

NÁSTUP DÍTĚTE DO ŠKOLY JAKO VÝZNAMNÝ VÝVOJOVÝ MEZNÍK

LENKA ŠULOVÁ

Text se věnuje přechodu předškolního dítěte do školy. Poskytuje základní informace o charakteristikách psychického vývoje předškolního a školního období. Popisuje adaptaci dítěte na školu a jeho případné adaptační obtíže. Pozornost věnuje strachu dítěte před nástupem do školy a v prvním období školní docházky. Naznačuje možnosti přípravy dítěte na školní docházku z hlediska jeho dlouhodobé i krátkodobější přípravy. Poskytuje podněty k zamyšlení pro učitele i rodiče, jak proces nástupu dítěte do školy co nejvíce usnadnit a harmonizovat.

Klíčová slova: nástup do školy; adaptační obtíže; příprava na školu; strach dítěte

Úvod

Nástup dítěte do školy lze vnímat jako významný vývojový mezník jeho psychosociálního vývoje. Mění se také tělesné proporce dítěte, odolnost organismu vůči infekčním nemocem, významných změn dosahuje osifikace kostry.

Počátek školní docházky je ze strany rodičů často očekáván s jistou nervozitou, protože se obávají, jak jejich dítě ve škole uspěje. S tím samozřejmě souvisí to, co mohou rodiče a učitelé udělat ku prospěchu dítěte, aby se rozvíjelo skutečně harmonicky ve světě, který ho obklopuje, aby se rozvíjelo přiměřeně svému věku, zralosti, mentální kapacitě, možnostem. Domnívám se, že naučit dítě být zvědavé, s radostí objevovat nové poznatky, postupně se „zmocňovat“ světa, který ho obklopuje, je dlouhodobý proces a dlouhodobý úkol vychovatelů. Jedním z významných mezníků tohoto procesu je nástup dítěte do školy, jehož součástí je pomoc a podpora ze strany rodičů a učitelů, či součinnost rodičů a učitelů v rámci tohoto procesu. To, zda se jim to podaří a jakým způsobem, dítě dosti zásadně ovlivní pro život.

Lze říci, že je proces zrání kognitivních struktur v období nástupu do školy velmi individuální a každá rodina, která je základním formujícím prostředím, připraví svému dítěti jedinečné vývojové podmínky.

Před nástupem do školy, je myšlení dítěte vázáno na to, co konkrétně nazírá a tedy s čím si hraje, koho vidí, s čím manipuluje a jak bohatá a členitá je jeho herní činnost a jak podnětné je jeho předmětné a personální prostředí, ve kterém žije. Po nástupu do školy už dochází k přesunu této reálné aktivity a činnosti do mysli a tedy dítě se postupnými kroky v prvních letech školní docházky propracovává k tomu, že reálný svět dokáže

zvnitřňovat, až postoupí cca ve 12 letech k abstraktnímu myšlení (Piaget, Inhelder, 1967; Piaget, 1999).

Snaha aktivně se zmocňovat světa, který dítě obklopuje, prostřednictvím hry a nepřetržitě aktivity, velmi ovlivňuje také socioemocionální vývoj dítěte tohoto věku.

V předškolním období dítě potřebuje konkrétní partnery do hry a vyžaduje ověřování svých zkušeností v rámci vrstevnické skupiny. Svět, jenž ho obklopuje, si převádí do reality svého světa a doplňuje zkušenostmi s dětmi různého věku a s dospělými i mimo rodinu. Pokud je to, co ho obklopuje pro něho příliš nesrozumitelné, pomáhá si dětskou konfabulací, neboli si vymýšlí. Je to doba, kdy prozkoumává vše, tedy i samo sebe, své tělo, společenská pravidla. Prověřuje sociální normy, které mu jsou předávány v životní realitě, zkouší různé sociální role. Aby bylo takto aktivní, potřebuje stabilní a čitelné rodinné zázemí.

V době školní už je dítě schopné doplňovat si své představy o světě nikoliv jen konkrétními aktivitami, ale více distálně, tedy přes poznatky, symboly, prostřednictvím myšlenkových operací. Mladší školní věk je doba tzv. naivního realismu, kdy si dítě rádo tvoří systémy, které jsou pro něho srozumitelné. Pomáhají mu při tom jeho sběratelské aktivity, přehledové encyklopedické systémy školních poznatků, řád a pořádek v prostoru, v denním programu (Šulová, 2003; 2010).

Z tohoto hlediska přichází nástup do školy právě včas a je štěstím, když se dítě v první třídě setká s učitelem, který mu jeho stávající i nově získávané poznatky umí pomoci utřídit a pomůže mu získat vhled do procesu, jakým si lze nové poznatky opatřovat a zařazovat do smysluplné struktury. Taktéž lze považovat pro dítě za štěstí, když žije v čitelném a harmonickém rodinném prostředí, má oba rodiče, ví, že večer budou všichni doma, že mu někdo poradí s domácím úkolem.

Pro nástup do školy si společnost stanovila určitá kritéria, která by mělo dítě splňovat. Tato kritéria jsou často diskutována v souvislosti s pojmem školní zralost a je třeba zdůraznit, že je k nim v různých zemích přístupováno různě. Zralost je třeba vnímat v rovině fyziologické – zda je pro docházení do školy dostatečně fyzicky vyspělé, zdatné pro nošení školních potřeb, netrpí smyslovými či jinými handicap, v rovině sociální – zda je schopno opustit zázemí rodiny a trávit čas mimo ni, zda je schopné komunikovat s cizími dospělými, zda má základní sociální informace a znalosti (příkladně hygienické návyky...). V neposlední řadě je třeba sledovat zralost v rovině psychické, jež je důležitým předpokladem pro přirozené podávání školních výkonů a učení se. Sem patří napříkladně přechod od předoperačního myšlení k operačnímu, komunikační dovednosti, motivačně volní předpoklady pro školní výkony, pozornost, paměť, schopnost klást si otázky a trpělivost hledat na ně odpovědi (Šporclová, Šulová, 2014).

V současnosti se lze setkávat s určitým tlakem na děti už předškolního věku ve smyslu jejich přípravy na školu a na zajištění jejich následné školní úspěšnosti. Mnozí rodiče přenášejí vlastní úzkost z toho, že jejich dítě nebude ve škole úspěšné, na budoucího školáka a tak dítě už ve věku 3–6 let podstupuje mnoho předčasných kurzů a kroužků, které by mu, dle mínění rodičů, měly zajistit jakýsi „náskok“ před ostatními. V ČR lze nalézt i mnohé finančně náročné přípravné kurzy, které údajně připravují dítě přímo na školní docházku či školu jako takovou.

