



Slow Parenting

Helle Heckmannová

Pomalé rodičovství

Vědomá péče o děti — inspirativní přístup školky Nøkken

V edici Šťastné dítě vyšlo:

Koncept kontinua

Jak rozvíjet dětskou spiritualitu

Bez plenky

Svoboda a hranice, láska a respekt

Bonding – porodní radost

Naše děti, naše světy

Učit se žít s dětmi

Miminka v bezpečí

Blbinky a bláto



Helle Heckmannová

Pomalé rodičovství

Vědomá péče o děti — inspirativní
přístup školky Nøkken

DharmaGaia
Praha 2016

Knížky pro přemýšlivé lidi

Z dánštiny do angličtiny přeložili Tine Schmidtová a Jonathan Eliot
Z angličtiny do češtiny přeložila Jana Čeřenová
Editorka Johana Passerin

KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Heckmann, Helle

Pomalé rodičovství : vědomá péče o děti – inspirativní přístup školky Nøkken / Helle Heckmannová ; z angličtiny do češtiny přeložila Jana Čeřenová. – Praha : DharmaGaia, 2016. – 145 stran. – (Šťastné dítě)

Název anglické verze: Slow parenting, caring for children with intention – an inspiring approach from the Nøkken Kindergarten

Přeloženo z anglické verze dánského originálu

373.2 * 613.952/.954 * 373:371.4 * 371.4 * 159.922.72 * 316.812.1–055.52 * 173.5–055.52 * (489)

– Nøkken Kindergarten (Kodaň, Dánsko)

– předškolní výchova – Dánsko

– péče a výchova – Dánsko

– waldorfské školy – Dánsko

– waldorfská pedagogika – Dánsko

– vývoj dítěte

– rodičovství

– příručky

373.2/.3 – Předškolní a primární výchova a vzdělávání [22]

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této knihy nesmí být nijak reprodukována bez písemného svolení nakladatele, vyjma krátkých citací použitých v recenzích a článcích.

Copyright © by Helle Heckmann, 2012

English edition Foreword Copyright © by Nancy Blanning, 2012

Czech edition Foreword Copyright © by Johana Passerin, 2016

Photos © by Christoffer Bjørnvig, 2012

Translation © by Jana Čeřenová, 2016

Czech edition © by DharmaGaia, 2016

ISBN 978-80-7436-062-6

Obsah

Předmluva k českému vydání	7
Předmluva k anglickému vydání	10
Úvod	14
Poděkování	18

Vnitřní práce pedagoga

Školka Nøkken	19
Podání ruky	24
Spolupráce	25
Rytmická meditace	28
Porady, kurzy a rozhovory s rodiči	29
Úřední hodiny, přítomnost a administrativa	32

Spolupráce s rodiči

Společná zodpovědnost rodičů	34
Viditelný rámec	37
„Můžeme se přijít podívat? Jen pro představu...“	37
Jak se o Nøkkenu dozvědět více	38
Děti dříve a dnes	39
Dětství podle dětí	40

Kalendář	43
Rodičovská pocta Nøkkenu	43

Přijetí nového dítěte

Nøkken jako rodičovská volba .	46
Jak v Nøkkenu vybíráme nové děti	49
Návštěva doma	52
Adaptace nového dítěte	54
Sociální společenství podle Rudolfa Steinera	60
Uvítací složka pro nové rodiče .	61

Pohyb

Sedavé děti	70
Výlety a procházky	73
Proč pohyb?	75
Hluboké dýchání snižuje úzkost a stres	77
Padání	79
Smysly	81
Příroda	82
Příroda není disneyland	84
Nápodoba	85
Dětské konflikty	88

Výživa, toaleta a spánek

Bříško potěší dobré jídlo	91
Vcházení dovnitř.	95
Zpěv a sdílení	97
Konečně jídlo	99
Prstové hry a chození na nočník	102
Do plenek a do postýlky.	106
Ty a já	111

Rosteme

Z Malého Nøkkenu do Velkého	112
Přichází den stěhování	116
Narozeninový příběh	118
Ve třech letech	120
Rozevřená náruč.	121
Čas a zrání	122
Život a cesta vpřed	124
Inspirativní narozeninový příběh	126

Říkaneky a písňe s pohybovým

doprovodem Mnoho funkcí zpěvu	128
Vnitřní nápodoba	129
Říkaneky, básničky a prstové hry	131
Příprava a věrné zaujetí	132
Pracovat a zpívat radostně i vážně.	132
Říkaneky a písňe s pohybovým doprovodem pro inspiraci . . .	133
Pohádky pro starší děti.	134
Důkladná příprava	136

Závěrem 139

Bibliografie 141

Základní charakteristika waldorfské pedagogiky v raném dětství. . 143

Předmluva k českému vydání

*Ve tvém myšlení žijí vesmírné myšlenky,
ve tvém cítění tkají vesmírné síly,
ve tvé vůli tvoří vesmírné bytosti.
Ve vesmírných myšlenkách se ztrácej,
vesmírnými silami se prožívej,
z bytostí vůle vytvářej sám sebe.
Nekonči snovou hrou myšlenek
ve vesmírných dálkách;
začíněj v dálavách ducha
a konči v hlubinách vlastní duše:
nalezněš cílů bohů
poznáváje se v sobě sám.* *Rudolf Steiner (Meditační verše)*

*„Co tedy můžeme dělat?“ zeptal se Krabat.
„Budeme si cvičit vůli.“
„Jinak nic?“
„To je víc než dost.“* *Otfried Preussler (Čarodějův učeň)*

Kniha *Pomalé rodičovství* nám nabízí inspirativní pohled do zahrady dětství — mateřské školy Nøkken v Kodani. Dostalo se mi velké

cti, že jsem mohla osobně v Nøkkenu strávit nějaký čas. Nøkken je opravdu zvláštní místo. Čas tam plyne pomalu, v rytmu nádechu a výdechu, podle Slunce, Měsíce a Hvězd. Dospělí toho ve školce Nøkken mnoho nenamluví, zato ale hodně zpívají. Základními kameny jejich práce jsou společné studium, příprava a porozumění potřebám malých dětí. Připravený prostor a čas. Děti v Nøkkenu jsou klidné a soustředěné – stejně jako jejich průvodci. Tuto školu založila v roce 1987 Helle Heckmannová, původní profesí kulturní antropoložka. Její příběh se podobá příběhům mnoha lidí, kteří jsou nyní, v posledních letech, součástí tzv. Grassroot Movement, celosvětového hnutí „Ke kořenům“. Jenže Helle předběhla dobu o dobrých dvacet pět let! Naštěstí se tato dáma, známá svou houževnatostí a pevnou vůlí, nenechala odradit – její myšlenky byly z počátku považovány za poměrně rebelské. Posléze se stala zástupkyní Dánska v Mezinárodní asociaci pro waldorfskou předškolní pedagogiku (International Association for Steiner/Waldorf Early Childhood Education, IASWECE) a je uznávanou odbornicí na péči a výchovu dětí v nejranějším věku.

