

**Simone Davies**  
**Ilustrovala Hiyoko Imai**

## **Montessori pre batoláta**

### **Príručka pre rodičov, ako z dieťaťa vychovať zvedavého a zodpovedného človeka**

Prvé slovenské vydanie.

Vydalo vydavateľstvo Lindeni v roku 2021 v spoločnosti Albatros Media Slovakia, s. r. o., so sídlom Mickiewiczova 9, Bratislava, Slovenská republika.

Číslo publikácie 2 316

Zodpovedná redaktorka Ľuba Nguyenová Anhová

Z anglického originálu THE MONTESSORI TODDLER: A Parent's Guide to Raising a Curious and Responsible Human Being, ktorý vyšiel vo vydavateľstve Publishing Co., Inc, v roku 2019, preložila Martina Antošová.

Jazyková korektúra Mária Harašťová

Odborná korektúra Ivana Vonkomerová

Sadzba Martin Nezbeda

Tlač Iva Vodáková - DURABO, Čelákovice

First published in the United States under the title:

THE MONTESSORI TODDLER: A Parent's Guide to Raising a Curious and Responsible Human Being

Copyright © 2019 by Jacaranda Tree Montessori

Illustration copyright © 2019 by Hiyoko Imai

Published by arrangement with Workman Publishing Co., Inc, New York.

Design and illustrations by Hiyoko Imai

Author photo by Rubianca Han Simmelsgaard

Translation © Martina Antošová, 2021

Slovak edition © Albatros Media Slovakia, s. r. o., 2021

Všetky práva sú vyhradené. Žiadna časť tejto publikácie sa nesmie kopírovať a rozmnožovať za účelom rozširovania v akejkoľvek forme alebo akýmkoľvek spôsobom bez písomného súhlasu vydavateľa.

ISBN 978-80-566-2060-1

Cena uvedená výrobcom predstavuje nezáväznú odporúčanú spotrebiteľskú cenu.

Objednávky kníh:

[www.albatrosmedia.sk](http://www.albatrosmedia.sk)

[eshop@albatrosmedia.sk](mailto:eshop@albatrosmedia.sk)

tel.: 02/4445 2046

## MONTESORI AKTIVITY NA CELOSTNÝ ROZVOJ DIEŤAŤA

Často tou najľahšou cestou, ako doma začať s Montessori, je prostredníctvom aktivít.

Montessori aktivity sú založené na rozvoji dieťaťa po všetkých stránkach. Začneme tým, že sa pozrieme na dieťa a jeho potreby, a potom podľa toho pripravíme vhodné aktivity.

Potreby dieťaťa zahŕňajú používanie rúk rozličnými spôsobmi (úchop, schopnosť dosiahnuť cez stred svojho tela, podávanie predmetov z ruky do ruky, prenášanie predmetov, používanie oboch rúk súčasne), precvičovanie hrubej motoriky, sebavyjadrenie a komunikáciu.

Montessori aktivity pre batolatá možno rozdeliť do piatich hlavných oblastí:

1. koordinácia očí a rúk,
2. hudba a pohyb,
3. praktický život (aktivity každodenného života),
4. umenie a remeslá,
5. jazyk.

V prílohe tejto knihy je zoznam Montessori aktivít pre batolatá. Vek uvádzame len orientačne. Určite sa riadte potrebami dieťaťa, všímajte si, ktoré aktivity upútajú jeho pozornosť a vynechajte tie, ktoré sú príliš náročné alebo naopak príliš jednoduché.



## ČÍM SA ODLIŠUJÚ MONTESSORI AKTIVITY OD INÝCH AKTIVÍT?

Montessori aktivity sa zvyčajne **zameriavajú na jednu zručnosť**. Napríklad vkladanie lop-  
tičky do škatule cez malý otvor umožňuje dieťaťu osvojiť si túto konkrétnu zručnosť. To je  
odlišné od mnohých tradičných plastových hračiek, ktoré sa zameriavajú na viacero zruč-  
ností naraz, kde jednu časť dieťa stláča, v inej časti padá loptička, ďalšia časť vydáva zvuk  
a tak ďalej.

Okrem toho uprednostňujeme používanie **prírodných materiálov**. Batolata skúmajú všet-  
kými svojimi zmyslami. Prírodné materiály, ako drevo, sú príjemné na dotyk a spravidla  
bezpečné pri vkladaní do úst, a hmotnosť takého predmetu je zvyčajne priamo úmerná  
jeho veľkosti. Hoci sú niekedy drahšie, drevené hračky sú často odolnejšie a dajú sa kúpiť  
aj z druhej ruky, a potom posunúť ďalej, keď dieťa prestane baviť. Skladovaním pomôcok  
v nádobách či obaloch z prírodných materiálov, napríklad pletených košíkoch, navyše  
dodáte priestoru krásu a ručne vyrobené prvky.

