



Pedagogická  
fakulta  
Faculty  
of Education

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra pedagogiky a psychologie

# Bakalářská práce

## Adaptace dětí na MŠ

The Process of Adaptation in the Kindergarten

Vypracovala: **Anežka Křištofová**

Vedoucí práce: **Mgr. Veronika Plachá**

Studijní obor: **Učitelství pro MŠ**

**České Budějovice 2017**

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

**V Českých Budějovicích**

**Anežka Křištofová**

## **Poděkování**

Ze srdce bych ráda poděkovala mé vedoucí bakalářské práce Mgr. Veronice Plaché za cenné rady, připomínky, odborné vedení, metodickou pomoc, věnovaný čas a především trpělivost, kterou mi poskytla při jejím zpracování. Dále bych chtěla poděkovat kolegyním, učitelkám mateřských škol a rodičům dětí, které mi poskytly informace nezbytné pro zpracování praktické části. Současně bych také ráda poděkovala své rodině za trpělivost a podporu po celou dobu studia.

## **ABSTRAKT**

Bakalářská práce je zaměřena na adaptaci dětí na mateřskou školu. Prožít co nejvíce času v běžné mateřské škole v přímém kontaktu s dětmi a na základě sledování chování, vnímání a prožívání dětí přiblížit vstup do MŠ a adaptaci na nové sociální prostředí. To jsou jedny ze základních zásad zkoumání adaptace dětí na MŠ. Cílem bakalářské práce je přiblížit čtenářům jejich filozofii a poukázat na jejich pozitiva, negativa a reakce při nástupu do MŠ. V praktické části se budu zabývat pozorováním konkrétního prostředí a aktivit nejméně ve 3 běžných mateřských školách, které doplním rozhovory s pedagogy popř. s rodiči zaměřenými na motivaci k práci.

**Klíčová slova:** dítě, rodina, mateřská škola, adaptace, socializace

## **ABSTRACT**

This work is focused on children's adaptation to kindergarten. Spend as much time as possible in kindergarten in direct contact with children and introduce children's signing into kindergarten and their adaptation to new social environment based on observation of their behaviour, perception and experience. These are the basic principles of analysing children's adaptation to kindergarten. The aim of this work is to introduce their philosophy and to point out the strengths, weaknesses and reactions of signing into kindergarten. The practical part is focused on observation of particular environment and activities at least in 3 regular kindergartens, which are supplemented with conversations with pedagogues or parents focused on work motivation.

**Keywords:** child, family, kindergarten, adaptation, socialization

## **Obsah**

ÚVOD.....	7
A. TEORETICKÁ ČÁST .....	9
1. EMOCIONÁLNÍ A SOCIÁLNÍ VÝVOJ DÍTĚTE .....	9
1.1 Batolecí věk .....	9
1.1.1 Reakce na separaci .....	11
1.2 Předškolní věk .....	12
1.2.1 Socializace dítěte předškolního věku .....	14
2. VZTAH S PEČUJÍCÍ OSOBOU.....	15
3. ADAPTACE NA MŠ .....	21
3.1 Proměnné, které pomáhají snazší adaptaci na MŠ .....	25
3.2 Příprava na nástup do MŠ .....	25
B. PRAKTICKÁ ČÁST .....	27
4. UVEDENÍ DO METODOLOGIE VÝZKUMU.....	27
4.1 Cíl výzkumu .....	27
4.2 Volba přístupu .....	27
4.3 Metoda výzkumu.....	28
4.4 Charakteristika prostředí výzkumu .....	28
4.5 Charakteristika výzkumného souboru .....	29
5. KAZUISTIKY JEDNOTLIVÝCH DĚTÍ.....	29
5.1 Kazuistika č. 1 .....	29
5.2 Kazuistika č. 2 .....	32
5.3 Kazuistika č. 3 .....	34
5.4 Kazuistika č.4 .....	36
5.5 Kazuistika č.5 .....	39
6. SHRUTÍ VÝZKUMU .....	41
7. ZÁVĚR.....	45
SEZNAM LITERATURY .....	46

## ÚVOD

Vstup dítěte do mateřské školy je jedním z jeho velkých životních kroků a vlastně nejen pro dítě samotné, ale i rodinu a začínající učitelku. Pro dítě je to nové, neznámé prostředí plné cizích vrstevníků. I když je na tento okamžik jistými způsoby připravováno rodinou, v moment, kdy se za rodiči zavřou dveře, dítě zůstává samo bez osob které jsou mu známé, v prostředí, které je mu cizí a režimem, který je úplně odlišný od toho domácího. Tato situace je pro děti velice psychicky náročná. Proto je zapotřebí znalého pedagoga, který dítěti umí pomoci. Rodiče často přicházejí na to, že je pro ně velmi náročné odloučení od jejich potomka a proto se snaží oddalovat příchod do mateřské školy. Je-li to pro dítě dobré, to je otázka, nad kterou bychom se měli zamyslet.

Nad problémem jménem "protest" se můžeme zamyslet a zkusit najít nějaké přijatelné východisko, jak mu předejít. Mohlo by pomoci například to, že dítě bude mateřskou školu navštěvovat ještě před nástupem do ní? Já osobně si myslím, že je tato otázka na místě. Dítě může zařízení navštěvovat s rodiči, tudíž se lépe přizpůsobí prostředí. Při nástupu se jedinec bude cítit jistěji a bezpečněji, jelikož prostředí mu bude známé a vlastně i osoby. Okolo bude mnoho dalších faktorů, které dítě budou znepokojovat (například další jedinci a plno jiných neznámých lidí) a to, že bude znát prostředí ve kterém bude trávit téměř každý den, bude pro něj jistou úlevou, a naučit se mimo rodinu fungovat je hlavním vývojový úkolem, který se dítě v předškolním věku má naučit.

„Ve školce si dítě jen hraje, to však může i doma.“ S takovými názory se setkáváme poměrně často. Málo lidí si ale uvědomuje, že mateřská škola je opravdu důležitou součástí vzdělávání dítěte. V mateřské škole se vyučuje podle rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání, je to dokument uzpůsobený pro vzdělávání předškolních dětí.

Má praxe v mateřské škole mě seznámila s náplní práce paní učitelky. Teprve tehdy jsem si uvědomila, co všechno obnáší a jak náročná, ale zároveň pestrá a naplňující práce to pro mne je. Ocitla jsem se v situaci, kdy maminka přivedla svého potomka do

školky, přede dveřmi do třídy se dítě matky chytlo kolem krku a nechtělo se jí pustit a maminka samotná ho nemohla sundat. Paní učitelka musela zakročit a dítě z ní doslova odlepit. Dokonce jsem se setkala s případem, kdy dítě vysvětlilo učitelce, že maminka ho určitě doma potřebuje a že ve školce nemůže být, hned poté co to učitelce vysvětlilo se otočilo a odešlo se třídy, zamířilo ke dveřím ven, jako by se nic nedělo, učitelka naštěstí včas zasáhla a i po domluvě dítěti, že ve školce musí počkat, než si pro něj maminka přijde, se situace následující den opakovala. U některých jedinců dochází i k projevu agrese, za to, že nemůže být s rodiči viní ostatní a je agresivní. V mnoha případech se můžeme setkat i s pomočováním ze strachu, že je rodič v MŠ nechá (u některých případů za to mohou rodiče sami, protože dětem vyhrožují - "Pokud budeš brečet, tak tě ve školce nechám!"). Tyto okamžiky byly pro mne zlomové a uvědomila jsem si, že mne adaptace jednotlivých dětí velice zaujala, a proto se jí budu zabývat.

Práce je tradičně rozdělena na teoretickou a praktickou část. Zvolila jsem kvalitativní formu výzkumu, kdy budu pozorovat jednotlivé chování dětí při nástupu do mateřské školy a problematiku separace od matky a rodiny.

V bakalářské práci budu zkoumat, co může separaci ulehčit a co ztížit, budu sledovat chování při ranním loučení, jejich zapojování do činností, schopnost sebeobsluhy a podobně.



## A. TEORETICKÁ ČÁST

### 1. EMOCIONÁLNÍ A SOCIÁLNÍ VÝVOJ DÍTĚTE

Emocionálnímu a sociálnímu vývoji dítěte bych se chtěla věnovat z toho důvodu, že se zásadním způsobem dotýká ústředního tématu této bakalářské práce, tedy procesu adaptace a základem pro sociální a emocionální vývoj dítěte je rodinné prostředí a výchova.

Nejprve se budu věnovat stručné charakteristice batolecího období, které předchází vstupu dítěte do mateřské školy, případně dítě nastupuje do MŠ v jeho průběhu.

#### 1.1 Batolecí věk

Batolecí věk je doba od 1 do 3 let. Je to období, kdy se výrazně rozvíjí dětská osobnost. Dítě tohoto věku se stává samostatnějším, aktivním subjektem a charakteristickým znakem této fáze je osamostatňování a uvolňování z různých vazeb, spojené s expanzí do širokého světa (Vágnerová, 2000). Dítě v tomto věku je zvědavé a rádo prozkoumává okolí kolem sebe čímž si rozvíjí poznávací funkce a motorické kompetence.

V tomto období je pro dítě důležitý prostor svého obydlí (bytu, domu, zahrady), ale také osoby z rodinného kruhu. Mezi základní vývojové úkoly patří rozvoj hrubé a jemné motoriky, řeči a sociálních vztahů (Mertin, 2011). Může se nám zdát, že pro dítě v tomhle věku je například pobyt v nemocnici zlomovou událostí, ale zapomínáme na to, že pro dítě je takových *zlomových* událostí mnohem více. Vše je pro něj nové. Jít poprvé do divadla, nová kniha, dojít si sám něco koupit a další podobné události. Pro nás je to banální, už mnohokrát zopakované, pro dítě však jde o události nové, jedinečné, s mnohem silnějším emočním nábojem (Mertin, 2011).

Již v tomto věku si dítě uvědomuje sebe samo a začíná vzdorovat a prosazovat se. Vzdor je přirozené chování a svým způsobem může být brán jako pokrok duševního vývoje. Pokud je dítě jakkoli omezeno, velmi to prožívá a reaguje podrážděně a afektivně. Již od malička děti pozorují dospělé a snaží se napodobovat jejich chování. Mnohému z chování ani ještě nerozumí. To má pro děti velký význam, který je

mnohostranný. Je to cesta k socializaci. Jsou emočně labilní, tudíž různě reagují. V tomto období se u dětí objevuje strach z různých nepříjemných zážitků a občas bývá i dílem vlastní představivosti, na druhou stranu si dítě neuvědomuje opravdové nebezpečí (např. když vběhne do vozovky). Rozvoj symbolického myšlení může vyústit až v kompenzační vazbu na nějakou věc (plyšovou hračku, loutku kašpárka, atp.) (www.fi.muni.cz). *Kompenzační vazba znamená, že se dítě začne upínat na různé věci či předměty.* Děti je pak všude s sebou nosí a usilovně svírají. Potřeba těchto předmětů v předškolním období obvykle postupně odeznívá a mizí. Běžnou činností je pro dítě poznávání okolí, které je pro ně také značně atraktivní. Prozkoumávají ho. Způsob poznávání se během vývoje mění. V batolecím věku má dítě o světě poměrně dost informací, ale jsou útržkovité a nejsou vzájemně propojené, tudíž jim chybí pochopení.

V tomto věku je velice důležitý rozvoj poznávacích procesů, který závisí především na zdroji informací a získávání zkušeností. V tomto věku je dítě zvědavé a má potřebu poznávat a orientovat se ve světě, ve kterém žije. Na druhou stranu se děti musí také seznámit s tím, že v tomto světě platí jistá pravidla, která se musí dodržovat. Ke konci batolecího věku začíná být fixováno na znalost pravidel funkce okolního světa a je založena na postupném uvědomování řádu proměnlivosti okolního světa (Vágnerová, 2000). Děti si na pravidla v mateřské škole budou muset zvykat již od prvního dne, kdy nastoupí. Každá třída má nastavená pravidla, ze kterých vycházejí a dodržují je. Pokud děti zjistí na základě zkušenosti, že takto nastavená pravidla platí a fungují, usnadňuje to jejich emancipaci. Batolata lpí na stereotypch a rituálech, které jim usnadňují pobyt v MŠ a pro dítě představují v jistém slova smyslu pocit jistoty a bezpečí.

Strach, který u batolat můžeme pozorovat, většinou bývá spojen s vývojovými změnami. Se strachem může být také spojen pocit nejistoty. Například strach z toho, že ho opustí matka. Důležitým předpokladem pro batole je odpoutání z předchozí symbiotické vazby s mateřskou osobou (Vágnerová, 2000). Dítě bude mít s matkou stále citový vztah i potom, co proběhne separační proces. Jedná se hlavně o to, aby se změnila míra závislosti.