I my máme nyní díky knize *Pomalé rodičovství* možnost nahlédnout do každodenního rytmu, rituálů a sociálního uspořádání této školky. Kniha nám nabízí také úvahy o tom, proč jsou věci ve školce Nøkken uspořádány právě tak, jak jsou. Poukazuje na otázku, která by měla být pro každého průvodce malých dětí klíčovou – co opravdu malé děti potřebují? Tady a teď, v tomto čase, v tomto městě, v této zemi, na této planetě. Co můžeme my dospělí udělat pro naplnění těchto potřeb? A jak je rozpoznáme od svých tužeb, emocí, chtění a nechtění? Mysl nás dospělých

má jednu ošemetnou vlastnost: často hledáme spíš důvody, proč něco nejde, než způsob, jak to udělat. Pokud se to přihodí, měli bychom to zpozorovat a – zasmát se tomu. A cvičit si vůli. Protože bez ní tu úžasnou roli průvodce malého dítěte (či dětí) jen těžko zvládneme.

Obrátíme-li svůj pohled do dětství, jistě tam bude zářit nějaká malá zahrada, ostrov nebo hvězda – naprosto dobré místo, které po zbytek života hledáme, kam se vracíme, kde čerpáme síly. Někomu z nás je dopřáno, že se do své tajné zahrady může vracet kdykoli, jiný je ztraceným trosečníkem. Pro někoho je zrnkem písku, pro jiného rozlehlou končinou, plnou bohatých zákoutí. A když se podíváme do budoucnosti, uvědomíme si, že i současné děti takový ostrov nebo zahradu budou potřebovat. Potřebují zažít, že svět je dobré, uspořádané, bezpečné a smysluplné místo, že všechno má svůj čas a prostor. Zodpovědnost za to, aby to zažily, je na nás. Kniha *Pomalé rodičovství* nám ukazuje cestu. Kráčeje pomalu jako poutníci a s otevřenými očima i srdcem.

Johana Passerin
místopředsedkyně Asociace lesních mateřských škol

Předmluva k anglickému vydání

Když jsem se v roce 1991 seznámila s Helle Heckmannovou, byl to nezapomenutelný zážitek. Došlo k tomu v Dornachu ve Švýcarsku na mezinárodní konferenci o raném dětství. Helle rázně nakráčela k mikrofonu a pronesla ke svým kolegům vášnivý projev. Waldorfské pedagogové vždy zastávali stanovisko, že malé děti by měly být doma s matkami, dokud nedosáhnou školního věku. Ona ale podotkla, že to není realistický obrázek skutečného života. Dokonce již tehdy byli oba rodiče často zaměstnáni mimo domov – a vidíme, k jaké explozi došlo za posledních dvacet let. Helle přišla s kacírským návrhem, který již sama začala uskutečňovat v rodném Dánsku. Kvalitní péči, kterou potřebují velmi malé děti, mohou zajistit waldorfské pedagogové. Z pochopení vývoje malého dítěte prostřednictvím waldorfské pedagogiky totiž pramení jedinečná moudrost a vhled do potřeb dítěte v raném věku, a díky tomu můžeme k vytvoření zdravého základu pro celý zbytek života nabídnout něco jedinečného a podnětného.

Od mého prvního setkání s Helle Heckmannovou se mnohé změnilo. Potřeba kvalitní péče o nejmenší děti ještě více vzrostla. Program školky Nøkken [vyslov nukn] v Kodani v Dánsku, kterou Helle Heckmannová založila, je dobře zavedený a mezinárodně

uznávaný jako jedinečný přístup k péči o děti ve věku od jednoho roku do sedmi let. Nøkken je vzorem rané péče, jímž se jiná zařízení a waldorfské školky nechávají inspirovat a čerpají z něj praktický příklad denního rytmu, který dětem přináší prospěch a podporu. Před dvaceti lety bylo nezvyklé si třeba jen představit, že by děti trávily většinu dne venku, a ne zavřené ve třídě. Dnes je školek, kde děti tráví čas v přírodě, a lesních školek pro nejmenší čím dál více a jsou dokonce velmi žádané. Mnohé třídy vědomě usilují o to, aby se děti pravidelně dostávaly ven do přírody, a je to jejich cílem. Hellina neortodoxní vize se rozvinula do vysoce uznávaného programu, který autorka představuje na následujících stránkách. Nøkken je pro děti a rodiny v jeho okruhu požehnáním a je inspirací pro jiné pečovatele neboli „opatrovatele“, jak se jim v Nøkkenu říká.

Rodinná kultura se za poslední desetiletí dramaticky změnila. Překotné tempo a až zběsilá rychlost, které nás někdy ve vnějším světě obklopují, postihly také rodiny. Zastřela se moudrost způsobu péče o děti, která byla vetkána v tradičních modelech fungování rodiny. I když rodiny pociťují, že pro sebe a své děti chtějí něco více naplňujícího a méně vyčerpávajícího, těžko hledají rozumné, praktické vzory, které jim mohou být vodítkem. Popis školky Nøkken je odpovědí na takovéto hledání a tužby.

Kniha *Pomalé rodičovství* však není jen běžnou příručkou pro rodiče. Na jejích stránkách autorka podrobně popisuje, jak a proč je nøkkenský přístup k malým dětem strukturován. Na malé děti se například nesmí spěchat a nelze je posuzovat podle toho, co ještě neumí. Je privilegiem a zodpovědností pečujícího

dospělého, aby byl vzorem, který dítě může napodobit, a bez jakéhokoliv spěchu dítěti poskytl čas na opakované procvičování. Nápodobou malé dítě získává nejen nové dovednosti, ale spolu s tím, jak se rozšiřují jeho kompetence, také pocit sebeúcty. Z nich jmenujme např. získávání zkušeností a ovládání vlastního těla v pohybu, schopnost samostatně se najíst, obléknout se, vykonat potřebu a mluvit. To vše rozvíjí sebeúctu a optimistický náhled na život, který má dítě před sebou. Malé dítě přichází na to, že je platným členem lidského společenství. Dospělým často dělá starosti, zda se jejich děti prosadí ve světě. Bude-li rané dětství postaveno na tomto pevném základě a pokud budou moci děti zažít, že se samy z vlastní iniciativy mohou naučit cokoliv, co potřebují, potom pro ně budoucí výzvy budou řešitelné. Některí opatrovatelé vědomě promysleli všechny kroky a načasování toho, kdy dítěti nabídnout nové příležitosti, a tak mu zajistit bezpečný start. Uvedených příkladů dění v tomto zařízení péče o děti se mohou chopit také rodiče jako podnětu, který může být prospěšný i pro život v domácím prostředí. Tento útlý svazek také obsahuje průpovědi, písně, rytmičné hry a slavnosti, jež lze zavést i doma.

Moderní život tíhne k izolovanosti a rodiny jsou často ponechány, aby si poradily samy, aniž využijí nějaké výraznější pomoci. Některé jim vychází vstříc a z rodin utváří společenství. Takováto pozvánka je asi jedním z jeho největších lákadel, ale i výzev. Všechny rodiny, které vzájemně prováže společná nit péče o děti, se musí zavázat k tomu, že budou splňovat jistá

očekávání a prosazovat společné hodnoty. Toto volání po vytvoření společenství je dalším darem, který vzbuzuje do budoucna optimismus.