Mnohé Montessori aktivity majú **začiatok, priebeh a koniec**. Dieťa môže začať len jej  
malou časťou a ako sa bude vyvíjať, bude schopné dokončiť celý *pracovný cyklus* vrátane  
odloženia pomôcky späť na poličku. Keď si aktivitu precvičuje, zažíva harmóniu – a potom  
pocit uspokojenia, keď ju celú dokončí. Napríklad pri aranžovaní kvetov môže dieťa najskôr  
prejaviť záujem len o nalievanie vody do vázy a utieranie mláčok špongiou. Postupne sa  
naučí všetky kroky a dokončí celý pracovný cyklus – naplní malé vázy vodou, naukladá  
do nich všetky kvety, po skončení odloží pomôcky a poutiera všetku rozliatu vodu.

Montessori aktivity sú **ucelené**. Dokončenie aktivity je dôležité pre pocit dokonalého  
zvládnutia činnosti. Dieťa môže byť frustrované, ak mu napríklad chýba jeden kúsok  
puzzle. Ak chýbajú akékoľvek časti pomôcky, dáme ju preč celú.

Aktivity sú často usporiadané na samostatných **podnosoch a v košíkoch**. Na každom  
podnose a v každom košíku je všetko, čo dieťa bude potrebovať na samostatné zvládnutie  
celej úlohy. Napríklad, ak sa pri nejakej aktivite používa voda, mali by sme medzi pomôcky  
pripraviť aj špongiu alebo čistiacu rukavicu na utieranie, ak by sa voda rozliala.

Deti sa v aktivite zdokonaľujú jej **opakovaním**. Aktivita má byť presne na takej úrovni, aká  
je pre ne vhodná – dostatočne náročná, aby nebola príliš jednoduchá, ale nie taká ťažká,  
aby ju deti vzdali. Veľmi rada vidím rad štipcov pozdĺž hornej časti obrázka, ktorý sa suší  
zavesený na stojane na bielizeň – je znakom toho, že dieťa usilovne pracovalo a precvičo-  
valo si zvládnutie prichytenia obrázka pri jeho vešaní.

## DRUHY AKTIVÍT

---

### 01 / KOORDINÁCIA OČÍ A RÚK



Batoľatá neustále zlepšujú svoj úchop a precvičujú si prácu oboma rukami naraz. Nájdite nové spôsoby, ako stimulovať tieto pohyby.

#### Navliekanie predmetov

Navliekanie predmetov umožňuje dieťaťu zdokonaľovať si úchop, koordináciu očí a rúk a zručnosť, a precvičuje si ním prácu oboma rukami naraz.

- Do veku 12 mesiacov bude dieťa schopné zvliecť veľké kruhy z kolíka a opäť ich naň vrátiť.
- Malé batoľatá môžu tieto kruhy začať zoraďovať od najväčšieho po najmenší.
- Existuje aj verzia s tromi kolíkmi rôznych farieb (červený, žltý a modrý) a tromi farebne zodpovedajúcimi kruhmi. Najskôr dieťa zaujíma iba nasadzovanie kruhov na akýkoľvek kolík. Napokon však príde fáza, keď dá červený kruh napríklad na modrý kolík, zarazí sa, nájde červený kolík a presunie naň červený kruh, aby boli farby rovnaké.
- Dieťaťu potom môžeme ponúknuť aj aktivitu, v ktorej navlieka kruh horizontálne – namiesto vertikálneho kolíka môžeme použiť kolík umiestnený v horizontálnej polohe. To vytvára pohyb nazývaný prekročenie stredovej línie tela, keď dieťa robí pohyb jednou rukou z jednej strany tela na druhú cez svoju stredovú líniu.
- Potom pokročíme od navliekania veľkých kruhov na kolík k navliekaniu korálikov. Vhodným medzikrokom je dať dieťaťu najskôr len zopár korálikov a drevenú paličku dlhú asi 30 centimetrov.
- V ďalšom kroku mu môžeme s korálikmi ponúknuť šnúрку do topánok. Poobzerajte sa po navliekacích súpravách so šnúrkami, ktoré majú drevené zakončenie dlhé asi 3 – 4 centimetre, čo je pre mladšie batoľa jednoduchšie.
- Potom pokročíme k navliekaniu veľkých korálikov na klasickú šnúрку do topánok...
- ... a potom k navliekaniu menších korálikov na tenšiu šnúрку.

## Vkladanie predmetov

Aktivitami s vkladáním predmetov sa dieťa učí dávať predmety do nádoby a začína chápať trvalosť predmetov (teda, ak niečo odíde či zmizne, môže sa to opäť vrátiť).

- Do veku 12 mesiacov dieťa rado vkladá loptičku do škatule alebo po loptičke búcha klavdivkom, aby ju dostalo cez otvor dnu.
- Okolo veku 12 mesiacov mladšie batola prechádza k vkladaniu predmetov rozličných tvarov do škatule cez príslušné otvory, pričom začína s najjednoduchším tvarom valca. Potom sa posunie k zložitejším tvarom, ako napríklad ku kocke, trojbokému hranolu, a tak ďalej.
- So zlepšujúcou sa zručnosťou môže dieťa začať vkladať veľkú mincu (alebo žetón z pokru) do úzkej štrbiny. V našej triede je vkladanie mincí do pokladničky so zámkom jednou z obľúbených detských aktivít.

