

LATVIJAS UNIVERSITĀTE  
PEDAGOĢIJAS, PSIHOĻOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE  
PEDAGOĢISKA NODAĻA

PIRMSSKOLAS VECUMA BĒRNU ADAPTĀCIJU IETEKMĒJOŠO FAKTORU ANALĪZE

BAKALAURA DARBS

Darba vadītājs

Profesore, Dr.paed.

Ilze Šūmane

Akadēmiskais amats

Zinātniskais /  
akadēmiskais grāds

Vārds, uzvārds

Paraksts

Autore: Poļina Štroma  
Studenta apliecības Nr.: ps18032

RĪGA 2024

## SATURS

IEVADS.....	5
1. BĒRNA ATTĪSTĪBAS UN ADAPTĀCIJAS IETEKMĒJOŠIE FAKTORI .....	8
1.1 Adaptācijas būtība, posmi, to raksturojums .....	8
1.2 Adaptācijas iekšējā faktora izpēte - bērna attīstība (fiziskā un garīgā pieredze).....	12
1.3 Adaptācijas ārējo faktoru izpēte .....	14
2. BĒRNU ADAPTĀCIJAS FAKTORI LATVIJĀ, TO ANALĪZE.....	18
2.1 Vecāku emocionālā intelekta līmeņa ietekme uz bērna attīstību .....	18
2.2 Digitālo ierīču ietekme uz bērna attīstību .....	24
2.3 Pašvaldības un privāto bērnudārzu vides salīdzinājums .....	26
3. BĒRNU ADAPTĀCIJAS ANKETAS REZULTĀTU ANALĪZE.....	28
3.1 Pētījuma metodoloģija .....	28
3.2 Bērna uzvedības rezultātu analīze.....	30
3.3 Vecāku viedokļu rezultātu analīze .....	37
3.4 Skolotāju intervijas rezultātu analīze .....	42
SECINĀJUMI.....	44
PRIEKŠLIKUMI .....	46
IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI .....	48
PIELIKUMI.....	50
1.pielikums. Vecāki, kuriem pārtrauktas, atņemtas un atjaunotas bērna aizgādības tiesības .....	51
2. pielikums. Aptaujas anketa .....	52
3. pielikums. Intervijas jautājumi.....	56

## ANOTĀCIJA

Bakalaura darbā tika novērtēta bērnu adaptācija bērnudārzā, tika analizēta dažādu iekšēju un ārēju faktoru ietekme adaptācijas posmā, ar mērķi identificēt vecāku un skolotāju savstarpējās sadarbības ietekmi uz bērnu emocionālo un sociālo attīstību.

Bērnudārzu vide, bērnu grupiņa, skolotāji un vecāki ietekmē bērna emocionālo un sociālo attīstību. Bērna vajadzību apmierināšana, atgriezeniskā saite no apkārtējās vides formulē bērna personību.

Darbs sastāv no divām daļām - teorētiskās un empīriskās.

Darba izstrādes rezultātā autore konstatēja ka vecāku intelekta līmenis un sadarbība ar skolotājiem tiešā nozīmē ietekmē adaptācijas procesu un izstrādāja priekšlikumus to uzlabošanai.

**Atslēgvārdi:** adaptācija, bērnudārzs, vecāki, skolotāji, bērni, sadarbība, faktori, ietekme.

## ANNOTATION

The bachelor's thesis evaluated children's adaptation in kindergarten, analysed the influence of various internal and external factors during the adaptation stage, with the aim of identifying the impact of mutual cooperation between parents and teachers on children's emotional and social development.

Kindergarten environment, group of children, teachers and parents influence the child's emotional and social development. Satisfying the child's needs, feedback from the environment formulates the child's personality.

The work consists of two parts - theoretical and empirical.

As a result of the development of the work, the author established that the level of parents' intelligence and cooperation with teachers directly affects the adaptation process and developed proposals for their improvement.

**Keywords:** adaptation, kindergarten, parents, teachers, children, cooperation, factors, influence.

## IEVADS

Bērnu pirmsskolas izglītība ir kritiskais posms, kurā tiek veidota pamata attieksme pret mācībām, sociālām attiecībām un iekļaušanu sabiedrībā.

Bērnudārzs ir vieta, kur bērni pirmo reizi sāk savu formālo izglītību un sociālo pieredzi ārpus ģimenes vidē. Šajā procesā bērni tiek iesaistīti jaunā vidē, kurā ir svarīgi pielāgoties, iemācīties sadarboties un attīstīt savas sociālās un emocionālās prasmes. Bērnu adaptācija bērnudārzā ir būtisks posms viņu attīstībā un veidošanās ceļā uz neatkarīgu indivīdu. Bērnudārza adaptācijas process ir šī posma sākuma punkts, kur bērni saskaras ar jauniem izaicinājumiem, iesaistās saskarsmē ar jaunu vidi, skolotājiem un viens otru. Bērnu adaptācija bērnudārzā ir emocionāls ceļojums, kurā mazās personas saskaras ar jauniem izaicinājumiem, iziet no ģimenes komforta zonas uz kopīgu izglītības vidi. Šis posms ir ne tikai pāreja no bērnības uz pirmsskolu, bet arī svarīgs ieguvums bērnu sociālajā un emocionālajā attīstībā. Šajā bakalaura darbā tiks analizēta vecāku un skolotāju loma bērnu adaptācijas procesā bērnudārzā.

Šajā kontekstā tiks izvirzītas atslēgas uz jautājumu – kā veicināt efektīvu sadarbību starp vecākiem un skolotājiem, lai nodrošinātu bērnu veiksmīgu adaptāciju un izglītības pieredzi. Vecāki un skolotāji ir svarīgi šajā procesā, kas var ietekmēt bērnu emocionālo labklājību, sociālo integrāciju un mācību sasniegumus. Viņu kopīga sadarbība ne tikai atvieglo pāreju no ģimenes uz bērnudārzu, bet arī veicina bērnu individuālo attīstību. Bērnu pirmā pieredze bērnudārzā ietekmē to attieksmi pret mācībām, kopienas dalību un pašu sevi izpratni. Tas ir laiks, kad bērni sāk veidot savas pirmās sociālās saiknes ar vienaudžiem un pieaugušajiem, radot pamatu nākamajiem mācību gadiem. Bērnu adaptācijas process ir atslēga veiksmīgai pārejai no ģimenes pieskāriena uz plašāku izglītības pasauli. Bērnu adaptācija bērnudārzā ir saistīta ar emocionālo pieredzi, kas var būt būtiska viņu turpmākajā attīstībā. Bērnudārza adaptācijas periods ir laiks, kurā bērni veido pirmās sociālās attiecības un iepazīstas ar vienaudžiem. Bērni, kuri veido pozitīvas saistības ar bērnudārza vidi un personālu, izrāda lielāku interesi mācībās. Tēma par bērnu adaptāciju ir ļoti aktuāla un svarīga, jo tā skar ne tikai bērnus, bet arī vecākus, izglītības speciālistus un sabiedrību kopumā. Dažādi faktori padara šo tēmu īpaši aktuālu un izraisa turpinātu interesi un pētniecisko darbu dažādās jomās. Pārmaiņas dzīvesveidā un sabiedrībā prasa pielāgošanos no visiem, un bērni nav izņēmums. Strauji mainīgajā pasaulē bērniem ir jāapgūst jaunas prasmes un jāveido sociālās attiecības, sākot ar agrīno vecumu. Emocionālā labklājība ir svarīgs aspekts bērnu attīstībā. Bērniem ir jāmacās pārvaldīt savas emocijas un pielāgoties dažādām sociālajām situācijām, lai attīstītu veselīgas attiecības. Pielāgošanās jaunām vides un vienaudžu attiecību veidošana ir būtisks elements bērnu kopienās un izglītības iestādēs. Pētnieki turpina veikt pētījumus par bērnu adaptāciju, jo ir nepieciešama aktuāla un reāla informācija, lai izstrādātu labākas izglītības un vecāku atbalsta stratēģijas. Kopumā, ņemot vērā visu teikto, tēma par bērnu adaptāciju saglabā

savu aktualitāti un turpinās piesaistīt uzmanību un pētnieku interesi nākotnē, panākumus, kas var būtiski ietekmēt viņu turpmāko izglītību.

**Mērķis** ir izprast, kā vecāku un skolotāju sadarbības var ietekmēt uz bērna emocionālo un sociālo pielāgošanos procesā, veicinot veselīgu attīstību un mācību panākumus.

Darba mērķa sasniegšanai tiek izvirzīti šādi **uzdevumi**:

- analizēt informācijas avotus par adaptācijas procesu, tās posmiem bērnudārzā;
- raksturot bērnudārza skolotāju un ģimenes lomu adaptācijas procesā;
- analizēt dažādus faktorus Latvijā, kas ietekmē bērnu adaptāciju ārējās vides faktoru ietekmē;
- izpētīt pozitīvos un negatīvos faktorus bērnu adaptācijas procesā;
- izstrādāt secinājumus un priekšlikumus par bērnu adaptācijas procesu bērnudārzā.

**Pētījuma metodes un dati:** Darbā tika izmantotas divas metodes primāro datu ieguvei - kvantitatīvā (aptauja) un kvalitatīvā (intervija). Kopumā tika aptaujāti 78 respondenti, lai noskaidrotu bērnudārza vecuma bērnu vecāku viedokli, attieksmi un dažādiem faktoriem, kas ietekmē vai ietekmēja viņu bērnu adaptācijas procesu, lai noskaidrotu, kuri ir veicinošie un kuri ir kavējošie faktori. Intervijas ietvaros tika aptaujātas divas bērnudārza skolotājas ar 6 gadu darba stāžu bērnudārzā, sniedzot profesionālu padziļinātu ieskatu, pamatojoties uz uzkrāto gan profesionālu, gan personīgo dzīves pieredzi.

**Pētījuma objekts** – bērnu adaptācijas faktori un to loma bērna attīstībā.

**Pētījuma priekšmets** – ārējo un iekšējo faktoru novērtējums bērna attīstībā.

Bakalaura darba izstrādes gaitā tika izmantotas tādas **pētniecības metodes** kā kvantitatīva pētījuma metode (grafiskā metode) un statistiskās analīzes metodes: empīrisko pētījumu un datu izpētes rezultāti, datu salīdzināšana.

Bakalaura darbā veiktais novērtējums pamatojas uz šādiem **literatūras un datu avotiem**: speciālo literatūru, grāmatas un zinātniskās datu bāzes.

Bakalaura darba **pētījuma periods** ir izvēlēts no 2000. līdz 2024. gadam.

Darba teorētiskās daļas pētījuma periods ir no 2000. līdz 2023. gadam (skat. 1. un 2. nodaļu) un praktiskās daļas pētījuma periods ir no 2024. gada ietvaros (skat. 3. nodaļu).

Darba pirmajā nodaļā tiek apskatīti adaptācijas jēdziens, posmi, iekšējās (skolotāji, vecāki) un ārējās (grupuņa, apkārtnē) vides faktoru teorētiskie aspekti.

Darba otrajā nodaļā tiek izpētīti tādi faktori, kuri ietekmē bērnu adaptācijas ātrumu bērnudārzā kā vecāku emocionālā intelekta līmenis, digitālo ierīču izmantošanas laiks, pašvaldības un privāto bērnudārzu vides salīdzinājums.

Darba trešajā nodaļā tiek analizēti un izvērtēti kvantitatīvie un kvalitatīvie dati, ko nodrošina aptauja vecākiem un intervija ar pieredzējušiem bērnudārza pedagogiem, lai iegūtu pilnīgus datus un viedokļus no abu pušu pārstāvjiem salīdzināšanai un analīzei.

**Darba raksturs** – lielāka nosliece ir gan uz teorētisko gan uz praktisko, tā kā teorētiski ir apskatīti dažādi ietekmējoši faktori un praktiskajā daļā ir veikta aptaujā sniegto vecāku viedokļu analīze un intervijā sniegto kvalitatīvo datu izvērtēšana un salīdzināšana.

