapcem den, ale nespí u něj, podle matky se chlapec vždy ujišťuje, zda má pro něj otec připraven nějakou oblíbenou aktivitu, pokud ne, stává se, že odmítne s otcem odejít, hrají si tedy spolu v bytě, kde bydlí s matkou nebo na nedalekém hřišti. Sestry tráví někdy čas s nimi (pokud Kubík chce), samy mají svůj čas s otcem každý druhý víkend, kdy k němu jezdí.

Chlapec nastoupil do skupiny v březnu, matka dostala lukrativní pracovní nabídku. Péči z velké části přebrala babička, ale do skupiny jej ráno přivádí maminka. Kubík se s maminkou loučí dlouho, domlouvají se, co mu má maminka odpoledne přinést, co přinese babička při vyzvedávání. Obvyklé jsou drobné laskominy, někdy malá hračka. Maminka se ujišťuje, že pobyt ve skupině zvládne. Zhruba po 2 týdnech došlo k události, kdy si chlapec stěžoval na bolest břicha, následně se pozvracel. Byla přivolána matka, která se uvolnila z práce a chlapce vyzvedla. Několik dní pak byl doma s virózou. Poté se začaly opakovat situace, kdy si chlapec stěžoval na bolest břicha, ještě dvakrát si ho vyzvedla babička, pak vzhledem k tomu, že chlapci nic nebylo, došlo k domluvě, že pokud nebudou další symptomy, nebude třeba Kubíka vyzvedávat. Občas si stěžoval, někdy také říkal, že se mu chce blinkat, nejedl. Do programu se ale zapojoval, v interakci s dětmi neměl problém.

**Možné příčiny:** Pro chlapce se jednalo o novou situaci, byla to první situace, kdy nebyla všechna pozornost centrována na něj. V rodině se mu většinou přizpůsobovali, byl zvyklý, že řídí situaci v rodině, rozhoduje si o tom, co chce. Situace, kdy byl kvůli nevolnosti odveden domů, v něm vyvolala pocit, že může "řídít" i to, zda bude chodit do skupiny či ne. Zároveň zde byly možná i pochyby maminky, zda měla nastoupit do práce, i když to nebylo nezbytně nutné (otec rodinu zajišťoval i po rozvodu).

**Co by mohlo pomoci:** (Ze strany rodičů i ze strany pracovníků dětské skupiny): V tomto případě je nutná spolupráce rodiny. Důležité je, aby Kubík pochopil, že všechny situace nemohou být vždy podle jeho přání. V ideálním případě je dobré domluvit se s rodinou, aby se snažili nastavit podobný přístup i doma, aby neměnili plány vždy podle jeho chování. Doporučujeme domluvit určitý režim, který rodina i skupina dodržuje, chlapec ve skupině nestrádá, s dětmi vychází dobře, jen se snaží prosadit si svou, jak je na to zvyklý. Je dobré také ukázat mu, že je pro skupinu (děti, pracovníky) důležitý a mají ho rádi.

Jak jsme se snažili ukázat, adaptační období je velmi důležité pro úspěšné zařazení dítěte do dětské skupiny. Závěrem lze shrnout, že jisté adaptační potíže jsou v batolecím a předškolním věku zcela běžné a přirozené. Nástup dítěte do skupinového zařízení představuje v jeho životě významnou změnu a lze se na ni připravit ještě před samotnou realizací docházky, přesto může dítě takovou změnu prožívat jako velmi zatěžující. Souvisí to s vývojovou fází dítěte, jeho osobností a novou situací, na kterou není zvyklé. Adaptační projevy dítěte mohou být různorodé, je vždy důležité, aby se na jejich řešení aktivně a citlivě podíleli jak rodiče, tak pracovníci dětské skupiny a o konkrétních projevech u dítěte se vzájemně informovali. Předcházející text se snaží analyzovat nejčastější podoby projevů v adaptaci dítěte na dětskou skupinu s akcentem na jeho věk a vývojové stádium a také komentovat možné příčiny tohoto chování a prožívání batolete či dítěte v předškolním věku. Čím bezpečnější a pro dítě předvídatelnější prostředí vytvoříme, tím kratší a emočně méně náročný průběh může adaptační období mít. Vždy je však nezbytné vzít v úvahu individuální případ dítěte. Pro pracovníky dětských skupin platí, že dobře a citlivě zvládnuté adaptační období může významně ulehčit následnou práci s dítětem i celou skupinou.

