

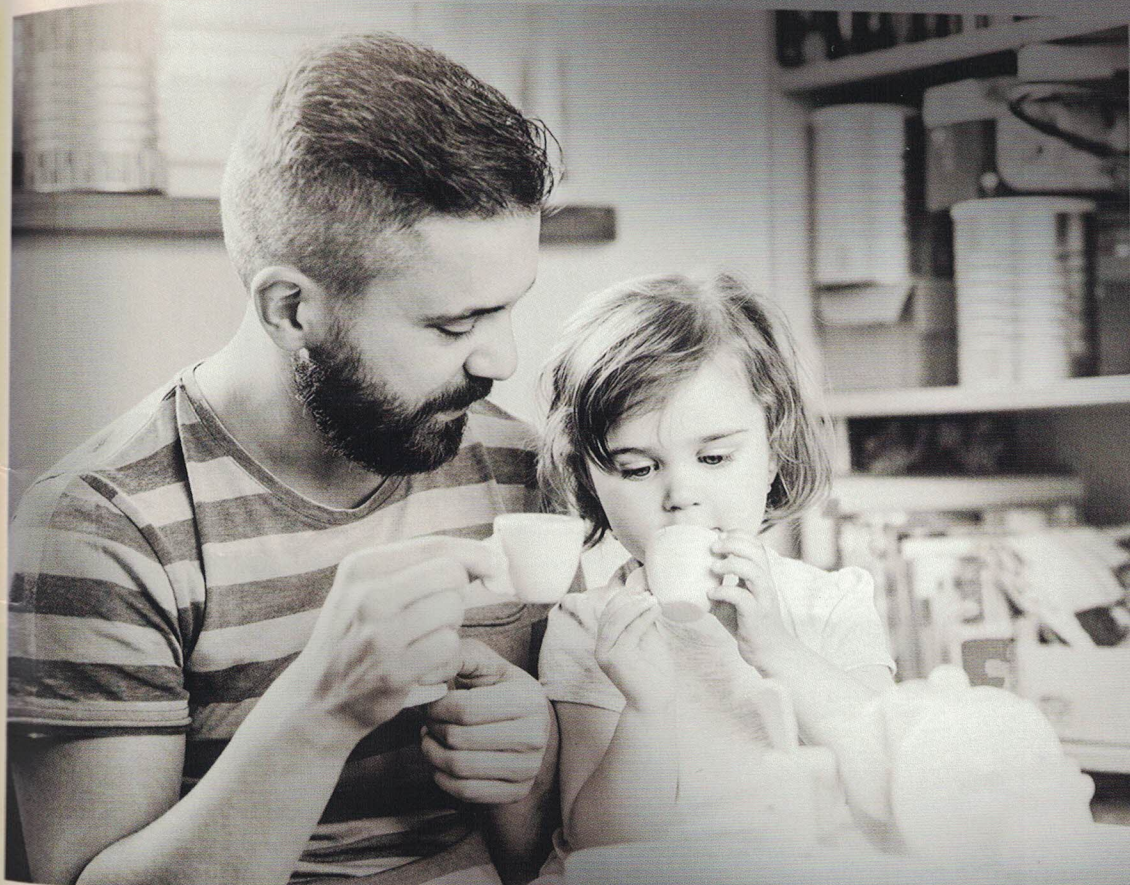
PRVNÍ DEN VE ŠKOLCE



**... a dva miliony let
evoluce, které mu
předcházely...**

Když mám ráno trochu času, chodím do školky hrát dětem písničky na klavír, a tak každý rok pozoruji první den dětí ve školce. Plačící děti, zoufalí rodiče a znova a znova se opakující stejné zbytečné chyby. Zbytečné chyby proto, že při troše pochopení a snahy se jich můžeme vyvarovat.

Jeroným Klimeš



„Měl jste pravdu. Já jsem to podcenila. Myslela jsem, že dám Jeníka do školky, pak půjdu do školy se starší dcerou. Jeník se mě ale nechtěl pustit, tak jsem se od něho utrhla, protože jsem už prostě musela jít. Říkala jsem si, že to chvíli vydrží. Šla jsem s dcerou ke škole, ale pak jsem se hned vrátila za Jeníkem. No, ale on mezitím málem zbořil školku a od té doby je skoro každý den půlhodinová scéna před dveřmi do třídy. Pane doktore, co máme dělat?“ To je běžný dotaz nešťastné matky. Ano, všechno to bylo z její strany logické a pochopitelné, ale výsledné trauma a problémy jsou také pochopitelné. To je opravdu situace „babo, rad“. Zpětně se už těžko řeší,

a právě proto se vyplácí před příchodem dětí do školky prevence.