# 1. BĒRNA ATTĪSTĪBAS UN ADAPTĀCIJAS IETEKMĒJOŠIE FAKTORI

## 1.1 Adaptācijas būtība, posmi, to raksturojums

Adaptācija (angļu val. adaptation) ir veids, kādā jebkura sociāla sistēma pielāgojas apkārtējai videi.<sup>1</sup>

Bērna adaptācija ir sociālās mijiedarbības process, kuru ietekmē dažādi faktori:

- 1) ārējie faktori: pedagogi, grupiņas biedri, izglītības iestādes vide, vecāki;
- 2) iekšēji faktori: bērna fiziskā un garīgā pieredze.<sup>2</sup>

Adaptācija ir būtiska, lai veicinātu labklājību un efektivitāti. Tas ir process, kurā indivīds pielāgojas jaunam vides kontekstam vai situācijai, kas var ietvert emocionālu, sociālu un fizisku pielāgošanos, piemēram, jaunā darba vietā, skolā vai citās dzīves situācijās.<sup>3</sup>

Katrs bērns ir atšķirīgs, katram ir sava atšķirīga pieredze un zināšanas. Adaptācijas laiks katram bērnam norit atšķirīgi, arī tā ilgums ir dažāds. Taču iesaistīšanās pedagoģiskajā procesā sākumā ir emocionāli saspringts laiks ikvienam bērnam, neatkarīgi no tā, vai viņš to izrāda vai nē. Sākumā katrs bērns pārdzīvo emocionālu diskomfortu.<sup>4</sup>

Bērnam ir grūti adaptēties jaunā vidē, neskatoties uz skolotāju pedagoģisko meistarību un vecāku atbalstu. Adaptācijas grūtības var izpausties dažādi: biežās saslimšanās (īpaši ar saaukstēšanās slimībām, biežas sūdzības par vēdera vai galvas sāpēm), agresivitātē, neirozēs, raudulībā, apātijā, vainas vai kauna izjūtā, miega, ēšanas traucējumos un citos veidos (bieža iekļūšana negadījumos, bieža noteikumu neievērošana, bezmērķīga kustību aktivitāte, nespēja pieņemt lēmumus, grūtības koncentrēties, nenoturīga atmiņa, sevis vai citu vainošana u.c.). Ja šie simptomi neizzūd 1,5 – 2 mēnešu laikā, ieteicams meklēt speciālistu palīdzību, lai noskaidrotu to cēloņus.<sup>5</sup>

Adaptācija ir īpašs process, kur organisms pielāgojas jaunai videi, prasībām un noteiktiem apstākļiem. Adaptācija dalās uz 2 veidiem bioloģiska un sociāla. Sociāla adaptācija ir pielāgošanas process, gan lielās, gan mazās sociālās grupās. Pielāgošana jaunai videi, tradīcijām, sabiedrības noteikumiem u.t.t. Sociāla adaptācija ir vieds kā pretoties, sadarboties, meklēt kompromisu ar apkārtējo vidi un sabiedrību, kas tajā darbojas. Sociāla adaptācija iekļauj sevī indivīda spēju regulēt savas emocijas, spēju meklēt labu sadarbību ar cilvēkiem, svarīgs aspekts ir

<sup>1</sup> B. Treimanis, V. Skujiņa, J. Liedskalniņa, D. Birznieks, red. V. Skujiņa, Kamene, *Terminu un svešvārdu skaidrojošā vārdnīca* Tilde, 2009. Pieejams: <https://www.letonika.lv/default.aspx?q=adapt%c4%81cija&s=0&g=0>

<sup>2</sup> Выготский Л. С. Психология развития ребенка. Москва: Эксмо, 2005, 512 с.

<sup>3</sup> Gailuma, S. Mazbērna adaptācijas īpatnības pirmsskolas izglītības iestādē. Rīga: SIA Izglītības soļi. 2002.

<sup>4</sup> Valsts izglītības satura centrs (2016), Metodiskie ieteikumi pirmsskolas mācību programmu īstenošanai, 5.lpp. Pieejams: [https://registri.visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/met\\_iet\\_pirmsk\\_prog\\_ist.pdf](https://registri.visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/met_iet_pirmsk_prog_ist.pdf)

<sup>5</sup> Valsts izglītības satura centrs (2016), Metodiskie ieteikumi pirmsskolas mācību programmu īstenošanai, 5.lpp. Pieejams: [https://registri.visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/met\\_iet\\_pirmsk\\_prog\\_ist.pdf](https://registri.visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/met_iet_pirmsk_prog_ist.pdf)

prasmes veidot savstarpējas attiecības, prasmes spēlēt ar citiem cilvēkiem (ja runa ir par bērnu sociālu adaptāciju). Adaptācija ir daļa no cilvēka socializācijas. Vēl viena nozīmīga adaptācijas daļa ir psiholoģiskā adaptācija. Psiholoģiskā adaptācija ir process, kas ietver sevī daudz līmeņus, kur regulācija notiek ar fizioloģiskajiem un psiholoģiskajiem mehānismiem. Psiholoģiskās adaptācijas uzdevums ir veidot pozitīvu attieksmi un sadarbību ar sabiedrību, kā arī saglabāt indivīda psiholoģisko veselību. Psiholoģiskā adaptācija ir līdzsvars starp indivīdu un apkārtējo vidi. Adaptācijas process ietver daudz līmeņus, kurus ir iespējams apskatīt, novērot un analizēt: indivīda uzvedība, attiecības starp cilvēkiem, veselība psihiskas funkcijas un citi.<sup>6</sup>

Adaptācija process ir nervozs jebkādā vecumā, bet īpaši satraucošs ir bērniem, jo viņiem daudz kas nav zināms. Pat neskatoties uz to, ja apkārtējie apstākļi ir piemēroti bērna vajadzībām, būs nepieciešamas vairākas nedēļas, kādos gadījumos pat mēneši, lai pilnībā pielāgoties jaunai videi, apstākļiem un jauniem noteikumiem. Katrs bērns ir ļoti individuāls, tādēļ adaptācijas periods un laiks ir atšķirīgs. Katram ir sava pieredze un zināšanu līmenis. Bet neskatoties uz to, pašā sākumā iesaistīšanos pedagoģiskajā procesā visiem bērniem būs emocionāli saspringta. Sākumā bērni pārdzīvo emocionālu diskomfortu. Neskatoties uz vecāku atbalstu, skolotāju un vecāku sadarbību un bagātu skolotājas pieredzi bērnam ir grūti adaptēties jaunai videi. Grūtības var izpausties dažādos veidos kā biežas saslimšanas, apātija, vainas vai kauna izjūta, ēšanas traucējumi, problēmas ar miegu, agresivitāte, grūtības ar koncentrāciju, nenoturīga atmiņa un citi simptomi. Ja 1,5-2 mēnešu laikā kādas no šīm pazīmēm nepazūd ir rekomendēts vērsties pie speciālista, lai noskaidrotu cēloņus. Dažu faktoru kopums traucē bērniem iekļauties jaunā vidē. Bērna uzmanības, atmiņas, uztveres, domāšana īpatnības. Piemēram, bērnam ir nepietiekami attīstītas domāšanas prasmes, tādēļ nepietiekami attīstītā spēja saprast un uztvert mācību materiālu, rodas grūtības ar koncentrāciju. Ļoti svarīgi ir skolotāju prasme ieinteresēt bērnus un motivēt viņus kādai darbībai. Īpašu uzmanību jāpievērš bērniem, kuriem ir problēmas ar agresiju, kuri ir mazāk izpalīdzīgi un turas opozīcijā. Tādi bērni biežāk citu cilvēku uzvedību uztver kā naidīgu. Adaptācija procesā skolotājiem ir svarīgi pievērst uzmanību radošai darbībai un dažādām kustību aktivitātēm, kā arī veltīt vairāk laiku materiālu atkārtošanai. Skolotājiem ir svarīgi iepazīstināt adaptācijas periodā bērna rakstura īpašības, komunikācijas prasmes, bērna attīstības līmeni, uzvedībai raksturīgas iezīmes. Bērnu iepazīstināšanā ir obligāts process, kas palīdz skolotājam plānot izglītošanu procesu. Skolotājam vajag pievērst uzmanību individuālai un diferencētai pieeja, jo bērni ir dažādi un nekad nebūs apguvuši materiālu vienādā līmenī.

---

<sup>6</sup> Ожегов, Р. Основные этапы развития и становления знаний о взаимоотношениях со сверстниками у школьников / Р. Ожегов // Детская психология. – 2018. — №10. – С. 33.

Adaptācijas periodā bērns iepazīstinās ar izglītības iestādes un grupas telpām, ar dienas režīmu un nosacījumiem, ar noteikumiem un uzvedības normām, ar grupas skolotāju un iestādes personālu.<sup>7</sup>

Bērnu adaptācija bērnudārzā ir būtisks posms viņu attīstībā, ietekmējot gan sociālo, gan emocionālo līdzsvaru, kā arī nodrošinot pamatu turpmākai izglītībai.

Ir daži iemesli, kas ietekmē bērnu uzvedību adaptācijas periodā:

1. Trauksme, kas saistīta ar vides un režīma maiņu. Bērns no pazīstamas, mierīgas mājas atmosfēras, kur blakus atrodas mamma un kuru katru brīdi var nākt palīgā, nokļūst nepazīstamā istabā, kur satiek draudzīgus, bet svešus cilvēkus. Viņam var būt grūti pielāgoties dzīves normām un noteikumiem pirmsskolas grupā. Bērnudārzā viņiem māca noteiktu disciplīnu, bet mājās tas ne vienmēr bija svarīgi. Turklāt tiek pārkāpts bērna personīgais dienas režīms, kas var izraisīt dusmu lēkmes un nevēlēšanos doties uz bērnudārzu.

2. Pirmais negatīvais iespaids par bērnudārza apmeklējumu. Tas var būt izšķirošs bērna turpmākajai palikšanai pirmsskolā (kāds viņam atņēma rotaļlietu, nejauši pagrūda, neieņēma spēlē, nesadalīja rotaļlietu utt.).

3. Bērna psiholoģiskā nesagatavotība bērnudārzam. Šī problēma ir visgrūtākā un var būt saistīta ar individuālām attīstības iezīmēm. Visbiežāk tas notiek, ja bērnam trūkst emocionālas komunikācijas ar māti.

4. Pašaprūpes iemaņu trūkums, kas ļoti apgrūtina bērna atrašanos bērnudārzā.

5. Pārmērīgs iespaidu skaits. Bērnudārzā bērns piedzīvo daudz jaunas pozitīvas un negatīvas pieredzes. Viņš var pārpūlēties, nervozēt, raudāt, būt kaprīzs.

6. Audzinātāja vai cita darbinieka personiska noraidīšana.<sup>8</sup>

Bērnu adaptācijas posmi ir ļoti svarīgs aspekts bērna attīstībā un izpratnē kā apkārtējiem sniegt atgriezenisko saiti dažādos uzaugošā indivīda dzīves posmos. Pastāv vairāki pētījumi un teorijas, lai saprastu, kā bērni pielāgojas savai apkārtējai videi.

Viena no tām ir Jean Piaget (1896-1980) kognitīvā attīstības teorija. Šī teorija koncentrējas uz to, kā bērni uztver pasauli, kā viņi domā dažādos vecumos, saprot un pielāgojas apkārtējai videi. Pēc teorijas J.Pieaugot, bērni iziet četras galvenās attīstības stadijas, kur katrā stadijā atšķiras domāšanas gaita un praktiskās iemaņas.

- **Sensormotorā stadija**, kas parasti ilgst no dzimšanas līdz diviem gadiem, bērns uztver pasauli caur jutām un motoriskām darbībām. Viņa domāšana ir ļoti konkrēta un saistīta ar

<sup>7</sup> Neely-Prado A, van Elk M, Navarrete G, Hola F and Huepe D (2021) Social Adaptation in Context: The Differential Role of Religiosity and Self-Esteem in Vulnerable vs. Non-vulnerable Populations – A Registered Report Study. *Front. Psychol.* <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.519623>

<sup>8</sup> "Pirmā diena ir visgrūtākā." Bērnu pielāgošana bērnudārza apstākļiem (2022). Pieejams: <https://solnysh.ru/lv/home-and-family/pervyi-den-on-trudnyi-samyi-adaptaciya-detei-k-usloviyam-detskogo.html>

tādiem objektiem kā ieguvumi, kas ir tieši pieejami viņa izpratnei. Piemēram, ja viņš neredz šķēršļi, tas viņam neeksistē.