## Otváranie a zatváranie

Ďalším spôsobom, ako môže dieťa pracovať rukami, je možnosť otvárať a zatvárať rôzne nádoby.

- Použite staré kabelky so sponami, prázdne zaváracie poháre a dózy, nádoby so zatváraním na patentné gombíky, peňaženky so zipsom a podobne. Ja do nich schovávam rôzne malé predmety, aby ich tam potom dieťa našlo – maličkú bábiku, kocku, vlčík, kľúčenku, z ktorej som odstránila krúžok atď.
- Nájdite uzamykateľné škatuľky, na ktorých môže dieťa otvárať a zatvárať rôzne druhy zámok (vrátane visiacej zámky s kľúčikom) a objaviť v nich ukryté drobnosti.

## Doska s dierkami, kolíkmi a gumičkami, matice a skrutky

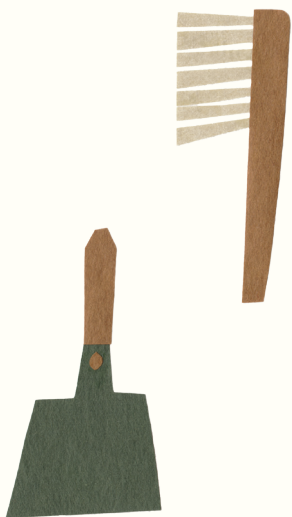
Tieto aktivity sú skvelým spôsobom, ako u dieťaťa precvičovať vývoj jemnej motoriky.

- Dieťa si natahovaním gumičiek na doske s kolíkmi zlepšuje koordináciu.
- Dieťa môže priskrutkovať maticu na skrutku tak, že jednou rukou drží skrutku a druhou bude točiť maticou, čím zapája do práce obe ruky naraz.
- Môžete dieťaťu ponúknuť rôzne druhy skrutiek a matíc, aby ich mohlo zoradovať podľa veľkosti.

## NIEKOĽKO PRAKTICKÝCH AKTIVÍT V DOMÁCNOSTI PODĽA VEKU DIEŤAŤA

Rozmýšľate, ako zapojiť dieťa do prác v domácnosti? Tu je niekoľko nápadov pre jednotlivé vekové skupiny.

Uvidíte, ako jednoduchými, jednodukovými aktivitami pre deti od 12 do 18 mesiacov položíme ich zručnostiam základy. Deťom od 18 mesiacov do 3 rokov k týmto činnostiam potom pridáme aj trochu náročnejšie aktivity. Dieťa vo veku 3 až 4 rokov môže okrem aktivít, ktoré si osvojilo v nižšom veku, začať aj s dlhšími a zložitejšími úlohami.



### 12 až 18 mesiacov

#### KUCHYŇA

- Naliať vodu alebo mlieko z malého džbánika do pohára – použite len malé množstvo tekutiny, aby sa jej príliš veľa nerozlialo.
- Priliat' mlieko k cereáliám.
- Nabrat' cereálie zo škatule či dózy do misky.
- Utriet' rozliate mlieko alebo vodu čistiacou rukavicou.
- Odniesť tanier do kuchyne.
- Piť z pohára.

#### KÚPEĽŇA

- Učesať sa.
- S pomocou si vyčistiť zuby.
- Umyť si ruky.
- Odložiť hračky z vane.
- Priniesť a zavesiť uterák.

#### SPÁLŇA

- Priniesť plienku/spodnú bielizeň.
- Dať špinavú bielizeň do koša na bielizeň.
- Odstrieť závesy.
- Vybrať si z dvoch možností oblečenia.
- S pomocou sa obliecť.
- Vyzliecť si ponožky.

#### INÉ

- Pomôcť odložiť hračky.
- Priniesť topánky.
- Pomáhať rodičom (napríklad: „Môžeš mi, prosím ťa, priniesť krhlu na polievanie?“).
- Začať/zhasnúť svetlo.

## 18 mesiacov až 3 roky

---

### KUCHYŇA

- Pripraviť desiatu/sendvič.
- Olúpať a nakrájať na kolieska banán.
- Olúpať mandarínku.
- Ošúpať a s pomocou nakrájať jablko.
- Umyť ovocie a zeleninu.
- Vytlačiť šťavu z pomaranča.
- Prestriet stôl/upratať zo stola.
- Utriet stôl.
- Pozametať dlážku – použite zmeták a lopatku na smeti.
- Pripraviť rodičom kávu (stlačiť gombík na kávovare/priniesť šálku a tanierik).

### KÚPEĽŇA

- Vysmrkať sa.
- Umyť si zuby.
- Umyť si telo – použite malé cestovné balenia mydla, aby ho vyteklo mimo čo najmenej.
- Umyť si tvár.

### SPÁLŇA

- Pomáhať pri ustielaní postele (ponaťahovať prikrývku).
- Vybrať si oblečenie.
- S malou pomocou sa obliecť.