Dle Margret Mahlerové pokračuje v batolecím období proces separace – individuace. Konkrétně od 10. – 16. měsíce jde o fázi procvičování. V tomhle období se dítě začíná

aktivně vzdalovat od matky. Vždy se k ní však vrací, aby mělo jistotu, emočně se zklidnilo a načerpalo energii pro zkoumání dalšího prostředí. Tyto krátké separace mu pomáhají ke zřetelnému odlišení sebe od matky i k upevnění vztahu k ní (Langmeier a Krejčířová, 2006). Především v tomto období obvykle dochází k značně výraznému nárůstu separační úzkosti. Právě v tomhle období může vést nucená separace (i pouze několikadenní) ve vývoji dítěte ke stagnaci či regresi. Emancipace a závislost na matce je ovlivňována celkovým vývojem dítěte.

V batolecím věku by dítě mělo dosáhnout důvěry v sebe. Měli bychom je podporovat a pomáhat jim utvářet zdravé sebevědomí.

### **1.1.1 Reakce na separaci**

#### **Separační úzkost**

Separační úzkost nebo-li strach i z krátkodobého odloučení od matky se objevuje již u kojenců dětí v různém věkovém rozmezí. Při normálním vývoji se objevuje mezi 7. a 12. měsícem (Vymětal, 2007). Strach, který postupně vymizí v průběhu vývoje vrcholí přibližně mezi čtrnáctým až osmnáctým měsícem. Úzkost může mít podobu emoce, fyzického stavu nebo znepokojivých myšlenek a přesvědčení (Cohen, 2013). Aby tento úzkostný strach vymizel, je třeba, aby dítě bylo natolik psychicky vyspělé, kdy si uvědomuje, že matka existuje i když ji nemá přímo na dohled a není s ní v přímém kontaktu. Svůj strach z odloučení překonává tím, že se samo od sebe postupně vzdaluje od matky. Neprojevuje-li dítě strach z odloučení, může to znamenat i to, že dítě na matku není vázáno. Nemá-li však ani strach z cizích lidí, může to znamenat i to, že dítě není schopno matku rozeznat, naopak má-li dítě přehnaně úzkostný strach o matku, celý vývoj to brzdí.

V přítomnosti známých osob a v domácím prostředí se míra strachu, kterou dítě má, zmírňuje, vzdálenost dítěte od matky není rozhodující, pokud si ji dítě samo určí. Nepociťuje tedy úzkost, vzdálí-li se samo od matky. To neplatí v případě, kdy se vzdálí natolik, že ji zcela ztratí z dosahu. Pokud dítě nastupuje do nějaké instituce či školského zařízení, prožívají strach z odloučení také (Vymětal, 2000). Strach z odloučení prožíváme i v dospělosti, například opouštíme-li rodinný dům či se rozejdeme s partnerem. Děti bychom měli podporovat v samostatnosti, posilovat jejich sebevědomí

a důvěřovat jim, tímto jim tento strach také můžeme pomoci překonat. Rodič by ani neměl vyhrožovat dítěti odchodem, může to v jedinci vyvolat strach ještě větší. Je-li ovšem vazba mezi matkou a dítětem příliš silná, zpomaluje to jeho vývoj, snižuje mu to sebedůvěru a brání v osamostatnění. Při případném odloučení pak dítě reaguje přehnaně. Musí být matce neustále na blízku a nesmí ji spustit z očí. Často si děti přítomnost rodičů vynucují pláčem.

U některých dětí se objevují i psychosomatické problémy. Tyto obtíže nejsou zas tak časté v době adaptace, ale i tak se vyskytují a my se s nimi můžeme setkat. Mezi tyto problémy patří bolesti břicha, hlavy, nevolnost, zvracení, průjem, ale i horečka. Tyto problémy si dítě vlastně vyvolá, aby upoutalo pozornost rodičů na sebe a záměrně se tak vyhnulo školce. Obvykle bývá spouštěčem strach či úzkost. Pokud je dítě v batolecím věku dlouhodobě bez matky nebo jiných blízkých osob – například, pokud je hospitalizované, objevují se různé reakce, které budou blíže probrány v kapitole č. 2.

## **1.2 Předškolní věk**

V předškolním věku mluvíme o třech letech před nástupem do školy, což je většinou od tří do šesti let. V této životní etapě děti často navštěvují mateřskou školu, ale základem bývá stále rodinné prostředí a výchova rodičů a rodinných příslušníků, které velmi ovlivňují rozvoj dítěte a díky ní si utváří vztah k lidem a věcem ve svém okolí. Dítě v předškolním věku si vytváří normy a osvojuje různé sociální role, doma má jiné postavení a v mateřské škole taktéž. Každé prostředí na něj působí jinak a podle toho se také chová. Předškolní dítě je natolik vyztalé, že dokáže dát najevo co má a nemá rádo. Toto období - předškolní je až kritické pro osvojování si rolí a norem. Aby se dítě zdravě vyvíjelo, je velice důležité plnění základních psychických potřeb.

Hlavním znakem je, že v tomto věku se postupně uvolňuje vázanost na rodinu. Dítě se snaží uplatnit a prosadit ve skupině svých vrstevníků. Učí se normám chování.

Dítě často interpretuje realitu úplně jinak než to ve skutečnosti doopravdy je. Chyby v uvažování, které jsou emočně podmíněné jsou typické pro předškolní děti, ale také u dospělých se s nimi můžeme setkat. V tomto období však hraje fantazie velmi

významnou roli, která je významná jak pro rovnováhu rozumovou, tak citovou. Dítě si občas potřebuje přizpůsobit realitu svým vlastním potřebám a nějak ji interpretovat. Piaget tento způsob nazývá asimilací. V předškolním věku si děti uvědomují vlastní identitu, chápou sebe samu jako subjekt. Jsou citově i rozumově nezralé a proto jim záleží na názoru druhých osob, především rodičů, které je ovlivňují emočně, citovou vřelostí, požadavky a mírou naplnění jejich spokojenosti, chováním a verbálním vyjadřováním svých názorů na jedince. Ve 3 letech si děti myslí, že by se mohly snadno stát dítětem opačného pohlaví, kdyby se stejně oblékly a měly takový účes (Vágnerová, 2000). O rok později, tj. ve 4 letech už dítě ví, že se nikdy jejich pohlavní identita nezmění.

Většina dětí prožívá emoce intenzivně a bezprostředně. Nejen pro děti, ale i pro rodiče bývá často těžké pojmenovat některé emoce a ještě těžší najít odvalu o některých mluvit. Před dítětem se nemusíme bát vyjádřit smutek, lítost či vztek, ale musíme jej umět vyjádřit v takové míře, aby to pro dítě bylo únosné. Za nejvýznamnější vodítko v tomto směru můžeme považovat svou intuici a spontánní potřebu pro vyjádření emocí. To, že se rodiče zaměřují především na zlepšování výkonů svého potomka než na jeho sociální a emoční rozvoj, který je pro něj v budoucnu opravdu podstatný, vykazuje u dětí různé deficity, například v komunikaci či sociálních kontaktech. Neumějí pak procítit to, co prožívají, ale také je neumějí regulovat, zpracovávat a sdílet s ostatními. Rodiče (zejména ti výkonově orientovaní) by měli být schopni si připustit, že emoce jsou nedílnou součástí života, nelze je opomíjet, zlehčovat ani vytěšňovat (Matějček, 2008). Podstatné je také to, aby se děti od nejranějšího věku učily sdílet potřeby, pocity a rovněž by se měly učit pochválit a ocenit se.

Děti je potřeba učit, že patří k životu i různost názorů. To, jak řešit konflikty a jak se vyrovnávat s náročnými situacemi je už potom otázkou vývoje a zrání. Pro děti je dobré a velmi přínosné nechat je řešit drobná nedorozumění ať se sourozenci, tak s vrstevníky. Rodič by se měl v tomto případě držet stranou a dát dětem dostatečný prostor k získání zkušeností čímž posiluje jejich jistotu a sebedůvěru. Samozřejmě pokud daný konflikt možnosti dítěte přeroste, je důležité v jistý okamžik zasáhnout a řešit ho.

### 1.2.1 Socializace dítěte předškolního věku

Okruh sociálních vztahů batolete je rozšiřován i mimo rodičovskou dyádu (totiž vztahem mezi matkou a dítětem) zejména uvnitř širšího rodinného společenství, děti si tak tvoří diferencované vztahy k prarodičům, mladším dětem, starším dětem apod. a tím si vytváří svou roli v rodině (<https://is.muni.cz>). Děti si vytváří diferencované vztahy k matce, otci, sourozencům a podobně. Díky nim lépe snáší odloučení od matky, je-li někdo z nich nablízku. Dítě si pozvolna vytváří svou roli v rodině, tj. jedná podle očekávání druhých a samo očekává určité odpovědi na své požadavky a projevy (Langmeier a Krejčířová, 2006).

Narození sourozence může být pro dítě frustrující a může se cítit odstrčený jelikož pozornost rodičů je směřována především na mladšího potomka. Reakci žárlivosti u něho skoro pravidelně vyvolá narození mladšího sourozence, ale při rozumné výchově v rodině tato reakce bývá jen krátká nebo je postupem času nahrazována pozitivější interakcí (Langmeier a Krejčířová, 2006).

Dětské období od 3 do 6 let je důležité především z hlediska socializace dítěte. Socializace probíhá ovšem po celý život člověka, a to ve sledu rozmanitých interakcí jedince s druhými lidmi (Langmeier a Krejčířová, 2006). U dětí v tomto věku dochází k postupnému uvolňování vázanosti na rodinné příslušníky - rodinu, v tomto věku je to charakteristickým znakem. Dítě v rozdílných sociálních prostředích zastává rozdílné sociální role a ty zase ovlivňují jeho chování, sociální poznávání, přátelské vztahy, přijímání ze strany vrstevníků apod. (Mareš, 2012). Tím, že dítě poznává a přijímá sociální role a osvojuje si určité normy chování, napomáhá k ukončení závislosti. Svůj význam mají také aktivity, které dítě v tomto věku vyvíjí, nejsou samoučelné a napomáhají mu prosadit se ve společnosti či skupině vrstevníků. Mezi 3 a 6 rokem se utváří osobnost jedince a také individualita. Vědomí vlastní identity, které v tomto věku vzniká a velmi důležité pro to, aby dítě mělo později zdravé sebevědomí. Co se týče sebehodnocení, to je závislé především na přístupu rodičů a okolí a to vzhledem k jeho rozumovým schopnostem. Právě v tomto věku - předškolním, dítě přijímá rodinné vzory. Dítě přijímá vzory chování aniž by si to uvědomovalo, tudíž podvědomě a v

pozdějším věku je také uplatňuje. Chování rodičů k dítěti můžeme u dětí vyzorovat snadno, kopírují totiž chování svých rodičů a uplatňují je například při napodobivých hrách, kdy si děti hrají třeba na rodinu či obchod.

## **2. VZTAH S PEČUJÍCÍ OSOBOU**

Nejpodstatnější roli v našem životě hraje vztah mezi rodičem a dítětem. Vztah, který nás nejvíc utváří a formuje, doprovází nás od prvních kroků v lidském světě, který na sebe bere v průběhu času řadu zcela odlišných podob, vztah, který vytváří jedno z nejpevnějších pout našeho života, není vztah partnerský, ale náš vztah k rodičům ([www.psychologie.cz](http://www.psychologie.cz)).

Jsou rodiče, kteří věnují svým dětem zúzkostňující, nadměrnou péči. Udržují své děti v naprosté závislosti na sobě, potřebují je mít pod neustálým dohledem a také mají potřebu je neustále kontrolovat. Příčinou fixace rodičů na dítě může být mnoho, nejčastější je nejspíše ta příčina, že rodiče své dítě očekávali dlouho, projevuje se to především u starších rodičů. Nadměrná péče také bývá věnována častěji nemocným či duševně nebo tělesně postiženým dětem.

Relativně častý, ale méně nápadný je ambivalentní postoj. Zahrnuje pozitivní i negativní přístup. Očekávání rodiče a jeho postoj k dítěti, včetně konkrétního jednání, souvisí nejenom s určitou rodovou tradicí a tím, co si myslí, že je správné, nýbrž záleží zejména na vzájemném vztahu rodičů mezi sebou, kdy dítěti mohou přisoudit nepřiměřenou roli v rámci rodinné dynamiky (Vymětal, 2007). Neměli bychom opomíjet, že na výchovu mají vliv i výchovné okolnosti, počet dětí v rodině, pohlaví a věkový odstup. Jedináčkům patří veškerá pozornost a obdiv dospělých. Rodiče se z nich snaží vychovat „vzorné děti“ a tak na ně často kladou zvýšené nároky. V rodině s více dětmi pak mají velmi obtížnou pozici děti nejstarší. V době, když jsou jediní - tudíž v rodině nejmladší, mají veškerou pozornost a péči, narodí-li se další sourozenec či sourozenci, radikálně se mění jejich postavení v rodině. Zbývá na ně méně času nežli kdykoliv předtím, uchylují se tedy proto k jednání, které je méně trpělivé a direktivnější. Dítě se cítí odstrčeno a ukřivděno, proto situaci přirozeně snáší špatně. V mladším sourozenci vidí rivala a začne na něj žárlit. Nejvíce i zde pomáhá, když se dítě

před příchodem nového sourozence i po jeho narození může svou konkrétní činností účastnit na jednoduchých přípravách a při přímé péči - podá mamince plenku, přinese zásyp apod.(Langmeier a Krejčířová, 2006). Děti se musí naučit odpovídat za své jednání, podřídit se, ustoupit, dělit a dokonce i vést ostatní. Takovýmto dětem nedělá problém se přizpůsobit v kolektivu. Odborníci jsou proto zastánci názoru, že nejlepší rodiny jsou se třemi nebo čtyřmi dětmi obou pohlaví, pro dítě je to nejlepší z hlediska vývoje osobnosti a duševního zdraví.