- **Priekšoperacionālā stadija**, kas ilgst no 2 līdz 7 gadiem, bērni attīstās vēl tālāk. Viņi sāk izmantot valodu un simbolus, lai aprakstītu savu apkārtējo pasauli. Piaget atzīmēja, ka šajā stadijā bērniem ir tendence uz egocentrismu, kas nozīmē, ka viņi domā tikai par sevi un nevar pilnībā saprast citu cilvēku perspektīvas.
- **Konkrerizācijas stadija**, kas parasti ilgst no 7 līdz 11 gadiem, un **operacionālā stadija**, kas sākas no 11 gadiem un turpinās līdz pieaugušiem gadiem.<sup>9</sup>

Otra teorija, kuru izvēlējas darba autore, palīdz labāk saprast, kā bērns rīkojas adaptācijas periodā ir Erik H. Eriksona (1902-1994) teorija. Eriksona psihosociālā attīstības teorija ir viens no vadošajiem modeļiem attīstības psiholoģijā. Šī teorija, ko izstrādājis Eriksons, uzskata, ka cilvēku dzīve sastāv no virknes attīstības posmiem, kur katrā ir svarīgs uzdevums vai krīze, kas jārisina, lai attīstītu veselīgu personību un sociālo identitāti. Eriksona teorija iezīmē astoņus posmus, un katrs posms raksturo specifisku uzdevumu vai krīzi, kura ir jāatrisina.

- **Uzticība pret nepārliecību (dzimšana līdz 1 gadam)**: Bērna centrālais uzdevums ir attiecības ar vecākiem un uzticība tam, ka viņi parūpēsies par viņa vajadzībām. Jaunākajā vecumā bērniem jāizjūt pasaule kā droša un uzticama vieta.
- **Pašatpazīšanās pret aizšķelšanos (1–3 gadi)**: Bērniem sāk veidoties patstāvības un kontroles sajūta, izmēģinot savas spējas un ierobežojoties no vecāku ietekmes. Viņiem ir jāattīsta pamatuztvere par sevi kā individuālu personu.
- **Iniciatīva pret viņa vainu (3–5 gadi)**: Bērni sāk uzņemties iniciatīvu un meklēt jaunas pieredzes, taču vienlaikus cīnās ar jautājumu par to, vai viņu darbības ir pieņemamas. Šajā posmā ir svarīgi, lai bērni attīstītu savu pašpārliecinātību un izprastu, ka ne vienmēr ir nepieciešams justies vainīgam.
- **Rūpes par ražīgumu pret bezjēdzību (5–12 gadi)**: Būtiska ir arī sociālās un akadēmiskās veiksmes sasniegšana. Un vēl, kas jau ir saistīti ar pieaugušo vecumposmu.<sup>10</sup>

Tādējādi autore konstatē, ka adaptācija bērnu kontekstā ir dinamisks process, kas ietver daudzus aspektus bērnu ikdienas dzīvē. Veicinot bērnu adaptāciju, ir svarīgi radīt atbalstošu un stimulējošu vidi, kas atbilst viņu individuālajām vajadzībām un veicina veselīgu attīstību.

<sup>9</sup> Pjažeta teorijas četri kognitīvās attīstības posmi (2024) Vārdnīca. Pieejams: <https://lv.economy-pedia.com/11035288-piaget39s-theory>

<sup>10</sup> Sokol, Justin. (2009). Identity Development Throughout the Lifetime: An Examination of Eriksonian Theory. Graduate Journal of Counseling Psychology Vol 1.

## 1.2 Adaptācijas iekšējā faktora izpēte - bērna attīstība (fiziskā un garīgā pieredze)

Bērna intelektuālo spēju attīstību nosaka viņa aktīvā komunikācijas partnera izvēle no diviem vecākiem. Bērns intelektuāli būs līdzīgāks vecākam, ar kuru viņš ir emocionāli tuvāks, ar kuru viņš komunicē intensīvāk un kuru atdarina. Bet vai visu izšķir emocionālais? Tuvība? Ievērojot piedāvāto galveno attiecību sistēmu, kas nosaka ģimenes uzbūvi, vienlīdz svarīga loma var būt vecāka autoritatīvajai autoritātei vai vecāka kā atbildības nesēja nozīmei.<sup>11</sup>

Divdesmitā gadsimta sākumā un vidū šie ilgi pastāvošie uzskati par bērnības spēju iejaukties pieaugušo dzīves pieredzē sāka atrast ceļu uz jaunās zinātnes robežām. Biologs un zinātnieks Renē Duboss atsaucās uz "bioloģisko freidismu", lai argumentētu, ka bērnības nelabvēlīgā iedarbība var radīt ilgstošas neirobioloģiskas noslieces, kas saglabājas pat tad, ja šāda iedarbība vēlāk tiek mazināta vai izzūd.<sup>12</sup> Džeroms Kagans (piemēram, Brims un Kagans, 1980) novēroja veidus, kādos cilvēka veselības attīstību raksturo gan noturība, gan dažkārt ievērojama pārtraukuma attīstības periodos. Lai gan bērnības pieredze nevar pārspīlēt vai dominēt pār pieaugušo dzīves stiprajām pusēm un pienākumiem, mūsu kultūras mantojums liecina ne tikai par bērna īpašo uztveri pret agrīnās pasaules noteikumiem un paradumiem, bet arī šīs uztveres atbalsis visa mūža garumā.

Lai gan ir panākta spēcīga daudznacionāla vienprātība par bērnības pieredzes būtisko ietekmi turpmākās dzīves gaitās, tomēr dzīves ciklam tiek piedāvāta divu pamatprincipu jomas, kas izriet no jaunās zinātnes par agrīnās bērnības pieredzi un attīstību.

1.princips – Neapstrīdami pierādījumi tagad noraida gan vides, gan ģenētisko determinismu un uzskata, ka dzīve ir cieši saistīta ar dinamisku mijiedarbību starp vidi un gēniem. Pat vienkārša attīstības variācijas sadalīšana vides un ģenētiskajos komponentos neatbilst patiesi interaktīvam skatījumam uz kopīgu audzināšanas un dabas darbību.<sup>13</sup>

Vairuma cilvēku dzīvē dominē gēnu un vides mijiedarbība, taču šādi interaktīvie procesi gandrīz noteikti šķiet izplatītāki un izplatītāki, kā to varēja iedomāties pat pirms desmit gadiem.<sup>14</sup>

2.princips – princips apgalvo, ka veselības un attīstības traucējumi nav ne vienmērīgi, ne stohastiski sadalīti cilvēku populācijās un ka šādi traucējumi ir informatīvi grupēti pa populācijām (gan populācijās, gan starp tām), telpa (gan ģeogrāfija, gan jurisdikcija) un laiks (gan attīstības,

<sup>11</sup> Дружинин В.Н. Психология семьи. – М., 1996. – 158 с. Pieejams: <https://psy-journal.hse.ru/data/2011/04/27/1210613144/60-77.pdf>

<sup>12</sup> Dubos, R., Savage, D., & Schaedler, R. (1966). Biological freudianism. Lasting effects of early environmental influences. *Pediatrics*, 38(5), 789–800.

<sup>13</sup> Boyce, W. T., Sokolowski, M. B., & Robinson, G. E. (2012b). Toward a new biology of social adversity. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 109(Suppl 2), 17143–17148.

<sup>14</sup> Dunn, E. C., Uddin, M., Subramanian, S. V., Smoller, J. W., Galea, S., & Koenen, K. C. (2011). Research review: Gene-environment interaction research in youth depression – a systematic review with recommendations for future research. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52(12), 1223–1238. Pieejams: <https://acamh.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1469-7610.2011.02466.x>

gan vēsture). Nepareizs traucējumu sadalījums cilvēku populācijās norāda uz svarīgām un ticamām atšķirībām jutībā pret dažādām saslimstības formām un to izraisītājiem. Saslimstību apkopojums pēc telpas un laika pārsniedz parasto epidēmijas izpratni, iekļaujot ģeogrāfisko un mobilitātes ietekmi uz saslimstību un kritisko periodiskumu attīstības procesos.

Atsaucoties uz šiem 1. un 2. principiem, tiek iegūta zemāk redzamā tabula, kurā atbalsta pierādījuma teritorija ir sadalīta sešās pētniecības jomās, kuras atspoguļo kontekstuālos un konstitucionālos avotus, kas apkopoti pēc iedzīvotāju skaita, telpas un laika, lai apkopotu pašreizējos un jaunus atklājumus par agrīnās bērnības iedarbības ietekmi uz mūžu (skat. 1.1. tabulā).

1.1.tabula

### Esošo, paredzamo un nepieciešamo pētījumu jomas, kas organizētas pēc 1. un 2. principa

		1.princips	
		Konteksts	Konstitūcija
2.princips	Populācija	I. Sociālā noslāņošanās, nabadzība un subordinācija	II. Neaizsargātība, noturība un neirobioloģiskā uzņēmība
	Telpa	III. Ievainojamības topogrāfija	IV. Marginalizācija un grēkāžu veidošana
	Laiks	V. Vēsture un ciešanas	VI. Kritiskā periodiskums

Autora veidota tabula, izmantojot avotu: *Handbook of Life Course Health Development [Internet]. Halfon N, Forrest CB, Lerner RM, et al., editors. Cham (CH): Springer; 2018. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK543727/>)*

Tabulā ir atspoguļotas jomas, kā bērns jūtas dažādās vietās un laikā veselības kontekstā, kas ir saistīts ar vēsturisko ietekmi, mantotām rakstura iezīmēm, dzimšanas vietas un dzīves kvalitātes, ko var piedāvāt valsts, ģimene, bāzes vajadzību apmierināšanu, ekonomisko līmeni, nākotnes iespējām, kā arī vides izraisītu vecāku emociju pārņemšanu pa posmiem.

Bērna attīstības faktori ir atspoguļoti 1.2. tabulā.

1.2. tabula

### Bērna attīstību ietekmējošie emocionālie faktori

Faktora nosaukums	Negatīva ietekme uz bērnu	Pozitīva ietekme uz bērnu
Aktīvā klausīšanas	Ja pieaugušais nespēj atrast atbilstošus vārdus un nespēj uzklaut bērnu, tad bērns paliek viens pats ar saviem pārdzīvojumiem un uztver tā ka pieaugušiem ir vienalga. Tas attālina bērnu no vecākiem, pēc tāda situācijas/-ām ir grūti veidot labas attiecības.	Pazūd vai vismaz ļoti samazinājas bērna negatīvi pārdzīvojumi Pārliecināties par to, ka pieaugušais ir gatavs viņu klausīties sāk vairāk stāstīt par sevi. Bērns pats mācās atrast risinājumu savai problēmai.

Atgriezeniskā saite	Pieaugušiem ir grūtāk veidot veiksmīgas attiecības un slikti veidota atgriezeniskā saite ietekme bērna attīstību. Neefektīvā atgriezeniskā rada konfliktus.	Pieauguši veiksmīgi veido attiecībās ,bērni ir atvērti un krīzes periodi notiek vieglāk. Efektīvi izveidota atgriezeniskā saite palīdz novērst konfliktus, kas var radīties.
Kopīga laika pavadīšanā	Ja pieaugušais nespēj pavadīt laiku, tas ietekmes uz bērna attīstības līmeni un apkārtnes vides uztverēs līmenis.	Ja pieauguši izplāno veiksmīgu kopīgu laika pavadīšanu ,tas veiksmīgi ietekme bērnu attīstībai un bērna uztverēs līmenis.
Bērnu 3 gadu sliekšnis	Ja pieaugušais nav izveidojis kontaktu, bērnam izveidojas krīze( daļa pieaugušos uz labo un slikto)	Ja pieaugušais ir izveidojis kontaktu, vecākiem ir iespējams atbalstīt bērnus un tik cauri 7 krīzes posmiem. И.Ю.Кулагина «Возрастная психология» Развитие ребенка от рождения до 17 лет
Audzinašanas stils	Autoritārais audzinošās stils - bērns kļūs agresīvs, vecāki apspiež bērna iniciatīvu un rodas ģimenē konflikti. Pārmērīgi aizsargājošs - bērns nespēj pats pieņemt lēmumu, nebūs pārliecības par savam spējam Bērnām vienmēr būs bālie kļūdīties, vai kaut ko izdarīt ne tā. Atturīgs stils - bērnam būs vientulības sajūta, ir problēmas ar pārliecību savās spējās.	Demokrātiskais audzinošās stils. Bērns jūt mīlestību un atbalstu, jūt ka viņu ciena un uzklausa. Bērns izaug kā harmoniska personība ar savu viedokli un pašcieņu.