### INÉ

- Do malých vázičiek naaranžovať kvety.
- Zbaliť si a nosiť malú tašku/batoh.
- Obliecť si kabátik.
- Obuť si topánky na suchý zips.
- Polievať kvety.
- Odložiť hračky do košíkov a vrátiť ich späť na poličku.
- Umývať okná.
- Dať bielizeň do pračky alebo sušičky a vybrať ho z nej.

- Roztriediť ponožky a oblečenie podľa farby.
- Priniesť v supermarkete veci do vozíka/tlačiť vozík/pomáhať pri vykladaní nákupu z tašiek.
- Utierať prach.
- Pripnúť psovi vódzku a česať ho.

## 3 až 4 roky

---

### KUCHYŇA

- Vyroziť riad z umývačky.
- Odvážiť a zmiešať suroviny na pečenie.
- Oškrabať a ošúpať zeleninu, ako napríklad zemiaky alebo mrkvu.
- Pomáhať pri varení.

### KÚPEĽŇA

- Používať toaletu/splachovať/sklopiť dosku.
- Dať špinavé oblečenie do koša na bielizeň.
- S pomocou sa po použití toalety poutierať.
- Umyť si vlasy – použite malé cestovné balenia šampónu, aby ho vyteklo mimo čo najmenej.

### SPÁLŇA

- Ustlať posteľ – ponaťahovať paplón.
- Odložiť oblečenie do zásuviek alebo do skrine.

### INÉ

- Kfmiť domácich miláčikov.
- Pomáhať s triedením odpadu.
- Skladať bielizeň.
- Skladať ponožky.
- Vysávať.
- Otvoriť diaľkovým ovládačom dvere na aute.

## POVZBUDENIE ZVEDAVOSTI U DIEŤAŤA

Ako sme hovorili už v druhej kapitole, Montessori učitelia nepovažujú dieťa za nádobu, ktorú treba naplniť informáciami a faktami. Dieťa prirodzene miluje učiť sa, samostatne objavovať nové veci a vymýšľať kreatívne riešenia.

Ako rodičia môžeme doma zvedavosť v našich deťoch ešte povzbudiť dodaním nasledujúcich piatich „ingrediencií“.

### PÄŤ INGREDIENCIÍ NA POVZBUDENIE ZVEDAVOSTI

#### 1. Dôvera dieťaťu

Doktorka Montessoriová nás povzbudzuje k tomu, aby sme verili, že dieťa sa chce učiť a rásť – a že dieťa samo vo svojom vnútri vie, na čom práve musí pracovať, aby sa správne rozvíjalo. To znamená, že ak mu poskytneme bohaté prostredie na skúmanie, nemusíme ho nútiť do učenia alebo sa obávať, ak sa vyvíja „inak“ ako jeho rovesníci.

Môžeme dôverovať tomu, že sa vyvíja svojou vlastnou, jedinečnou cestou, svojim jedinečným spôsobom, svojim jedinečným tempom.

Môžeme tiež dôverovať tomu, že sa dieťa samo naučí, aké má jeho telo limity. Batolata sú zvedavými žiakmi, ktorí chcú preskúmať svet okolo seba. Počas tejto cesty môže dôjsť k nehodám, ktorým sa nemôžeme vyhnúť (a ktorým by sme sa možno ani nemali brániť). Napokon, práve takto sa dieťa učí. A ak budú chcieť, aby sme ich podržali, budeme nablízku. „Au. Zľakol/zľakla si sa? Mrzí ma, že si si ublížil/-a. Som rád/rada, že tvoje telo sa vie samo uzdraviť. Nie je to skvelé?“

*Obávame sa neustále, či sa naše dieťa dobre rozvíja alebo, či sa nezraní? Skúsime odložiť tieto obavy o budúcnosti bokom a tešiť sa vždy z toho, kde sa na svojej jedinečnej ceste nachádza práve dnes?*



## 2. Bohaté prostredie na učenie sa

Aby sa u dieťaťa rozvíjal zvedavý záujem o svet naokolo a túžba po učení sa, musíme mu na to poskytnúť bohaté prostredie a čas potrebný na skúmanie.

Toto bohaté prostredie na učenie sa nemusí byť plné drahých pomôcok. Objavovanie v prírode môže byť úplne zadarmo, prevliekanie retiazky alebo povrázku cez kartónovú trubičku nemusí stať nič a triedenie suchých fazuliek zasa len veľmi málo.

*Ako vyzerá prostredie, v ktorom je naše dieťa – fyzické, sociálne, ale aj dospelí v jeho okolí? Ponúka dieťaťu bohaté príležitosti na skúmanie?*

## 3. Čas

Dieťa potrebuje čas na to, aby sa rozvíjalo a nasledovalo svoju naliehavú potrebu objavovať, skúmať a premýšľať. Čas, ktorý nie je vopred naplánovaný. Čas, ktorý netlačí. Dokonca aj čas, keď sa bude nudiť.

Doprajte dieťaťu čas na skúmanie. Doprajte mu čas na pohyb. Doprajte mu čas na rozvíjanie jazyka a na rozhovory. Doprajte mu čas na nadväzovanie vzťahov. A doprajte mu čas na premýšľanie a na zvedavosť.