Pokud dítě v prvních letech života nemá vhodné podmínky pro získání bezpečného citového pouta k jedné dospělé osobě, může u něj dojít k tzv. poruchám attachmentu ([www.sancedetem.cz](http://www.sancedetem.cz)). Teorii attachmentu neboli teorii citové vazby objevili J. Bowlby a M. Ainsworth. Podle jejich teorie k attachmentu dochází u dětí působením systému v mozku, který je vrozený. Organizuje emoční, motivační a paměťové procesy ve vztahu k osobám, které jsou pro dítě důležité. Pro jedince je odloučení snazší, pokud má s matkou spolehlivé pouto. Děti, které mají naopak pouto s matkou nejisté, matčinu přítomnost vyžadují a nové prostředí potřebují poznat důvěrně, aby se v něm mohly cítit bezpečně.

Existují různé typy attachmentu a to vazba jistá (bezpečná) a nejistá. *Jistá vazba (bezpečná)* poskytuje dítěti potřebu mít bezpečný vztah s dospělými pečovateli, především matkou (Slaměník, 2011).

Daná osoba pro dítě představuje základnu bezpečí. Díky ní objevuje svět a opět se k ní může vrátit. Tato osoba dítě v případě stresu zklidňuje. *Nejistá vazba* je pro dítě nenaplněující. Matka totiž nenaplnuje jeho základní potřeby a neadekvátně reaguje na jeho emoce. Dítě se na svou matku nemůže spolehnout. Nedůvěřuje jí. Často se tato vazba vyskytuje u traumatizovaných dětí.

Závislost na matce je pochopitelná, avšak separace (oddělení) od ní je velice obtížná, vyvolává totiž v dítěti protest, pláč a zoufalství.

### **Protest**

V moment, kdy se mateřská osoba vzdálí od dítěte, dítě pláče, křičí a razantně odmítá jiné dospělé. Tato fáze obrany může trvat několik hodin, ale někdy i několik dní či



týdnů. Avšak ne všichni jedinci se takto musí projevovat (křikem a hlasitě). Je velice podstatné si uvědomit, že i navenek hodné děti, tiché a uzavřené do sebe, mohou uvnitř sebe prožívat utrpení a tudíž ztrátu své matky prožívat velmi intenzivně. U takovýchto dětí se nám může zdát, jakoby samotnou fází protestu vynechali a rovnou prožívali fázi zoufalství.

Každý jedinec při procesu adaptace protestuje, avšak každý jiným způsobem. Každé dítě má pro svou formu protestu svou "strategii". Některé volí jako pro něj nejlepší způsob vzlyk - jeho strategie zní asi takhle: „Pokud budu brečet, maminka si mne odvede zpátky domů nebo se pro mne brzy vrátí." . Jiné děti zase volí za nejúčinnější způsob ten, že v mateřské škole přestanou jíst či spát. Mnohé zase přestanou mluvit přestože v prostředí domova či všude jinde mimo mateřskou školu mluví téměř s každým. Je mnoho dalších forem protestu, například to, že dítě neposlouchá, nedomluvíte se s ním absolutně na ničem, dělá si co chce. Můžeme se setkat i s tím, že se nám dítě bude pokoušet utéct za mateřskou osobou domů, je tedy nutné být obezřetný ve všech směrech. Vágnerová tvrdí, že pokud se dítěti nedaří zpět přivolat matku, přechází do další fáze.

### **Zoufalství**

Naději na návrat matky dítě ztrácí. Přestává křičet a plakat či pláče opakovaně. Dítě je často apatické, utichá, cítí se sklíčeně, odmítá jídlo i pití a uzavírá se samo do sebe. Můžeme mluvit i o možném objevení regrese na nižší vývojový stupeň, u dítěte to funguje jako obrana - jedinec se může vrátit například k dudlíku nebo se začít pomočovat. Jako jsem zmiňovala ve fázi protestu, i v této fázi to může mít delší trvání - hodiny, dny i týdny. Trpělivost u ostatních osob obklopující dítě je v tuto dobu zejména potřebná. Je třeba se přizpůsobit vzniklé situaci, dostatečně o dítě pečovat, ale především se maximálně snažit o jeho adaptaci.

Dítě jež protestuje, později propadne do fáze zoufalství. To zahrnuje různé deprese a stavy úzkosti. Mohlo by to značit i několik povahových psychiatrických poruch. Stavy úzkosti a deprese, jež se vyskytují v dospělosti, stejně jako psychické stavy mohou být systematicky svázány se stavy úzkosti, zoufalství a citového odcizení, popisovanými Burlinghamovou a Freudovou a později i dalšími autory, jež se tak snadno objevují,

když je malé dítě na delší dobu odloučeno od své mateřské postavy, když takové odloučení očekává, případně pokud, jak se někdy stává, ji nadobro ztrácí (Bowlby, 2012).

Je velmi těžké určit v jaké souvislosti je narušený emoční stav jedince a jeho prožitky v dané situaci, později to je však zcela jasné, známe-li všechny nebo alespoň nějaké proměnné.

Bylo-li dítě v minulosti matkou zrazené v jisté situaci ( třebaže matka dítěti slíbí, že pro něj přijde hned po obědě, přitom učitelce řekne, že si dítě vyzvedne až odpoledne po spaní, dítě na matku zoufale čeká a protestuje se položit na lehátko protože má strach, že matku propásne a matka ho ve školce nechá), dítě je pak zrazené a bojí se, že se situace bude opakovat.

Dítě mající citový vztah k mateřské osobě a je od ní odpoutáno nedobrovolně, prožívá pak duševní tíseň, je-li pak ještě umístěno do prostředí jemuž neznámé s lidmi, které jsou mu cizí, duševní tíseň bude tedy pravděpodobně velmi intenzivní. Běžnou činností je pro dítě poznávání okolí, které je pro ně také značně atraktivní. Prozkoumávají ho. Způsob poznávání se během vývoje mění. V batolecím věku má dítě o světě poměrně dost informací, ale jsou útržkovité a nejsou vzájemně propojené, tudíž jim chybí pochopení. Vágnerová píše, že se dítě zpočátku snaží různými dostupnými prostředky matku získat zpět. Později si zoufá, ale myšlenky na matku a očekávanost návratu nemizí. Poté se nám může zdát, že ztrácí zájem o matku a dokonce se jí trochu citově odcizuje, ale vzhledem k tomu, že odloučení v mateřské škole není na dlouho, po shledání s mateřskou osobou se citová vazba obnoví a dítě se nějakou dobu od matky nebude chtít vzdálit. Pocítí-li sebemenší podezření, že matku znovu ztratí, projeví akutní úzkost.

### **Odpoutání**

Pochopit reakci dítěte na odloučení nebo ztrátu mateřské postavy znamená pochopit pevný vztah, který je k této postavě poutá (Bowlby, 2010).

Tuto fázi můžeme chápat jako jakési uzdravení. Dítě netouží po matce jako předtím, kontakt ostatních dospělých osob neodmítá ba naopak se snaží vytvořit si obdobný

vztah, který měl k matce, avšak naskytnutí paradoxní situace není vyloučena, může se stát, že dítě začne matku odmítat. Trvalejší psychické poruchy taktéž nejsou vyloučeny, například dítě se začne v noci pomočovat, budou se mu zdát noční můry a děsy, začne koktat, zadržávat, objeví se tiky, úzkosti, okusování nehtů a tak podobně.

Paralelně jakožto separaci zažívá dítě, odloučení od potomka prožívá i matka.

Jak jsem již zmiňovala výše, více jak polovina dětí prožívá odpoutání od matky s pláčem. Reakce na odpoutání je velice individuální. Nicméně ve většině případech děti reagují úzkostně, vystrašeně a zoufale, přesto však tyto projevy při loučení s mateřskou osobou jsou postupem času mírnější. Často se však vracejí například po nemoci či víkendu.

Většinou se po odchodu rodiče dítě zklidní a den proběhne poměrně klidně. Pro dítě je odpoutání snadnější, chodí-li do smíšené třídy jelikož může být ve třídě se sourozencem, který je pro něj oporou a především známou osobou, ale také ze zcela prostého důvodu - vrstevníci o pár let starší dokážou mladší nováčky snadněji zaujmout a uklidnit.

Ovšem je pravda, že záleží na okolnostech, které se jedinců týkají, ale v homogenní třídě se děti adaptují nejdéle, jelikož se ve třídě nachází mnoho nových dětí a stres, úzkost a další negativní pocity a emoce na sebe přenáší.

Pokud si dítě uvědomí nebo dojde k závěru, že mu žádné nebezpečí nehrozí a strach z toho, že ho rodiče opustí či nechají ve školce pomine, pobyt je méně emočně náročnější.

Děti z jeslí se přizpůsobují školce nejlépe, byly totiž navyklé téměř stejnému režimu, který je v mateřské škole- to znamená, že ráno a část odpoledne prožívají bez přítomnosti rodičů v kolektivu stejně starých dětí.

S rostoucím věkem se závislost na matce snižuje a dochází k autonomii (k postupnému osamostatňování) dítěte. Proto dítě nástup do MŠ zvládne i když je to zpočátku těžké. Tříleté dítě již dokáže pochopit, že pokud matka odejde, neodchází navždy.

Jak jsem již zmínila výše, s první osobou, se kterou dítě naváže kontakt je obvykle matka. Pokud je citlivá, rozezná potřeby dítěte, ať už jsou to potřeby emocionální či fyzické, dokáže je uspokojit. Chování matky by dítěti mělo poskytnout dostatečný prostor pro rozvoj. Mělo by odpovídat jeho potřebám a také by mělo být motivující. Potřeby dítěte a také způsoby jejich uspokojování se s jeho věkem mění. Mezi dětmi jsou značné rozdíly. Někteří jedinci vyžadují mnohem větší kontakt s rodiči než jiní.

Dítě potřebuje také podnětné prostředí. Sluchové, zrakové, hmatové, kinestetické, čichové a sociální - to jsou podněty, které by dítě mělo dostávat. Toho, že bychom dítě zahltili množstvím podnětů, se bát nemusíme. Pokud se nám podaří, abychom citlivě vnímali jeho vyladění, tak nám samo dá najevo, že už má dost našeho zájmu - stačí sledovat jeho oči (Mertin, 2011).

Dítě potřebuje zázemí, které bude uspokojovat jeho potřeby, připraví jej na život, ale také na rodičovství. Dítě poznává nejen vztah matky k sobě a otce k sobě, ale i vztah těchto dvou blízkých osob k sobě navzájem (Matějček, 2013). Aristoteles označil rodinu jako základní buňku státu. Vyrovnanost dítěte závisí také na vyrovnanosti rodiny.

Vztahy, pocity, spolupráce, pomoc, to je to, co členy rodiny spojuje, ale to hlavní, co dává rodinu dohromady, je uspokojování citových potřeb jak dětí, tak dospělých, vlastně všech členů. Jistota, citová opora a sounáležitost pomáhá rodině přenést se a překonat konflikty či překážky se kterými se setkají. Pro vývoj dítěte je proto dobře, když je hodně doma s rodiči a co nejvíc rodinného života se odehrává před jeho očima (Mertin, 2011).

U dětí nadměrná úzkostnost, úzkost a strach bývají zpravidla příčinou i následkem toho, že jsou znejistěné a že si nevěří, případně jsou psychicky traumatizované nebo subdeprivované ve svých základních vývojových potřebách (Vymětal, 2007). Pro dítě v předškolním věku je důležité mít v rodině oporu a také podporu. Rodiče by své děti měli podporovat hlavně ve věcech, které jim jdou a baví je, měli by rozvíjet jejich talent a nadání. Ve věcech či činnostech, které jim moc nejdou, by měly být rodiči podporovány, ale rozhodně by na ně neměl být uvalen nátlak, mohlo by se stát, že dítě bude mít z dané věci nebo činnosti strach. Děti postrádají v dostatečné míře oporu, povzbuzení a pocit bezpečí, které jsou zprostředkovány nejbližšími vztahovými

osobami, jež představují rodiče (či osoby je zastupující), sourozenci a vrstevníci. Žít s druhými je dané především zkušeností z dětství (Vymětal, 2007). Na dětech se odráží chování rodičů a osobnost rodičů je to, co je nejdůležitější pro vzájemný vztah.