Rané dětství prožíváme jen jednou. Je vzácné. To, co se odehrává v prvních letech, nelze později stejným způsobem zopakovat nebo získat nazpět. Nøkken to potvrzuje. Tato kniha nám pomáhá ctít a respektovat bytost malého dítěte, dopřát jeho vývoji všechen potřebný čas a také sobě věnovat čas k tomu, abychom si vychutnali postupný a zázračný rozvoj lidské bytosti. V interakci s dítětem a mezi sebou navzájem můžeme rozvinout nový, vědomý záměr – u jídla, při spaní, na procházkách v přírodě i při oslavách svátků. *Pomalé rodičovství* je průvodcem, který nám pomáhá objevit v každodenním životě bohatství, které již máme, a to tak, že zpomalíme a dopřejeme sobě a svým dětem prostor, v němž lze dýchat a růst. Dala by se též nazvat příručkou pomalého růstu.

Děkuji Helle a jejím spolupracovníkům za to, že se o tyto možnosti s námi všemi podělili. Všechny malé děti i ti, co o ně pečují – rodiče, učitelé, opatrovatelé –, budou mít z moudrosti a vřelosti ukrývajících se na těchto stránkách prospěch.

Nancy Blanningová

Úvod

Tato kniha přináší silné a snad i odvážné poselství pro všechny, kteří se starají o spokojenou existenci nejmenších dětí. Cílová skupina je široká a zahrnuje rodiče, pedagogy, politiky a další zainteresované – tedy nejen učitele waldorfských školek nebo rodiče, kteří se zajímají o tento konkrétní styl výchovy dětí. Chovám naději, že pro všechny, kteří si tuto knihu přečtou, bude naše práce věnovaná dětem v Nøkkenu inspirací. Hlubší pohled do každodenního života v Nøkkenu podává také kniha *Zahrada dětství* (*Childhood's Garden*. WEKAN, 2009).

Kniha *Pomalé rodičovství* se pokouší nabídnout alternativní přístup k dětství – přístup, který kromě klidu a pravidelnosti zahrnuje zásadní prvek času, a to spousty času. V dnešní době, kdy čas jsou peníze, je tento postoj sám takřka provokací a vybízí k otázce: Neplatí malé děti příliš vysokou cenu za to, že naše společnost neúprosně vyžaduje růst a větší výkonnost? S radostí vítám rozvíjející se společenskou debatu na toto téma.

Je zapotřebí provést výzkum, který by ukázal, jak stres a pracovní zátěž rodičů dopadají na jejich děti. Je potřeba uvádět skutečné, konkrétní příklady z reálného života a příběhy s tím

kontrastující, jako např. ty uvedené v této knize, které ukazují, že je možné dělat věci jinak. Chci povzbudit vychovatele, rodiče a badatele k tomu, aby formulovali, jak vnímají spokojenost svých dětí a co jim dělá starosti. Může to být obtížné, protože tato věc se rovněž týká profesní kariéry žen a jejich stále náročnější vedoucí úlohy ve společnosti. Také je třeba uvážit roli muže v domácnosti, který se jako rovnocenný partner stará o děti. Jedná se o velmi citlivá témata, zejména ve Skandinávii, kde se po mnoho let razí cesta ženské emancipace. Chci také jasně říci, že v této knize nehájím návrat k hodnotám minulosti.

V dnešní době je všeobecně známo, že schopnost navazovat vztahy se utváří během prvních let života, čímž rané dětství nabývá vrcholné důležitosti. Má ohromný dopad na rozvoj potenciálu v pozdějším životě. Dětství nelze uspěchat nebo brát na lehkou váhu ani se nedá odložit na víkend nebo příští dovolenou, kdy máme pocit, že na něj máme čas. Je krátké a na to, abychom byli se svými dětmi a byli jim k dispozici, máme jen omezené množství času. Je to společný čas a nikdy se nevrátí. Děti potřebují rodiče — na delší dobu. Kvalitou ve světě dětí je také kvantita — spousta času, klidu a příležitosti zažívat ty vzácné chvíle pokoje, v nichž se může dítě taky něco jiného. Dospělí ale musí umět vyčkávat a naslouchat.

Pokud má tato kniha nějaké poselství, pak to, že životy a spokojenost našich dětí máme ve svých rukou. Jako dospělí neseme za děti plnou zodpovědnost. Coby rodiče, prarodiče, pedagogové a politici se musíme naučit zastavit a se zvýšenou citlivostí naslouchat jejich potřebám.

Poděkování

Chtěla bych poděkovat všem lidem, kteří mi pomohli tuto knihu realizovat: Anně Fastingové za rozsáhlou práci při prepisování, úpravách a uspořádávání veškerého materiálu. Zille Mørch Pedersenové za cennou pomoc s pročitáním, korekturami a poznámkami k textu. Pernille Millungové za obrovský entuziasmus a připomínky ke grafické úpravě. Luise Enevoldové za ochotnou pomoc s pročitáním a praktickými otázkami. Janne Christensenové za rozsáhlou práci na německém překladu a Tine Schmidtové a Jonathanu Eliotovi za zrovna tak rozsáhlou práci na překladu anglickém. Fotografovi Christofferu Bjørnvigovi za pozoruhodné pásmo úchvatných obrázků. Veliké díky patří mému kolegovi Sørenu Ringdalovi, jenž mě povzbuzoval, abych vytrvala, i když se pak nedostávalo času na jinou důležitou práci. Děkuji Dánskému sdružení pro steinerovsko-waldorfskou pedagogiku raného dětství, Merkur Fonden a Balder Fonden za finanční podporu.

Ráda bych také využila této příležitosti, abych poděkovala svým kolegům v Dánsku a po celém světě, kteří svým živým úsilím a prací dávají dětem možnost být nablízku dospělým vzorům, kteří v životě a při práci setrvávají na úrovni dětských očí.

Děkuji všech báječným dětem a jejich rodičům, kteří se nebojí jít proti proudu, následují hlas svého srdce a chápou, jak je dětství důležité.

Helle Heckmannová, 2012

Vnitřní práce pedagoga

Pondělní cvičení: Správné slovo

„V mluvě by ti, kteří usilují o vyšší rozvoj, měli vypouštět z úst pouze to, co má smysl nebo význam. Mluvení pro mluvení, jen aby se ukrátil čas, není užitečné a je třeba se vyvarovat bezvýznamných, planých řečí. Za žádnou cenu se však nesmíme odříznout od ostatních lidí a měli bychom krok za krokem rozvíjet konverzaci v něco smysluplného.