Snaha zrychlovat či „optimalizovat“ vývoj dítěte už zde byla v historii vícekrát. Domnívám se však, že vždy nakonec zvítězil respekt před přirozeným vývojem a zráním jedince. Snahy o zrychlování vývoje dítěte, či podnětové „obohacování“ prostředí, ve kterém žije, mají občas i opačný následek, jímž může být přetížení dítěte, vývojové

opoždování, psychosomatické obtíže, ztráta přirozené zvědavosti, ztráta smysluplnosti světa, zvýšená míra neuroticismu, deprese.

Domnívám se, že období předškolního věku by mělo být co nejvíce ponecháno přirozenému vývoji, spontánní hře a spontánním projevům dítěte. Děťství by nemělo být zbytečně zkracováno ambicemi a strachem rodičů, pokud není třeba skutečně reparovat nějaké objektivní vývojové problémy dítěte. Předškolní období je pro vývoj dítěte významné právě tím, že je mu ponechána určitá volnost. Touto relativní volností a autonomií se učí postupně rozhodovat o svém volném čase, volit si herní aktivity, má možnost prvně zkoušet významné sociální projevy, jako je asertivita, spolupráce, či soutěžení s vrstevníky, které si samo vybírá. V jeho samostatném chování se formuje schopnost autoregulace. Přílišné strukturování volného času předškoláků rodiči je z tohoto hlediska spíše kontra-produktivní (Šulová, 2003, 2010).

Změny, se kterými se dítě musí vyrovnat v souvislosti s nástupem do školy

Dítě má náhle strukturovaný čas, do kterého nemůže volně zasahovat. K tomu dochází u některých dětí už v předškolním věku a to především u těch, kde jsou rodiče příliš ambiciózní a už v předškolním věku dítěti naplánují různé organizované aktivity.

Dítě musí být po nástupu do školy schopno oddálit bezprostřední uspokojování svých potřeb. Nemůže jít, kdy by chtělo, nemůže odejít z místnosti a jít se na něco podívat, nemůže spát na lavici, i když ho výklad vůbec nezajímá.

Dále dítě může dosti nelibě nést, že je hodnoceno na základě výkonu, který podává a nikoliv zcela bez příčinění, jako tomu bylo dříve. Z dítěte, které bylo většinou milováno a hýčkáno se stává ze dne na den dítětem, od kterého je něco očekáváno a dle toho je hodnoceno.

Dalším zlomovým okamžikem je přechod od centrace na sebe sama k decentraci. Sice ve většině rodin, k tomuto dochází postupně, když je dítě mezi ostatními dětmi, mezi sourozenci, v různých prostředích mimo rodinu, ale povětšinou je dosud silně centrováno na sebe, když vstupuje do školy. Tam zažije v plném slova smyslu posun. Musí plně vnímat názory ostatních, musí se s nimi poměřovat, musí se hodnotit vzhledem k nejlepšímu a nejhoršímu dětem ve třídě. Je to velmi obtížné zvláště pro ty, kteří nastupují do školy přímo z rodiny bez mezičasu v předškolním zařízení.

Novinkou pro dítě ve škole je také nutnost koexistovat i s dětmi, které nemá rádo a které jsou vůči němu nepřátelské. Dokonce s nimi občas musí sdílet i intimní prostor společné lavice. Další, ne vždy pozitivní novinkou pro začínajícího školáka, je nutnost podřídit se cizí a ne vždy jen přátelské a srozumitelné dospělé autoritě. Dítě se také musí vyrovnávat se zcela novými modely chování příkladně s příliš hlasitou řečí, s fyzickým násilím ze strany vrstevníků, s jinými tresty, než na jaké je zvyklé ze své rodiny, s jiným řešením problémových situací apod. To je častoou příčinou náhlé nechuti, pokračovat ve školní docházce, která se může objevit. Rodiče následně nechápu. „*Vždyť se do školy tak těšil, proč se jí teď bojí, proč už tam nechce chodit...*“

Dítě je velmi často zaskočeno tím, že do školy musí chodit stále, že to není jen objevení nového a následný přechod zase k jiné novince, jak tomu bylo dosud. Rodiče občas od prvňáka slyší, že už ve škole byl a zítra už tam nepůjde.

Pro dítě je významným zjištěním, že mu rodiče v něčem nedokáží pomoci. Nemám v tomto případě na mysli jejich úroveň při pomoci s domácí přípravou na školu, ale mám na mysli to, že rodiče ho posílají do školy i nadále, i když se mu tam nelíbí, i když se bojí spolužáků, i když nemá rádo pana učitele, i když tvrdí (ve snaze uniknout z tíživé situace), že je nemocné. Pro dítě je to určitý druh zklamání, že rodiče mu nepomohou, že ho neochrání přímou cestou, že mu „pouze“ radí, jak problém má řešit samo a věří, že se mu to podaří.

Také pro mnohé rodiče je právě tento proces velmi bolestný. Velmi by chtěli situaci vyřešit místo dítěte, ale bylo by dobré, kdyby si uvědomili, že právě neudělat to, je potřebná cesta k osamostatnění se jejich dítěte, že je to cesta správná, když se jejich dítě, byť někdy nepříjemně, učí být samo sebou, když se učí spoléhat se na sebe, nalézat své vlastní strategie řešení, nalézat své vnitřní rezervy, jak překonat náročnou životní situaci. Právě toto „otužování“, které už proběhlo v jiných podobách v předškolním období, je důležité pro další psychické zrání dítěte. Není tedy vhodné dítěti po nástupu do školy vše usnadňovat, ochraňovat ho před každým nepohodlím, řešit za něho i drobné problémy. Rodiče by příkladně měli velmi důkladně zvážit změnu školy či učitele, než se pro ni rozhodnou, protože je to řešení formou úniku ze složité situace a to není pro další vývoj dítěte příliš žádoucí strategie.

Domnívám se, že rodiče nejvíce pomohou svému dítěti po nástupu do školy, když jsou schopni přijmout ho bez dalších výhrad takové jaké je. Přijmout jeho reálné výkony s vědomím, že výkon není jeho jedinou hodnotou. Že jsou stejně významné i jeho povahové vlastnosti, manuální šikovnost, hudební talent, laskavost k mladšímu sourozenci, ochota pomáhat v rodině, sportovní výkony. Vědomí, že je dítě rodiči hodnoceno jen skrze školní výkony, skrze školní úspěšnost, může být dle mého soudu pro začínající školáky stejně stresující, jako přijetí změn denního režimu, které přináší školní docházka.