## Odborná literatura k tématu:

DVOŘÁKOVÁ, H.: *Adaptace na školku? Každé dítě zvládá jinak*, časopis *Rodina a škola* č 9/2011, dostupné na <http://www.portal.cz/casopisy/ras/ukazky/adaptace-na-skolku-kazde-dite-zvlada-jinak/45871/>

GREGORA, Martin a Jana KROPÁČKOVÁ. *Vývoj batolete od jednoho roku do tří let*. Praha: Grada, 2016. ISBN 978-80-247-5085-9.

HORŇÁKOVÁ, Katarína, Svetlana KAPALKOVÁ a Marína MIKULAJOVÁ. *Jak mluvit s dětmi: od narození do tří let*. Praha: Portál, 2009. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-7367-612-4.

HOSKOVCOVÁ, Simona. *Psychická odolnost předškolního dítěte*. Praha: Grada, 2006. Psyché. ISBN 80-247-1424-8

KOŤÁTKOVÁ, S.: *Dítě a mateřská škola. Co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*, 2., rozšířené a aktualizované vydání. Praha: Portál, 2014. ISBN: 978-80-247-4435-3.

KUHN, Brett R. a Joe BORGENICHT. *Batole – návod k obsluze: rady pro údržbu a tipy pro řešení problémů*. Brno: Computer Press, 2010. ISBN 978-80-251-2960-9.

KROPÁČKOVÁ, Jana a Hana SPLAVCOVÁ. *Dvouleté děti v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe, 2016. Dobrá školka. ISBN 978-80-7496-270-7.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualizované vydání (Vydání 4., přepracované a doplněné, v Grada Publishing 2.). Praha: Grada, 2006. Psyché. ISBN 80-247-1284-9.

MATĚJČEK, Zdeněk. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Vydání šesté. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0519-7.

MERTIN, Václav a Ilona GILLERNOVÁ. *Psychologie pro učitelky mateřské školy* [online]. Druhé, rozšířené a přepracované vydání. Praha: Portál, 2010 [cit. 2019-04-25]. ISBN 978-80-7367-627-8.

NEISEL, R. – GRIEBEL, W.: *Poprvé v mateřské škole*. 1. vydání. Praha: Portál, 2005, ISBN 80-7178-989-5.

SOBOTKOVÁ, Daniela a Jaroslava DITTRICHOVÁ. *Vývoj a výchova děťátka do dvou let: psychomotorický vývoj*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3304-3.

ŠMELOVÁ, Eva. *Individualizace ve výchově a vzdělávání dětí předškolního věku*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2016. Monografie. ISBN 978-80-244-5115-2.

ŠULOVÁ, L. *Děti nastupují do mateřské školy*. *Informatorium 3–8*, č. 7. 2004. 5 s. ISBN 1210-7506.

ŠULOVÁ, Lenka. *Raný psychický vývoj dítěte*. 2. vydání. Praha: Karolinum, 2010. Učební texty Univerzity Karlovy v Praze. ISBN 978-80-246-1820-3

THOROVÁ, Kateřina. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0714-6.

Účelová publikace.  
Není určena k prodeji na knižním trhu.  
Dětská skupina  
Vyšlo v roce 2019, první vydání, 34 stran, 1 000 výtisků  
Vydalo Ministerstvo práce a sociálních věcí,  
Na Poříčnickém právu 1, 128 01 Praha 2  
ISBN: 978-80-7421-215-4

VYTVOŘENO V RÁMCI PROJEKTU  
MINISTERSTVA PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ  
PODPORA IMPLEMENTACE DĚTSKÝCH SKUPIN,  
REG. Č. CZ.03.1.51/0.0/0.0/15\_009/0002266

**[www.mpsv.cz](http://www.mpsv.cz)**