*Avots: Autora veidota tabula, izmantojot Гунпенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребенком. КАК?», Москва, ООО “Издательство АСТ”, 2016, 78-82 с. un Кулагина И.Ю. «Возрастная психология» Развитие ребенка от рождения до 17 лет, Москва, Издательство РОУ, 1996, 70-81 с*

### 1.3 Adaptācijas ārējo faktoru izpēte

#### 1.3.1 Ģimenes un skolotāju lomas izpēte

Ģimene ir avots un starpnieks, kas nodod bērnam sociāli vēsturisko pieredzi un galvenokārt emocionālo un biznesa attiecību pieredzi starp cilvēkiem. Ņemot to vērā, var pamatoti pieņemt, ka ģimene bija, ir un būs vissvarīgākā bērna audzināšanas un socializācijas institūcija. Mūsdienā zinātnē ir daudz datu, kas liecina, ka, nekaitējot bērna personības attīstībai, nav iespējams atteikties no ģimenes izglītības, jo tā sniedz bērnam visu jūtu gammu, visplašāko priekšstatu par dzīvi.

Turklāt tās spēks un efektivitāte nav salīdzināma ar jebkuru, pat ļoti kvalificētu, izglītību bērnudārzā vai skolā.<sup>15</sup>

Kognitīvā stimulācija pirmajos 5 dzīves gados spēlē neatņemamu lomu, veidojot bērnu gatavību uzsākt formālu skolu. Šajā periodā mājas vide ir stabils un konsekvents avots, no kura bērni var gūt šādu stimulāciju. Daži mājas uzlabošanas piemēri ietver izglītības un mācību resursu, piemēram, grāmatu, puzļu, rotaļlietu, spēļu utt., pieejamību un iesaistīšanos tādās aktivitātēs kā skaitīšana, skaitļu spēļu spēlēšana, sarunas un mijiedarbība ar ģimeni utt. parādīts, ka mācību vide mājās ir saistīta ar akadēmisko spēju attīstību (Anders et al., 2012; Molfese, Modglin, & Molfese, 2003). Mājas mācību vides kvalitāte pirmsskolas periodā ir saistīta arī ar rēķināšanas spēju attīstību pirmajā pirmsskolas gadā (Anders et al., 2012). Lasītprasmes kontekstā mājas mācīšanās vide 3 gadu vecumā paredz lasītprasmes rādītājus vecumā no 8 līdz 10 gadiem (Molfese et al., 2003). Svarīgi ir tas, ka lasīšanas rezultātus labāk prognozē mājas mācīšanās vide 3 gadu vecumā, salīdzinot ar mājas mācību vidi vecumā no 8 līdz 10 gadiem, kas uzsver mājas vides lielo ietekmi pirmsskolas periodā uz mācību rezultātiem vēlākos gados.<sup>16</sup>

Autore secina, ka vecākiem ir nozīmīga un neaizvietoājama loma bērnu adaptācijā bērnudārzā. Viņu attieksme, atbalsts un sadarbība ar skolotājiem veicina sekmīgu pāreju no ģimenes vides uz bērnudārza sabiedrību.

Vecāku komunikāciju ar skolām un vecāku iesaistīšanos ietekmē arī skolas pamatnostādnes. Skolām ir liela nozīme vecāku līdzdalības līmeņa un rakstura noteikšanā. Kritiskie faktori ir skolotāju pārliecība par vecāku lomu klasē un viņu atbildība nodrošināt vecāku iesaistīšanās iespējas. Skolas var palīdzēt vecākiem iesaistīties, piedāvājot dažādas iesaistīšanās iespējas. Lai atbalstītu vecāku iesaistīšanos, skolotājiem ir vajadzīgas zināšanas par to, kā iesaistīt vecākus, kā arī skolas administrācijas vadība un atbalsts. Kerbow un Bernhardt (1993) atzīmēja, ka dažām skolām, šķiet, ir lielākas iespējas veicināt vecāku iesaistīšanos nekā citām. Skolas var palīdzēt vecākiem izlemt iesaistīties, piedāvājot dažādas mijiedarbības iespējas, kurās ņemtas vērā vecāku vajadzības.<sup>17</sup>

Ir nepieciešams vairāk novērtēt uzskatus, kas ir pamatā vecāku lēmumiem par iesaistīšanos savu bērnu izglītībā (Taylor et al., 2004). Veids, kādā vecāki jūtas pret skolām, un emocionālās saiknes, kas viņiem bija ar skolu, var ietekmēt viņu bērnu attieksmi pret skolu un mācīšanos. Šīs

<sup>15</sup> Куликова Т.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание: Учебник для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений. - М: Издательский центр "Академия", 2007. Pieejams: [https://pedlib.ru/Books/3/0386/3\\_0386-46.shtml](https://pedlib.ru/Books/3/0386/3_0386-46.shtml)

<sup>16</sup> Christina Davidson, Line Caes, Yee Lee Shing, Courtney McKay, Eva Rafetseder, Sobanawartiny Wijekumar (2023), Home Enrichment Is Associated with Visual Working Memory Function in Preschoolers, available: <https://doi.org/10.1111/mbe.12383>

<sup>17</sup> Arnold, D. H., Zeljo, A., Doctoroff, G. L., & Ortiz, C. (2008). Parent involvement in preschool: Predictors and the relation of involvement to preliteracy development. *School Psychology Review*, 37(1), 74–90. <https://doi.org/10.1080/02796015.2008.12087910>

sajūtas var būt pozitīvas vai negatīvas atkarībā no iepriekšējās pieredzes veida. Negatīvas jūtas par skolu var traucēt vecākiem izveidot sakarus ar savu bērnu skolām. Pozitīvas izjūtas par skolas pieredzi, visticamāk, veicinās vecāku iesaistīšanos. Turklāt svarīgas ir vecāku cerības attiecībā uz savu bērnu turpmākajiem sasniegumiem. Ja vecāki sagaida augstus akadēmiskos sasniegumus un apņemas mācīties, bērns, visticamāk, pieņems šo pozitīvo attieksmi (Hoover-Dempsey et al., 2005).<sup>18</sup>

Biheivioristiskās pieejas pārstāvji Dž. Votsons (J. Watson), E. Torndaiks (E. Thorndike) un B. Skiners (B. Skinner) uzskata, ka jēdzieni nerodas bērnam pašā un neattīstās spontāni: tos bērnam atklāj un viņš tos apgūst. Mācības, kas balstās uz biheivioristisko pieeju, ir skolotājcentrētas, tās balstās uz zinību izklāstu, kas "piepilda" bērnu, gluži tāpat, kā, lejot traukā šķidrumu, tas ar laiku tiek piepildīts. Skolotājs izklāsta noteiktu informāciju, kas parasti tiek secīgi izklāstīta, rūpīgi analizēta un sadalīta atsevišķos uzdevumos. Visa informācija it kā "pieder" skolotājam, un viņa uzdevums ir dot bērnam zināšanas. Savukārt, no bērna tiek gaidīta to apguve. Pareizā atbilde nereti tiek nostiprināta ar vingrinājumu un apbalvojumu palīdzību. Skolotājs rūpīgi novērtē bērna zināšanas, un bieži vien, pirms virzīties tālāk, tās tiek novērtētas atkārtoti.<sup>19</sup>

Pēc autores viedokļa, kā būtisks palīgmehānisms veiksmīgai vecāku un skolotāju vienotai, kopīgai izpratnei par bērna vajadzībām un mācību procesu, ir Valsts izglītības satura centra metodiskie ieteikumi pirmsskolas mācību programmu īstenošanai. Augsti kvalificēti un pieredzējuši skolotāji spēj labāk izprast un atbalstīt bērnu vajadzības. Skolotāji, kas ir empātiski, pozitīvi un atbalstoši, var radīt drošu un stimulējošu vidi, kas veicina bērna attīstību. Atklāta un regulāra komunikācija ar vecākiem palīdz uzturēt savstarpēju sapratni un vienotu pieeju bērna audzināšanā.

### 1.3.2 Grupas un bērnudārza vides ietekmes izpēte

Agro bērni bieži ietelmē ģimenē, un bērni daudz laika pavada kopā ar saviem aprūpētājiem. Šī iemesla dēļ tiek uzskatīts, ka vēlama audzinoša vide mājās ir saistīta ar sociālo prasmju attīstību. Daudzas atziņas ir uzkrājušās lielos projektos ārvalstīs. Nacionālais bērnu veselības un cilvēka attīstības institūts (NICHD) agrīnās bērnu aprūpes pētījumu tīkls parādīja, ka bērnu aprūpes pakalpojumi un bērnu audzināšanas vide ietelmē turpmāko attīstību.<sup>20</sup>

<sup>18</sup> Arnold, D. H., Zeljo, A., Doctoroff, G. L., & Ortiz, C. (2008). *Parent involvement in preschool: Predictors and the relation of involvement to preliteracy development*. *School Psychology Review*, 37(1), 74–90. <https://doi.org/10.1080/02796015.2008.12087910>

<sup>19</sup> Kirstena A. Hansena, Roksana K. Kaufmane, Saifers S., *Bērncentrētu grupu veidošana*. Pieejams: [https://iic.lv/wp-content/uploads/2018/02/GRAMATA-bernudarzs\\_SpS.pdf](https://iic.lv/wp-content/uploads/2018/02/GRAMATA-bernudarzs_SpS.pdf)

<sup>20</sup> Sawada, Yuko, and Toshiko Katayama. 2022. "Characteristics of Child-Rearing Environments Related to Social Development in Early Childhood" *Children* 9, no. 6: 877. <https://doi.org/10.3390/children9060877>

Šajos pētījumos sociālās prasmes kopā ar intelektuālo attīstību tika minētas kā agrīnās bērnības aprūpes un audzinošas vides rezultāti. Sociālā attīstība parasti tiek definēta kā spēja uzvesties saskaņā ar dzīvesveidu, vērtību normām un uzvedības standartiem, ko nosaka sabiedrība, kurai cilvēks pieder, un šie aspekti ir viegli kultūras ietekmējami.

## 2. BĒRNU ADAPTĀCIJAS FAKTORI LATVIJĀ, TO ANALĪZE

### 2.1 Vecāku emocionālā intelekta līmeņa ietekme uz bērna attīstību

Bērnu audzināšana ir mūsdienu ģimenes svarīgākais uzdevums. Bērna personības attīstība kopumā būs atkarīga no tā, kāds ģimenes izglītības stils ģimenē dominē.

Ģimenes izglītības stils ir vecāku attieksme pret bērnu, noteiktu paņēmieni un paņēmieni izmantošana bērna ietekmēšanai, kas izteikts savdabīgā verbālā uzrunā un mijiedarbībā ar bērnu. Jebkura nesaskaņa ģimenē rada nelabvēlīgas sekas bērna personības attīstībā un problēmas viņa uzvedībā.<sup>21</sup>

**Autoritārās audzināšanas** stila vecākiem parasti ir vienvirziena saziņas veids, kur vecāki nosaka stingrus noteikumus, kuriem bērns ievēro. Sarunām no bērna puses ir maz vietas vai vispār nav vietas, un noteikumi parasti netiek izskaidroti. Viņi sagaida, ka viņu bērni ievēros šos standartus, vienlaikus nepieļaujot kļūdas. Kļūdas parasti noved pie soda. Autoritāri vecāki parasti ir mazāk audzinoši, un viņiem ir lielas cerības ar ierobežotu elastību.