Jsme vždy připraveni hovořit s ostatními, ale to, co říkáme, musí být dobře promyšlené a uvážené. Jinak je lepší zůstat zticha. Musíme se snažit, abychom nepoužívali příliš mnoho nebo málo slov. Nejprve naslouchejte a poté zpracujte, co jste slyšeli.“

Rudolf Steiner

Školka Nøkken

Školka Nøkken Rudolfa Steinera se nachází v hlavním městě Dánska Kodani. Mnoho dětí žije v poměrně malých bytech, chatách a domech, jak už to ve velkých městech chodí. Všechny

bydlí ve vzdálenosti, která se dá urazit na kole, nanejvýš za dvacet minut. V Nøkkenu je zhruba čtyřiadvacet až osmadvacet dětí ve věku od jednoho roku do sedmi let. Máme čtyři učitele s úplným waldorfským vzděláním. Raději je nazývám opatrovatelé. V průběhu roku k nám také přicházejí praktikanti ze Školy pro učitele steinerovsko-waldorfských školek v Kodani a pravidelně nás navštěvují waldorfské opatrovatelé z celého světa, kteří zde hledají inspiraci a až dva týdny u nás studují.

Všichni zaměstnaní opatrovatelé absolvovali též tříleté denní waldorfské studium. To znamená, že mají solidní základy anthroposofie a chtějí pracovat na bázi výchovné filozofie, ze které Nøkken vychází. Nøkkenští zaměstnanci pracují společně již deset let. Školku jsem založila v roce 1987 a setrávám ve funkci ředitelky.*

Zaměstnanci přicházejí do školky hodinu před dětmi, v 7.30, a to proto, že některé přípravy nelze řádně vykonávat v přítomnosti dětí. V Malém Nøkkenu, který představuje zázemí pro roční až dvouleté děti, připravíme pro děti jejich venkovní postýlky. Na konci dne peřinky, příkrývky a ložní prádlo zase uklidíme. Je také potřeba připravit oběd a ve Velkém Nøkkenu, který navštěvují tří- až sedmileté děti, sesbírat nádobí a nabrat vodu do termosek, protože Malý Nøkken nemá přívod vody. Používáme ji pro děti na mytí rukou před obědem. V zimě také musíme

* Helle Heckmannová ukončila práci ředitelky v září roku 2013, v prosinci téhož roku přestala učit a nyní se věnuje přednáškové činnosti a navštěvuje mnoho zemí po celém světě jako mentorka – pozn. editorky.



rozdělat oheň v kamnech, abychom po návratu z každodenní procházky měli v domečku pěkně teploučko. Je třeba vyndat a připravit pleny. Dětem, když jdou po obědě na nočník, pak můžeme věnovat plnou pozornost.

Ve Velkém Nøkkenu uvaříme kaši a potom ji dáme do proutěného koše vystlaného dekami, aby nevystydla. Připravíme čaj a kávu pro personál a prostřeme stoly pro děti a opatrovatele. Pokud se slaví narozeniny, je potřeba zabalit dárky a připravit narozeninový stůl. Někdy také začneme s výzdobou oken na některou z našich deseti slavností podle ročních období. Je potřeba



udělat spoustu drobností, a když děti v 8.30 přicházejí, v domě a na zahradě již panuje čilý ruch.

V 8.00 se scházíme na verandě Malého Nøkkenu a střídáme se v předčítání knihy, kterou zrovna studujeme. Obvykle to bývá kniha, jež se týká naší práce, například o ročních obdobích nebo Steinerovo dílo o smyslech. Knihu vždy společně vybíráme při pracovních poradách. Může nám trvat až půl roku, než ji přečteme celou, protože ji procházíme velmi pomalu. Ne vždy o textu diskutujeme, ale spíše nad ním individuálně rozjímáme. Narazíme-li na něco, co jsme nepochopili nebo co nám vrtá hlavou, někdy si o tom po čtení popovídáme. Potom si přečteme týdenní průpověď od Rudolfa Steinera a připojíme konkrétní průpověď pro jednotlivé dny v týdnu. Průpovědi pro každý den v týdnu uvádím v této knize na začátku každé kapitoly. Tyto inspirující výroky podporují vnitřní usilování každého opatrovatele ve školce, a to jak po profesionální stránce, tak po stránce lidské.

Poté si sedneme a probereme den. Zavolali někteří rodiče, že jsou jejich děti nemocné? Slaví se něčí narozeniny? Je potřeba prodiskutovat nějaké problémy, předat zprávy nebo si třeba sdělit své názory? Považujeme to za jistou formu přístupu, jak se vzájemně udržovat ve formě a informovat se o průběhu dne, i za velice významnou sociální hygienu. Umožňuje nám to rozehrát se před začátkem dne s vědomím, že jsme si vzájemně naslouchali a známe aktuální situaci. Je důležité, aby veškeré informace i vhled do dění ve školce sdílelo více osob. Považujeme za povinnost podělit se o poznatky či zprávy s celým personálem.

Takto mohou všichni společně vstoupit do nového dne dobře připraveni.

V 8.30 stojíme v malém kroužku a držíme se za ruce s levou rukou nastavenou vzhůru v gestu přijímání a s pravou rukou otočenou dolů v gestu dávání. Pokývnutím si popřejeme dobré ráno a jdeme do zahrady, kam již začínají přicházet děti a rodiče.

Podání ruky

Když rodiče a děti dorazí do zahrady, vítáme je podáním ruky. Je-li dítěti méně než tři roky, potřese se si rukou nejprve s dospělým. S rodičem si s úsměvem popřejeme dobré ráno a pohlédneme si přitom do očí, načež opatrovatel podá ruku dítěti.

Moderní svět nemá obecně pochopení pro to, že jsme si jako pozdrav zvolili stisk ruky. Považuje se to za staromódní zvyk. My jsme si to tak vybrali, protože z naší zkušenosti nám stisk ruky umožňuje navázat kontakt s rodiči a vybudovat mezi námi neviditelný most, jako bychom říkali: „Viděl jsem vás. Slyšel jsem vás. Teď přebírám zodpovědnost za vaše dítě.“ Totéž platí o setkání s dítětem. Důležité na tom je, že stisk ruky je vidět, slyšet a cítit. Tento vědomý akt přijetí je důležitý pro pocit bezpečí dítěte i rodiče. Z naší zkušenosti děti podání ruky velmi oceňují. Častokrát k nám ti malí běží s napřaženou rukou, chtějí být vidět a slyšet. Uděláme to prostě tak, že si podáme ruku a zřetelně vyslovíme „dobré ráno“!

Někteří rodiče nám říkají, že jim to zpočátku přišlo poněkud zvláštní, protože to působilo velmi formálně a poněkud strnule,

ale že se naučili rituál stisku ruky oceňovat a dokonce ho sami začali používat s přáteli při společenských příležitostech. Přijmout podávanou ruku je ta nejpřirozenější věc na světě a je obtížné nabídnutou ruku odmítnout. Podáte-li světu ruku, je to jistý způsob setkání s ním. Stisk ruky je rovněž indikátorem – cítíte, zda je ruka teplá, vlhká nebo studená. Můžete si všimnout, kolik je v ní síly a co to napovídá o imunitě nebo spokojenosti člověka v daný den.