*Či už chodíme do práce, alebo sme doma s dieťaťom „na plný úväzok“, premýšľajme o našich dňoch a týždňoch kreatívne. Môžeme niečo zmeniť, ak si každý deň ukrojíme 15 až 30 minút neplánovaného času? A možno hodinku alebo dve cez víkend?*

## 4. Bezpečné a spoľahlivé zázemie

Ako rodičia môžeme dieťaťu poskytnúť fyzické a citové bezpečie a istotu. Fyzicky uchránime naše dieťa pred elektrickými zásuvkami, rušnými cestami a iným nebezpečenstvom. Zariadime si domov tak, aby bol pre dieťa bezpečný, alebo aspoň jeho časť, aby v nej mohlo slobodne skúmať a objavovať.

Dieťaťu vieme poskytnúť aj emocionálne bezpečie. Môžeme ho prijať také, aké je. A môže nám dôverovať, že tu preň budeme aj v jeho ťažkých chvíľach.

Toto bezpečie a pocit istoty dáva dieťaťu slobodu byť v okolitom svete zvedavé.

*Existujú spôsoby, ako môžeme dieťaťu ukázať, že sme tu preň dokonca (a hlavne) aj v jeho ťažkých chvíľach? Vieme sa mu pozrieť do očí a vziať na vedomie, ako veľmi prežívajú pocity pri veciach, ktoré sa nám zdajú ako malichernosti?*

## DRUHÁ ČASŤ

## PRIJATIE DIEŤAŤA TAKÉHO, AKÉ JE

Batoľatá sa chcú cítiť dôležité, chcú cítiť, že niekam patria a chcú byť prijímané také, aké sú. Ak to pochopíme, dokážeme s nimi prestať bojovať alebo sa nimi nechať vytáčať a budeme naopak schopní ich usmerňovať, podporovať a viesť.

### DOPRAJTE BATOĽATÁM POCIT DÔLEŽITOSTI A SPOLUPATRIČNOSTI A PRIJMITE ICH TAKÉ, AKÉ SÚ

Vidieť svet očami nášho batoľata nám pomôže **vidieť ho z jeho perspektívy**. Je to niečo, ako vcítiť sa do nášho dieťaťa, súcítiť s ním. Čokoľvek z toho si vyberieme, pochopíme, že každý má zo svojho pohľadu pravdu.

Ak naše dieťa vychmatne hračku z rúk inému dieťaťu, nesnaží sa byť neposlušné. Ak sa na to pozrieme z jeho perspektívy, uvidíme, že sa jednoducho chce práve teraz s tou hračkou hrať. Potom ho môžeme pozorovať, zistiť, či nepotrebuje pomoc, alebo môžeme byť pripravení zasiahnuť, ak to bude potrebné.

Alebo si môžeme myslieť, že sa dieťa správa ako ničiteľ, lebo vyhadzuje hlinu z kvetináčov, ale keď sa na to pozrieme z jeho pohľadu, pochopíme, že len vidí niečo vo svojom okolí vo svojej výške a potrebuje to práve teraz preskúmať. Aj tu ich môžeme pozorovať a rozhodnúť sa, či potrebujeme zasiahnuť a vziať tú rastlinu preč, alebo hlinu niečím prikryť.

Namiesto toho, aby sme si mysleli, že sa nás naše dieťa snaží vytočiť, keď na nás vyplazuje jazyk a potom sa smeje, tiež sa na to môžeme pozrieť z jeho perspektívy. Skúša si nový zvuk, sleduje našu reakciu a dáva si dohromady príčinu a následok. Znovu, pozorujeme ho a zistíme, či samo od seba prestane. Alebo prídeme s niečím iným a povieme napríklad niečo ako: „Nepáči sa mi, keď na mňa vyplazuješ jazyk, ale môžeme sa ísť spolu jašiť sem na koberec.“

Keď sa zastavíme a budeme bez súdenia dieťa pozorovať, otvorí nás to a budeme schopní vnímať svoje dieťa a prijať ho také, aké je.

Keď sa pýtame: „Ako môžem dosiahnuť, aby bolo moje dieťa menej hanblivé/aby sa lepšie sústredilo/aby sa viac zaujímal o umenie/aby bolo aktívnejšie?“ a tak ďalej, tak ho neprijímame také, aké je. Mali by sme namiesto toho pracovať na tom, aby sme mu dali najavo, že ho milujeme také, aké je a kde sa nachádza práve teraz. To je naozaj to, po čom každý túži.

Cítiť dôležitosť. Spolupatričnosť. A že sme prijímaní takí, akí sme.

## BUĎTE ICH TLMOČNÍKOM

Keď dokážeme vidieť veci z pohľadu nášho dieťaťa, môžeme v prípade potreby byť aj jeho tlmočníkom, akoby sme to, čo sa snaží povedať, vyhľadávali v slovníku.

„**Snažíš sa mi povedať...?**“ je užitočná fráza na pretlmočenie potrieb batolaťa do slov.