Stabilita rodiny má na dítě velký vliv. Pokud v rodině chybí jeden z rodičů, tudíž i jeho vliv, může se to odrazit na chování dítěte. Ovšem potíže se mohou objevit i u dítěte vyrůstajícího v úplné rodině. Může to zapříčinit nadměrná rodičovská péče, žárlivost na mladšího sourozence, ale i hádavé prostředí, problémy s ostatními dětmi, nedostatečné porozumění učitelky či nepříjemná zkušenost. Pokud je dítě vystaveno nátlaku rozvodu rodičů, jejich vstup do mateřské školy je horší. Je to pro něj veliký psychický nátlak obzvláště v případě, stane-li se prostředníkem řešení sporů či předávání informací. Rozvod u dítěte vyvolá pochybnosti o pocitu bezpečí a jistoty. Rozvod dítě vnímá po svém. Předškolní děti nesprávně interpretují příčinu rozvodu v rámci své rigidity a egocentrismu a domnívají se, že už je rodič, který je opustil, nemá rád (Matějček, 2008).

V dnešní době většina matek a otců touží po kariérním růstu a proto mají málo času na opravdový rodinný život. To znamená, že mají i málo času na své děti, které čas svých rodičů potřebují nejvíc. Samozřejmě tomu tak není u všech. Většina rodičů však ale často přehlídí a bagatelizují potíže svých dětí. V mnoha rodinách se rodiče ani nesnaží svému dítěti porozumět. Takový životní styl se vyskytuje často u rodičů, kteří mají citový blok z dětství a vřelé citové vztahy nepoznali. Člověk může vyrůst v atmosféře ohrožení, která je tak samozřejmá, že je zcela mimo vědomí (je v jistém smyslu slova automatická) (Vymětal, 2007). Péči o své ratolesti proto raději přenechávají druhým. Ti druzí jsou většinou prarodiče, bez kterých by se dnešní generace prakticky neobešla. Babičky a dědečkové z části přebírají rodičovskou funkci.

### **3. ADAPTACE NA MŠ**

Adaptace jako taková je v mnoha publikacích různě pojata. Nejprve ale vymezíme pojem adaptace obecně. Pokud se podíváme z obecného hlediska, představuje schopnost přizpůsobení se živého organismu podmínkám vnějším a udržení stavu vnitřní neboli psychické rovnováhy. Vezmeme-li pohled na člověka je adaptace proces

přizpůsobení se jedince na prostředí, které je mu neznámé a nové, pomáhá mu měnit nejen sám sebe, ale i své prostředí, je to jedna ze základních psychických funkcí. Adaptační proces se dělí na dva principy, které by měly být provázané, doplňovat se, ale především by měly být vyrovnané. Mluvíme o principech: „přizpůsobit se“ a „přizpůsobit si“. Pokud by převládala jedna z těchto složek, nebyly by v rovnováze a jedinec by mohl být neurotizován.

Adaptujeme se na různé typy prostředí při různých životních situacích. Dítě je z nového prostředí vystrašené, vše kolem je neznámé. Dítě bylo zvyklé na jedno prostředí na které si zvykalo od narození a přesně vědělo, kde se co nachází a z nových prostor je zmatené. To vysvětluje jejich chování které je přecitlivělé a velmi emotivní. Dítě tráví většinu času, než nastoupí do mateřské školy, s matkou, proto mu v novém prostředí ze kterého má strach, matka schází. Je to pro něj veliký šok, když má být celý den v prostředí, které je mu cizí a s lidmi, které nezná. Dítě se uzavírá do sebe a snaží se být „neviditelné“ nebo naopak se snaží strhnout všechnu pozornost. V mateřské škole pak dítě hledá něco, co se bude podobat vztahu jaký má s matkou, v mateřské škole to bývá právě učitelka ke které si dítě najde cestu, může to být však i uklízečka či kuchařka. Dítě v nich vidí oporu a cítí se s nimi v bezpečí, najde-li si ve školce k některému z dospělých cestu, je pro něj odloučení mnohem lehčí.

Z počátku se dětem do školky nechce a některé z dětí dokonce musejí učitelky z rodičů „odlepit“, aby rodiče mohli odejít do práce. Některé děti odloučení zvládají velmi statečně. Každé dítě je specifické svým temperamentem a pro každé dítě je charakteristická jiná individualita chování a prožívání daných situací, proto dopředu nelze určit, jak se jisté dítě bude při nástupu chovat a jak bude celou adaptaci zvládat. Velmi také záleží na učitelce a jejím přístupu k dětem. Nejen učitelky, ale i rodiče mají očekávání toho, co „už“ dítě umí. Ale nejenom oni, ale také děti si představují jaké to asi je chodit do mateřské školy, co to vůbec znamená a co se asi tak od nich očekává. Mnoho učitelek třeba očekává, že pokud děti nastoupí do mateřské školy, už by měly být schopny se do skupiny začlenit. Tomu zdaleka tak není, začlenit se do skupiny se děti učí teprve ve skupině, tudíž tuto vlastnost získávají v mateřské škole.

Odloučení od rodiny a příchod do skupiny neznámých lidí je provázen většinou obavami a nejistotou. Dítě se většinou bojí toho, že ho rodič opustí úplně. Ve druhém a třetím roce je z psychoanalýzy známé, že se strach zvětšuje a dítě odchod od matky může vnímat dokonce jako ohrožení. Je proto nezbytné, aby byl přechod do mateřské školy pozvolný a byl podporován jak rodinou, tak učitelčným trpělivým vedením. Síla strachu, jakou má dítě z odloučení, závisí hlavně na předchozích zkušenostech, které dítě během života získalo. Má-li dítě nějaký špatný zážitek a jeho vzpomínky jsou neblahé, je více než pravděpodobné, že situace týkající se vstupu do mateřské školy pro něj bude problematická.

Děti a matky (rodiče) jsou citově propojené. Prudkou citovou reakci může vyvolat i krátké odloučení od ní. Úzkost v dítěti vzbuzuje situace, při níž je matce odňato cizí osobou a násilně odneseno (Langmeier a Krejčířová, 2006). Pokud je dítě od osoby sobě nejbližší odloučeno na delší dobu, způsob jak se vyrovnává se situací se také mění. Dítě zpočátku protestuje. Pláče, křičí, volá na maminku a čeká na to, až maminka přijde, protože když na ni jindy volá dostatečně dlouho, tak také přijde. Poté přichází zoufalství. Pokud maminka nepřichází, dítě začíná ztrácet naději a přestává křičet. Uzavře se do sebe a od okolí se odvrátí. Kontakt s ostatními lidmi odmítá stejně tak jako odmítá hračky. Pokud se naskytne jiný dospělý, který mu alespoň z části nahrazuje mateřskou péči, dítě se nakonec odpoutá od matky a své city otevře k němu. Pokud se neobjeví nikdo, kdo by dítěti tuto péči poskytl a choval se mateřsky, může se stát, že dítě ztratí vztah k lidem a citově se připoutá spíše ke stabilním objektům nebo-li jinak řečeno věcem. Nedokážeme určit, jak dlouhé budou fáze protestu. U každého jedince je tato doba individuální. Záleží především na situaci a temperamentu dítěte. Strach ze ztráty je běžnou reakcí zdravého citového vztahu k matce. Neměli bychom si je vykládat jako rozmazlenost či hysterii. Dítě má přirozeně strach ze ztráty toho nejpodstatnějšího a nejcennějšího, co má. Čím jsou lidé mladší, tím jim připadá těžší ovládat tyto city. Není-li zajištěna individuální péče a odloučení od rodiny trvá delší dobu, pro pozdější vývoj jeho osobnosti to může být nebezpečné, může nastoupit regrese, to znamená, že může zapomenout mnohé věci, například nebude chtít jíst samostatně nebo se může začít i pomočovat. Je-li dítě přetěžováno, může se u něj projevit regrese v chování. Regrese v chování je pro rodiče samozřejmě břímě, protože

si přejí, aby nástup do mateřské školy byl bezproblémový a aby měli pokud možno brzy jistotu, že se jejich dítě cítí dobře (Niesel a Griebel, 2005).

Matky mají strach stejně jako děti, ale u matek je strach jinak postavený, matky se bojí, že dítě bude mateřskou školu odmítat. Pro rodiče znamená vstup jejich dítěte do mateřské školy také to, že po určitou denní dobu už nemají neomezenou kontrolu nad jeho chováním a nad tím, zda se cítí dobře (Niesel a Griebel, 2005).

Pokud dítě při vstupu do MŠ a loučení s rodiči projevuje strach či úzkost, je nejlepší dítě vyslechnout a nabídnout mu porozumění (Kořátková, 2008). Rodiče by měli dítě podpořit tím, že ví, jak se cítí a že ani pro ně to není lehké a nemělo by se bát vyslovit své obavy. Snadno může dojít k prohloubení nejistoty a neporozumění, potlačují-li nebo zlehčují-li rodiče pocity dítěte. Dítě si tak snadno může začít myslet, že ho rodiče nemají rádi. Co se týče loučení, tak to by mělo být krátké. Dlouhé loučení ničemu nepomůže, dítě uvidí, že je rodič nejistý nebo smutný a přenesse to na dítě. Proto by loučení mělo být krátké.

Pro dítě je také velice náročné vybudovat si novou roli v novém prostředí, zvykat si na nový režim, pravidla, naučit se novým činnostem, které nikdy předtím nedělalo. Pro dítě je vše nové a jsou na něj kladeny poměrně vysoké nároky, to u dítěte může vyvolat strach. Pokud dítě v mateřské škole pláče, rodiče by se neměli hned ukvapovat, označit dítě jako nezralé a odložit docházku.

Nejen děti, ale také rodiče prožívají velmi emotivně odloučení od svých ratolestí. Nakupují věci, aby dětem nic nechybělo, především nakupují oblečení, ale i ostatní věci, které jsou pro nástup do mateřské školy potřeba. Nástup do mateřské školy je v rodině hlavním tématem a také je často první den řádně zdokumentován. Děti se díky této životní etapě cítí o něco starší, přeci jen je to další krok v jeho životě, který ho posune o kousek dál. Pro rodiče je to další životní etapa stejně jako pro dítě a jsou na svá dítky pyšní. Mají ze svého dítěte radost. Uvědomují si, že jejich dítě patří do nějaké skupiny, je v ní oblíbené, podporují ho ve všech směrech i ve zvládnání všech požadavků, které jsou na něj kladené.



Pokud dítě nastupuje do mateřské školy, pravidelně střídá dvě oblasti života. Je to velká zátěž, zejména pro malé dítě. Musí se každý den nově orientovat na prostorové a sociální skutečnosti.

### **3.1 Proměnné, které pomáhají snazší adaptaci na MŠ**

ŠPAŇHELOVÁ (2004) ve své knize ve stručnosti sepsala čtyři body (se kterými naprosto souhlasím), čemu by se dítě v předškolním věku mělo naučit:

1. Žít podle určitých pravidel
2. Žít v kolektivu dětí
3. Odpoutat se od rodiny
4. Žít s jinou autoritou, nejen s rodiči

### **3.2 Příprava na nástup do MŠ**

Své ratolesti na nástup do mateřské školy můžeme připravovat různými způsoby a separační úzkost tak u dětí zmírnit. Stačí, abychom děti nechávali jiným osobám na hlídání alespoň na krátkou dobu. Dítě pak bude zvyklé na přítomnost dalších osob v době, na každého člověka, který se chová láskyplně, dobře reaguje.

Je-li dítě hladové či unavené, separační úzkost prožívá intenzivněji, tudíž bychom od dítěte měli odcházet až po spánek a jídle. Pokud nám to situace dovolí, je dobré dítě neopouštět v době nemoci nebo v době, kdy ho něco bolí či se necítí dobře.

Relativně stresující událostí pro dítě je neustálé střídání pečovatелů neboli osob pečujících o dítě. Pokud je to možné a situace nám to umožní, nechávejme dítě s osobou, na kterou je mimo rodičů zvyklé.

Měli bychom trénovat odcházení od potomka zpočátku na krátký čas a dobu postupně prodlužovat, pokud dítě samo odejde například do jiné místnosti, nechejte jej chvíli o samotě. Jeho pocit nezávislosti tak jenom podpoříte.

Je dobré, aby dítě bylo hlídáno v domácím prostředí na které je zvyklé. Je-li hlídáno jinde než doma, měli bychom se snažit alespoň o to, aby dítěti prostředí nebylo zcela cizí, aby ho dítě trochu znalo a především, kde se mu líbilo. Je však nutné s dítětem zůstat do doby, než si na nové prostředí zvykne, poté můžete odejít. Většinou děti pomáhá mít s sebou svou oblíbenou hračku, díky ní se cítí bezpečněji.

Děti jsou velmi citlivé na emoce, tudíž je velmi důležité odcházet v klidu a pozitivně naladěni, na jakoukoliv náladu, napětí v hlase či tváři, reagují citlivě jelikož je rozpoznají. Při odchodu je nutné dítěti říct, že odcházíte a ubezpečit ho, že se za ním zase zpět vrátíte. Velmi dobře funguje vytvořit si s dítětem nějaký rituál se slovy či gesty na které si dítě postupem času zvykne a naučí se jejich význam v jisté situaci. Váš odchod pak bude pro dítě snazší a nebude natolik překvapivý a stresující. Pokud se s dítětem rozloučíte, je dost podstatné se nevracet a nereagovat na jeho pláč. Vráťte-li se či se budete vracet opakovaně nebo se dokonce rozhodnete neodejít, úzkostné chování jedince tak jenom posílíte a situace se bude i nadále opakovat.