Současně navážeme oční kontakt, a jelikož jsou oči zrcadlem duše, můžeme se ptát: Jak se tomu člověku daří? Mám chuť potkat se s jeho očima, nebo ne? Je výraz jeho očí smutný, šťastný, nebo neutrální? Lesknou se a září, nebo se odtahují? Ve skutečnosti zažíváme, že čím dál více dětí má obtíže s očním kontaktem, a platí to i o dospělých. Znovuzavedení stisku ruky a navázání očního kontaktu bylo pro nás významným obrodným prvkem.

Spolupráce

Každý opatrovatel má odlišný úkol. Jeden zahradničí, jiný opravuje, další pere prádlo. Každý je zodpovědný za určitou oblast a snaží se postarat o to, aby vše, co dělá, bylo hodno nápodoby. Takto mohou děti napodobovat skládání oblečení, vaření nebo řezání dřeva při hře, která se může přeměnit v cokoli – v jezdce v bitvě, velkolepou oslavu narozenin nebo dětské trosečníky na opuštěném ostrově. Kdybychom my dospělí jen tak nečinně posedávali, byl by kolem nás daleko větší chaos. Dospělí se proto neustále věnují nějaké poklidné, ale užitečné činnosti.





Všichni zaměstnanci se vnímají jako součást školky a cítí za ni zodpovědnost. Chováme navzájem vzájemný respekt a máme společný pocit zodpovědnosti za to, co se děje. Vždy je co dělat. Pro každého opatrovatele má totiž význam, když zastřihneme růže, očeseme jablka ze stromu, když jsou dobře nakrmené slepice nebo když je trávník dobře udržovaný. Děti to cítí. Cítí přirozené zaujetí dospělých a cítí z toho vyplývající spokojenou existenci celé školky.

Vyskytnou-li se mezi zaměstnanci konflikty nebo zášť, je to jasné cítit a má to okamžitý vliv na děti i jejich rodiče. Všechno začne jít z kopce. Proto je velmi důležité dbát na dobrou spolupráci mezi zaměstnanci. Kolegové nemusí být vašimi nejlepšími přáteli, ale je potřeba vytvořit prostor, v němž k sobě chováte vzájemný respekt. Máme také to štěstí, že jeden opatrovatel bydlí v bytě nad školkou a druhý ve vedlejším domě, jehož zahrada sousedí s naší. A tak je pořád někdo srdcem školky, čtyřicet hodin denně.

Rytmická meditace

Každý den v týdnu i celý rok je utvářen ve srozumitelném rytmu. Rodiče o tomto rytmu vědí a souhlasili s ním, ještě než jejich dítě začalo do školky chodit.

Opatrovatelé, kteří v tomto rytmu den za dnem žijí, mají příležitost žít něčím, co by se dalo nazvat každodenní meditací. Prostřednictvím tohoto opakujícího se rytmu žijeme s dětmi v jakémsi společném nádechu a výdechu. To umožňuje také samotným opatrovatelům, aby se do rytmu pohroužili.

Každé dítě je jiné a jasný rytmus a rámcová struktura nechávají zazářit jeho zvláštnímu a jedinečnému charakteru. Tato jedinečnost vychází velmi zjevně na povrch, protože opatrovatelé v Nøkkenu nemusejí vymýšlet, co se bude dít dále, co budeme dělat nebo jak bychom se měli zhostit každodenních povinností. Každý den jsme schopni pozorovat děti novým způsobem a skutečně věnovat pozornost malým i velkým změnám, ke kterým neustále dochází a které jsou součástí jejich přirozeného vývoje. A tak se pozorování dětí stává přirozenou součástí naší práce. Jelikož pracujeme v rytmickém rámci, máme prostor a energii sledovat pokroky každého dítěte a přizpůsobit jim svůj přístup.

Porady, kurzy a rozhovory s rodiči

Každý čtvrtek po pracovní době máme dvou- až tříhodinovou pracovní poradou. Mluvíme o věcech, které upoutaly naši pozornost. Objevily se problémy? Je potřeba dát něco do pořádku, opravit nebo aktualizovat? Probíráme také slavnosti podle období, kterých v průběhu roku máme deset. Trávíme mnoho času tím, že se ladíme na autentické pozadí příští slavnosti, ale také každý rok znova probíráme, jak ji provedeme. I když jsou slavnosti každoročně dost podobné, skoro pokaždé do nich přidáváme nové prvky. Může se stát, že jsme dospěli k hlubšímu porozumění určité slavnosti nebo nás třeba inspiruje nový výchovný náhled a můžeme něco udělat jinak nebo jasněji.



Jako opatrovatelé vždy dbáme na to, abychom se dále vzdělávali. Pravidelně navštěvujeme kurzy, které se týkají našich potřeb či zájmů, a to jak v Dánsku, tak v zahraničí. Pořádáme také své vlastní kurzy nebo dny pro zaměstnance, kdy pracujeme na důležitých tématech a diskutujeme o nich. Je pro nás důležité vnímat, že si neustále doplňujeme nové poznatky – jako waldorfské opatrovatelé jsme na nikdy nekončící cestě objevování a vstřebávání. Tříleté studium na pedagogické škole je pouhým začátkem cesty, kterou máme před sebou. Protože všichni v Nøkkenu cítíme zodpovědnost za to, abychom si prohlubovali své znalosti a dovednosti, jeden z nás se třeba zaměřuje na děti se speciálními potřebami, další na vyprávění příběhů a říkanky, další na teorii výchovy a praxi péče o malé děti. Poznání, které získá každý jednotlivý opatrovatel, je přínosem pro všechny a sdílíme ho na týmových schůzkách, takže společné poznání neustále roste.

V Nøkkenu se vše soustřeďuje na děti. Po dobu, co jsou svěřeny do naší péče, za ně máme plnou zodpovědnost. Někdy zažíváme, že když rodiče přivádějí nebo vyzvedávají děti, jsou frustrováni z toho, že s nimi mají v průběhu dne tak omezený kontakt. Záměrně jsme se totiž rozhodli, že během dne je důležitější soustředit se na dítě, a ne na rodiče. Pokud nás rodiče chtějí kontaktovat po pracovní době, jsme vždy k dispozici. Pořádáme také rodičovské schůzky, kde se zaměřujeme na jednotlivé děti, aby obě strany byly informované o společné práci a zodpovědnosti.

Před setkáním s rodiči se vždy sejde tým opatrovatelů a dohodne se, kdo povede rozhovor, co je potřeba říci, jak se k danému

tématu stavíme a jak bychom měli co nejkonstruktivněji postupovat. Vždy se scházíme před rodičovskou schůzkou i po ní, abychom ji vyhodnotili, a je-li to potřeba, abychom se mezi sebou v týmovém duchu trochu poměřili.

Úřední hodiny, přítomnost a administrativa

Ředitelka má každý den pauzu od 12.00 do 13.00, když malé děti spí. V té době je čas na nezbytnou administrativní práci. Ředitelka pracuje současně s ostatními zaměstnanci, proto se snadno stává, že se administrativní povinnosti začnou kupit. Tento způsob jsme zvolili záměrně, aby všichni měli stejný pocit, že se prakticky zapojují do chodu školky, a aby měli kontakt s reálným životem Nøkkenu.