Lze říci, že nástupem do školy se mění život nejen dítěti, ale celá rodina se proměňuje. Mění se každodenní rytmus, mění se trávení volného času, mění se priority jejich jednotlivých členů. Dítě je okolím náhle více hodnoceno za výkon, za projevy, které dříve nebyly považovány za tak důležité – za samostatnost, kázeň, vytrvalost, soustředěnost, pečlivost, tvořivost, projevy autoregulace.

Ze své psychologické praxe vím, jak děti počátek školní docházky očekávají, jak ho prožívají, jak se na školu postupně adaptují. Domnívám se, že nástup do školy je pro mnoho z nich skutečnou změnou kvality jejich dosavadního života a je jistě naším zájmem, aby tato změna byla pozitivní. Zásadně k tomu může napomoci mnohem proaktivnější součinnost mezi třemi klíčovými aktéry, kterých se tento proces týká, tedy mezi učitelem (či školou obecně), rodiči (či rodinou obecně) a žákem samým. V některých zemích (příkladně v Kanadě) se právě této oblasti věnuje velká pozornost (Deslandes, 2014).

Příprava dítěte na školu

Přípravu dětí na školu lze chápat z mnoha hledisek. Naší prioritou je hledisko dítěte a jeho vývoje. V podstatě lze zdravý a harmonický vývoj dítěte chápat jako nejlepší přípravu na pozdější školní docházku. Přípravu dítěte na školu lze rozdělit na dlouhodobou, středně dobou a krátkodobou (Šulová, Havlíková, 2014).

Dlouhodobá příprava probíhá po celé předškolní období, aniž by to byla aktivita cílená. Významné jsou vztahy dítěte s rodiči, množství času, který spolu tráví, skutečná znalost dítěte ze strany rodičů. V této souvislosti můžeme zmínit mnoho významných vývojových procesů, například **rozvoj lokomotoriky** dítěte v prvním roce života a vytvoření základu vzájemného vztahu mezi rodiči a dítětem. Lze zmínit **přiměřenost podnětů**, kterých se dítěti dostává, mentální nastavení rodičů na dítě (zda ho skutečně vítají do svého života, zda na něho jsou mentálně nastaveni, jak se oni sami cítí jako rodiče). Významné je též **posilování autonomie** dítěte, respekt k jeho tvořící se osobnosti a k formování Já, **předávání žádoucích modelů** chování dítěti. V období batolecím je velmi důležité, jakým způsobem rodiče dítě vedou k autonomním projevům, což se výrazně projevuje například v náviku hygienických návyků.

Další významnou oblastí je rozvoj řeči a **kvalita komunikace v rodině**, vyprávění rodičů dítěti, společné čtení a vytvoření vztahu ke knize a novým poznatkům, pochopení kontinuity života a životních rolí nad rodinnými alby. Velmi důležité je posilování zájmů a zvědavosti dítěte společnými činnostmi s rodiči a možností observace rodičů při těchto činnostech. Za významné lze považovat celkové zajištění stabilního rodinného zázemí a prostředí s pozitivní atmosférou domova, kde je dítě opravdu slyšeno, kde je společný čas skutečným sdílením a ne jen společným sledováním TV.

V předškolním období (ve smyslu 3–6 let věku dítěte) je pak zcela nezastupitelný **kontakt dítěte s jinými dětmi**, možnost alespoň částečně samostatně rozhodovat o svých aktivitách, možnost být někdy samo. To jsou důležité předpoklady pro následný rozvoj samostatnosti a sebedůvěry.

V dětské skupině je jednou z nejdůležitějších okolností, které rozhodují o tom, jak bude dítě ve vrstevnické skupině přijato, přiměřená obratnost a zdatnost. Důsledky nedostatečné pohybové aktivity se celkově odráží ve vývoji dítěte (Fraňková, Pařízková, Malichová, 2013). Konkrétně ve vývoji řeči, schopnosti naučit se psát, ve vývoji pravolevé orientace, ve vývoji hrubé a jemné motoriky. V současné době narůstá skupina obézních dětí, které tráví většinu svého času bez přirozeného pohybu často v přemíře kontaktu s neživými médii.

Rodiče by měli mít na paměti, že **pohybová aktivita** musí korespondovat s věkem a schopnostmi dítěte. Je-li dítě pohybově nadané a hodně se sportu věnuje, měli by rodiče sledovat, aby nároky nepřekračovaly jeho fyzické možnosti a zároveň, aby se vývoj neubíral příliš jednostranně. Obratnost se nemusí získávat jen při sportu, ale i jakákoli práce splní tento účel. Pro dítě je potřebný dostatečný pohyb a střídání nejrůznějších aktivit tak, aby se svaly namáhaly přiměřeně a rovnoměrně, aby docházelo k přirozenému **rozvoji hrubé motoriky**.

Jemná motorika dítěte se týká zejména rukou a mluvidel. Vývoj velkých svalových skupin a jemné motoriky je velmi provázán a není tedy náhodou, že dítě obvykle řekne svá první slova tehdy, když začíná chodit.

Pro rozvoj jemné motoriky dítě zcela přirozeně využívá vše, co uchopuje, ale rodiče mohou ještě cíleně posilovat manipulaci s předměty, skládání, rozebírání nebo modelování. Také přirozené kresebné projevy, pokud dítě kreslí rádo, jsou vhodným prostředkem pro přípravu ruky na následné psaní. Při kreslení pozorujeme, jak dítě uchopuje tužku, a snažíme se využívat různé postupy kreslení. Dítě tak zapojuje různé svaly ruky (Kutálková, 2010).

Střednědobá příprava na školu začíná v době, kdy dítě už chápe základním způsobem co to škola je. Má sourozence, který tam chodí, ví, kde je nějaká škola v okolí, zná

pohádku, kde někdo chodí do školy. Má hračky, které se školou souvisí. Domnívám se, že toto období u většiny dětí nastává v době předškolního věku, tedy mezi 3–6 rokem věku dítěte. V této době záleží velmi na rodičích, jakou mentální reprezentaci školy pomohou dítěti vytvořit. Dítě pozitivně přijímá veškeré informace a je tedy jen v rukách rodičů, zda mu mezi hračkami nadělí školní tabuli s křídou, zda si s ním prohlížejí v obchodě penál s pery a řeknou mu s pozitivním příslibem „*to ti koupíme, až půjdeš do školy*“.