### **Rituál loučení**

Neodcházet bez rozloučení je další pravidlo, které bychom jako rodiče neměli porušit, dítěti to dodává pocit důvěry - že se na vás může kdykoli spolehnout.

### **Posilování psychické odolnosti dítěte**

Dalším podstatným bodem je posilovat dětské sebevědomí, chválit ho za každý odvážný či samostatný čin a později mu tyto jeho úspěchy ještě připomeneme.

### **Pravidla**

Poslední, avšak nejpodstatnějším bodem je dodržovat dohody, které jsme s dítětem uzavřeli. Zejména si však musíme dát pozor na čas - vyzvednout dítě v čase, na kterém jsme se dohodli nebo se domů včas vrátit. Pokud se opozdíme, je třeba, aby se dítě informací dovědělo (zavoláme osobě, která zrovna dítě hlídá a ta situaci dítěti vysvětlí nebo se spojit přímo s dítětem).

## **B. PRAKTICKÁ ČÁST**

### **4. UVEDENÍ DO METODOLOGIE VÝZKUMU**

#### **4.1 Cíl výzkumu**

Cílem výzkumu je popsat průběh adaptace na prostředí mateřské školy u několika dětí. Pozornost bude zaměřena na následující oblasti: průběh loučení, zapojení dětí do aktivit ve třídě a mezi ostatní děti, jídlo, spaní po obědě a shledání s rodiči.

#### **Výzkumné otázky:**

1. Jak probíhá loučení s rodičem, jak se loučení proměňovalo v průběhu sledované doby?
2. Jak se dítě zapojuje do společných aktivit? Jak se dítě začleňuje mezi vrstevníky? Jak se toto proměňovalo v průběhu?
3. Jak se dítě ve školce stravuje a jak se v průběhu docházky do MŠ proměňovalo?
4. Jak probíhal odpolední odpočinek sledovaných dětí při nástupu a na konci školního roku?
5. Jak probíhalo odpolední shledání s rodiči na začátku a na konci sledování?

#### **4.2 Volba přístupu**

Pro dosažení cíle byl zvolen kvalitativní přístup. Při výzkumu jsem používala různé metody výzkumu, především tedy pozorování, rozhovory s učitelkami a s rodiči a diagnostické materiály jako jsou portfolia, které jsem získala díky učitelkám v MŠ, ale také na základě svého výzkumu.

## **Výzkumná metoda - kazuistiky**

Pro výzkumné šetření jsem si zvolila 5 dětí, které jsem blíže pozorovala od prvního dne nástupu do mateřské školy po dobu devíti měsíců, tedy v rozmezí září (2016) - květen (2017). Údaje, které jsem získala jsem použila při zpracování kazuistik.

### **4.3 Metoda výzkumu**

#### **Zúčastněné pozorování**

Výzkumné šetření se uskutečnilo v období od 1.9.2016 až do 30.5.2017, tedy od prvního dne nástupu do mateřské školy po dobu 9 měsíců. V tomto období jsem chodila do MŠ na brigádu jako pomocná paní učitelka, tudíž jsem byla nejen s dětmi a učitelkami v přímém kontaktu, ale také s rodiči.

### **4.4 Charakteristika prostředí výzkumu**

Mateřská škola má pět tříd. Tři třídy sídlí přímo v areálu mateřské školy a dvě třídy, které fungují v budově základní školy. Mateřská škola se nachází hned naproti základní škole. Kapacita MŠ je 95 míst. Kapacita třídy ve které jsem prováděla výzkumné šetření je osmnáct dětí. Ve třídě je běžný program odpovídající většině běžných mateřských škol. Ve školce jsou dětem nabízeny hry a aktivity pro jejich rozvoj ve všech oblastech. Díky nízkému počtu dětí ve třídě je možný individuálnější přístup ke každému jedinci a jeho potřebám.

Třída se nachází v přízemí školky, je pokryta kobercem a je určena pro hry, cvičení, činnosti na koberci, činnosti s dětmi, ale také je tato místnost využívána na spaní. Hračky jsou uloženy v umělohmotných boxech. Součástí třídy je i kuchyňka, která slouží pro dětskou hru. Ve třídě jsou také tři stoly po šesti místech. Tento prostor je využíván ke správnému stolování při dopoledních i odpoledních svačinách a obědch, ale také při pracovních či výtvarných činnostech. Vedle učitelského stolu je umístěn

stůl s nádobou na vodu a tácy s hrníčky, aby byl zajištěn správný a pravidelný pitný režim během dne. Je to velice příjemné místo jehož příjemnému prostředí napomáhá barevnost a výzdoba třídy, které na děti působí uklidňujícím dojmem.

K mateřské škole patří i zahrada s dřevěnými prolézačkami, pískovištěm, domečkem a autobusem určeným ke hraní a také zahradním domkem ve kterém jsou uschované hračky na písek, odrážedla, koloběžky, kočárky a plno dalšími věcmi. Součástí zahradního domku je i přístřešek, pod kterým leží klec ve které žijí dvě morčátka. Děti je mohou pozorovat, kmit a mohou si je i hladit.

#### **4.5 Charakteristika výzkumného souboru**

Můj výzkumný soubor obsahuje skupinku pěti dětí ve které jsou dvě dívka a tři chlapci. Všechny tyto děti jsou narozeny v roce 2012 - 2013.

1. Sofie - narozena roku 2012, nástup do školky proběhl v roce 2015
2. Viktor - narozen roku 2012, nástup do školky proběhl v roce 2015
3. Alžběta - narozena roku 2012, nástup do školky proběhl v roce 2015
4. Vítek - narozen roku 2012, nástup do školky proběhl v roce 2016
5. Adam - narozen roku 2013, nástup do školky proběhl v roce 2016

### **5. KAZUISTIKY JEDNOTLIVÝCH DĚTÍ**

#### **5.1 Kazuistika č. 1**

Sofie - 4 roky (rok narození: 2012)

Dívka má o 5 let staršího sourozence. Pochází z rozvedené rodiny, kdy rodiče bydlí odděleně a děti jsou ve střídavé péči. Maminka má vystudovanou výtvarnou školu na kterou často upozorňuje, když ji Sofinka ukáže svůj obrázek. Otec dělá ve stavební firmě. Maminka děti opustila kvůli novému příteli a další důvodem bylo to, že ji byly děti na obtíž. Maminka často střídá partnery a děti tak mají nespočet strýčků. Dokonce se nám maminka ve školce svěřila, že je jí nepříjemné, když ji děti objímají. Vyhýbá se tedy intimnímu, fyzickému kontaktu s dítětem a dítě tak velice strádá a kontakt vyžaduje od učitelky. Děti žily nějakou dobu s tatínkem, avšak tatínek to již po čase přestal zvládat a výchovu převzala babička z matčiny strany. Dívka tatínka miluje i přesto, že se s maminkou hádají a maminka tatínka pomlouvá. Sofinka se vždy k tatínkovi moc těší. Momentálně bydlí Sofinka s bratrem u babičky, kde s nimi jistou dobu žije i maminka s novým přítelem. Dívka zpočátku předškolní docházky vůbec nespolečovala a snažila se na sebe strhávat pozornost vztekáním, předváděním a křikem, ke konci roku se ze Sofinky stala moc milá dívka, která se s paní učitelkou snažila na všem domluvit, pomáhala mladším dětem s oblékáním, stravováním a radila jim, jak mají správně dělat různé činnosti, ale také je upozorňovala na pravidla, které měli ve třídě nastavené a aby je neporušovali.

Převážnou většinu času dítě vodila do školky babička. Někdy však (velmi málokdy) maminka. Každý den si dítě do školky přineslo nějakou novou hračku. Když dítě vedla babička, dítě si přineslo jednu věc. Pokud dítě přivedla maminka, neslo si spoustu nesmyslných hraček, které stejně nakonec musely zůstat v šatně (např. kvůli bezpečnosti).

Dítě do školky přicházelo unavené, mrzuté a většinou, při příchodu s matkou, dítě plakalo a vztekalo se. Matka na to reagovala velmi podobně - impulsivně. Nechávala se dítětem vtáhnout do hádek a snažila se ustupovat pouze uplácením dítěte v podobě nových věcí, hraček, plyšáků apod.. Dítě pak nové hračky nosilo do třídy a velmi obtížně je odkládalo, jelikož věci od maminky pro ni měly veliký význam. Na konci roku dítě netrvalo na hračkách z domova, když mu to učitelka vlídně, ale důsledně vysvětlila. Občas dívka plakala i ve třídě. Paní učitelka ji vždy uklidnila rozhovorem v objetí. Posadila si dítě např. na klín a rozumně s dítětem věc, která ho trápila probrala. Sofinka vždy potřebovala pochovat, poté si většinou sama od sebe odešla hrát.

Sofinka se začlenila přirozeně. Je velice komunikativní a v kolektivu je velmi oblíbená. Na její vztekání děti reagovaly překvapeně až zaraženě. Ptaly se paní učitelky, proč se vzteká a chtěly od učitelky její chování vysvětlit. Postupem roku, kdy se její emoční výlevy střídavě zhoršovaly a zlepšovaly, reagovaly ostatní děti ignorací. Když se Sofinka uklidnila, děti ji přijaly zpět mezi sebe.

Se stravováním to u dítěte bylo složité. Záleželo především na jejím emočním rozpoložení. Pokud se v době jídel neobjevila situace, která by ji vyvedla z rovnováhy do pláče a vztekání se, jedla přiměřeně svému věku, odmítala jen to, co jí nechutnalo a odmítala to i zkusit. Většinu z hlavních jídel alespoň z poloviny vždy snědla. Svačtinu si ke konci roku vybírala podle vzhledu, pokud na pečivu byla „bílá pomazánka“, dítě ji snědlo na základě doporučení z domova, jelikož maminka řekla, že bílá pomazánka je dobrá.

Vzhledem k tomu, že Sofinka do školky přicházela unavená, odpočinek se odvíjel od toho, zda už byla unavená příliš nebo ne. Pokud byla celkově přetažená z emočních výkyvů (pláče a vztekání) a běžné aktivity ve třídě, těžko usínala. Ulehala s pláčem, protože byla příliš unavená. Pomáhala ji oddělení od ostatních dětí (např. dát jí lehátko stranou, kde na děti neviděla nebo kolem ni dát nějakou zástěnu). Podle situace ji pomáhalo k usínání také pohlazení či blízkost učitelky (např. držení za ruku při usínání). Ke konci roku se to změnilo. U ostatních dětí se jí usínalo lépe, musela se ovšem dobře ošetřit pravidla na lehátku týkající se vyrušování. Ráda poslouchala pohádky jak čtené, tak z CD přehrávače. Velmi dobře si je pamatovala i dlouhodobě.

Sofinka nikdy nevěděla, kdo pro ni do MŠ přijde a kdy přijde, ostatně ani učitelky to nevěděly. Sofinka vždy říkala: „To se uvidí, kdo přijde.“ Převážně dítě vyzvedávala babička a velmi zřídka matka. Dítěti se nikdy nechtělo odcházet od rozdělané práce. Vždy muselo činnost dokončit a poté mohlo v klidu odejít. Sofinka moc ráda vyráběla různé výrobky, aby si je později mohla vzít domů a potěšit s nimi maminku, tatínka či babičku. Problém byl s maminkou, místo, aby dítě pochválila, vždy dítě hrozně shodila. Matka má vystudovanou výtvarnou školu a tak má na dítě velmi vysoké nároky a nedokáže ocenit její práci. „Takovou patlanici, to je strašný, jak můžeš něco takového vůbec načmárat?! Vždyť já mám výtvarnou školu, po kom to máš?!“ Rozčilovala se

maminka vždy, když ji dítě dalo výrobek. Dívka byla v rozpacích. Učitelka vždy zasáhla a říkala: „Maminko podívejte, jak se to dneska Sofince povedlo, je moc šikovná a velice se snaží.“. Maminka akorát protočila oči, řekla: „Hm, hezký...“, otočila se a odcházela. Dítě za ní samozřejmě šlo. Postupem času se i maminky přístup k dítěti zlepšil. Dítě pak snadněji odcházelo a dokonce si výrobky po domluvě s paní učitelkou odnesla domů výrobky dodělat nebo si je uschovala u paní učitelky, aby si jej mohla dodělat následující den.