Bērni, kas aug kopā ar autoritāriem vecākiem, parasti būs vislabvēlīgākie istabā, jo var rasties sliktas uzvedības sekas. Turklāt viņi var labāk ievērot precīzus norādījumus, kas nepieciešami mērķa sasniegšanai. Turklāt šis audzināšanas stils var izraisīt bērnus, kuriem ir augstāks agresijas līmenis, taču tie var būt arī kautrīgi, sociāli neveikli un nespēj pieņemt savus lēmumus.<sup>22</sup> Šī agresija var palikt nekontrolēta, jo viņiem ir grūti pārvaldīt dusmas, jo viņiem nav sniegta atbilstoša vadība. Viņiem ir zems pašvērtējums, kas vēl vairāk pastiprina viņu nespēju pieņemt lēmumus.<sup>23</sup> Pēc autores viedokļa stingri vecāku noteikumi un sodi bieži ietekmē bērnu sacelšanos pret autoritātēm, kad viņi kļūst vecāki.

**Atļaujošās audzināšanas** stila vecāki mēdz būt sirsnīgi un audzinoši, un viņiem parasti ir minimālas cerības. Komunikācija paliek atvērta, bet vecāki ļauj saviem bērniem izdomāt lietas pašiem. Šie zemie gaidu līmeņi parasti izraisa retu disciplīnas izmantošanu. Viņi uzvedas vairāk kā draugi nekā vecāki.<sup>24</sup>

Ierobežoti noteikumi var radīt bērnus neveselīgiem ēšanas paradumiem, īpaši attiecībā uz uzkodām. Tas var izraisīt paaugstinātu aptaukošanās un citu veselības problēmu risku vēlākā bērna

<sup>21</sup> Азаров Ю.П. Искусство воспитывать. М., 1985.

<sup>22</sup> Masud H, Ahmad MS, Cho KW, Fakhr Z. Parenting Styles and Aggression Among Young Adolescents: A Systematic Review of Literature. *Community Ment Health J.* 2019 Aug;55(6):1015-1030

<sup>23</sup> Martínez I, García JF. Impact of parenting styles on adolescents' self-esteem and internalization of values in Spain. *Span J Psychol.* 2007 Nov;10(2):338-48.

<sup>24</sup> Lopez NV, Schembre S, Belcher BR, O'Connor S, Maher JP, Arbel R, Margolin G, Dunton GF. Parenting styles, food-related parenting practices, and children's healthy eating: A mediation analysis to examine relationships between parenting and child diet. *Appetite.* 2018 Sep 01;128:205-213.

dzīvē. Bērnam ir arī liela brīvība, lemjot par savu gulētiešanas laiku, vai un kad pildīt mājasdarbus, kā arī ekrāna laiku, izmantojot datoru un televizoru.<sup>25</sup>

Pēc autores viedokļa šāda brīvība var izraisīt citus negatīvus ieradumus, jo vecāki nesniedz daudz norādījumu par mērenību. Kopumā pēc autores viedokļa visatļautu vecāku bērniem parasti ir zināma pašcieņa un pienācīgas sociālās prasmes, tomēr viņi var būt impulsīvi, prasīgi, savtīgi un viņiem trūkst pašregulācijas.

**Neiesaistīta audzināšanas** stila vecāki bērniem dod lielu brīvību, jo šāda veida vecāki parasti paliek ārpus ceļa. Viņi apmierina bērna pamatvajadzības, vienlaikus paliekot atrauti no bērna dzīves. Neiesaistīts vecāks neizmanto noteiktu disciplinēšanas stilu un ir ierobežota komunikācija ar savu bērnu. Viņi mēdz piedāvāt maz audzināšanas, bet maz vai nemaz negaida no saviem bērniem.<sup>26</sup>

Neiesaistīto vecāku bērni parasti ir izturīgi un pat var būt pašprietiekamāki nekā bērni ar cita veida audzināšanu. Tomēr šīs prasmes tiek attīstītas nepieciešamības dēļ. Turklāt viņiem var būt grūtības kontrolēt savas emocijas, mazāk efektīvas pārvarēšanas stratēģijas, akadēmiskas problēmas un grūtības uzturēt vai kopt sociālās attiecības.<sup>27</sup>

**Pārmērīgi aizsargājošs audzināšanas** stils - ar pārāk aizsargājošu audzināšanas stilu vecāki atņem bērnam neatkarību fiziskajā, garīgajā un sociālajā attīstībā. Viņi pastāvīgi atrodas viņam blakus, risina viņa problēmas, dzīvo viņa vietā. Viņi viņu pārāk rūpējas un patronizē, baidoties un uztraucoties par viņa veselību. Pat tad, kad bērns kļūst pilngadīgs, vecāki turpina pārmērīgi rūpēties par viņu, pastāvīgi uztraucoties par viņu, par viņa veselību un labklājību.

Pārmērīga aizsardzība nomāc bērna iniciatīvu, gribu un brīvību, viņa enerģiju un izzināšanas darbību, atņem viņam neatkarību, veicina paklausību, gribas trūkumu un bezpalīdzību. Ar pārlietu aizsargājošu audzināšanas stilu vecāki neapzināti kavē dažādu prasmju un iemaņu attīstību bērnam, neatlaidības attīstību mērķu sasniegšanā un smagu darbu.<sup>28</sup>

**Demokrātiskais audzināšanas** stils - vecāki veicina jebkādu bērna iniciatīvu, patstāvību, palīdz viņam, ņem vērā viņa vajadzības un prasības. Viņi pauž savu mīlestību un labo gribu bērnam un spēlē ar viņu par tēmām, kas viņu interesē. Vecāki ļauj bērniem piedalīties diskusijās par ģimenes problēmām un ņem vērā viņu viedokli, pieņemot lēmumus. Un arī, savukārt, viņi pieprasa no bērniem jēgpilnu uzvedību, parāda stingrību un konsekvensi disciplīnas uzturēšanā.

<sup>25</sup> Langer SL, Crain AL, Senso MM, Levy RL, Sherwood NE. Predicting child physical activity and screen time: parental support for physical activity and general parenting styles. *J Pediatr Psychol*. 2014 Jul;39(6):633-42.

<sup>26</sup> Nijhof KS, Engels RC. Parenting styles, coping strategies, and the expression of homesickness. *J Adolesc*. 2007 Oct;30(5):709-20.

<sup>27</sup> Kuppens S, Ceulemans E. Parenting Styles: A Closer Look at a Well-Known Concept. *J Child Fam Stud*. 2019;28(1):168-181

<sup>28</sup> Азаров Ю.П. Искусство воспитывать. М., 1985.

Bērns atrodas aktīvā stāvoklī, kas dod viņam pašpārvaldes pieredzi un vairo pārliecību par sevi un savām spējām. Bērni šādās ģimenēs ieklausās vecāku padomos, zina vārdu “vajadzētu”, prot sevi disciplinēt un veidot attiecības ar klasesbiedriem.

Arī demokrātisko izglītības stilu raksturo savstarpējas sapratnes klātbūtne starp vecākiem un bērniem, siltu jūtu izpausme starp viņiem, bieža komunikācija un mērena disciplīna. Vecāki ir uzmanīgi pret savu bērnu, emocionāli atbalsta viņu, rada mīlestības un rūpju atmosfēru ģimenē.

Vecāki vecumam atbilstošā veidā veicina bērnu neatkarību un personīgo atbildību. Vecāki nosaka noteikumus un standartus, pieļaujamās uzvedības robežas un pieprasa bērnam tos ievērot.<sup>29</sup>

Savstarpēja sapratne starp vecākiem un bērniem tiek panākta ar pārliecināšanu, diskusijām, kompromisiem un strīdiem. Vecāki vienmēr ieklausās savā bērņā un dod bērnam iespēju uzņemties atbildību par savu rīcību un rīcību.<sup>30</sup>

Nemot vērā Latvijas vēsturi ar dažādiem okupācijas režīmiem, pēc autores viedokļa vecāku audzināšanas stilā dominē padomju savienības laikā pieņemtās normas un uzstādījumi.

Padomju savienība - laika posms Latvijas vēsturē, kurā Latvijas Republika bija okupēta un inkorporēta Padomju Sociālistiskās Republikas sastāvā (turpmāk – PSRS) (1940.-1941. g. / 1944. — 1991. g.).<sup>31</sup>

PSRS laika uzstādījumi tika ieaudzināti gan mājās, gan izglītības iestādēs un nodotas no vienas paaudzes uz nākamo paaudzi.

---

<sup>29</sup> Азаров Ю.П. Искусство воспитывать. М., 1985.

<sup>30</sup> Азаров Ю.П. Искусство воспитывать. М., 1985.

<sup>31</sup> Latviešu literārās valodas vārdnīca. 1.–8. Rīga, Zinātne, 1972.–1996.

## PSRS audzināšanas metodes

Audzināšanas metode	Metodes skaidrojums	Risinājums
1. Audzināšana caur vardarbību	Skolā un ģimenē izmantota gan fiziska (bērns aiz bailēm ātri sāka uzvesties tā, kā no viņa tika prasīts), gan psiholoģiska vardarbība (ielikt stūrī, pērt, lamāt visas klases priekšā, apvainot)	Apzināti uzraudzīt savas reakcijas un ar piemēru parādīt, ka komunikācijas un izglītības problēmas var atrisināt citos, cilvēcīgākos veidos.
2. Lietas ir svarīgākas par cilvēkiem	Sabojājot vai nolietojot kādu lietu, pret bērniem tika izmantota fiziskā vardarbība, lai mācētu novērtēt lietas, jo ar lielu piepūli tika iegūti visi sadzīves priekšmeti, apģērbs un aprīkojums, ko bērni vecuma dēļ vēl nevarēja novērtēt, kas noveda pie aizkavētas dzīves sindromu (vēlmi pirkt visu jauno)	Kad esat dusmīgs uz savu bērnu par krūzes salaušanu vai nopērkat bērnam divdesmito tālrūni, lai aizstātu pazaudēto, apstājieties un padomājiet par to, kā jūs vēlētos, lai ar jums runātu, un kas jums palīdzētu, ja jūs būtu bērna vietā
3. Sabiedrība ir svarīgāka par individu	Atteikties no sava labuma visas cilvēces laimes vārdā nākotnē - mammas pēc mācību stundām izvēlas novākt gruvešus darbā un nenāk uz bērnu izrādēm	Bērni mācās prioritātes no vecākiem. Bērna jūtas un pieredze ir vērtīgāka nekā skolotāja viedoklis par bērnu risinot jautājumus, bet vēlāk noskaidrot visu situācijas būtību
4. "Laimīgā padomju bērība"	Bērni vasaras pavadīja nometnēs, kur devās formācijās un neviens īpaši nenodarbojās ar personības attīstību. Ne visi vecāki veidoja sakarus un siltas attiecības ne tikai ar bērniem, bet arī savā starpā, jo viņi paši ir pēckara paaudze.	Mūsdienās ir vērojama neobjektivitāte otrā virzienā, kad vecāki vienkārši smacē savus bērnus ar izglītojošām aktivitātēm, teātriem, sportu, cenšoties dot viņiem to, kas viņiem nebija
5. Slavēšana tikai sabojāj	Kopš bērības daudzi ir bakstīti ar degunu par trūkumiem un kļūdām, lamājas vai "spēlē kluso spēli", saka, uzminiet paši, ko esat izdarījuši. Un, ja bērns kaut ko dara labi, tā tam ir jābūt	Uzslava, kā arī skaidrojums par to, kas, kur un kā izdarīts nepareizi un kādas būs sekas, ir vajadzīgas - katrs savā laikā un atbilstošos apstākļos. Galvenais ir neļaut šādai attieksmei atturēt uzslavas, kad tas patiešām ir vajadzīgs
6. "Ko cilvēki teiks!?"	Tāpat kā padomju laikos cilvēks ļoti vēlējās dzīvot pēc "padomju veiksmīga pilsoņa" tēla, tā arī tagad sociālajos tīklos var redzēt, kurš dara visu iespējamo	Ja jūs nevarat kaut ko sev izskaidrot, jūs vienmēr varat vērsties pie speciālistiem, jo tagad ir daudz informācijas par izglītību un tas viss ir pieejams

Avots: Autora veidota tabula, izmantojot avotu Редакция «ФедералПресс», Дарья Золина, 15 августа 2023, Pieejams: <https://fedpress.ru/interview/3260651>

Pēc autores viedokļa apvainojumi un pārrunas tikai pastiprina sāpes un virza vecākus uz sakrāto emociju izlādēšanu uz saviem bērniem. Nepiedotas sirds sāpes var tikt sakrātas un

konkrētās situācijās parādītās, nodarot kaitējumu gan sev, gan apkārtējiem. Bet šīs sāpes var apstāties, ja ir spēks apzināti pārveidot sāpes un aizvainojumu mīlestībā un piedošanā. Vecākiem jābūt spējīgiem atrast piemērotus instrumentus, lai palīdzētu sev tikt galā ar traumām, saprotot, ka bērni mācās no vecāku uzvedības un nav vainojami pie notikumiem un apstākļiem, kuri iespaidojuši pārdzīvotās traumas.