Tyto praktické záležitosti, které je vhodné řešit s předstihem (nákup školních pomůcek za účasti dítěte), je možné využít ve prospěch následné snazší adaptace dítěte na jeho novou roli školáka. Záleží na jednotlivých rodinách, jak se o škole mluví, jaké postoje vůči ní si dítě ještě před nástupem do školy utvoří. Jsou rodiny, kde je dítě školou pravidelně strašeno: „*Počkej, ty budeš stát pořád v koutě*“, „*Počkej, ty budeš nosit samé poznámky*“, „*Tohle si ve škole nebudeš moct dovolit*“. Nebo je mu škola dávana do negativních souvislostí: „*To už nebudeš moct být tak často u dědečka, to už budeš muset do školy*“, „*To už se nebudeš moct dívat ráno na pohádky, to budeš muset vstávat do školy*“.

Naopak jsou rodiny, kde se informacím o škole věnuje pozitivní prostor a vypráví se o kamarádech, které tam dítě potká, o školních výletech, o legracích při přestávkách. Takové děti mohou být potom i zklamány, že to je také práce, učení, úkoly... a nejen legrace. V této souvislosti by si rodiče měli uvědomit, že spoluvytváří postoj dítěte ke škole a snažit se ho vytvořit reálné a jako místo bezpečné, kde dítě vše dobře zvládne a které bude mít rádo. Je dobré školu předem dítěti ukázat, bavit se o škole před dítětem se staršími dětmi, promítnout mu filmy ze školního prostředí, vyprávět mu o vlastních pocitech při počátku školní docházky. Ukázat mu svoje školní fotografie.

I my dospělí se obáváme neznámého, to bychom měli dítěti pomoci překonat. Měli bychom mu v předstihu postupně vytvářet reálnou představu školy. V této souvislosti rodiče často zvažují zralost svého dítěte pro školu. To, jak je fyzicky vyspělé, jak ovládá řeč, zda není dosud příliš citově fixováno na nejbližší rodinu. Je velmi důležité, aby dítě do školy nastoupilo v pravý čas. Tedy ani později ani příliš brzy.

Za střednědobou přípravu na školu lze považovat i docházení do předškolní instituce u dětí, které celé předškolní období strávily jen v rodině. Dítěti se tím umožní setkat se s cizí autoritou, která však dosud spíše simuluje rodičovské chování. Také je dobré, když se dítě postupně naučí podřídít se nějakým základním kritériím, naučí se hospodařit s časem, základním principům poslušnosti. V předškolní instituci může získat větší empatii pro potřeby vrstevníků, postupně přijme to, že není středem světa jen ono, jak tomu v některých rodinách může být. Kontakt s vrstevníky a počátek poměřování se s nimi proběhne v době, když se ještě nejedná o skutečně měřitelný výkon, jako tomu bude ve škole. To je pro dítě nesporně výhodou.

Kontakt s vrstevníky, hry s nimi a poměřování se s nimi má vliv na mnoho oblastí vývoje dětské psychiky. Příkladně i na správné řešení nejjednodušších matematických operací, které je kromě jiného závislé na správném pochopení zadání. Před nástupem do školy je třeba tyto schopnosti posilovat a sledovat, zda je dítě schopno vnímat nutné slovní pokyny a zda dokáže rychle a přesně rozpoznat množství předmětů. Dítě by se mělo učit správně reagovat na výrazy jako například méně, více, a po jejichž osvojení nastoupí složitější výrazy jako je **plus**, **minus** a **rovná se**. Do matematiky řadíme i geometrii, a tudíž by dítě mělo rozlišovat základní geometrické tvary a tvary prostorové. Nejde však o to, aby je dítě dokázalo vyjmenovat, ale o to, aby je dokázalo od sebe odlišit. Právě pro

osvojení takových dovedností je ideální hra ve vrstevnické skupině, kde si dítě toto osvojuje nevědomě a trvale (Šulová, 2003; Kutálková, 2010). Režim předškolní instituce mu pomůže snáze se adaptovat na školní nároky.

Ukončení této etapy je pravděpodobně zápis dítěte do první třídy a průběh prvního setkání dítěte se skutečnou školou a skutečným učitelem.

Krátkodobá příprava na školu je vyladění konkrétní situace, kdy dítě do školy nastupuje. Není příkladně vhodné, když v té době odjede matka na služební cestu, když se rodiče zdrží na dovolené a dítě nastoupí do školy později než ostatní spolužáci, nebo když se vrátí z dovolené v noci těsně před nástupem do školy. Není také vhodné, když rodiče do poslední chvíle řeší to, do které školy dítě vlastně nastoupí. Nástup dítěte do školy je velmi důležitým mezníkem jak pro samotné dítě, tak pro celou rodinu.

Dítěti velmi pomůže, když je několik dnů před začátkem školního roku doma. Když si připraví školní potřeby a spolu s rodičem je kupuje, vybarvuje, když je rodič za jeho přítomnosti vyrábí. Ještě před prvním dnem ve škole by rodiče měli dítěti připravit vhodné místo pro jeho práci (Keller, Thewalt, 1986). Při tvoření místa pro učení dítěte je třeba mít na vědomí vyloučení pro dítě rušivých podnětů. Děti mohou být nepozorné při řešení úloh také proto, že nedokáží odtlomit rušivé podněty, které k němu přichází a jsou v dané chvíli nežádoucí a nadbytečné. Rodiče by měli dbát na tuto zásadu hlavně v případech roztěkaných dětí.

Je vhodné vytvořit místo tak, aby mělo dítě jistý komfort při řešení úloh, mělo svůj stůl otočený nejlépe ke zdi, byly odstraněny rušivé podněty i libé či nelibé zápachy (Matějček, 1999). Světlo by mělo dopadat u praváků zleva, u leváků zprava. Věci odvádějící pozornost, jako hračky nebo televizor, by neměly být v zorném poli dítěte (Keller, Thewalt, 1986). Pokud možno dítě by nemělo pracovat při puštěné televizi.

Je dobře, když dítě ví, které další známé děti do téže školy nastoupí, když ví, s kým bude konkrétně do školy chodit. Potřebuje informaci, že ho první týden budou vodit rodiče, ale potom, že bude chodit se staršími školáky z téhož domu a až se cestu naučí, bude už moci chodit samo. Je dobře, když si rodiče s dítětem o jeho starostech povídají, když dítě porozumí tomu, že do školy nebude chodit jen chvilku, ale že je to pro něho stejné, jako pro mámu a tátu chodit do práce.

Jak mohou rodiče usnadnit dítěti přípravu na školu?