## **5.2 Kazuistika č. 2**

### Viktor - 4 roky (rok narození: 2012)

Chlapec pochází z úplné rodiny, bydlí společně s matkou, otcem a mladším bratrem (2 roky). Rodina bydlí v rodinném domě. Otec pracuje jako zedník, matka je na mateřské dovolené s mladším sourozencem, ale její přístup k Viktorovi je laxní. Viktor špatně mluví, ale matka neustále říká, že neví co s ním má dělat, že na něj pořád mluví, ale mluva se nelepší. Paní učitelka ji navrhla, aby s dítětem zkoušela různé logopedické cviky nebo se obrátila na logopedickou pomoc (popřípadě učitelku, která ve školce logopedii učí). Velký problém má také Viktor se stravováním, nejen v MŠ, ale i doma. Dítě do školky vodí v převážné většině matka s mladším sourozencem, přičemž se matka s mladším sourozencem mazlí a chová ho, na Viktorka ale opomíná. Do mateřské školy vbíhá dítě před matkou, za celý rok se nestalo, že by ho matka přivedla za ruku. Od začátku roku probíhá loučení poměrně chladně, bez zřetelných projevů emocí z obou stran. Mezi matkou a Viktorem neprobíhá objetí a dítě se nad odchodem matky ani nepozastaví. Matka se spíše loučí s učitelkou, které ráno předává svačinu pro chlapce na celý den. Dítě do třídy přichází nejistě a s opatrností. V průběhu roku na přání učitelky si nosí sám svačinu, aby se od stravování nedistancoval a podílel se alespoň takto. Bohužel se od začátku roku v jejich vztahu nic nezměnilo.

Viktor se zapojuje do všech aktivit s nadšením a energií, v kolektivu je rád. Při různých hrách nemá stálého partnera a zastává převážně submisivní role. Nebývá iniciátorem nových her. Celkově působí nejistě a bázlivě, takové jsou však i jeho vztahy s ostatními



děťmi. Patří spíše mezi méně oblíbené děti. Postupem času se u Viktora téměř nic nezměnilo. Nadále se podřizuje ostatním vrstevníkům a je nejistý.

Se stravováním má dítě celkově problém i mimo mateřskou školu. V předchozím roce docházky si rodina zvykla nosit do MŠ svačiny skládající se většinou ze sucharů, suchého pečiva, makovky nebo jogurtu jež bylo doplněné většinou jablkem, tudíž za celý den mělo dítě například jogurt a jablko. Matka odmítala naléhání učitelek na potřeby dítěte v podobě výživné, pestré a vyvážené stravy. Dle jejích slov už dítěti nechce dál ustupovat z toho důvodu, že jí převážně suché a sladké jídlo a už ji to prý unavuje. Matka to s dítětem prý zkoušela po dobré i po zlém. Nechala například dítě celý den a celou noc bez jídla, aby druhý den snědl to, co mu připravila, dítě bohužel jídlo ani neochutnalo. Viktor sám ve školce jídlo neodnese. Jídlo, které mu učitelka připraví na talíř sice nejí, ale sám od sebe ho neodnese, vždy nad ním sedí a nešťastně s nechutenstvím jídlo sleduje, odnese ho až tehdy, kdy mu to učitelka sama řekne. Učitelka se z počátku roku snažila dítě přimět pozitivní formou alespoň ochutnávat pokrmy, především obědy, jelikož svačina z domova v podstatě pokryla dopolední a odpolední svačinu, nikoli oběd. Dítěti je z jídla zle, má k němu odpor, proto ho v mateřské škole nikdo do jídla nenutí, nicméně jídlo dostane a učitelka se ho ptá, zda-li je na talíři něco, co by si vybral, co mu chutná, ale většinou nic nesní. po schůzkách v pololetí a konzultaci s matkou si učitelka vyžádala suchary, které by dítěti mohla dávat, pokud se nenají při obědě s obavou o zdraví dítěte. Matka učitelce vyhověla a suchary pravidelně do MŠ nosí. Sama jsem dítěti občas dávala i svou svačinu, pokud byla v podobě suchého pečiva či ovoce, aby se dítě alespoň trochu najedlo, když na odpolední svačinu nemělo vůbec nic. Snažila jsem se mu i upravovat svačiny (když byla na pečivu namazaná pomazánka, snažila jsem se ji setřít nebo odkrojit, aby to dítě nepoznalo a mohlo se s klidem najíst). Ke konci roku se s motivací pochvaly, na které se podílely i děti (měli radost a chválily ho, když se mu podařilo něco sníst), naučil se Viktor jíst vodové polévky. Matka v současnosti dochází na kineziologii a doufá v obrat.

Dítě ve školce odpočívá každý den. Dle názoru učitelky by dítě v MŠ odpočívát nemělo právě z důvodu chabého stravování. Matka si však nedá říci a argumentuje tím, že Viktor je s dětmi rád a odpoledne tam chce být i když je matka doma s mladším

sourozencem. Když jsem v zařízení pracovala já, matka se odkazovala i na to, že mě má Viktor rád a velice rád tráví čas v mé přítomnosti. Paní ředitelka si vyžádala potvrzení od lékaře, že dítě i přes hladovění může být odpoledne ve školce. Lékař potvrzení napsal, tudíž učitelka ani ředitelka nemohou docházku dítěte odmítnout. Dítě za celých 9 měsíců sledování usnulo pouze třikrát. Na lehátku se nudí, vrtí, ale nevyrušuje. Většinou si bezhlesně povídá pro sebe a někdy se schová i pod peřinu, aby ho nikdo neslyšel. Vstává jako první, samo se obleče a čeká, až se ostatní probudí. Mezitím co čeká na ostatní si dojí svačinu z domova. Školkové stravě se nebrání, pokud mu chutná. nelpí na domovské stravě. Učitelka si s dítětem nastavila pravidlo, že z domova musí sníst úplně vše, protože na začátku roku se pokoušel odnášet napůl snědené jídlo, které si ráno přinesl. S tímto pravidlem Viktor neměl problém, bez odporu na dohodu přistoupil. Dítě je zvědavé a rádo hraje logické hry, skládá mozaiky a puzzle, do obrázků vpisuje čísla a písmena, která ho matka doma učí.

Odpoledne ho matka zpočátku vyzvedávala těsně předtím, než se zavírala školka. Odůvodňovala to tím, že jí Viktor doma vždy vynadá, proč pro něj přišla tak brzy, že si nestihl pohrát tak, jak by chtěl. Postupem času ho matka s mladším bratrem začala vyzvedávat přibližně po hodině od vstávání. Shledání je opět chladné, bez nadšení z příchodu matky nebo bratra. Neprobíhá fyzický kontakt typu objetí, pochování, pohlazení. Dítě odejde s matkou do šatny, kde probírají co v MŠ dělal, jestli neudělal něco špatně a matka kontroluje správnost a samostatnost oblékání, popřípadě chválí obrázky, které dítě nese. Dítě s matkou nechodí ani za ruku, z MŠ odchází s matkou za zády. Odpolední shledání s otcem je jiné. Dítě se chlubí tím, že ho onen den vyzvedne otec a netrpělivě sleduje dveře, kdy se v nich otec ukáže. Objeví-li se otec ve dveřích, Viktor se okamžitě rozběhne k otci, který ho pochová, pomazlí se s ním, dá mu pusku a pošle ho do třídy uklidit si po sobě hračky. Dítě rychle uklidí hračky a běží zpět k otci se kterým ruku v ruce odchází domů.

### **5.3 Kazuistika č. 3**

Alžběta - 4 roky (rok narození 2012)

Alžběta pochází z úplné rodiny. Bydlí se svými rodiči a s mladším bratrem (2 roky). Rodina je plně funkční a žije v domě. Finančně jsou výborně zabezpečeni. Maminka je momentálně na mateřské dovolené. Tatínek je živnostník, pracuje jako stavební architekt. Rodiče spolu mají nádherný vztah a k dětem se chovají rovnocenně. Rodiče spolu hodně komunikují a na důležitých věcech se domlouvají. Rodiče mezi sebou mají moc hezký vztah a stejně tak jak jsou otevření k sobě, jsou otevření i k dětem. Děti nerozmazlují a zakazují to i ostatním, zejména prarodičům. Maminka je velmi příjemná a věci uvádí na pravou míru, stejně tak tatínek. S výchovou Alžběty nikdy nebyly žádné potíže, nevztekala se ani si nezkoušela nic vydupat, pokud něco opravdu chtěla, byla pouze smutná, že to nemůže mít, ale neplakala ani se nevztekala. Alžbětka si do školky hračky nenosí, pouze v „hraččkové dny“ (den, kdy si všechny děti přinesou hračku jakou chtějí a představují ji ostatním dětem). Dívka se podílí na opečovávání mladšího sourozence. Maminka ji zapojuje téměř do všech činností, jak do vaření, tak praní prádla a dalších běžných aktivit v domácnosti. Výchovu sourozence (když třeba mladší sourozenec něco provede, zeptá se Alžbětky, jak by to vyřešila, holčička řekne svůj názor, maminka ho upraví do přijatelné podoby nebo dá dívce návrh, jak by to mohlo proběhnout jinak, ta vždy souhlasí). Dítě nemá sebemenší problémy s mluvou, mluví zřetelně. Je to veselé dítě a má radost z úspěchu ostatních dětí. Maminka se s Alžbětou před jejím nástupem do mateřské školy, chodila procházet kolem školy a říkala jí, že tady do té školky bude chodit, tím se jí snažila na nástup připravit. Občas se do MŠ zašla s Alžbětkou podívat, aby viděla, jak to uvnitř vypadá a ona se tak připravovala zvykat si na prostředí, které v budoucnu bude navštěvovat. Rodiče se dětem hodně věnují. Všechen svůj volný čas věnují dětem a prožívají s nimi všechny důležité chvíle.

Dítě do školky vodí převážně matka s mladším sourozencem nebo babička. Ráno v šatně Alžbětka přirozeně konverzuje s matkou, která ji nikdy neposlala do třídy, dokud nebylo dítě připravené. Každé ráno probíhá pozdrav, pohlazení a objetí s maminkou a bratrem. Dítě je občas po příchodu skleslé, ale po přivítání s učitelkou, popřípadě objetí si jde hrát s ostatními dětmi. V průběhu roku byl bratr nemocný a musel být hospitalizován v nemocnici, kde s ním byl otec. To bylo pro dítě velmi náročné období. Několikrát za tu dobu se stalo, že přišla s matkou do školky a plakala. Maminka se jí snažila utěšit, ale přes jakoukoliv snahu se jí to převážnou většinu času nedařilo, když

tedy měla matka možnost, odvedla si dítě s omluvou a vstřícným vysvětlením paní učitelce zpět domů.

Alžbětka se zapojuje do všech aktivit a řízených činností, podřídí se programu skupiny a nebývá iniciátorem her. Hraje si s dětmi ráda, není lakomá, ráda se rozdělí a pomáhá ostatním dětem, některé činnosti dělá i sama, například prohlížení knih, stavění mozaiky. Zná mnoho říkadel, básniček, pohádek a přemýšlí v souvislostech. V průběhu roku se ukazuje, že pro některé hry je pro ni dost obtížné najít rovnocenného partnera z hlediska zralosti. Je to nejnadanější a rozumově nejvyspělejší dítě ze třídy.

Stravování dítěte probíhá celkově bez problémů. Jí většinu jídel, jídla nejdříve ochutná a až poté je odnese s tím, že ji nechutná. Má skvěle zvládnutou kulturu stolování. V době nemoci bratra neměla moc chuť k jídlu a učitelka, která o situaci věděla se jí snažila bez nátlaku pouze motivovat k jídlu tím, že při jídle seděla vedle ní. Dívce to pomáhalo a vždy alespoň polovinu oběda snědla.

Dítě při odpoledním odpočinku většinou spí, ale často chodí domů po obědě. Tehdy bývá více skleslá, než když odpočívá, zřejmě proto, že do oběda na domov hodně myslí, ale s perspektivou odpoledne v MŠ se od těchto myšlenek snáze odpoutává. Shledání odpoledne probíhá v podobném duchu jako odchody. S úsměvem a nadšením matku vítá a její bratr projevuje ze shledání velikou radost, je nadšený že ji vidí a obejmou se jak s bratrem, tak matkou. Stejně vítání probíhá i s otcem. To se v průběhu roku nezměnilo.

#### **5.4 Kazuistika č.4**

Adam - 3 roky (rok narození: 2013)

Adámek měl rodinu plně funkční, bydlel s maminkou i tatínkem u prarodičů. Je jedináček a maminka je na dítě velmi fixovaná. Maminka i tatínek mají vysokoškolské vzdělání. Maminka pracuje v kanceláři jako účetní a otec jako manažer kvality. Bohužel v průběhu roku se rodiče Adámka rozvedli. Současně bydlí Adam se svou matkou.