Lai faktiski izvērtētu situāciju Latvijā, tika apskatīti Centrālās statistikas mājaslapas dati par lēmumiem par bērna aizgādības tiesībām pēc mūsdienu bērnu dzīves vides standartiem, kas potenciāli varētu būt saistīts ar PSRS nelabvēlīgu audzināšanas stila ietekmi. Autore izvēlējās periodu no 2000.gada līdz 2023.gadam ar mērķi atspoguļot gan pēc PSRS audzināšanas stila paaudzi, gan turpmākās paaudzes statistiku par vecākiem, kuriem pārtrauktas, atņemtas un atjaunotas bērna aizgādības tiesības (skat. 1.pielikumā).

Autore konstatē, ka visaugstākais ar bāriņtiesas lēmumu pārtraukto bērna aizgādības tiesību skaits ir sasniegts 2003.gadā (2154 lēmumi), pēc kura novērojama lēmumu samazinājuma tendence, bet periodā no 2008.g. līdz 2011.g. ir novērota pieaugoša tendence, kas varētu būt sasaistīta ar Latvijas ekonomisko krīzi, kā rezultātā izveidojot būtisku slogu ģimenēm un to materiālai un emocionālai labklājībai. Sākot ar 2012.gadu lēmumiem ir samazinoša tendence ar svārstībām un 2021. sasniegts viszemākais rādītājs (900 lēmumi), bet turpmākajos gados atkal pieaug lēmumu skaits vidēji par 6% gadā.

Līdz 2003.gadam ir viszemākais atjaunoto pārtraukto aizgādības tiesību lēmumu skaits (vidēji 20%), izslēdzot šos rādītājus, periodā 2004.-2023.g. vidējais skaits sasniedz 35%, kas ir vērtējams pozitīvi.

Ar tiesas spriedumu atņemto aizgādības tiesību skaits visaugstāko robežu sasniedza 2005.(1119 spriedumi) un 2006.gadā (1303.spriedumi), pēc kura noticis straujš tiesas spriedumu skaita samazinājums turpmākajos 3 gados no 30% līdz 17%. Sākot ar 2010.gadu novērojama svārstīga tendence tiesas spriedumu skaitam, bet lielākoties ir bijuši samazinājumi. Ar tiesas spriedumu atjaunoto atņemto aizgādības tiesību skaits veido vidēji 2% no atņemto aizgādības tiesību skaita, kas ir vērtējams negatīvi.

Autore secina, ka ir novērotas pazīmes par PSRS audzināšanas režīma atstātajām sekām līdz 2011.gadam un turpmākajos gados ir novērota pozitīva tendence par šo lēmumu un tiesas spriedumu skaita samazināšanos vismaz uz pusi.

Pozitīva audzināšana ir mūsdienīga pieeja bērnu audzināšana. Pozitīvas audzināšanas galvenā ideja ir uzpaust mīlestību, siltas jūtas un laipnību pret bērnu. Šajā audzināšanas stila akcents ir uz to, lai iemācīt bērnu darīt pareizas lietas caur apmācību un iedrošinājumu. Bērniem ir jāsaka ka jūs mīl viņus, tu esi labi, tu esi svarīgs, tu esi labs. Pozitīva audzināšana noskaņo bērnus uz sasniegumiem. Pozitīva audzināšana palīdz bērniem labāk mācīties skolā, samazina

uzvedības problēmas, stiprina psiholoģisku stāvokli. Pozitīva audzināšanā palīdz attīstīt smadzenes. Neurobioloģi atklāja, ka pozitīva audzināšana veicina labāku smadzeņu funkcionēšanu, kas atbild par emocijām. Harvard zinātnieki atklāja, ka pozitīvai audzināšanai ir ilgtermiņa priekšrocību, kas uzlabo psiholoģisko veselību un dzīvi pieauguša vecuma. Pozitīva audzināšana ir 5 pamat principi uz kurām tas balstās. Un pirmais no tiem ir bērna slavēšana un mīlestība par to ko viņi dara. Slavēšana ietekme un uzlabo bērna pašapziņu, tas palīdz bērniem just sev labi. Slavēšana maina uzvedību, jo bērniem patīk, kad viņus slavē par labam lietam. Tas nozīmē, ka bērns var turpināt labu uzvedību. 4 svarīgi padomi kā pareizi izmantot slavēšanu. Konkrēti teikt par ko jūs slavējat bērnu, piemēram: pateikt ne vis “labs darbs”, bet pateikt “Tu esi malacis par to ka pagaidījis kamēr es runāju pa telefonu”, tad bērnam ne būs jāmin, kas jums patīk un kāpēc viņš ir malacis. Jāslavē bērnus par pat maziem sasniegumiem, pat neliela slavēšana motivē bērnus darīt lielas lietas. Svarīga pozitīva atgriezeniskā saite. Jāslavē gan sasniegumus, gan piepūles, bet ne tikai gala rezultātu. Slavēšana notiek ne tikai ar valodu, bet arī ar ķermeni. Iedod pieci, nobučot, samīļot. Izdomāt kopā ar bērnu to momentu īpašu. Otrais svarīgais princips ir refleksija- atkārtot, to ko pastāstīja bērns. Refleksija parāda, ka jūs klausās bērnu, ka jūs pievēršat viņam uzmanību. Tā refleksija dod viņam ziņu, ka “Es tevi dzirdu, Es tevi saprotu”. Refleksija ir labs veids, kas mudina bērnus veidot dialogu un dalīties ar saviem pārdzīvojumiem, un jūtām. Imitācijā spēlēs formāta tas palīdz bērniem justies svarīgam. Tā spēlē parāda bērnam, ka to ko viņš dara ir interesanti un svarīgi, es arī tā grību. Darbības apraksts vai komentēšana kā sporta spēlēs. Tas parāda bērnam, ka jūs esat uzmanīgs pret viņu, un ka jums ir interesanti, ko viņš dara. Un pēdējā svarīga lieta, kas ir svarīga pozitīvas audzināšana ir bauda. Bauda stiprina saikni starp bērnu un vecākiem. Pievienojot mijiedarbību, siltumu un aizrautību, jūsu bērns saprot ka jūs par viņu rūpējieties, ka jums patīk vadīt laiku kopā.<sup>32</sup>

Maiga audzināšana (gentle parenting) ir audzināšanas stils, kura prioritātē ir komunikācija ar bērniem, cieņai un pozitīvai disciplīnai. Šajā stila ir svarīgi veidot drošu un pozitīvu vidi, kas atbilst bērna emocionālam vajadzībām. Maiga audzināšana ir orientēta uz bērna emocionālu intelekta un sociālu prasmju attīstīšanai, kā arī mēģina likvidēt sliktas uzvedības cēloņus un palīdz bērniem attīstīt pašregulācijas prasmes, un radīt saprašanu kādas varbūt sekas un kā tā ietekme uz viņu. Empātijā un apstiprināšana ir svarīgi maigas audzināšanas stila, liela nozīme ir mūsu bērnu jūtas kā pozitīvas, tā arī negatīvas. Bērni saprot ka viņu uzklausa, saprata un atbalsta. Bet maiga audzināšana nenozīmē visatļautība, tas nozīmē skaidri un konsekventi robeži. Ir svarīgi piedāvāt bērniem izvēli atbilstoši viņa vecumam un noteiktam robežām. Tas stils palīdz bērniem iemācīties pieņemt atbildīgus lēmumus. Tajā audzināšana ir svarīga saikne starp vecākiem un

<sup>32</sup> UC Davis Health, The power of positive parenting (2011), <https://health.ucdavis.edu/children/patient-education/Positive-Parenting>

bērniem, tas palīdz veidot un drošu vidi, kur bērns var uzticēties pieaugušam. Ja vecāki spēj izveidot labas un harmoniskas attiecības ar savu bērnu, tas liecina par to, ka viņiem bija laba pieredze vai viņi ir emocionāli veseli.<sup>33</sup>

## 2.2 Digitālo ierīču ietekme uz bērna attīstību

Agrīna un ilgstoša moderno tehnoloģiju izmantošana var veicināt antisociālas uzvedības risku un samazināt prosociālu uzvedību. Procesu atkarība un pārmērīga mobilo ierīču lietošana veicina strukturālās izmaiņas smadzeņu reģionos, kuri atbildīgi par kognitīvo kontroli un emociju regulēšanu.<sup>34</sup>

Pirmsskolas vecuma posmā digitālās ierīces optimāli var izmantot, attīstot bērnu runas prasmi, lasītprasmi un rakstītprasmi, būtiski, lai bērns un pieaugušais izmantotu šo tehnoloģiju kopīgi.<sup>35</sup>

Tehnoloģiju izmantošanai jābūt prātīgai un jēgpilnai. Ar to palīdzību ir iespējams attīstīt kritiskas domāšanas un problēmrisināšanas prasmes, kā arī digitālu ierīču izmantošana pirmsskolas vecuma var veiksmīgi izmantot, attīstot bērnu stāstīšanas un lasīšanas prasmi. Bet neskatoties uz pozitīviem aspektiem ir arī negatīvas puses. Pirmsskolas vecuma bērniem pastāvīga filmu un multfilmu skatīšana provocē hiperaktivitāti, uzmanības trūkumu, bērns paliek nervozs. Bērniem rodas problēmas ar koncentrāciju. Televizoru skatīšana neļauj attīstīties bērna jaunrades spējam un radošumam. Bērniem līdz 2 gadu vecuma nav nepieciešams lietot digitālās tehnoloģijas.<sup>36</sup>

Digitālu tehnoloģiju izmantošana ietekme uz bērnu sīko motoram funkcijām. Bērni no 3 līdz 7 gadu vecuma, kas vairāk stundas pavada telefonā vai planšetē tiem pasliktinājās atmiņa un uz bērna pirksta veiklību, pasliktinājās uzmanība, un redze, organismam parada kustības trūkums, notiek izmaiņas psiholoģiskajā veselība. Pasliktinājās runāšanas prasmes, jo bērniem jāveic dialogu, bet ar televizoru vai planšeti nevar runāt, pazuda koncentrācija un interese kādam aktivitātēm, bērni ir hiperaktīvi, bērniem grūti uztvert informāciju tikai to dzirdēt, pazeminājās fantāzija un radošums, nav velmēs ar kaut ko nodarboties. Bērnām sarežģītāk attīstīt sociālās prasmes ar citiem bērniem, palielinājās agresijas līmenis.<sup>37</sup>

<sup>33</sup> Sanders, M. R., & Mazzuchelli, T. G. (2017). The power of positive parenting: Transforming the lives of children, parents, and communities using the Triple P system. Oxford University Press.

<sup>34</sup> Lissak G. (2018) Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study. J Environ Eng Sci. 164: 149-157.

<sup>35</sup> Zīrņa, Tija. Digitālā tehnoloģija un bērna valodas attīstība. Bērnu valoda Latvijā 21. gadsimtā III". Rīga: Zinātne, 2017, 144.–154. lpp.