- Začít s přípravou na roli školáka včas.
- Být se svým dítětem často a poskytovat mu přiměřené množství podnětů.
- Dát dítěti možnost být dostatek času ve společnosti jiných dětí.
- Vysvětlit dítěti přiměřenou formou ještě před zápisem do školy, co ho tam čeká.
- Nezastrašovat dítě školou.
- Zapojit dítě do nákupu školních pomůcek.
- Připravit spolu s ním jeho pracovní místo.
- Zavést režim dne podobný tomu školnímu několik týdnů před prvním dnem školy a to především pravidelnost spánku a pravidelnost ve stravování dítěte.
- Dbát na to, aby zápis a první školní dny proběhly klidně (doprovodit dítě, přijít včas, vytvořit si dostatek času, s dítětem si popovídat o tom, jak se cítilo apod.).

Strach dítěte ze školy při jeho nástupu do první třídy

Jsou děti, které se školy bojí. Reagují-li rodiče slovy „*Čeho se bojíš?*“, „*Nic se ti nemůže stát, neboj se?*“. Diví se, že to nepomáhá. Co je to vlastně strach?

Strach je nelibá emoce, nepříjemný prožitek s neurovegetativním doprovodem, zpravidla zblednutím, chvěním, zrychleným dýcháním, bušením srdce, zvýšením krevního tlaku a pohotovosti k obraně nebo útěku. Na rozdíl od úzkosti jde o normální reakci na skutečné nebezpečí.

Strach se vyvíjí s věkem, od jednoduchých úlekových reakcí kojence k reakcím na složitější situace, jaké představuje neznámé prostředí, nečekané smyslové podněty, odloučení od matky, od blízkých osob, ke strachu, vycházejícímu z vlastních zkušeností, či strachu vázanému na vlastní představitost. Náklonnost ke strachu souvisí s konstitučními vlastnostmi člověka a s jeho emocionální labilitou či stabilitou (Hartl, Hartlová, 2000).

Strach je přirozená a velmi důležitá emoce pro přežití. Každý se bojí něčeho jiného a je pravdou, že každý umí strach různě dobře překonávat. (*Určité sporty jsou příkladně založené především na překonávání vlastního strachu.*)

Bát se je přirozené a nutné. Strach souvisí s pudem sebezáchovy. Bojíme se něčeho, co je větší než my a víme, že při měření sil prohrájeme, bojíme se rychlejšího, než jsme sami, neboť tomu neutečeme – proto nám nahání hrůzu hbitá zvířata (myši, hadi), i když máme „velikostní“ převahu. Bojíme se nového, s čím zatím nemáme zkušenosti, bojíme se experimentovat v jídle (abychom se neotrávili), bojíme se výšek, hloubek, abychom se nezabili pádem, stísněných prostorů (abychom tam neuvízli). Většina strachů má své historické opodstatnění ve vývoji člověka, jako živočišného druhu. Je tedy v podstatě správné, že se dítě bojí. Je jen třeba postupně jeho strach korigovat.

Mnohé dítě se cítí znejistěno před nástupem do školy. Má strach. Strach je reakcí člověka na ohrožení, které přichází z vnějšku nebo tělesného nitra. Ohrožení může reálně existovat nebo existuje jen v představách. Strach dítěte ze školy může být zpočátku způsoben jeho představivostí, obavami z neznámého, následně ho mohou způsobovat spolužáci, učitelé i rodiče. Strach dítěte ze školy by rozhodně neměl být zlehčován, vysmíván. Rodič by měl naopak právě nyní poskytnout dítěti sociální oporu, kterou od něho dítě očekává. Měl by ho především dostatečně vnímat, pozorovat, povídat si s ním. Důležité informace, které dítě často ani neumí pojmenovat, empaticky „číst mezi řádky“. Někdy se dítě bojí jen nezvykle hlasité řeči učitele nebo mu školu „zoškliví“ nešetrné chování nového spolužáka, se kterým se nikdy dříve nesetkal.

Dítě může dostat strach ze školy náhle, bez jakýchkoli předchozích obtíží. Strach může velmi rychle zmizet, avšak může se vrátit a setrvat.

Důležité je spolupracovat s jeho učitelem tak, abychom o dítěti získávali co nejvíce informací. Často mohou hrát roli i zdánlivě nevýznamné věci, jako je přílišný ranní spěch. Aby se dítě do školy těšilo, měli by ho rodiče nechat jít ráno do školy klidně a bez stresu. Je lépe nechat dítě nachystat si věci do školy den předem tak, aby ráno nedocházelo k zátěžovým situacím (Keller, Thewalt, 1986).

Proč se děti bojí ve škole?

Školní instituce je prostředím nové, neznámé a dítě tedy neví, s čím má počítat, co mu to vlastně do života přinese „chodit do školy“, jaké to budou dny, kdo v té škole bude, koho tam potká? Proto jsou tak rády, když s nimi „do školy“ začíná chodit někdo, koho znají, třeba holčička ze sousedství. Učitelky dobře vědí, že obecně se děti zpočátku své docházky projevují jako více ustrašené, utíkající se k obranné reakci, k izolaci či snaze odejít nebo i k agresi (kopání, štípání), k pláči.

Když jdou do školy, musí opustit něco jistého, stabilního a většinou i emocionálně zabarveného – domov, maminku, hračky, teplý pelíšek a to vše pro něco neznámého, co jim může nahánět strach.

Ve škole může být spousta věcí pro ně nesrozumitelná a nejasná, protože doma to zatím bylo jinak. Setkávají se tam s jinými modely chování jak u učitelů, tak i u dětí. Pro některé děti to mohou být projevy budící strach.

Mají třeba zkušenost, že když dospělý křičí, je to v hádce, která může přerůst v tělesné násilí. Ve škole učitelka zakřičí, aby překřičela mluvící děti, ale jedno z dětí se rozpláče, protože má strach a očekává situaci, na kterou je z domova zvyklé.

Některé děti se bojí něčeho zcela konkrétního, co je pro ně nové a když jim učitelé dopřejí čas a prostor, dozví se to. Velmi vhodným způsobem pro zjišťování, čeho se dítě bojí, jsou příkladně projektivní hry, rolové hry, hry s maňásky. Bojí se třeba takové banality, jakou je had v kádince s lihem, vystavený na chodbě školy.

Někdy se dítě vzhledem ke své fantazii a kreativitě začne bát i díky zcela nevinné poznámce dospělých. Někdy děti mají z někoho strach jen proto, že jim připomíná postavu někoho zlého ve filmu či na obrázku v knížce. Často je to spojeno s poťouchlým podněcováním takovýcho „fantazii“, sourozencem, starším spolužákem nebo „hodným strýčkem“, kteří to ani nemusí myslet zle.

Jejich představy jsou leckdy utvrzovány něčím pro dospělého zcela nepochopitelným – zlatý zub, deformace prstu, či jiné zdánlivé detaily vizáže. Dítě se může bát ve skupině vrstevníků, protože mu zatím chybí zkušenost s ní.