Keď dieťa hádže jedlo na zem, môžeme povedať: „Snažíš sa mi povedať, že už si dojedol/ dojedla?“

Môžeme to použiť aj pri staršom dieťati, ktoré iným nadáva alebo sa nevhodne správa. „Vyzerá to, že si teraz pekne nahnevaný/nahnevaná. Snažíš sa mi povedať, že sa ti nepáči, keď sa dotýkajú tvojich vecí?“

A môžeme tlmočiť aj svojmu partnerovi alebo starým rodičom dieťaťa, ak spozorujeme, že sa začínajú hnevať. „Vyzerá to, že pre tvoju mamu/starého otca je dôležité, aby sa pri jedle sedelo za stolom, a ty veľmi chceš s jedlom chodiť po izbe.“

## ROZVÍJANIE SPOLUPRÁČE KEĎ VÁS VAŠE DIEŤA NECHCE POSLÚCHAŤ

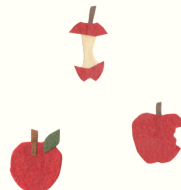
Vypestovať u dieťaťa spoluprácu je náročné. Batoľatá sú prirodzene zvedavé, sú impulzívne a sú služobníkmi svojich prianí. Medzi bežné spôsoby, ako sa snažíme získať spoluprácu batoliat, patria hrozby, úplatky, tresty a neustále opakovanie.

Často sa pristihneme, ako premýšľame: *Prečo ma nechce počúvať?*

„Ak ste to dieťaťu povedali už tisíckrát a ono sa to stále nenaučilo, potom tým spomaleným žiakom nie je dieťa.“

Walter B. Barbe

### PREČO MONTESSORI PRÍSTUP NEPOUŽÍVA HROZBY, ÚPLATKY ALEBO TRESTY



Slovo *disciplína* pochádza z latinského *disciplina*, čo znamená „učenie, učenie sa.“ Preto by sme mali zvážiť, **čo učíme naše deti a čo sa naše deti učia** tým, ako ich učíme.

Hrozby, úplatky a tresty sú nástrojmi vonkajšej motivácie. Dieťa možno spolupracuje, aby sa vyhlo trestu alebo aby dostalo nálepku či zmrzlinu. Ale takýto druh disciplíny má zriedka dlhodobý efekt. Je to len rýchle riešenie, ak vôbec funguje. A môže to odvádzať pozornosť od skutočného problému.

Raz som musela ostať po škole kvôli tomu, že som napísala niečo zlé o učiteľke (na moju obranu, bola desivá, ale nemala som ju nikdy nazvať dračicou). Samozrejme, učiteľka ten lístok našla. Bola som taká nahnevaná, že som zostala po škole, že som každému v triede povedala, aká je tá učiteľka zlá. Fungoval ten trest? Vôbec nie. Namiesto toho, aby som oľutovala, že som učiteľke ukrivdila, mala som pocit, že to práve učiteľka urobila niečo zlé.

Keď dieťaťu hrozíme trestom, napríklad, že ho zavrieme samo v izbe, začíname tým narúšať dôveru medzi rodičom a dieťaťom. Môžu sa stať dve veci. Dieťa sa začne dospelého báť a spolupracuje zo strachu, alebo si rafinovane nájde spôsob, ako urobiť, čo chce, a ako to rodič nezistí.

Podobne môžu hrozby a úplatky prinútiť dieťa spolupracovať, ale nie preto, že nám dieťa chce pomôcť. Jednoducho sa chce vyhnúť negatívnym následkom (trestu) alebo získať výhodu tých pozitívnych (odmenu). Ako dieťa porastie, hrozby a úplatky možno budú musieť byť väčšie a prepracovanejšie. Ak sa naučilo niečo urobiť len preto, že za to dostane nálepku, „cena“ ich spolupráce sa bude zvyšovať.

Tieto metódy získavania spolupráce u nášho batolaťa sú vyčerpávajúce. Všetku zodpovednosť kladú na nás, dospelých. Myslíme si: *Ako prinútim moje dieťa, aby sa oblieklo/jedlo/umylo si ruky?* Nakoniec sa to skončí hádkou a dieťa nás úplne prestane počúvať.

Existuje iný prístup.

Zakaždým, keď nás dieťa skúša, môžeme v tom vidieť príležitosť pre nás, ako ho niečo naučiť a rovnako príležitosť pre dieťa niečo sa naučiť.

Pozrime sa na spôsoby, ako s dieťaťom pracovať tak, aby s nami spolupracovalo (a aby sme si zachovali pokoj).

Opýtajme sa sami seba: *Ako môžem práve teraz svoje dieťa podporiť?*

Rozvíjanie spolupráce zahŕňa:

- riešiť problémy spoločne s naším batolaťom,
- zapájať dieťa,
- hovoriť spôsobom, ktorý dieťaťu pomáha počúvať,
- usmerňovať naše očakávania,
- a čosi navyše.