TROCHU EVOLUČNÍ BIOLOGIE

Jak ví každý, kdo kdy viděl alespoň jeden dokumentární film z divočiny, oproti jiným mláďatům se děti rodí velmi nevyvinuté, skoro bychom mohli říci nedonošené... Zbytek těhotenství tak jakoby dobíhá po porodu. To vyžaduje od matek enormní investici do péče, a proto není divu, že jen mezi matkou a dítětem vzniká tzv. dyadická vazba - vazba jednoho dítěte k jedné matce.

KDYŽ DOSPĚLÍ DĚLAJÍ PROBLÉMY

Učitelky ze „staré školy“ z dob socialismu někdy nechtějí, aby rodiče vůbec vstoupili do třídy. Pokud s nimi přes veškerou snahu není rozumná řeč a pořád tvrdí „dejte nám to plačící dítě a my si s ním už poradíme“, zvažte, jestli takovým lidem chcete svěřit své dítě k výchově.

Jindy zase rodiče ignorují informace učitelek, že dítě přechod špatně snáší, a se školkou nespolupracují. Argumentují: „Vy jste profesionálové, tak si s dítětem poradte.“ V takovém případě by ředitelka školky měla informovat OSPOD, že dítě je traumatizováno předáváním ve školce a že rodiče nereflktují na upozornění školky.

Někteří rodiče si myslí, že odkladem školky o rok snad jejich dítě o něco přijde. Jenže tři roky jsou dolní hranice vhodnosti pro školku a mnohé z dětí ani v tomto věku nebudou na školku připraveny. Rychlost psychického vývoje jen volně souvisí s inteligencí a s IQ, které bude dítě mít, až jednou dospěje. Řečeno polopatisticky – fakt, že dítě ve třech letech není na školku zralé, neznamená, že to bude v dospělosti blběček nebo že bude ve škole propadat.

Kvůli této vazbě a ještě nevyvinutému sociálnímu myšlení jsou pro děti do tří let kolektivní zařízení (jesle) nevhodná a výrok, že domovy důchodců jsou pomstou za jesle, je zcela pravdivý. Děti totiž až do školkového věku, tzn. přibližně do tří let, prakticky nejsou schopny navazovat kolektivní vztahy.

Každý, kdo chce pochopit psychiku dítěte, musí znát fáze separační reakce. To je reakce dítěte, když je odtrženo od matky. Klasický průběh byl popsán v nemocnicích, kam přichází matka s dítětem. Lékaři konstatují, že dítě musí v nemocnici zůstat. Následuje sedm fází:

- Dítě je od matky odebráno víceméně násilím.
- Silně emocionálně reaguje, úzkost, pláč, stres.
- Unavené a vyčerpané dítě upadá do apatie, rezignace či deprese. Nereaguje na ostatní lidi, nehraje si s jinými dětmi (reaktivní deprese).
- Postupem času dítě začíná akceptovat ostatní dospělé a začíná si vytvářet nové vztahy k sestřičkám a jiným dospělým jako k náhradním rodičovským postavám (přesouvá dyadickou vazbu).
- Pokud se v této chvíli matka vrátí, dítě ji poznává, ale ignoruje.
- Pak vůči ní vyjádří agresi či hněv.
- Nakonec ji přijme, pevně k ní přilne, a tak se znovu obnoví strach z opuštění.

Právě školka je bohužel místo, kde vidáváme separační reakci v přímo ukázkové podobě. My dospělí to tak samozřejmě nechápeme, ale dítě v té chvíli psychicky prochází osiřením. Ono neprožívá dočasné odloučení -

tedy to, že matka zase za čtyři hodiny přijde. Ono prožívá, že o ni definitivně přišlo. Separální reakce má navíc stejnou nepříjemnou vlastnost jako migréna či panická ataka – jakmile se rozjede, nemůže ji třetí osoba ani zastavit, ani přeměřovat na někoho jiného. Prostě musí proběhnout celá. Proto při ní platí stejná doporučení jako při migréně či panické atace: nejlepší způsob, jak se zbavit separační reakce (panické ataky či migrény), je nedostat ji.