Rodiče se snaží, aby rozvod dítě nepoznamenal, ale dle mého názoru je to nereálné. Adámek miluje maminku i tatínka, ale jejich rozvod byl a je pro něho dost těžký. Z počátku roku si dítě do školky pouze občas nosilo různé plyšové hračky, ke konci roku si dítě nosilo plyšáka téměř každý den, většinou si bere toho samého. Dítě má plyšový pár (Mickey a Minnie Mouse), do školky si ale většinou nosí plyšáka, který zastává dámskou roli (Minnie Mouse). Pokud nějaký den hračku zapomělo i přes vysvětlení paní učitelky, že si hračku doma nechalo ji po chvíli začalo hledat. Adámek má vadu řeči, vynechává písmenka a hodně šišlá, téměř mu není rozumět. Ani na konci roku se mluva nemění. Adámek rád vypráví, ale často působí nepřítomně a zamyšleně, ani po roce se jeho neustálá nepřítomnost nezlepšila. Maminka s tatínkem chtěli mít doma malého génia a tak se mu snažili „hustit“ do hlavy spoustu informací a všechno ho učit už od útlého věku. Rodiče ho učí písmena, barvy a další od útlého věku, později ho učí i číst a počítat. Dítě ale ještě není tak vyztřálé, aby se mu to podařilo. Jeho výtvarný projev byl zpočátku velmi primitivní, všechny předměty kreslil stejně, kolečko, čtverec, auto, sluníčko,... všechno vypadá jako klubíčko nití. Ke konci roku dokáže nakreslit sluníčko a kolečko a dokonce i hlavonožce.

Adamova adaptace probíhala bez problémů, to znamená žádný vzlyk ani odmítání. Dítě do školky vodí střídavě otec i matka. Vedou ho za ruku nebo nesou v náručí a u dveří ho postaví. Dítě chodí do MŠ vždy s úsměvem, veselé a plné energie. Otec často ještě chvíli zůstává u dveří a pozoruje dítě jak si hraje s ostatními dětmi a jestli je ve školce šťastné. Od učitelky nenápadně vyžaduje potvrzení, jak to dítě výborně zvládá a je na otci vidět, jak je na své dítě pyšný. Ke konci roku dítě začalo ráno při příchodu do MŠ plakat. Rodiče jsou v rozvodovém řízení o střídavou péči, což se na dítěti projevuje.

Dítě často působí nepřítomně a nevyztřále, s dětmi si hraje rád a je vidět, že ho hraní s kamarády baví. Do některých činností se Adam nezapojuje, velmi však záleží na jeho momentálním rozpoložení. Činnosti nahrazuje sebeuspokojováním o nábytek a různé předměty. Z počátku roku to bylo velmi intenzivní, v průběhu roku to pak ustávalo, ale s rozvodem rodičů se k tomu opět vrátil. Paní učitelka se snažila pro něj vymýšlet různé činnosti, aby se zabavil jinak, dávala mu do ruky kostky, obrázky, prohlížela si s ním i časopisy, ale Adam u toho nevydržel a po chvíli věc použil k sebeuspokojování. Paní

učitelka byla bezradná, snažila se Adámkovi věnovat více individuálně a motivovat ho k různým činnostem, ale Adam odmítal. Vzal si do ruky autíčko, lehl si na koberec na břicho, autíčko si položil před sebe, aby na něj viděl a rukama se uspokojoval. Vypadalo to, jako by chtěl, aby si paní učitelka myslela, že si hraje a nemohla mu v tom nijak zabránit. Také nerad vyrábí, první reakce je téměř vždy odmítavá, protože mu tyto činnosti dělají problém - stříhání, lepení, malování a další, ještě v nich není zručný a jeho jemná motorika je na opravdu nízké úrovni. Sama jsem se mu věnovala každé odpoledne, zkoušela jsem s ním jednoduché věci, snažila jsem se vybírat takové činnosti, aby ho něčím zaujaly, třeba i prstová cvičení s básničkou. Ke konci roku se to o trochu zlepšilo. Dítě jistěji drželo nůžky a s lepidlem také umělo pracovat.

Se stravováním u Adámka není sebemenší problém. Všechno sní, celý oběd i celou svačinu, často si chodí přidávat. Někdy sní ke svačině i 3 rohlíky a občas ještě říká, že by se mu do břicha ještě trochu papání vešlo. Také často říká, že papá, aby byl veliký kluk. Postavou je totiž velmi drobný.

Ze začátku roku dítě po tom, co si lehlo na lehátko ihned usnulo. Kolikrát usnulo dříve, než paní učitelka začala číst pohádku a probouzelo se mezi posledními, někdy ho paní učitelka musela i budit. Ke konci roku se dítě na lehátko začalo uspokojovat. Paní učitelka ho vždy uložila tak, aby ležel na zádech a ruce měl na peřince, ale dítě se po chvíli otočilo a uspokojovalo se znovu. Paní učitelka mu zkoušela dát do ruky na spaní i plyšovou hračku, aby v ruce něco držel a mohl si tak pořádně odpočinout. Plyšáka si Adámek vzal, prohlídl si ho, ale po chvíli ho položil vedle sebe na lehátko a v uspokojování pokračoval většinou při tom ale usnul. Vždy když se vyspal málo, tak byl mrzutý a zlý na děti (říkal jim například že mají ošklivý obrázek, ošklivě je pojmenovával nebo jim boural stavby), paní učitelka to řešila tím, že si ho vzala stranou a ptala se ho, proč takové věci dělá, že by se mu určitě taky nelíbilo, kdyby mu takové věci dělal, vždy ale pokrčil rameny a řekl, že neví. Postupem času si po odpolední svačině přestával hrát s dětmi, odmítal jakékoliv činnosti, hračky a nechtěl si dojít ani na záchod, když se mu chtělo, protože čekal na maminku až pro něj přijde (ke konci roku ho totiž vyzvedávala skoro jen maminka, tatínek Adámka vyzvedl tak jednou do měsíce). Adam usedavě seděl či stál u dveří, většinou však stál přímo mezi dveřmi (jelikož jsme měli ve

třídě pravidlo, že za práh nikdo nesmí) a vyhlížel ji. Když přišla maminka jiného dítěte, hned na dotyčné dítě volal, že tam má maminku, ať rychle běží, když ho dítě neslyšelo, dokonce za ním doběhl. Netrpělivě se paní učitelky neustále vyptával, když už jeho maminka přijde, paní učitelka ho vždy uklidnila slovy, že maminka co nevidět zazvoní a objeví se ve dveřích. Když se maminka objevila mezi dveřmi, křičel na ni „Mami!“ a běžel za ní. Při shledání vždy proběhlo dlouhé objetí, pomačkání, pusa a maminka si vzala dítě do náručí. Na matce ze začátku roku byla vidět radost a úleva, ke konci roku maminka působila ustaraně a vždy dítě vítala se slzami v očích. Paní učitelky se často ptala, jestli je Adámek v pořádku a jak se ve školce chová, paní učitelka ji opatrně vše řekla, maminka se s paní učitelkou i radila, jak by měla situaci řešit, učitelka mamince vstřícně poradila. Maminka vždy poděkovala, rozloučila se a s dítětem v náruči odcházela.

## **5.5 Kazuistika č.5**

### Vítek - 3 roky (datum narození: 2013)

Vítek má plně funkční rodinu, žije s matkou, otcem a mladším bratrem v rodinném domě. Rodina působí klidně až uzavřeně. Má mladšího sourozence, kterému jsou 2 roky. Otec pracuje jako prodavač sportovního oblečení, matka je učitelkou na základní škole, do pololetí byla na mateřské dovolené, po pololetí se vrátila opět do práce, Vítek tak musel začít ve MŠ odpočívat. Víteček je velmi citlivý na jakoukoliv změnu režimu a celkově je citlivý na změny. Téměř vždy si s sebou do školky nosí plyšovou hračku, kterou má u sebe při každé činnosti a nechce ji pustit z ruky, ke konci roku dítě nosí plyšovou hračku pouze občas a když ji má s sebou, neprotestuje s odložením hračky na stranu. Pokud Vítek něco nechce udělat, maminka působí na dítě nepříjemně, protáčí oči a tváří se otráveně, nechce s dítětem o ničem diskutovat, její přístup k dítěti se ani ke konci roku nezměnil. Otcův přístup k dítěti je mnohem vlídnější, dítě obejmě, pohladí, pochová, vyslechne a snaží se mu porozumět a vše mu vysvětluje.

Do mateřské školy ho ze začátku vodila matka a vždy probíhala velká scéna při příchodu - křik, pláč, vztekání, kopání. Na radu učitelky a podle možnosti rodičů ho poté vodil otec. Dítě šlo do školky skleslé, ale v klidu a bez protestu. V průběhu roku se takové scény objevily jen ojediněle. Dítě je spíše introvertní, přemýšlivé a takový „pozorovatel“, sleduje co se kolem něj děje, ale do ničeho se nevměšuje. Při nástupu moc nemluvil, ale postupem času se poměrně rozmluvil.

Do společných činností se zpočátku vůbec nezapojoval, motivace na něj nezabíraly, stále seděl stranou a jen pozoroval, přestože viděl, jak se děti baví, užívají si aktivity a radují se, ani neměl sebemenší snahu si činnosti vyzkoušet. S dalším dítětem ve dvojici si nehraje, ale nebrání se hrát společně se všemi dětmi, kde se v hloučku „ztratí“. Z hlediska jemné motoriky patří spíše k průměrným dětem. Jediná činnost, která ho baví a kterou dělá s radostí a nadšením je malování vodovými barvami. V průběhu roku se dítě postupně zapojuje do aktivit, ale nesmí se na něj naléhat, jinak se uzavře do sebe a nikdo s ním nehne. Když paní učitelka na začátku roku nacvičuje s dětmi na besídku má Vítek svou roli a doopravdy si ji užívá. Když pak ale přijde na představení před rodiči, je vystrašený, sedí v dřepu mezi dětmi a ustavičně pláče. Když mu paní učitelka řekne, že pokud chce, tak může odejít za maminkou, stále nehnutě sedí a pláče, maminka tedy musí vstát, podat mu ruku a odvést ho. Mamince je to líto a paní učitelce se moc omlouvá, ale na dítě působí dost nepříjemně a kárá ho za to. V průběhu roku se u dítěte nic nemění a všechny besídky vypadají takto.

Vítek jí téměř vše. Ze začátku roku, když mu jídlo nechutnalo, odnesl ho bez jediného slova. Ani přes motivaci paní učitelky se ho nesnažil ochutnat. Na konci roku jí stále téměř vše, to co mu ovšem nechutná odnese, nejprve to však ochutná, ale poté to učitelce výslovně zdůvodní, proč to nejí a proč mu to nechutná. Ostatní stravovací návyky jsou v normě. Jí a pije přiměřeně svému věku.

Co se týče odpočinku, tak Vítek odpočívá nerad, ale často usne. Hodně se mu před odpoledním odpočinkem stýská po mladším bratrovi. To vždy říká paní učitelce, když jde na lehátko. Paní učitelka to řeší tak, že s ním jde k lehátku, přikryje ho, pohladí ho a říká mu, aby si zavřel oči a nechal si zdát nějaký hezký sen třeba o bratříčkovi. Na lehátko si vždy bere plyšovou hračku, pokud si ji z počátku zapomněl přinést z domova,



vyžadoval ji. Ke konci roku pak hračku už nevyžadoval, chytil si peřinku a usnul. Pokud neusnul, tiše ležel na lehátku a prohlížel si věci kolem sebe nebo upíral zrak na okno.

Odchody probíhají s radostí. Převážně ho vyzvedává otec s mladším bratrem. Dítě ze začátku pláče a nemůže se otce dočkat, obává se, že pro něj rodič nepřijde. Ke konci roku se Vítek paní učitelce vždy chlubí, že pro něj přijde tatínek s bráškou. Po odpoledním odpočinku si nehraje, jen chodí po třídě a vyhlíží otce s bratrem. Často chodí za paní učitelkou a oznamuje ji, že za chvíli už tatínek určitě přijde a vyzvedne ho. Také ji vypráví jí, co mají s tatínkem v plánu na odpoledne a kde s tatínkem byl minulý den.

## **6. SHRNU TÍ VÝZKUMU**

### ODPOVĚDI NA VÝZKUMNÉ OTÁZKY

#### **Výzkumná otázka č. 1 : Loučení**

Loučení bylo náročné především u Sofinky, kde hrála roli únava a maminky odchod. Také ji na vstup do MŠ nikdo nepřipravoval, což bylo pro dítě další stěžejní situací. Po jisté době se její chování zlepšilo a na konci roku bylo loučení téměř bezproblémové.

U Viktůrka bylo loučení bez sebemenších problémů. Sice vcházel do třídy nejistě, ale žádný problém v chování se nevyskytl, po mamince se mu nestýskalo. Nejspíše z toho důvodu, že vztah mezi matkou a Viktorem byl chladný a nezlepšil se ani na konci roku.

Při loučení Alžbětky se zpočátku nevyskytl žádný problém, pouze v období, kdy byl její bratr hospitalizován, to bylo pro dívku loučení náročnější. To se po uzdravení bratra vrátilo do normálu a holčička chodila do školky opět s nadšením.

Adámkovu loučení s rodiči bylo zpočátku bez komplikací. Ke konci roku bylo pro dítě loučení náročnější, kdy na dítě zřejmě působil rozvod rodičů. To na dítě mělo negativní vliv a dítě začalo být nejisté.

Rozloučit se s maminkou bylo i pro Vítka náročné, to bylo zapříčiněné velkou fixací na matku. tato situace se vyřešila tím, že ho do školky začal vodit tatínek, poté bylo pro Vítka loučení o něco snazší.