*Poznámka:* Aby sme si získali spoluprácu nášho batolaťa, potrebujeme mať vybudované základy vzájomného spojenia a dôvery. Preto, keď všetko vyzerá ako boj, je dobré sa vrátiť a opäť si pozrieť myšlienky z predchádzajúcej kapitoly.

## STANOVENIE HRANÍC AKO POMÔČŤ DIEŤAŤU PREVZIAŤ ZODPOVEDNOSŤ

Spoluprácu si možno pestovať aj bez toho, aby sme sa uchýľovali k hrozbám, uplácaniu a trestom. Ale ak vaše dieťa ani tak stále nespolupracuje, potom je čas naučiť sa, ako určovať hranice.

Toto je tá najťažšia časť starostlivosti o batola podľa princípov Montessori. Chceme mu dať čo najviac slobody na skúmanie, aby zostalo zvedavé, ale v rámci hraníc, aby zostalo v bezpečí, naučiť ho rešpektovať druhých a určiť hranice aj sami sebe.

V Holandsku si všímam, že to Holanďania (samozrejme, vo všeobecnosti) robia akosi veľmi prirodzene. Nevidím mnoho holandských rodičov alebo opatrovateľov, či opatrovateliek, ktorí by s batolaťom zvädzali boje alebo si s ním vymieňali názory tak, že by napokon dospelý na dieťa kričal. Z času na čas vidím plačúce malé dieťa za chrbtom rodiča idúceho na bicykli, no rodič pri tom zostáva pokojný, pokračuje v ceste a k dieťaťu sa prihovára upokojujúcimi slovami.

Ukážem vám, ako to urobiť tak isto, ako stanoviť hranice spôsobom rešpektujúcim dieťa aj zvyšok rodiny.

Bude to chcieť trochu tréningu. V podstate sa učíme nový jazyk. Ľahšie sa ho naučíme, ak môžeme dostať podporu iných ľudí vychovávajúcich svoje deti podobným spôsobom, takže sa môžeme navzájom od seba učiť a diskutovať o náročných momentoch. A ak niečo urobíme zle, môžeme si navzájom pripomenúť, že robíme maximum a využiť to ako príležitosť dieťaťu sa ospravedlniť.

### JE V PORIADKU NASTAVIŤ HRANICE

Keď boli moje deti malé, myslela som si, že mojou úlohou je jednoducho urobiť ich šťastnými. Aby som bola úprimná, to je tá ľahšia časť. Ako rodičia sme tu, aby sme im pomohli so všetkým, čo im život priniesie: aby sme s nimi oslavovali, pomáhali im poradiť si s chvíľami sklamaní a smútku – v dobrom aj zlom.

Niekedy musíme stanoviť hranice. Aby sme ich udržali v bezpečí. Aby sme im ukázali, ako byť úctivý. Aby sme zasiahli, keď si nevyberajú dobre. Aby sme im pomohli vyrásť v zodpovednej ľudskej bytosti.

Nastavovanie hraníc sa môže zdať náročné. Naše dieťa možno nebude s nastavením hranice spokojné. No keď ju stanovíme podporným a milujúcim spôsobom, naučí sa dôverovať tomu, že pri tom myslíme na to, čo je preň najlepšie, a náš vzťah s dieťaťom môže ešte spevniť.

Vďaka ťažkým časom rastieme. Vďaka ťažkým časom rastú aj naše deti. A je skvelé, že naše deti vedia, že ich milujeme dokonca aj vtedy, keď majú záchvaty zlosti, ťahajú nás za vlasy či keď sa odmietajú obliecť.



## **NASTAVUJTE HRANICE ZROZUMITEĽNE** STANOVTE ZÁKLADNÉ/DOMÁCE PRAVIDLÁ

Deti, a najmä batolata, potrebujú poriadok. Potrebujú vedieť, čo očakávať. Potrebujú vedieť, že veci sú konzistentné a predvídateľné. Že ich rodičia ich udržia v bezpečí a istote. Že dostanú rovnakú odpoveď, či už ich rodičia spali celú noc, alebo ich bábätko budilo každú hodinu.

Je dobré mať pár pravidiel, ktoré sú pre rodinu dôležité. Príliš veľa pravidiel by bolo ako diktatúra. Ale je užitočné mať pár jednoduchých a jasných pravidiel zameraných na to, aby boli všetci v bezpečí a žili s ostatnými pokojnejšie – presne ako keď máme pár dohodnutých pravidiel a zákonov na spoločný život v širšej spoločnosti.

Koľko z nás už doma nejaké základné pravidlá má? Možno prilepené na chladničke? Možno zoznam rodinných hodnôt zarámovaný na stene v obývačke? Alebo možno jednoducho prediskutovaných medzi dospelými členmi danej domácnosti?

Keď kladiem túto otázku na mojich workshopoch pre rodičov, zisťujem, že väčšina účastníkov vôbec žiadne základné pravidlá nemá. To znamená, že väčšinou len improvizujeme – vymýšľame si ich na mieste v danej chvíli. Potom môže byť ale ťažké udržať si prehľad, pre nás a rozhodne pre naše batola. Predstavte si, keby menili pravidlá svetiel na semaforoch a v niektoré dni by červená znamenala „stop“ a v iné dni zasa „chod“. Nečudo, že keď meníme názory, batolata tým mätieme.