Školák může přikládat nepřátelským projevům dětí s jinými modely chování z jejich vlastních rodin jiný význam. Zvýšená asertivita či agresivita při soutěžení může citlivější dítě zcela ochromit. Svůj strach potom rozšíří z jednoho vztahu či nepřiměřeného chování na všechny děti a celou školu. Přestane se mu v ní líbit, přestane si být jisté samo sebou. Někdy dítě začne chtít, aby někdo z rodiny chodil do školy s ním.

Některé děti obtížně přijímají cizí autoritu. Dosud pro ně byla autoritou jen dvojice rodičů či nejbližší rodiny a náhle mají přijmout rozhodování cizí osoby. Znejišťuje je to, neumějí se s tím vypořádat, vzbuzuje to u nich strach, cítí se bez opory rodičů příliš zranitelné, bezbranné.

Vyrovnaní se se strachem dítěte, chce především trpělivost a čas a také schopnost s ním o jeho pocitech komunikovat. Rodič musí nejen poznat, že se dítě bojí, ale musí být také schopen zjistit, čeho se dítě bojí a pomoci mu strach překonat (Šulová, Tomanová, 2014).

Adaptace na školu na počátku školní docházky

Velmi důležitý pro následnou adaptaci na školu je již první školní den, který by dítě nemělo promeškat. Je to chvíle, kdy se ke slovu dostává skupinová dynamika a již několik dnů po zahájení školy se vytvoří určitá skupinová struktura, do které později přichází dítě může obtížněji zapadnout. První školní den je symbolickým začátkem nového životního stylu a měl by být tak vnímán jak rodiči, tak především dítětem. Měl by to být příjemný a slavnostní den, který dítě pozitivně naladí a posílí jeho předchozí kladná očekávání. Dítěti velmi pomáhá, pokud ho doprovázejí rodiče. Učitelé tento den vytvářejí odlehčenou a slavnostní atmosféru ve třídě. Rodiče často během prvního dne obdrží od učitelů podrobnější informace o školním režimu a o tom, jak budou probíhat následující dny.

Změny režimu přicházející s počátkem školní docházky jsou pro dítě náročné i **fyzicky**. Dítě se musí soustředit delší dobu, než bylo zvyklé, několik hodin je po něm vyžadováno, aby sedělo více méně v klidu, plnilo zadané úkoly, ovládalo se, aby svou práci přizpůsobovalo společným instrukcím a tempu. Pedagogové by si toho měli být vědomi. Vyučovací doba bývá krátká, učitel by se měl snažit často střídát činnosti. Pokud je to potřeba, měl by udělat přestávky i během vyučovací hodiny, aby se děti mohly uvolnit a protáhnout. I přes ohleduplný přístup učitele, jsou některé děti po škole velmi unavené. Na to by měli myslet naopak jejich rodiče a zavést **pravidelný režim dne také odpoledne**. Odpolední režim by měl mít stanovenou dobu, kdy dítě tráví volný čas a kdy se věnuje školním záležitostem (chystání tašky do školy, domácí příprava). Vzhledem k únavě dětí po škole, je dobré je nechat po návratu odpočinout činnostmi, které je baví, které jsou neřízené a v nichž se dítě může spontánně projevovat. Nejčastěji se jedná o volnou hru, pobyt na čerstvém vzduchu. Teprve následně by se dítě v pravidelnou dobu mělo zabývat chystáním tašky, domácí přípravou (Klégrová, 2003). Odpočinkem je jiná činnost, než jaká byla ve škole. Tedy odpočinkem může být i pomoc při vaření a v domácnosti, nebo práce na zahradě.

Dítěti v adaptaci na školu velmi pomáhá, pokud mu s povinnostmi přibudou také nějaké odměny, třeba to, že může o určitých věcech rozhodovat samostatně, že může chodit později spát, že může chodit samo a bez dozoru ven, že začne mít nějaké své malé kapesné.

Učitelé i rodiče by měli dítěti dopřát pocit, že v něčem velmi uspělo. Měli by ho chválit za vše, co se mu povede, i když je to zdánlivě méně důležité. (*Přistihni dítě, když dělá něco dobře a pochval ho.*) Pokud se dítěti něco nedaří, podpořit ho a dát mu na vědomí, že ne každý je ve všem úspěšný. Velmi pomáhá, když dítě slyší o neúspěchu svých rodičů ve škole, když oni byli v první třídě.

To co dítěti nejde, je dobré procvičovat společně, nebo mu tuto činnost nějak zpříjemnit odměnou, novým přístupem, novou pomůckou. Dítě se lépe adaptuje na školu, pokud pochopí na konkrétních příkladech či ukázkách, k čemu všemu je škola užitečná. *V některých zemích (Kanada, Holandsko) v této souvislosti mnohem více využívají různá muzea, sbírky, či přímo pro děti vytvořená modelová pracoviště, kde si mohou názorně uvědomovat využitelnost znalostí.*

Jak již bylo uvedeno, v první třídě se dítě setkává s novým kolektivem vrstevníků. Některé sice může již znát, ale jistě přibude spousta dalších neznámých dětí. Navíc se mění prostředí a situace setkávání, takže se může změnit i chování spolužáků, které dítě zná. V adaptaci na tuto situaci velmi záleží na samotné osobnosti dítěte. Dobrému zvládnutí situace může výrazně pomoci učitel, pokud věnuje pozornost tvoření třídního

kolektivu a celkové atmosféře ve třídě. Nápomocní mohou být také rodiče, pokud umožní dítěti trávit čas se spolužáky i po vyučování. Pomoci mohou také nějaké mimoškolní aktivity, kde se děti vzájemně lépe poznají.

Někdy se dítě může obtížněji přizpůsobovat autoritě učitele. Někdy i na základě zcela neutrálního upozornění ze strany učitele se může dítě domnívat, že jej učitel nemá rád. Některé děti velmi citlivě reagují na své neúspěchy. Pomoci mohou opět rodiče. Měli by doma dítě uklidnit, pomoci mu, aby situace nebyla příště zatěžující, aby dítě situaci porozumělo. Rodiče by se samozřejmě měli zajímat o to, co bylo příčinou reakce dítěte. Ve většině případů je náprava velmi rychlá a snadná, mnohdy jde o pouhé nepochopení. Jak jsme uváděli, dítě si teprve osvojuje schopnost porovnávat své výkony s ostatními. Snadno pak může nabýt dojmu, že nebylo hodnocení paní učitelky vůči němu spravedlivé. Jak učitelé, tak rodiče by se měli snažit dítěti citlivě pomoci v rozvoji sebehodnocení, vysvětlit mu situaci.