PŘÍKLAD CELOŽIVOTNÍCH NÁSLEDKŮ

Se separační reakcí ve školce není radno si zahrávat či ji bagatelizovat. Jednou za mnou přišel rozpadající se pár, který měl problémy s extrémní žárlivostí muže. Ten popisoval, jak to u něj chodí. Žena odejde. On je hodinu či dvě v klidu a najednou pocítí, že to na něj jde. Napřed není schopen myslet na nic než si přehrávat fantazie – kde je žena a co s kým dělá. Tyto fantazie to ještě zhorší, takže popadne telefon a začíná freneticky znovu a znovu vytáčet její číslo, při tom se sprostě hádá s její fantazijní postavou a nadává jí do k**ev. Když se jí nedovolá, tak se za pár hodin zcela vyčerpá a upadne do apatie, kdy má pocit, že je mu žena zcela ukradená. Jenže když se žena vrátí, vzkypl v něm opět vztek, že ani nezvedla telefon. Při troše cviku v takových líčeních jasně uvidíte fáze separační reakce od a) do g). Nasnadě byla otázka: „Jak jste jako dítě fungoval ve školce?“ Pán začne vzpomínat, jak každý den nastala šílená scéna, kdy ho matka strčila



za dveře, zabouchla a utekla, zatímco jeho držely učitelky. Z oběti se dnes stává agresorem - manipulujícím žárlivcem a stalkerem.

KDYŽ SE TO NEPOVEDE...

U citově labilních dětí s traumatem špatného předání první den je třeba dělat rozhodnutí: Je dítě vůbec zralé na školku? Nemělo by mít rok odklad? Když se rodiče přesto rozhodnou dítě ve školce nechat, čeká je náročný proces. Je vhodné hodinu ve školce s dítětem pobýt, dokud neopadne vlna stresu, který v dítěti opakovaně vyvolává pohled na práh školky. Dítě se nesmí předávat na tom místě, kde původně vzniklo trauma, tzn. přede dveřmi třídy. Kvůli separační reakci se dítěti rozdělil souvislý svět na dvě části: dobrý a bezpečný domov versus strašlivě zlá školka, která začíná za tímto prahem.

Toto prostorové rozdělení světa i tuto čáru je třeba rozvolnit tím, že přes tuto čáru rodiče často chodí. Přesto budete zřejmě překvapeni sveřepou trvanlivostí těchto traumatických vzpomínek. Na začátku roku stačilo udělat překryv dvakrát, třikrát, ale nyní se musí udělat třeba třicetkrát, aby podmíněná reakce na práh dveří trochu vyhasla. »»

Rozšířenou verzi textu si můžete přečíst na <http://skolka.klimes.us>.

PhDr. Jeroným Klimeš, Ph.D., psycholog.
Zabývá se psychologií rodiny a partnerskými vztahy.

Tipy pro přechod dítěte do školky

Rodiče by měli být schopni odhadnout ze svých zkušeností s dítětem, jak asi bude snášet první den ve školce.

Pokud přechod na jiné autority obecně snáší špatně, musíme se připravit na delší proces.

Pokud rodiče tuší problém, je dobré naplánovat vstup do školky na jiné dny než je prvního září, kdy navíc jdou do školy starší sourozenci. Je bláhové počítat s tím, že hned první den bude dítě schopné ve školce zůstat. Na vstup dítěte do školky si naplánujte odhadem až tři dny, kdy vás mohou v práci postrádat.

Chcete-li mít klidné předání, **mějte dítě pořádně vyspané** (alespoň 10 hodin).

Není dobré, abyste se právě před nástupem do školky vrátili z vyčerpávající dovolené. To bude dítě rádo, že je doma. Naopak je dobré, když se dítě doma tři dny před nástupem nudí, ocení pak nové podněty ve školce.

První den ve školce je dobré koncipovat jako delší návštěvu, kdy matka dítě neopustí.

Verbální příprava doma je málo účinná. Důležité informace stejně potečou především nonverbálním kanálem až ve

školce. I méně chytré dítě totiž pochopí, že pobídka „ve školce se ti bude hrozně líbit a budeš tam mít strašně moc kamarádů“ je spíš věta „nepravdivá“ a v podstatě znamená, že se ho chce matka zbavit.

O něco účinnější přípravu dítěte na školku představuje **vyprávění rodinných příběhů:** „Když jsem já chodil do školky, vzpomínám si, že jsme tam měli takové dřevěné auto s volantem...“ Takové vyprávění navozuje v dítěti očekávání, jaké asi kuriózní auto bude v té divné školce, do jaké chodil i táta.

Nejlépe předává dítě „nudící se“ matka. Například matka si ve školce sedne ke stolu a čte si knihu. Dítě říká: „Pojď si hrát.“ Tak ano, jednou dvakrát mu postaví z kostek domeček, ale pak řekne, že už ji to nebaví, že si bude číst či povídat s jinými ženami, ať si dítě hraje samo s jinými dětmi. Pro dítě, které se vedle mámy k smrti nudí, je pak školka zdrojem zajímavých podnětů.

Samotné loučení by se nemělo moc protahovat. Je chybou, když se zvrhne v přetahovačku u dveří, kdy dítě visí matce na noze. Raději si jděte s dítětem na čtvrt hodiny hrát, a když vidíte, že se už zapojilo, tak loučící proces znova zopakujte.