V úředních hodinách se u nás mohou zastavit rodiče, kteří si k nám přejí zapsat děti. V tomto čase také podle potřeby vyřizujeme různé záležitosti na úřadech. Nøkken dobře spolupracuje s místním zastupitelstvem. Tato spolupráce však zahrnuje jisté závazky, které Nøkken musí plnit. Potřebné úkoly jsou rozloženy mezi zaměstnance, takže někdo je zodpovědný za výchovný plán, další za ekologický plán, někdo jiný za sledování a vyhodnocování řeči dětí, další píše podklady atd. Obecně vzato instituce jsou stále více zatěžovány administrativou a za většinu z ní zodpovídá ředitelka školky. My se ale snažíme zodpovědnost v rámci týmu delegovat.

Z určitého pohledu je práce opatrovatele v Nøkkenu velmi náročná. Zaměstnanci jedí s dětmi a nemají přestávky sami pro

sebe. Od příchodu až do odchodu dětí jsme jim stále k dispozici. Zároveň ale nikdo z nás o pauzy nemá zájem. Děti „nemají přestávky“! Naše práce vyžaduje naši přítomnost a souvisí s vnitřní prací a rozjímáním. To nám umožňuje vykonávat výchovatelskou a opatrovatelskou práci o mnoho lépe. Je pro nás naprosto zásadní, abychom po šest hodin, co trávíme s dětmi, byli plně přítomní. Ve chvíli, kdy vstupujeme do Nøkkenu, musíme jako profesionálové nechat své problémy a těžkosti za dveřmi. Když jsme s dětmi, neprobíráme osobní záležitosti.





Pohyb

Čtvrteční cvičení: Učiňte si z těchto cvičení návyk

„Člověk by si měl dávat pozor, aby nedělal nic, co je nad jeho síly, ale ani aby se nevyhýbal ničemu, co v jeho silách je. Měl by stavět cíle a ideály, jež souvisejí s nejvyššími úkoly, které jen lidská bytost může mít, nad běžný život a nad to, co se v daném okamžiku odehrává. Například rozvíjet sebe samého tím, že si uvykne na tato cvičení, aby ještě více mohl pomáhat ostatním lidským bytostem, aby jim mohl radit, byť to třeba nebude v bezprostřední budoucnosti.“

Rudolf Steiner

Sedavé děti

Rozhodli jsme se, že každý den opustíme naši úžasnou zahradu a půjdeme na procházku, protože mnoho dnešních dětí nemá dostatek pohybu. Kdybychom zůstali ve školce, mnohé děti by pravděpodobně prostě zůstaly sedět a hrály by si na stejném místě na pískovišti anebo třeba v nějaké pěkné bahnité louži. Vždycky se vám nepodaří procvičit si tělo jen proto, že jste venku na zahradě. Mnoho dnešních dětí nemá dostatek pohybu, když



jsou s rodinou. Často sedávají v golfovém kočárku nebo v autose-
dačce. Dokonce i v supermarketu děti většinou sedí v nákupních
vozících. Mnohé děti jsou také všude nošené, i když už dávno
umějí chodit.

Po mnoho měsíců v roce je v Dánsku chladno a počasí je
nepředvídatelné. Děti a dospělí proto tráví hodně času uvnitř
a rodiče často zůstávají doma. To znamená, že děti se svým
sklonem napodobovat své okolí také přejmou toto chování a vět-
šinu času budou posedávat bez ohledu na to, zda si hrají samy
nebo něco podnikají s rodiči. Lidé v Dánsku často žijí na dosti
malém prostoru a mnozí nemohou svým dětem dovolit, aby si
šly hrát na ulici nebo na dvorek. Kvůli tomu jsou dnes děti méně
aktivní. V dřívějších dobách bylo přirozené, že člověk chodil
na nákupy pěšky a obecně vzato lidé vykonávali své pochůzky
pěšky. To už ve velkých městech jako Kodaň neplatí a údaje
z roku 2010 ukazují, že více než padesát procent všech dětí na
světě dnes žije ve městech! To znamená, že většina dětí nemá
bezprostřední přístup k přírodě a moudrosti, kterou Matka pří-
roda poskytuje prostřednictvím čtyř živlů země, vody, vzdu-
chu a ohně. Mnohé děti již nezažívají volnou hru v přirozeném
přírodním prostředí, kde by si procvičily tělo a smysly. Nemají
možnost prozkoumávat prostor a okusit, jaké to je mít své sou-
kromí za křovisky a stromy, hledat červy, brouky nebo si třeba
udělat polévku z bahna.

Výlety a procházky

V Nøkkenu chodíme na procházku každý den hned po ranním kruhu, a to za každého počasí. Děti musí přijít vhodně oblečené. Den začínáme při ranním shromáždění společnou písni. Stojíme v kruhu, držíme se za ruce a zpíváme písni podle ročního období. Děti také vítáme písni, ve které je všechny vyjmenujeme. Skončíme potom třeba krátkým příběhem ze života školky. Může to být příběh o myšce, která pravidelně navštěvuje pytel zrní, nebo něco podobného. Po ranním kroužku přejdou všichni k zahradní brance a zhruba tři sta metrů jdeme ve dvojicích po klidné předměstské ulici a přejdeme rušnou silnici. Dojdeme k mokřadům, kde se asi půl hodiny procházíme. Posléze se dostaneme za další rušnou silnici, a konečně dorazíme do parku. Tady se zastavíme a hrajeme si. Procházka trvá celkem okolo čtyřiceti minut.

Když je potřeba přejít přes silnici, větší děti jdou ve dvojicích a drží se za ruce a malé děti jdou vedle kočárků a drží se za provázek přivázaný ke kočárku, takže mají pevný záchytný bod.

Tří- až sedmileté děti mají dovoleno se na cestě mezi domluvenými zastávkami volně pohybovat. Mohou jít k další zastávce a čekat tam na celou skupinu, dokud nedostanou od některého z opatrovatelů znamení, že mohou pokračovat. Děti často běží k další zastávce a čekají. Naše děti nás skoro vždy poslechnou, a protože jsme hned od začátku nacvičovali opakování, u další lavičky nebo branky vždy zastaví a počkají na zbytek skupiny.



Díky stanoveným zastávkám nemusíme děti po celou cestu usměrňovat a ony se nemusí po celou dobu procházky držet za ruce. Mohou se volně a hravě pohybovat. Smí běžat, chodit pozpátku, padat a zase vstávat. Nezastavují se a nehrají si, protože jsou v procesu chůze. Při chůzi jsou schopny používat celé tělo.

Po celý rok chodíme stejnou cestou, abychom zažili střídání ročních období v přírodě. V pondělí a úterý vždy chodíme na jedno určité místo. Je tam hodně úkrytů, a ne moc stromů na lezení. Ve středu a ve čtvrtek chodíme na jiné místo, kde je více stromů,



na které se dá lézt. Je to větší území, a děti proto musí být jako skupina velmi dobře naladěné na denní rytmus, což v pondělí a úterý třeba nebývají, protože jsou ještě stále pod vlivem víkendu stráveného doma. V pátek obcházíme celou Utterslevskou mokřinu. Je to tříhodinová procházka a na oběd do školky se vracíme až na dvanáctou hodinu.