<sup>36</sup> Irbe, A. & Lindenberga, S. (2015). Bērns runāt mājās ģimenē. Rīga : RaKa., 235.lpp

<sup>37</sup> Дошкольная академия. Влияние современных информационных технологий на здоровье детей дошкольного возраста (2020), <https://doshped.ru/upload/iblock/f5e/f5e01bf9ceea9e53570cbc28d4c91d57.pdf>

ASV un Kanādas pediatrijas akadēmijas pētnieki apkopojusi 7 iemeslus, kādēļ bērniem nevajadzētu lietot modernās tehnoloģijas:

- Smadzeņu attīstība - bērnu smadzenes attīstās ļoti ātri, taču pārmērīga tehnoloģiju izmantošana palielina risku saskarties ar uzvedības traucējumiem, veicina uzmanības deficītu un virkni citu problēmu.
- Attīstības traucējumi - moderno tehnoloģiju lietošana ietekmē bērnu kognitīvo attīstību, kas veicina lasītprasmes grūtības un sliktus akadēmiskos sasniegumus.
- Aptaukošanās - pārāk ilga sēdēšana pie datora vai planšetes samazina fiziskās aktivitātes, kas rezultātā noved pie liekā svara problēmām.
- Bezmiegs - trīs no četriem bērniem savus mobilos vai planšetes izmanto arī savās guļamistabās, taču tas izraisa miega traucējumus.
- Garīgi traucējumi. Pārmērīga moderno tehnoloģiju lietošana rada problemātisku uzvedību, depresiju un bipolāros traucējumus.
- Agresīva uzvedība - televīzijas pārraides ar fizisku vai seksuālu saturu, kā arī agresīvas videospēles ietekmē bērnu agresivitāti.
- Tehnoloģiju atkarība un atkarība no sociālajiem tīkliem - jau pierādīts, ka bieži vien bērni ģimenē nesaņem pietiekami daudz mīlestības, tādēļ cenšas kompensēt komunikācijas trūkumu sociālajos tīklos, un tas noved pie atkarības veidošanās.<sup>38</sup>

Analizējot pieejamo informāciju, autore konstatēja, ka ir pieejamas no Veselības inspekcijas "Rekomendācijas drošai un veselībai nekaitīgai moderno tehnoloģiju lietošanai bērniem", kur tiek aprakstīti ekrānlaika ierobežojumi, moderno tehnoloģiju ietekme un atkarība, kas ir kā vērtīgs materiāls jauniem vecākiem, ņemot vērā digitālā laikmeta straujo attīstību.

Saskaņā ar Pasaules Veselības organizācijas izstrādātajām rekomendācijām, bērniem līdz diviem gadiem ekrānlaiks vispār nav ieteicams, bērniem no diviem līdz četriem gadiem speciālisti neiesaka pārsniegt vienu stundu, bet no pieciem līdz 17 gadiem – divas stundas. Realitāte gan ir citādāka. Aptauja liecina, ka daudzās ģimenēs telefons un planšetdators ir kļuvis par sava veida "digitālo knupīti". Itin bieži jeb 15% Latvijas vecāku izmanto viedierīces, lai nomierinātu un izklaidētu savas atvases situācijās, kad paši jūtas noguruši, 13% respondentu atzīst, ka tā dara, ja ir jāstrādā no mājām, bet 12% viedierīce kalpo kā efektīva metode, kad bērni ir nemierīgi publiskās vietās.<sup>39</sup>

<sup>38</sup> Portāls nra.lv, 7 iemesli, kāpēc NEDOT savam mazajam bērnam mobilo telefonu (2015). Pieejams: <https://nra.lv/veseliba/142341-7-iemesli-kapec-nedot-savam-mazajam-bernam-mobilo-telefonu.htm>

<sup>39</sup> Latvijas Bērnu atbalsta fonds, Sociālā kampaņa "Rādi bērnam stiķus, ne telefonu!" (2023). Pieejams: <http://www.lbaf.lv/lv/projekti/sociala-kampana-radi-bernam-stikus-ne-telefonu>

### 2.3 Pašvaldības un privāto bērnudārzu vides salīdzinājums

Reizi gadā VARAM apkopo informāciju no pašvaldībām par bērnu skaitu rindā uz pašvaldību pirmsskolas izglītības iestādēm. Apkopojot pašvaldību iesniegtos datus, secināms, ka uz 2023. gada 1. oktobri kopumā 23 pašvaldībās rindā uz pašvaldību pirmsskolas izglītības iestādēm bija pavisam 6 401 bērni (3. tabula). Salīdzinājumā ar 2022.gada 1.oktobri, bērnu skaits rindā uz pašvaldību pirmsskolas izglītības iestādēm ir samazinājies par 467.<sup>40</sup>

Nemot vērā, ka uz pašvaldības bērnudārziem ir rindas un ne vienmēr vēlamajā gadā bērnam pienāk kārta apmeklēt bērnudārzu, vecāki ir spiesti izvērtēt privātā bērnudārza pakalpojumus.

Tika apkopoti nozīmīgākie atlases kritēriji bērnudārza izvēlē:

- Bērnudārza telpas un teritorija - bērns pirmsskolā pavadīs dienas lielāko daļu, tāpēc telpām jābūt drošām, mūsdienīgi iekārtotām un pietiekami plašām, lai tās būtu ērtas rotaļām, nodarbībām, atpūtai. Lai bērns tur justos labi. Āra aktivitātes veido daļu no dienas ritma bērnudārzā, tāpēc ideāli, ja dārziņam ir savs āra rotaļu un pastaigu laukums, nevis bērni jāved uz vietējo pilsētas parku. Tā, piemēram, mums ir gan mūsdienīgas, bērniem piemērotas telpas, gan arī āra teritorija, kur atrodas labiekārtoti rotaļu laukumi.
- Cena - privāto bērnudārziņu cenu diapazons ir gana plašs, taču maldīgi ir uzskatīt, ka privātie bērnudārzi ir ļoti dārgi un to var atļauties tikai turīgi. Neskaitot maltītes, cenas variē no 400 līdz 600 eiro. No šīs cenas ir jāatņem pašvaldības līdzfinansējums. Nesen Rīgas dome nolēma palielināt līdzfinansējumu privātajiem bērnudārziem. Tiesa, pieaugums, lai arī vajadzīgs, ir nepietiekams – tikai 7%, proti, 2023.gadā Rīgas pašvaldības līdzfinansējums vienam izglītojamajam vecumā no pusotra līdz četriem gadiem būs 328,54 eiro mēnesī (līdz šim – 307,85 eiro mēnesī). Savukārt bērniem obligātās izglītības vecumā līdzfinansējuma apmērs mēnesī būs 242,48 eiro līdzšinējo 229,27 eiro vietā. Savukārt inflācija ir vairāk nekā 20% un tieši skar arī pirmsskolas – elektrība, apkure un citi izdevumi turpina pieaugt. Turklāt ar šā gada janvāri valsts ir noteikusi, ka pedagogu algas jāpalielina par 10%, kas BeBe.lv gadījumā nozīmē, ka mācību maksa vienam bērnam pieaugs par 12 eiro. Saprotais ir vecāku sarūgtinājums – kārtējie papildus izdevumi ģimenes budžetā, taču ekonomiskā situācija valstī privātiem bērnudārziem liek šādi rīkoties. Neskatoties uz to, ka pašvaldības dotācijas palielinājums ir tikai 20 eiro par bērnu, privātie bērnudārzi joprojām par spīti visam spēj piedāvāt demokrātiskas cenas.

<sup>40</sup> VARAM, Pirmsskolas izglītības iestāžu pieejamība (2024). Pieejams: <https://www.varam.gov.lv/lv/pirmsskolas-izglitibas-iestazu-pieejamiba>

Piemēram, rīdziniekiem BeBe.lv dārziņa apmeklēšana mēnesī izmaksā 131,46 eiro, summu veido ikmēneša maksa – 91,46 eiro un 2 eiro dienā ēdināšana.

- Grupiņas lielums – jo mazāka grupiņa, jo vairāk uzmanības tiks veltīts katram bērnam individuāli. Ieteiktu arī pievērst uzmanību tam, vai grupiņās ir viena vecuma bērni vai tomēr tiek veidotas jaukta vecuma grupas. Mana pieredze liecina, ka viena vecuma grupās bērniem ir mazāk stresa, viņi labāk apgūst mācības.
- Daudzveidīgs pulciņu un papildus nodarbību klāsts, caur kurām bērni savam vecumam atbilstošā pieejā apgūst jaunas iemaņas un zināšanas. Jāizpēta, vai notiek sporta, mūzikas nodarbības, kuras vada atbilstošu izglītību ieguvuši pedagogi.
- Bērnudārza kolektīvs jeb kas strādā pirmsskolā. Pirms izdarīt izvēli par kādu konkrētu bērnudārzu, vecākiem noteikti ieteiktu noskaidrot, kā konkrētajā pirmsskolā notiek bērna adaptācijas process – tam jānotiek pēc iespējas saudzīgāk un jābūt elastīgam, pielāgojoties bērnam.<sup>41</sup>

Pēc autores viedokļa atšķirība starp pašvaldības un privāto bērnudārzu apmeklējumu var norādīt uz sociālekonomisko nevienlīdzību. Vecāki ar augstākiem ienākumiem var atļauties sūtīt savus bērnus uz privātiem bērnudārziem, kas potenciāli piedāvā augstāku izglītības kvalitāti.

---

<sup>41</sup> AS “Cits medijs”, Vai privātais bērnudārzs ir “pa kabatai” ikvienam? (2023) Pieejams: <https://ir.lv/2023/02/02/vai-privatais-berndarzs-ir-pa-kabatai-ikvienam/>

### 3. BĒRNU ADAPTĀCIJAS ANKETAS REZULTĀTU ANALĪZE

#### 3.1 Pētījuma metodoloģija

Pētījums tika veikts par bērnu adaptācijas procesu bērnudārzā, lai identificētu būtiskākos iekšējās un ārējās vides ietekmējošos faktoros.

Pētījuma veikšanai autore izvēlējās kvalitatīvās un kvantitatīvās pētījuma metodes, tā kā pētījuma specifika paredz gan vecāku, gan skolotāju iesaisti, tādējādi kā kvantitatīvā pētījuma metode tika izstrādāta anketa, kuras saturs ir orientēts uz bērnudārzu apmeklējošu bērnu vecākiem un kvalitatīvās pētījuma metodes ietvaros tika izvēlēts intervijas formāts ar bērnudārza skolotājiem, kuri piedalās kā jomas eksperti ar vairāku gadu pieredzi. Rezultātā šie dati kopumā sniegs pilnīgu izpratni par abu iesaistīto pušu vērtībām, novērojumiem, viedokļiem, kas sniegs vērtīgu ieskatu kopīgos un atšķirīgos faktoros.

Jaukto metožu pieejas ļauj pētniekiem izmantot dažādas metodes, apvienojot induktīvo un deduktīvo domāšanu un kompensējot tikai kvantitatīvu un kvalitatīvu pētījumu ierobežojumus, izmantojot papildu pieeju, kas maksimāli palielina katra datu veida stiprās puses un veicina visaptverošāku izpratni par veselības problēmām un iespējamiem risinājumiem.<sup>42</sup>

Pētnieciskā secīgā projektēšana sākas ar kvantitatīvu datu vākšanu un analīzi un iet uz kvalitatīvu datu vākšanu un analīzi, kas respektīvi sniedz padziļinātu datu interpretāciju.

Tiek izmantots skaidrojošs pētījuma veids, kurš tiek balstīts uz primāriem datiem.

Iegūtie pētījuma dati tika apstrādāti un atspoguļoti, izmantojot riņķveida diagrammas un joslu diagrammas.

Pētījuma dizains ir pētījuma plāns un procedūras, kas ietver pētnieka lēmumus par pētījuma gaitu, sākot ar plašiem metodoloģiskiem pieņēmumiem līdz detalizētām datu vākšanas un analīzes metodēm. Tas ir filozofisko pieņēmumu, izziņas stratēģiju un konkrētu metožu krustpunkts (Pētniecības terminu vārdnīca, 2021).

