



...moje dítě nechce chodit do školky, každé ráno pláče?

Pokud je Vaše dítě ve školce nové (obzvláště pokud ještě nikdy do žádné školky nechodilo), je přirozené, že jsou pro něj první dny stresující. Musí se vyrovnat s novou situací ve svém životě, s tím, že poprvé tráví čas bez rodičů. Každé dítě je jiné, toto adaptační období může u někoho trvat 14 dní, u někoho měsíc, u někoho tři měsíce. Dítě si postupně zvyká, získává sebejistotu, začíná se kamarádit s ostatními dětmi. Nespěchejte na dítě, dejte mu najevo, že jeho strachu rozumíte a že se na něj nezlobíte, když zatím nedokáže situaci zvládat tak, jak byste potřebovali.

Jak můžete dítěti pomoci? Umožněte mu, aby si na nové prostředí zvykalo postupně. Začněte s kratší dobou pobytu ve školce, počet hodin pak pomalu navyšujte. Pozorujte pozitivní i negativní změny v jeho chování, spolupracujte s učitelem. Společně můžete vymyslet plán, jak dítěti adaptaci co nejvíce usnadnit. Důvěřujte zkušenostem učitelů, ví, jak vám i vašemu dítěti pomoci.

Zaměřte se také na svoje vlastní emoce, snažte se chovat klidně a láskyplně, ukažte dítěti, že je vše v pořádku, usmívejte se. Když už potřebujete školku opustit, vysvětlíte dítěti, na jak dlouho a proč musíte jít např. do práce, domluvíte se s ním, za jak dlouho se vrátíte a tuto dohodu vždy dodržíte. Buďte důslední! Když si dítě opakovaným pláčem zajistí vaši pozornost a zdrží vás ve školce výrazně déle, budou vaše odchody stále komplikovanější. Toto období je pro každého rodiče



náročný (někdy i více než pro samotné dítě), je normální, že se na začátku tohoto procesu budete cítit smutně nebo provinile. Netrapte se, situace se brzy zklidní. Důležité je, jak se dítě chová a cítí, když si ho přijmete vyzvednout. Je veselý, hraje si s ostatními, soustředí se na nějakou činnost tak, že si skoro ani nevšimne vašeho příchodu? Pak je vše na dobré cestě!

Jestliže dítě stále pláče, i když už uplynula běžná adaptační doba, je pravděpodobné, že ho něco dlouhodobě trápí. Zeptejte se ho, proč do školky nechce, co se mu na ní nelíbí, nebo jestli mu tam někdo ubližuje. Konzultujte tuto situaci s učitelem. U cizinců může jít například o jazykovou bariéru, může ho stresovat, že mu učitelé a kamarádi nerozumí, nebo že ono samo nerozumí jim. Pokud to školka umožňuje, přihlaste své dítě na vhodné kurzy českého jazyka. V tomto věku se velmi rychle učí a každý úspěch ho bude motivovat k dalšímu snažení.

...moje dítě v mateřské škole nezvládá činnosti, které doma zvládá?

Změna prostředí a přítomnost nových lidí je náročná i pro dospělého, natož pak pro dítě. Nezvládání činností, které už doma bez problémů ovládá, může být důsledkem stresu a pocitu nejistoty. Je toho opravdu hodně, co se musí dítě ve školce naučit, čemu se musí přizpůsobit. Je proto dobré, když při příchodu do nové školky řeknete učitelce, co vše



vaše dítě v domácím prostředí umí, nebo s čím má naopak problémy. Učitel pak ví, co od dítěte může vyžadovat a co je potřeba ho teprve naučit. Velkou motivací je pro dítě pozorování ostatních kamarádů ze třídy a snaha je napodobovat.

V adaptačním období může docházet k různým „nehodám“ (např. dítě si nestihne včas dojít na toaletu). Za tyto počáteční potíže děti nestestejte, ale vysvětlete jim, jak se mají zachovat, až budou příště v podobné situaci. Učitelé jsou na tyto situace zvyklí, nemusíte se bát, že to bude mít pro dítě nějaké negativní důsledky. Vysvětlete dítěti, že se nemusí bát oslovit učitele, řekněte mu, jak se má zachovat, až se příště ocitne v podobné situaci.

...moje dítě nechce v mateřské škole jíst?

Některé děti ve školce odmítají jíst svačiny či obědy. Obzvláště u dětí pocházejících z odlišných kultur je toto poměrně časté. Česká strava a české chutě pro ně mohou být nezvyklé, potřebují trochu času, aby si na ně zvykly. Často ale i české děti nechtějí jíst, odmítají i jídla, která doma bez problémů jí. Může to být způsobeno obavou z nového prostředí, nedůvěrou k „cizímu“ jídlu, nebo také steskem po rodičích. Učitelé by nikdy neměli dítě do jídla nutit, mohou ho ale pozitivně motivovat a pomáhat mu překonat blok, který si vytvořilo. Domluvte se s nimi, jak budete společně postupovat. Rádi vám poskytnou své užitečné rady, vycházející z bohatých zkušeností.

...moje dítě nechce po obědě spát?

V tomto případě je potřeba postupovat stejně jako u jídla – hlavně dítě do ničeho nenutit za každou cenu. Vysvětlete dítěti, že nemusí nutně spát, když není unavené. Může jen odpočívat, třeba poslouchat pohádku, kterou čte paní učitelka, nebo si prohlížet obrázkovou knížku. Hlavní je, aby nerušilo ostatní děti při spánku. Může chvíli trvat, než si na tuto součást pravidelného režimu školky zvykne, pokud je z domova zvyklé na něco jiného. Dejte mu čas na to, aby se to naučilo.

Nejsem si jistý/á, jestli situaci zvládnou vyřešit, potřebuji pomoci s překladem

Řešíte pro vás novou nebo komplikovanou situaci a nejste si jisti, jak vše zvládnete? Obáváte se, že při jejím řešení nezvládnete dostatečně komunikovat v českém jazyce? Rádi Vám pomůžeme s překladem, doprovodíme Vás do školy, vyhledáme potřebné informace či odbornou pomoc.

Kontakty

Centrum pro integraci cizinců | www.cicpraha.org

Meta, o.p.s. | www.meta-ops.cz

InBáze, z.s. | www.inbaze.cz

www.metropolevsech.eu | www.rodinaprorodiny.cz