Jakmile dorazíme na místo, první půlhodinu si děti volně hrají. Poté se zhruba na patnáct až třicet minut shromáždíme ke zpívaným hrám a potom další půlhodinu probíhá

opět volná hra. Nakonec se kratší cestou vracíme do školky, což trvá okolo patnácti až dvaceti minut.

Proč pohyb?

Pohyb je skvělý, ale proč chůze? Existuje mnoho důvodů, proč je chůze pro děti dobrá. Při chůzi koordinujete pravou a levou stranu těla. Malé dítě s tímto pohybem začíná již v rané fázi života coby nemluvně, kdy leží s rukama zkříženými před obličejem

a jednou rukou si chytá druhou, aby se dotklo úst. Později se děti houpou ze strany na stranu, dokud se nepřekulí na bříško, a potom začnou lézt. Nakonec se postaví.

Zde začíná oboustranná koordinace, která má rozhodující vliv na naši budoucí duševní pružnost a schopnost myšlení, poněvadž buduje most mezi pravou a levou mozkovou hemisférou. Z tohoto důvodu je chůze velmi důležitým nástrojem kognitivního vývoje dětí. Chcete-li bystré děti, musíte je povzbuzovat k tomu, aby chodily ven a hýbaly se. Chcete-li hloupé děti, tak je prostě nechte celý den nečinně sedět před televizí a hrát počítačové hry.

Tím, že děti chodí, běhají, padají, lezou, plazí se, balancují, tančí a skáčou, jejich tělo sílí a získává vitalitu. K nárůstu tělesné svalové hmoty dochází jediné tak, že svaly používáme, a vzpřímená chůze není pro malé děti zas až tak jednoduchá. Jako by se při své nestabilní chůzi kroutily. Nejsou schopny kráčet vzpřímeně. Proto děti při chůzi procvičují smysl pro rovnováhu. Když dítě učíte chodit, začíná pociťovat svou vzpřímenost. Pro malé děti,





kteří jdou vedle kočárku, je důležité, že mají jako opěrný bod provázek, kterého se mohou držet, a často se na procvičování chůze velice soustředí.

Hluboké dýchání snižuje úzkost a stres

Chůzi doprovází hluboké dýchání, které sestupuje úplně dolů do bránice. Je nám jasné, že děti zklidňuje. Ráno po příchodu dětí pozorujeme, že jsou často plné úzkosti a rozptýlené. To je



Závěrem

Shrnutí: Správné ověření

„Čas od času obrať svůj pohled dovnitř, byť třeba jen na pět minut denně v ten samý čas. Když tak učiníš, měl by ses do sebe pohroužit a pečlivě se se sebou poradit, prozkoumat a vybavit si přitom své zásady, projít si v myšlenkách své povinnosti, rozjímat o náplni a skutečném smyslu života.“

„Stručně: usiluj o objevení toho, co je podstatné, trvalé a věčné, a poctivě pracuj s pohledem upřeným ke konečnému cíli, například ke ctnostem, které si chceš osvojit. Neupadni do pastí a nedomnívej se, že už jsi to dokázal, ale vždy se snaž tříbit způsoby, jak se stát tím nejlepším, kým můžeš být.“

Rudolf Steiner

Tato kniha předkládá metodu, jak lze strukturovat den ve škole v rámci možností, které nám dává realita velkoměsta, jako je Kodaň. Nepovažuji ji za vzor, ale dělím se o ni v naději, že může posloužit jako inspirace druhým v jejich ušlechtilé práci s dětmi, ať už to jsou opatrovatelé, rodiče, prarodiče nebo třeba jen dobří přátelé. Všichni si můžeme osvojit podobné smýšlení a stejný ná-

zor, ale jeho praktické vyjádření v každodenním životě se bude samozřejmě lišit od místa k místu podle toho, ve kterém koutě planety a v jakých podmínkách se nacházíme.

Jedno ale platí pro všechny: děti jsou zdrojem budoucnosti a nadějí zítřka. Dobře je přijměte a starejte se o ně.

BÁSEŇ O NØKKENU – ZAHRADĚ DĚTÍ
Napsala Tine Schmidtová, nøkkenská matka

*V té zahradě mě plní úžas,
v zahradě volnosti, pokoje,
zaliji mladoučké výhonky,
aby tak mohly růst i ve mně.*

*V té zahradě mě plní úžas,
v zahradě volnosti, pokoje,
zapěji píseň Matky země,
aby tak mohla zpívat i ve mně.*

*V té zahradě mě plní úžas,
v zahradě volnosti a pokoje,
zavířím v tanci zářivých víl,
aby tak mohly tančit i ve mně.*

*V té zahradě mě plní úžas,
v zahradě volnosti a pokoje,
pohlédnu na všechny jasné hvězdy,
aby tak mohly zářit i ve mně.*

Bibliografie

Poznámka editorky: spisy Rudolfa Steinera jsou za názvem označeny písmeny GA. Ta odkazují na číslo publikace v sebraných spisech Rudolfa Steinera (v němčině Gesamtaufgabe).

Erziehungsfrage als soziale Frage. GA 296, 1991.

Erziehungs und Unterrichtsmethoden auf anthroposophischer Grundlage. GA 304, 1979.

Gegenwärtiges Geistesleben und Erziehung. GA 307, 1986, česky: *Současný duchovní život a výchova.* Nakl. Studium anthroposofické společnosti (postupně vyšlo čtrnáct samostatných sešitů s přednáškami), rok vydání neuveden.

Geistige Führung des Menschen und der Menschheit, GA 15, 1911.

Heilpädagogischer Kurs. GA 317, 1995. Česky: *Léčebná pedagogika.* Studium anthroposofické společnosti, pobočka Písek, 2001–2002. Skripta, tři sešity.

Kunst des Erziehens aus dem Erfassen der Menschenwesenheit, GA 311, 1989.

Mysteriengestaltungen, GA 232, 1998.

Pädagogische Praxis vom Gesichtspunkte geisteswissenschaftlicher Menschenkenntnis. Erziehung des Kindes und jüngeren Menschen. GA 306, 1989. Česky: *Výchova dítěte z hlediska duchovní vědy.* GA 306. Praha: Baltazar 1993.

Pädagogische Wert der Menschenkenntnis und der Kulturwert der Pädagogik, GA 310, 1989.

Z díla Rudolfa Steinera v češtině:

Anthroposofie a pedagogika. Praha: AWŠ ČR, 2011.

Básně, modlitby, meditace. Michael, 1999.

Duchovní věda – anthroposofie. Olomouc: Poznání, 2011.

Eurytmie jako viditelný zpěv. Hranice: Fabula, 2012.

Forma vyučování na základě poznání člověka. Praha: Waldorfské lyceum.

Hlavní body sociální otázky. Praha: Baltazar, 1993.

K vývojovým fázím prvních tří sedmiletí. Praha: Opherus, 2002.

Umění výchovy, Metodicko-didaktický kurs. Praha: Opherus, 2003.

Výchova dítěte a metodika vyučování. Praha: Baltazar, 1993.