V praxi se často zapomíná, a to jak doma, tak ve škole, že spravedlivé hodnocení by nemělo být pouze v rámci kolektivu, ale také vůči individuálním výkonům dítěte. I snaha by měla být oceněna, každé dítě nemá možnosti dosáhnout nejlepších výsledků.

Rodiče i učitelé by neměli opomíjet ani takové záležitosti, které jim připadají lehkou řešitelné, ale v dětech mohou vzbuzovat obavy. Děti mohou z počátku cítit nejistotu, zda najdou ve škole svou třídu, či zda se mezi dětmi neztratí. Pomoci mohou jednak učitelé, kteří vyzvedávají z počátku děti u šatny a odvádějí je do třídy, případně se dozor v šatnách na prvňáčky zaměří a posílá je směrem ke třídě. Stejně tak mohou pomoci rodiče, když se domluví s rodičem jiného dítěte, že děti budou do školy chodit společně. Rodiče by dříve, než nechají dítě chodit ze školy samotné, s ním měli cestu několikrát projít a upozornit ho na případná dopravní i jiná nebezpečí. Dítě by také už z dřívější doby mělo znát svou adresu a vědět, jak se zachovat v případě, že se ztratí.

Do spíše praktických záležitostí, patří také to, že dítěti nechutná ve školní jídelně. Je dobré pokud ho rodiče ani učitelé do jídla nenutí. Rodiče i učitelé mohou dítěti pomoci přivyknout si postupně nebo v dnešní době vybírat z nabídky jídel ta, která mu chutnají (Klégrová, 2003).

Nástup dítěte do školy je významnou změnou i pro rodiče. V rodině dochází ke změně rolí, jednotlivým členům přibývají nové povinnosti. Rodina si musí zvykat na nový rytmus. Většina rodičů zpočátku do školy dítě vedí a vyzvedává jej. Rodiče musí mnohdy uzpůsobit svůj pracovní program podle dítěte, zvykají si na povinnost domácí přípravy. Zejména v prvních ročnících se týká i jich. V první třídě rodiče musí také kontrolovat, zda má dítě všechny pomůcky v tašce a zda jsou v dobrém stavu. Některé dítě ještě není schopno všechno samo ohlídat, rodiče mu proto pomáhají jeho povinnosti plnit a zároveň mu tím poskytují určitý model chování.

Adaptační obtíže

Většina rodičů si pochopitelně přeje, aby bylo jejich dítě ve škole úspěšné. Tato ambice se u některých rodičů projevuje nepřiměřenými obavami, vynucováním školních odkladů, nebo také nepřiměřenými nároky na dítě už v předškolním věku (Šulová, 2009). Nevhodné chování rodiče může negativně ovlivnit vztah dítěte ke škole již v předškolním věku a tím zkomplikovat následnou adaptaci.

I u dětí, které se na školu těšily, se mohou vyskytnout adaptační obtíže. Zejména na počátku jsou časté psychosomatické projevy, například bolesti hlavy, břicha, poruchy spánku, zvýšená teplota, zvracení. Dítě může také ve svém vývoji regredovat, začít se chovat jako mladší, být roztržité, zapomnětlivé. U většiny dětí tyto komplikace časem odezní nejdéle během října, listopadu. Důležitou roli hraje vhodný přístup rodičů. Ti by se měli vyvarovat násilného tlaku na dítě a měli by mu projevovat trpělivost a pochopení. Na druhé straně je však potřeba nepodlehnout tlaku dítěte. Tedy posílat dítě do školy a nechávat ho doma pouze v nutných a opodstatněných případech. Na místě je jistě spolupráce s učitelem. Minimálně by měl být o obtížích informován, což mu umožní danou situaci zohledňovat při práci s dítětem. Učitelé mohou rodičům pomoci situaci řešit. Většinou mají již zkušenosti s dětmi, které se pomaleji adaptují na školu.

Komplikovanější adaptaci může způsobit rodičovský přístup. Pokud se například **rodiče nevhodně zapojují do školních povinností a práce dítěte**. Rodiče by rozhodně neměli plnit úkoly za dítě, mělo by se jednat o spolupráci.

Adaptační potíže mohou samozřejmě vyplývat i z **výukových obtíží**. Zejména v první třídě se dítě učí mnoha zcela novým dovednostem. Učí se číst, psát, počítat a osvojuje si spoustu dalšího. Podporu dítěti k překonání těchto obtíží mohou poskytnout rodiče i učitelé, ideálně ve vzájemné spolupráci. Učitelé by se na dítě měli více soustředit při vyučování, zároveň předat šetrně a jasně odborné rady, jak mají rodiče postupovat. Rodiče mohou pochopitelně situaci pomoci tím, že budou doma věnovat dítěti dostatek času a budou mu k dispozici při vykonávání domácí přípravy, budou mu pomáhat pochopit určité souvislosti. Rodiče pomohou dítěti také tím, že mu budou více než kdy jindy dávat najevo, že je pro ně jejich milovaným dítětem nezávisle na školním úspěchu (Šulová, Tomanová, 2014).

Závěr

Role rodičů sehrává významnou roli již v tom, zda dítě je či není pro školu zralé, neboť mají vliv na vhodný rozvoj osobnosti dítěte v předškolním věku. Podpora ze strany rodičů v předškolním věku může již částečně připravit dítě na zátěž spojenou s nástupem do školy. Rodiče i škola mohou svou spoluprací ještě před samotným zahájením školního roku prvňáčka významně usnadnit dítěti vstup do školy. Rodiče i škola svou součinností mohou dítěti případné adaptační obtíže pomoci co nejlépe zvládnout. Navzdory tomu, že nástup do školy je nesporně významný vývojový zlom ovlivňující kvalitu života začínajícího školáka, je třeba zdůraznit, že většina dětí si na školní režim zvykne po pár prvních týdnech a nový životní způsob jim nepřináší žádné negativní změny.

Jak mohou rodiče usnadnit dítěti adaptaci na školu?

- Dlouhodobě dítě vést k samostatnosti.
- O škole a o tom, co ho v ní čeká s dítětem mluvit.
- Snažit se, aby si dítě vytvořilo pozitivní představu školy a nikdy ho školní docházkou nestrašit.
- Společně s dítětem se na školní docházku chystat (nákup pomůcek, příprava pracovního místa, hraní si na školu, návštěva školy).