### **Výzkumná otázka č. 2 : Zapojení do společných aktivit a začlenění mezi vrstevníky**

Začlenění Sofie do společných aktivit a mezi vrstevníky bylo přirozené a bez potíží. Ráda zkoušela nové věci. Začlenění pro ni bylo také jednodušší z toho důvodu, že byla mezi dětmi oblíbená a všichni si s ní chtěli hrát a být s ní ve dvojici. To se v průběhu roku nezměnilo.

O Viktorovi se dá říci to samé, do společných aktivit se zapojil běžným způsobem stejně jako mezi vrstevníky i když mezi dětmi nebyl tolik oblíbený jako Sofinka. Dalo by se říci, že v začlenění nebyl problém. Bohužel se v průběhu roku téměř nic nezměnilo, na konci roku byl v aktivitách nejistý a bázliví stejně jako zpočátku.

Alžbětka byla stejně jako Sofinka mezi dětmi oblíbená. Do společných aktivit i mezi vrstevníky se zapojila přirozeně. Ani v průběhu roku se v zapojení mezi ostatní děti a do společných činností nevyskytl sebemenší problém.

U Adámka bylo zapojení do společných aktivit náročnější, jistou roli v zapojení sehrála jemná motorika, která mu dělala problémy a s vrstevníky zpočátku nekomunikoval proto, že s nimi dříve nepřišel do kontaktu, tudíž s nimi neuměl komunikovat a také proto, že špatně mluvil a děti mu nerozuměly. To vše se v průběhu zlepšilo.

Stejný problém se vyskytl i u Vítka. Měl problém se začleněním do společných aktivit i mezi vrstevníky. U Vítka to ale zapříčinilo zcela neznámé prostředí a spoustu nových dětí. V průběhu roku byl chlapec jistější a zapojoval se do aktivit i kolektivu běžným způsobem.

### **Výzkumná otázka č. 3 : Stravování**

Stravování bylo pro Sofii složité, jelikož se odvíjelo od jejího emočního rozpoložení, v průběhu roku se její stravování proměňovalo a na ke konci roku si dívka vybírala jídlo podle vzhledu.

Náročné stravování bylo i pro Viktúrka, který měl se stravování celkově problém. Následným podporováním učitelky a ostatními dětmi se s chlapcovým „blokem“ podařilo trochu pohnout - na konci roku jedl Viktor vodové polévky a suchou vařenou stravu (rýži, těstoviny,...).

U Alžbětky, Adámka a Vítka se nevyskytl problém ve stravování, všechny tři děti se stravovaly přiměřeně jejich věku a stejně tak tomu bylo po zbytek roku.

#### **Výzkumná otázka č. 4 : Odpočinek**

Odpočinek byl pro Sofinku komplikovaný. Potřebovala mít na odpočinek svůj klid, ten ji doma scházel. Vyžadovala i přítomnost učitelky, kterou od maminky neměla a očividně ji velice chyběla. Dítě si na vrstevníky v průběhu roku zvyklo a mezi vrstevníky se jí odpočívalo lépe.

Viktúrkovi zřejmě jako odpočívání stačilo ležet na lehátku. Neusínal, pouze klidně ležel. Podobně nastavené to měl i Vítek, ale s tím rozdílem, že odpočíval nerad, když ale při odpočinku neusnul, v poklidu ležel a čekal, až se bude vstávat stejně jako Viktor. U obou chlapců bylo odpočívání po celý rok beze změn.

Alžbětka odcházela často po obědě domů, ale když ve školce odpočívala, neobjevily se žádné komplikace. Odpolední odpočinek byl pro ni nenáročný. Dívka pokaždé v klidu usnula a stejně tak to bylo po celý rok.

Adámkův odpolední odpočinek probíhal bez komplikací. V průběhu roku se začaly objevovat potíže. Dítě na lehátku začalo ke konci roku vyrušovat a uspokojovat se. Následkem chlapcova chování bylo rozvodové řízení maminky a tatínka.

### **Výzkumná otázka č. 5 : Shledání**

Sofinky shledání s matkou bylo zpočátku náročné, dívka si všímala pouze matky a ničeho ani nikoho jiného, jelikož matku vídala málo. Vyvedlo ji z míry i to, když po ní matka chtěla, aby si uklidila hračky. Chování dívky se v průběhu docházky zlepšilo poté, co maminka s nimi začala opět bydlet, shledání pro ni pak bylo snazší.

Náročné shledání bylo také pro Vítku. Často plakal a bál se, že na něj rodič zapomene. Během roku chlapec získal jistotu tím, že ho rodiče vždy vyzvedli a shledání se pro něj stalo běžnou součástí dne.

Pro Alžbětku bylo shledání s rodiči radostnou událostí. Byla si jistá, že matka přijde a tudíž se u dívky nevyskytly žádné problémy.

Také pro Viktora bylo shledání nenáročné, shledání s matkou nijak neprožíval, možná právě proto, že měl s matkou chladný vztah, to se v průběhu jeho docházky nezměnilo.

Z počátku roku bylo pro Adámka shledání s rodiči nenáročné, postupem času začalo být dítě nejisté a matku vyhlíželo s obavami. Příčinu tohoto chování připisují rozvodovému řízení rodičů, kterým si dítě zrovna procházelo.

### **Shrnutí:**

Vstup do mateřské školy není jednoduchý. Každé dítě se s touto pro něj novou situací vypořádá po svém a reaguje jinak. To co je náročné pro některé děti, druhým nedělalo pozorovatelné problémy. Pro většinu dětí bylo velmi těžké rozloučit se s rodiči, především pro ty, které na MŠ nebyly připravovány. U některých jedinců se problém vyskytl také v zapojení do společných aktivit a začlenění mezi vrstevníky. U každého dítěte bylo vidět, že každá rodina má svůj způsob výchovy a přístup k dítěti se také poněkud liší. Je vidět, že dítě nejvíce ovlivňují různé situace a vztahy v rodině, ale také je možné pozorovat, jak jsou citlivé na rodinný život. To co pro většinu dětí bylo zpočátku velmi náročné se postupem času značně zlepšilo. U každého chlapce i dívky

byly vidět i sebemenší pokroky v chování, jednání, prožívání různých situací a také zlepšení v mnoha ohledech.

## **7. ZÁVĚR**

V bakalářské práci jsem se zabývala adaptací dětí na mateřskou školu. Mým cílem bylo přiblížit proces adaptace na nové sociální prostředí, tedy vstup dětí do MŠ na základě sledování jejich chování, vnímání a prožívání a poukázat na jejich pozitiva a negativa.

Jelikož dítě tráví většinu času než nastoupí do MŠ s matkou, je zřejmé, že mu v novém prostředí matka schází. Vyhledává tedy něco, co se vztahu s matkou bude podobat. V MŠ to často bývá právě učitelka ke které si dítě najde cestu.

Každé dítě je jiné, tudíž si i jinak zvyká. Nelze určit, jak se jedinec bude při vstupu do MŠ chovat a jak bude situaci zvládat. Můžeme se pokusit dítě na vstup připravit různými způsoby a u dětí tak úzkost ze separace zmírnit.

Práce je rozčleněna do sedmi kapitol načež první tři kapitoly se věnují teoretické části a zbylé čtyři kapitoly praktické části.

V praktické části jsem se zaměřila na pět vybraných dětí, které si prošly adaptací na mateřskou školu poprvé. Cíle jsem plnila pomocí pěti výzkumných otázek na které jsem odpovídala za pomoci vlastních zkušeností a zážitků, ale i rozhovorů s učitelkami a rodiči. Pozorování probíhalo od začátku září roku 2016 až do konce května roku 2017.

Na základě odpovědí na výzkumné otázky jsem zjistila, že děti, které na mateřskou školu nebyly nijak připravovány, prožívaly nástup do MŠ mnohem hůře než děti, které byly na mateřskou školu rodiči připravovány. Podstatnou roli při vstupu hrála také rodinná situace. Děti, v jejichž rodině bylo vše v pořádku, zvládali vstup mnohem lépe, než ty děti, u nichž v rodině se dělo něco zásadního.

Podal se mi vyzorovat pokrok, ale i regrese v jistých sledovaných oblastech. U všech dětí byl zaznamenán alespoň menší posun v jakékoliv oblasti, pouze u chlapce jménem Adam byla zaznamenána regrese z důvodu rozpadu rodiny.

Mé předpoklady o tom, že u každého dítěte probíhá adaptace jinak, se potvrdily. Děti mají odlišné osobnosti a liší se také jednotlivé rodiny z nichž děti pocházejí. Liší se i přístup rodiny k dítěti a jeho výchova. Každé dítě přichází do mateřské školy s jiným vzorcem chování a získanými zkušenostmi. Žádné dítě se doposud nesetkalo se situací, že by muselo trávit většinu dne bez rodiny v prostředí, které nezná a s lidmi, které jsou mu cizí. Některé děti se nového prostředí a plné třídy neznámých vrstevníků děsí, jiné se s davem snaží splynout, jiné se zas snaží být středem pozornosti. Ke konci devátého pozorovaného měsíce se z dětí stává skupina, která se snaží spolupracovat a pomáhat si.

Je zřejmé, že ne všichni rodiče věnují přípravě ke vstupu do MŠ pozornost. Samostatnost dětí při sebeobslužných činnostech někteří rodiče podceňují, též zanedbávají řečové dovednosti a plno dalších činností a návyků, které jsou pro děti podstatné. Pro dítě, které neví jak oslovit učitelku či vrstevníka jsou počátky v MŠ obzvláště těžké. Začne-li rodič dítě od útlého věku osamostatňovat, může tak předejít různým potížím.

## **SEZNAM LITERATURY**

BOWLBY, John. *Vazba: teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-670-4.

BOWLBY, John. *Odloučení: kritické období raného vztahu mezi matkou a dítětem*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0076-5.

BOWLBY, John. *Ztráta: smutek a deprese*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0355-1.

COHEN, Lawrence J. *Jak zacházet s dětským strachem: hravé rodičovství*. Praha: Argo, 2015. ISBN 978-80-257-1386-0.

DEIßLER, Hans Herbert. *Každodenní problémy v mateřské škole: Pomoc pro učitelky a rodiče*. Praha: Portál, 1994. Výchova dětí od 3 do 8 let. ISBN 80-7178-010-3.

KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Dítě a mateřská škola*. Praha: Grada, 2008. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-1568-1.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.

MAHLER, Margaret S., Fred PINE a Anni BERGMAN. *Psychologický zrod dítěte*. V Praze: Triton, 2006. Psyché (Triton). ISBN 80-7254-722-4.

MAREŠ, Jiří. *Posttraumatický rozvoj člověka*. Praha: Grada, 2012. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3007-3.

MATĚJČEK, Zdeněk. *Co děti nejvíc potřebují*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2008. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-7367-504-2.

MATĚJČEK, Zdeněk. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Vyd. 6. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0519-7.

MERTIN, Václav. *Ze zkušeností dětského psychologa: na co se často ptáte*. Praha: Scientia, 2004. ISBN 80-7183-316-9.

MERTIN, Václav. *Výchovné maličkosti: průvodce výchovou dítěte do 12 let*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-857-9.

NIESEL, Renate a Wilfried GRIEBEL. *Poprvé v mateřské škole*. Praha: Portál, 2005. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-989-5.

SLAMĚNÍK, Ivan. *Emoce a interpersonální vztahy*. Praha: Grada, 2011. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3311-1.

ŠPAŇHELOVÁ, Ilona. *Dítě v předškolním období*. Praha: Mladá fronta, 2004. Žijeme s dětmi. ISBN 80-204-1187-9.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.

VYMĚTAL, Jan. *Speciální psychoterapie: (úzkost a strach)*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 2000. Psychoterapie. ISBN 80-86123-15-4.

VYMĚTAL, Jan. *Speciální psychoterapie*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. Psyché (Grada). ISBN 9788024713151.

400 Bad Request. *Fakulta informatiky Masarykovy univerzity* [online]. Dostupné z: <https://www.fi.muni.cz/~qprokes/socka/socka3.html#Batole>

Attachment: o důležitosti citového pouta v životě, o jeho poruchách a léčení - Šance Dětem. *Informační portál - Šance Dětem* [online]. Copyright © Nadace Sirius [cit. 07.07.2017]. Dostupné z: <http://www.sancedetem.cz/srv/www/content/pub/cs/clanky/attachment-o-dulezitosti-citoveho-pouta-v-zivote-o-jeho-poruchach-a-leceni-89.html>

Teorie citové vazby | *Psychologie.cz. Homepage | Psychologie.cz* [online]. Copyright © Copyright Mindlab s.r.o. [cit. 07.07.2017]. Dostupné z: <https://psychologie.cz/teorie-citove-vazby/>

*Veřejné služby Informačního systému* [online]. Dostupné z: [https://is.muni.cz/www/344438/7159323/07\\_Problemy\\_teorie\\_raneho\\_citoveho\\_p\\_rilnuti\\_attachment\\_.txt](https://is.muni.cz/www/344438/7159323/07_Problemy_teorie_raneho_citoveho_p_rilnuti_attachment_.txt)