Výchova dítěte z hlediska duchovní vědy. Praha: Baltazar, 1993.

Všeobecná nauka o člověku jako základ pedagogiky. Praha: Opherus, 2003.

Waldorfská pedagogika. Metodika a didaktika. Praha: Opherus, 2003.

Waldorfská pedagogika. Seminární hodiny. Praha: Opherus, 2006.

Knihy Helle Heckmannové:

Nøkken. A Garden for Children (Nøkken. Zahrada pro děti). Pimpegyden, 1987.

A Garden for Children, Celebration edition (Zahrada pro děti, sváteční vydání). Nøkken, 1993.

Childhood's Garden (Zahrada dětství). WECAN, 2009.

Základní charakteristika waldorfské pedagogiky v raném dětství

Budoucí vývoj každého jednotlivého dítěte a lidskosti jako takové záleží na zdravých zkušenostech v prvních sedmi letech života. Atmosféra láskyplné vřelosti a vedení, která vytváří radost, úžas a úctu, takový zdravý vývoj podporuje. *Nejzákladnějším aspektem práce s malými dětmi je vnitřní přístup učitele, který poskytuje předobraz pro dětskou nápodobu. Práce waldorfského učitele vyžaduje tudíž neutuchající proces zkoumání a sebevzdělávání, včetně studia anthroposofie, meditační praxe, umělecké a praktické činnosti.*

Ve waldorfských školkách a jeslích, dětských centrech, rodičovských a mateřských centrech a dalších zařízeních jsou budovány základy pro pozdější učení a zdravý vývoj dětí, včetně jejich celoživotního fyzického, emocionálního, intelektuálního a spirituálního růstu.

Toto vzdělávání je založené na pochopení vývoje lidské individuality a nabízí ochranu důstojnosti dětství a respekt k němu. Zahrnuje porozumění postupnému vývoji dítěte od doby před narozením až po sedmý rok. Věnuje zvláštní pozornost důležitosti rozvoje chůze, řeči a myšlení v prvních třech letech života.

Waldorfská pedagogika bere v potaz vývojové potřeby různých věkových skupin: vůlí vedenou fyzickou aktivitu v prvních třech letech; imaginativní hru ve třech až pěti letech a nakonec stále více badatelsky orientovaný a poznávací přístup k učení v době před nástupem do školy.

Vzdělávací principy

Vzdělávací programy založené na waldorfské pedagogice se mohou lišit podle země, kultury, velikosti skupiny, věkového rozmezí a individuálního vzdělávacího přístupu. Při zachování této různorodosti sdílí waldorfská pedagogika určité základní charakteristiky:

Milující zájem o každé dítě a jeho přijetí.

Dítětem iniciovaná a řízená hra (volná hra), k níž mají děti dostatek jednoduchého materiálu, je považována za nejdůležitější „program“ či aktivitu malých dětí. Volná hra je doslova prací malého dítěte a umožňuje mu zažívat a pochopit svět a život.

Uvědomění, že malé dítě se učí prostřednictvím nápodoby, různorodé smyslové zkušenosti a pohybu. Přirozeností dětí je objevovat své životní a sociální prostředí, které by mělo nabídnout hranice, strukturu a ochranu, ale zároveň i příležitost setkat se s výzvami a rizikem.

Zaměření se na skutečné, reálné zkušenosti namísto umělých, virtuálních, podporuje dítě v budování zdravého vztahu se světem.

Umělecké činnosti, jako vyprávění, hudba, malování, rytmické hry nebo modelování, rozvíjejí zdravý rozvoj představivosti a tvořivosti.

Smysluplné praktické činnosti, jako vaření, pečení, zahradničení, řemeslo a péče o domácnost, poskytují příležitosti k rozvoji postupně se rodících lidských schopností. Je kladen důraz na životní proces, nikoli na učební výsledky.

Předvídatelný rytmus dne, týdne a roku poskytuje bezpečí a dává pochopit vzájemné souvztažnosti a celistvost života. Slavnosti a svátky se slaví podle kulturního a zeměpisného kontextu.

Uznáváme, že zdravý vývoj dítěte se plně uskutečňuje ve společenství lidí, mezi nimiž panují zdravé sociální vztahy ve všech rovinách: mezi rodiči, učiteli a dětmi. Waldorfské učitelé se taková vědomá, spolupracující společenství snaží vytvořit a vnímají vlastní počínání jako součást celosvětového kulturního impulsu.

Prohlášení vydala International Association for Steiner/Waldorf Early Education (Mezinárodní asociace waldorfského předškolního vzdělávání). Asociace waldorfských mateřských škol ČR je její členskou organizací.

(přeložila Johana Passerin)

Zdroj: www.iaswece.org
www.iaswece.org/Files/Articles/Essential_Characteristics_EN.pdf



Helle Heckmannová

Pomalé rodičovství

Z anglického vydání *Slow Parenting, Caring for Children with Intention – an inspiring approach from the Nøkken Kindergarten* (LILIPOH Publishing, Inc., 2012) přeložila Jana Čeřenová. Vydalo nakladatelství DharmaGaia v roce 2016 v edici *Šťastné dítě*.

Editorka Johana Passerin.

Odpovědná redaktorka Daniela Kučmašová.

Typografie & sazba martin.tresnak@gmail.com.

Tisk PBtisk, Příbram. ISBN 978-80-7436-062-6

DharmaGaia, Uhlerný trh 1, 110 00 Praha 1

Tel. +420 224 238 551, e-mail: dharmagaia@dharmagaia.cz

www.dharmagaia.cz

Distribuce v ČR: Kosmas — www.kosmas.cz

Distribuce v SR: Partner Technic — www.partnertechnic.sk

Všichni víme, že dnešní doba je spojená se stresem a spěchem, což se negativně podepisuje především na našich dětech. Tato kniha v sobě skrývá obraz zcela jiného přístupu, který vychází z vědomého prožívání života a hlubokého respektu k rané fázi dětství. Přináší detailní popis každodenního rytmu, rituálů a sociálního uspořádání kodaňské waldorfské školky Nøkken, v níž i nejmenší děti tráví většinu dne venku, a ne zavřené ve třídě. Poukazuje na otázku, co opravdu malé děti potřebují. Tady a teď, v tomto čase, v tomto městě, v této zemi, na této planetě. Co můžeme my dospělí – rodiče a pedagogové – udělat pro naplnění těchto potřeb?

Knížka může být inspirací pro rodiče, aby se navzájem propojili a iniciovali vznik podobných školek i ve svém okolí.



Helle Heckmannová (*1955), původní profesí kulturní antropoložka, se jako waldorfská pedagožka specializuje na předškolní pedagogiku. V roce 1987 založila školku Nøkken, v níž rozvinula unikátní koncept péče o děti ve věku od jednoho roku do sedmi let. V současnosti se jím nechávají inspirovat jiné waldorfské školky i další instituce, např. lesní školky, v mnoha zemích světa. Helle Heckmannová více než patnáct let cestuje po světě a pořádá workshopy a přednášky. Pracuje také jako vládní poradkyně.