## SPÁNOK

Princípy Montessori môžeme aplikovať aj ak ide o spánok – či už sa rozhodneme, že bude naše dieťa spať vo vlastnej izbe, vo vlastnej posteli v našej izbe alebo s nami na manželskej posteli. Na našom Montessori školení odporúčali, aby malo dieťa vlastnú izbu, ale spanie je veľmi osobná záležitosť, preto si vyberte také usporiadanie, aké vašej rodine najviac vyhovuje.

Okolo veku 12 až 16 mesiacov začne batola zvyčajne počas dňa spať už len raz a potom spí v noci približne desať až dvanásť hodín. Ak spí naše dieťa viac alebo menej, či má dostatok spánku zistíme podľa toho, či sa väčšinou budí veselé a šťastné a či je také aj počas dňa.

### Kde spať

Miesto na spanie pre batola by malo byť skutočne upokojujúce. Upravte priestor na spánok tak, aby bol bezpečný a aby v ňom nebolo príliš veľa rozptyľujúcich vecí a nevyzeral preplnene. Vymyslíte také riešenie, aby sa dieťa mohlo dostať do postele a z postele samo. Zhruba od veku 14 mesiacov by sa už mohlo presunúť do detskej postele s nízkou bočnou stranou, do ktorej sa vie samo vyštvárať, prípadne použite matrac na zemi.

Možno budete chcieť nočné svetlo. V článku „Jednoduchý spôsob, ako zlepšiť spánok vášho bábätko alebo dieťaťa ešte dnes!“ autorka Sarah Ockwell-Smithová radí vyhýbať sa bielemu a modrému svetlu a skôr sa poobzerať po svetle na báze červenej farby, ktoré neovplyvňuje tvorbu melatonínu.

Môžeme mať po ruke aj nejaký nápoj, ak by bolo dieťa v noci smädné.

Môžeme sa tiež rozhodnúť pre spoločnú rodinnú posteľ alebo deťom dovoliť, aby k nám v noci prišli. Rozhodnutie je na každej rodine.

Majte však jasno v tom, čo je v poriadku. Ak sa sťažujeme na spánok batolaťa, je pravdepodobné, že nám nevyhovuje nejaká časť spánkových opatrení a budeme musieť urobiť zmenu.



## Zaspávanie

Veľa som už hovorila o tom, aké je dôležité poskytnúť presne toľko pomoci, koľko potrebujú. Podporujeme ich, zasiahneme a pomôžeme im, a potom znova ustúpime do úzadia. To isté platí aj pre spánok.

Zavedte si pre čas spánku jasný a pravidelný postup. Rátajte asi s hodinou času na kúpanie, vyčistenie zubov, prečítanie knižky a rozprávanie sa o všetkom, čo sa počas dňa stalo. A potom im pomôžte len práve toľko, koľko potrebujú, aby zaspali.

Niektoré deti majú už od narodenia dobrý vzťah k spánku a jednoducho sa uložia do postele, keď sú unavené (často na matraci na zemi, už od narodenia) – to je svätý grál. Takéto deti majú od narodenia so spánkom spojené jasné asociácie a zavedenú pevnú postupnosť krokov pred spaním. Chodia do postele ospalé, ale bdejúce, nepotrebujú k uspávaniu žiadne barličky, ani kŕmenie.

Niektoré batolátá si možno rady prečítajú knižku a zaspávajú sami, zatiaľ čo iné si pred spaním potrebujú poplakať. Ak vieme, že sa dobre najedli, majú suché plienky a dobre sa pohrali, potom nám ich plač hovorí, že sú pripravené ísť spať. Ale neodporúčala by som nechať ich vyplakať sa osamote.

Dobrá, jemná technika, ako dieťaťu pomôcť, aby zaspalo samo, je postaviť stoličku k jeho postieľke. Keď ste už dokončili všetky kroky pred spaním, posaďte sa ticho na stoličku (trebárs si čítajte knihu). Ak plače, občas ho poškrabkajte po chrbte a povedzte mu niečo upokojujúce, ale nezdvíhajte ho na ruky. Ak sa postaví, môžeme ho znova uložiť. A nezačínajte žiadne rozhovory, ani s dieťaťom neudržiavajte príliš veľký očný kontakt.

Keď sa už naučilo zaspávať takto, môžete stoličku presunúť trochu ďalej od postele a zopakovať to niekoľko ďalších nocí. Každých pár nocí presúvajte stoličku bližšie k dverám a asi po dvoch týždňoch si môžete sadnúť za dvere tam, kde vás dieťa ešte stále môže vidieť. Po niekoľkých nociach už dieťa zvyčajne nepotrebuje, aby sme pri ňom sedeli.

Ak je dieťa choré alebo mu rastú zúbky, možno od nás bude potrebovať trochu viac pomoci. Tieto veci dokážu narušiť ich spánkový vzorec a keď sa už bude cítiť lepšie, budeme ho musieť znovu obnoviť.