- Dítěti upravit jeho zvyklosti v souladu s budoucím režimem ve škole (spánek, stravování...).
- Věnovat pozornost přípravě toho, jak proběhne zápis dítěte ve škole.
- Mít na dítě dostatek času v den zápisu do školy.
- Předat učiteli zásadní informace o dítěti (příkladně: dítě se školy bojí, nedávno zemřel člen rodiny).
- Při případných nedorozuměních s učiteli se snažit najít společná vysvětlení, řešení.
- Po nástupu do školy zavést pravidelný režim dne také mimo vyučování.
- Dopřát dítěti s novými povinnostmi i výhody.
- Chválit dítě za to, co se mu ve škole daří.
- Ve všech společných činnostech ukazovat dítěti, k čemu je škola užitečná.
- Nezlehčovat obavy a strachy dítěte a pomoci mu je překonat.
- Dopřát dítěti trávit se spolužáky čas i po škole, brát spolužáky na rodinné aktivity.
- Zapojovat se do aktivit školy.
- Dítěti pomáhat se školní přípravou, ale neplnit jeho úkoly za něj.

Jak mohou učitelé usnadnit adaptaci dítěte na školu:

- Pořádat dny otevřených dveří pro budoucí školáky.
- Zápis by měli vést budoucí učitelé prvňáčků.
- Snažit se již od zápisu o individuální přístup, zohledňovat ve své práci informace o dětech.
- Vytvářet pozitivní atmosféru ve třídě (představení sama sebe dětem, dbát na jejich vzájemné seznámení).
- Zejména v prvních týdnech školy uzpůsobovat vyučování vzhledem ke schopnostem žáků (zapojit častěji pauzu pro protažení, dovolit pít).
- Informovat rodiče o případných obtížích v adaptaci, pomoci najít řešení.
- Při případných nedorozuměních s rodiči a dětmi se snažit najít společná vysvětlení, řešení.

LITERATURA

- Deslandes, R. (2014). Úkoly a příprava na školu v kanadském Québecu. In L. Šulová a kol. *Význam domácí přípravy pro začínajícího školáka* (194–203). Praha: Wolters Kluwer.
- Fraňková, S., Pařízková, J., Malichová, E. (2013). *Jídlo v životě dítěte a adolescenta*. Praha: Karolinum.
- Hartl, P., Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.
- Keller, G., Thewalt, B. (1986). *So helfe ich meinem Schulkind*. Heidelberg, Wiesbaden: Verlag Quelle & Meyer.
- Klégrová, J. (2003). *Máme doma prvňáčka*. Praha: Mladá fronta.
- Kutálková, D. (2010). *Jak připravit dítě do 1. třídy*. Praha: Grada.
- Matějček, Z. (1999). *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Praha: Portál.
- Piaget, J. (1999). *Psychologie inteligence*. Praha: Portál.
- Piaget, J., Inhelder, B. (1967). *The child's conception of space*. New York: Norton Library.
- Šporclová, V., Šulová, L. (2014). Školní zralost. In L. Šulová a kol., *Význam domácí přípravy pro začínajícího školáka* (88–103). Praha: Wolters Kluwer.
- Šulová L. (ed.) (2003). *Problémové dítě a hra*. Praha: Raabe.

- Šulová, L. (2003). Strachy a obavy předškolního dítěte. In L. Šulová (ed.), *Problémové dítě a hra*. Praha: Raabe.
- Šulová, L. (ed.), (2009). *V září půjde do školy*. Praha: Raabe.
- Šulová, L. (2010). Psychologické aspekty střídavé péče o dítě předškolního věku. In L. Šulová, *Problémové dítě a hra*. 29. Aktualizace. Praha: Raabe.
- Šulová, L. (2010). Repetitorium vybraných poznatků vývojové psychologie. In V. Mertin, I. Gillernová (ed.), *Psychologie pro učitelky mateřské školy*. Praha: Portál.
- Šulová, L., Havlíková, K. (2014). Příprava dětí na školu ze strany rodičů před nástupem do školy. In L. Šulová a kol. *Význam domácí přípravy pro začínajícího školáka* (59–70). Praha: Wolters Kluwer.
- Šulová, L., Tomanová, K. (2014). Součinnost školy, rodiny a dítěte. In L. Šulová a kol. *Význam domácí přípravy pro začínajícího školáka* (125–143). Praha: Wolters Kluwer.

ENTERING OF THE CHILD TO THE SCHOOL AS AN IMPORTANT DEVELOPMENTAL MILESTONE

L. ŠULOVÁ

ABSTRACT

The text focuses on the transition of preschool children to school. It provides basic information about the characteristics of psychological development of a child in a preschool and early school period. Describes the adaptation of the child to the school and its possible adaptation difficulties. Attention is paid to the fear of a child before starting school and the first year of schooling. The text suggests the possibilities of preparing children for school attendance in terms of their long-term and short-term training. It provides inspiration for both teachers and parents, to harmonize the start of the school education process.

Keywords: Start of school; adaptation difficulties; preparation for school; the child's fear

Prof. PhDr. Lenka Šulová, CSc., působí na katedře psychologie FF UK v Praze, kde vede oddělení sociální psychologie. Ve své práci se zaměřuje na psychický vývoj člověka ve společnosti a především na partnerské a rodinné vztahy. Byla řešitelkou mezinárodních výzkumných úkolů, zaměřených na raný vývoj dítěte, specifika mateřské a otcovské role, na význam rodinného prostředí ve vztahu k působení instituce na dítě. Spolupracovala s Kanadou a Francií na mezinárodní studii zaměřené na součinnost školy rodiny a žáka při přípravě na školní povinnosti. Externě působí v poradnách a školních agenturách a má vlastní poradenskou praxi. Je autorkou a spoluautorkou řady publikací zaměřených především na oblast vývojové a sociální psychologie. E-mail: lenka.sulova@ff.cuni.cz

Předložený text vychází z česko-francouzsko-kanadského výzkumného projektu, který byl realizován v letech 2008–2012 s podporou GA ČR (GA406/08/0423) a následně (GA13-28254S) a podpořen v rámci Programu rozvoje vědních oblastí na Univerzitě Karlově (PRVOUK P07) Psychosociální aspekty kvality života. Zahraniční spolupracovníci byli z Univerzity v Toulouse a Univerzity v Nimes ve Francii (Odette Lescarret, Claire Safont-Mottay, Nathalie Oubrayrie-Roussel) a z Univerzity Trois Rivières v Québecu v Kanadě (Rollande Deslandes). Významnějším výstupem této několikaleté spolupráce je publikace L. Šulová a kol.: „Význam domácí přípravy pro začínajícího školáka“, která vyšla v roce 2014 v nakladatelství Wolters Kluwer. Z této publikace vychází následující text.