#### Pētījuma metodes:

##### **1. Aptauja, anketēšana**

Socioloģiskās aptaujas organizēšana un veikšana ietver aptaujājamo cilvēku (respondentu) atlasīšanu ar izlases metodēm (kvantitatīvās metodes) un viņu intervēšanu, uzdodot aptaujas anketā iekļautos jautājumus un saņemot uz tām atbildes, kurus turpmāk apkopo un analizē ar kvantitatīvajām datu analīzes metodēm. Socioloģiskās aptaujas var būt ļoti dažādas pēc tēmas plašuma, kā arī aptveramo tēmu skaita. Piemēram, priekšvēlēšanu aptaujā parasti aprobežojas ar jautājumiem par cilvēku balsošanas nodomiem tuvākajās vēlēšanās (piemēram, vai plāno balsot

---

<sup>42</sup> Mixed methods research (2018). [skatīts 29.04.2024]. Pieejams: <https://catalyst.harvard.edu/community-engagement/mmr/>

un, ja plāno, tad par kuru partiju vai kandidātu) un demogrāfiskiem jautājumiem, savukārt lielle starptautiskie salīdzinošie pētījumi, kuri pielieto socioloģiskās aptaujas, aptaujā iekļauj jautājumus par respondentu viedokļiem, attieksmēm un rīcību visdažādākos kontekstos un situācijās (Metodes raksturojums, 2020).

Socioloģisko aptauju daļa divos pamatveidos pēc tā, kā aptaujas gaitā mijiedarbojas intervētājs un respondents. Visbiežāk intervētāja un respondenta komunikācija notiek klātienē, taču ir iespējams intervēšanu veikt arī attālināti, ar telefona vai telesakaru lietojumprogrammu (piemēram, Skype) palīdzību. Aptaujas anketa var būt izdrukāta papīra formātā, ievietota internetā vai arī nosūtīta respondentam ar pastu. Vienas aptaujas gaitā iespējams kombinēt intervēšanu un anketēšanu, piem., gadījumos, ja kādas viena paveida izmantošana ir apgrūtināta, taču ieteicams izmantot vienotu datu vākšanas procedūru un metodi (Metodes raksturojums, 2020).

Aptaujas pamata instruments ir aptaujas anketa. Aptaujas anketas kvalitāte ir galvenais faktors, kas nosaka aptaujas mērķu veiksmīgu sasniegšanu, tāpēc aptaujas anketas saturs un struktūra jāveido, vadoties no labākās prakses pieredzes (Metodes raksturojums, 2020).

Par populācija jeb ģenerālkopu sauc visu statistiskās izziņas objektu, to vienību kopumu, par kuru vēlas iegūt statistisku informāciju.

Izlases metode – par analīzei derīgu anketu ir uzskatāma, ja respondents ir vecāks par 18 gadiem (ieskaitot) un tā apgādībā ir viens bērns. Analizējamais anketu skaits ir 78.

Aptaujas aizpildīšanu veica visi respondenti. Pilnīgi aizpildītas aptaujas veidoja 100% no visiem obligātai aizpildīšanai paredzētiem jautājumiem.

Atbilžu sniegšana uz jautājumiem respondentiem prasīja vidēji 20 minūtes. Aptauja tika sagatavota elektroniskā formā un turpmākai datu apstrādei, kopsavilkumi tika veidoti pēc manuālās ievades Microsoft Office Excel formātā.

Pētījuma instruments - pētījumā iegūtie dati ir nepieciešami bērnu adaptācijas ietekmējošo faktoru identifikācijai ar mērķi noteikt ārējo iekšējo un ārējo faktoru nozīmīgumu un ietekmes apjomu.

Pētījuma galvenais mērķis ir, pēc respondentu sniegtās informācijas, noteikt būtiskākos bērnu adaptāciju ietekmējošos faktorus.

Lai efektīvi veiktu pētījumu, tiek izmantoti šādi rādītāji:

Kvantitatīvie rādītāji – anketa (skat. 2. pielikumu), kas izveidota elektroniskā formātā un sastāv kopumā no 12 jautājumiem. Anketā ir 11 slēgti jautājumi ar atbilžu variantiem t.sk. 1 psihometrisks jautājums, kas izveidots pēc Likerta skalas un 1 jautājumā ir jāveic datu ranžēšana kvalitatīvā nozīmīguma ziņā augošā kārtībā. Autore izmantoja satura analīzes metodi, lai anketā analizētu atklātos jautājumus. Veidojot kopsavilkumu 9., jautājumam, kas veidots pēc Likerta skalas, autore izmantos faktoru analīzi, lai atrastu mainīgo lielumu saistību.

Jautājumu veidi:

- 1. un 2. jautājums ir orientēts uz respondentu sniegto informāciju par interesējošo subjektu vecumu un dzimumu, lai analizētu šo pozīciju sakarību ar uzvedības faktoriem;
- 3. jautājums nosaka vides faktoru, kas parādīs kāda tipa bērnudārzs faktiski tika apmeklēts.;
- 4. un 5. jautājums nosaka bērnu uzvedības un emocionālos faktorus adaptācijas sākumposmā;
- 6. un 7. jautājums sniedz informāciju par vecāku sniegto atbalstu veidiem un to svarīgumu;
- 9. jautājums nosaka cik daudz laika bērni pavada pie viedierīcēm, kas palīdz saprast digitālās attīstības iejaukšanās apmēru un tās saistību ar uzvedības faktoriem;
- 10. un 11. jautājums nosaka bērnu trauksmainas uzvedības pazīmju iemeslus un vecāku risinājumus, lai izvērtētu potenciālos uztraukuma iemeslus un galveno pielietoto risināšanas paņēmieni;
- 12. jautājums nosaka respondentu viedokli par ieteikumiem palīdzēt bērnam ātrāk un vieglāk adaptēties bērnudārza vidē, kas kalpo kā pievienotā vērtība

## 2. Intervija:

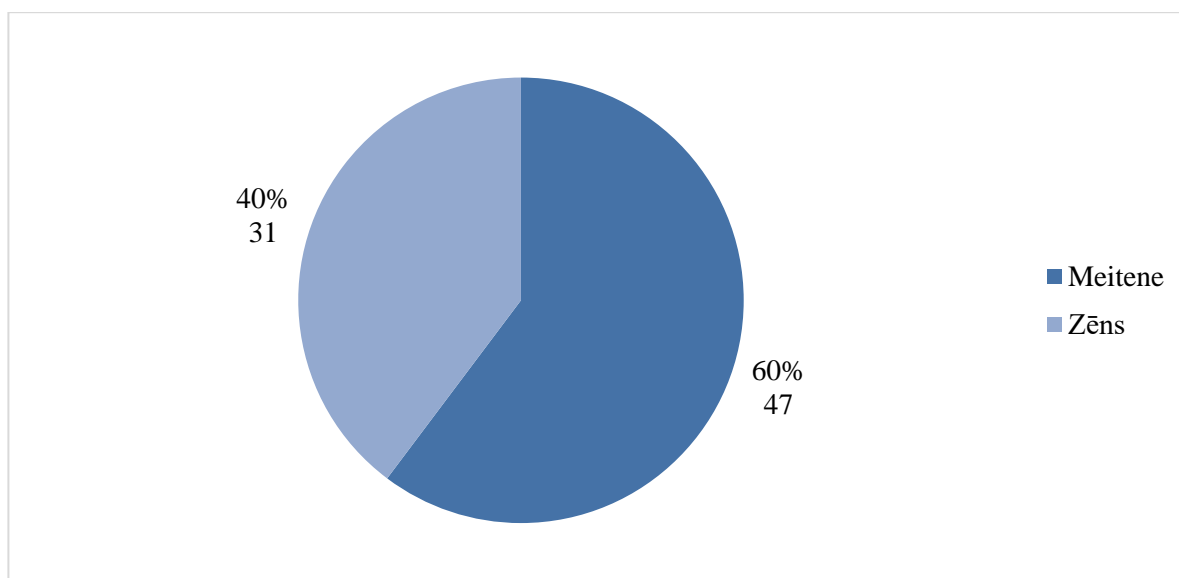
Intervija (skat. 3.pielikumu) tika veikta ar 2 jomas ekspertiem, kuri 6 gadus strādā bērnudārzā skolotāja amatā un ir spējīgi sniegt savu profesionālo un subjektīvo viedokli. Ievērojot ekspertu izteikto lūgumu, sniegtās atbildes uz intervijas jautājumiem netiek iekļautas pētījumā. Interviju ietvaros tika atbildēts uz 14 jautājumiem, kuru novērtēšana un apkopošana paaugstina iegūstamās kopējās informācijas ticamības pakāpi.

### 3.2 Bērna uzvedības rezultātu analīze

Aptaujas anketās tika izstrādātas aizpildīšanai vecākiem (turpmāk – respondenti) par viņu apgādībā esošo bērnudārzu apmeklējošu vienu bērnu.

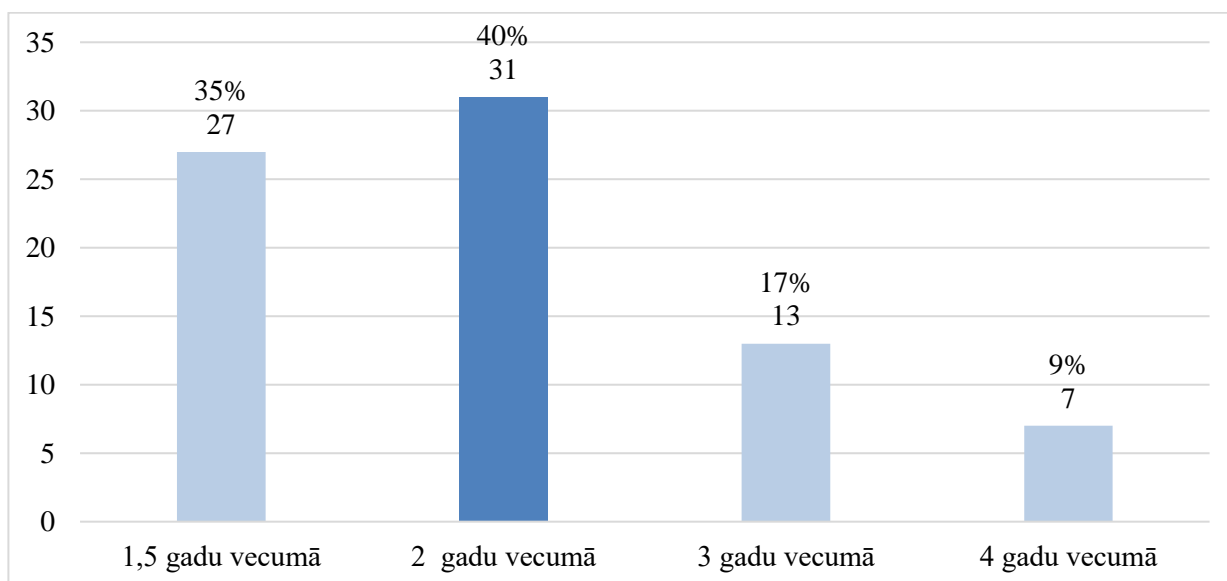
Anketā respondentiem tika uzdots jautājums par viņu apgādībā esošo bērnu dzimumu, vecumu, uzsākot gaitas bērnudārzā, ar adaptāciju saistītu uzvedību un to ietekmējošiem faktoriem, kā arī reakcijām dažādos apstākļos.

No 78 anketām, respondentu apgādībā ir 47 meitenes (60%), kas ir lielākā daļa un 31 zēns (40%).



**1.att. Bērna dzimums**

Pēc 2.attēla datiem bērnudārzu apmeklē 60% meitenes un 40% zēni, kas potenciāli varētu norādīt uz iespējamu dzimumu nelīdzsvarotību pirmsskolas izglītības iestāžu apmeklējuma rādītājos, tie var būt sociālie un kultūras faktori, kas veicina lielāku meiteņu īpatsvaru bērnudārzos.



**2.att. Bērna vecums uzsākšanai iet bērnudārzā**

Pēc 2.attēla datiem Lielākā daļa bērnu uzsāk bērnudārza apmeklēšanu 2 gadu vecumā (40%), tā kā šis vecums tiek uzskatīts par piemērotāko bērnudārza uzsākšanai, iespējams, tāpēc, ka bērni šajā vecumā ir pietiekami attīstījušies, lai spētu pielāgoties grupas videi un vecākiem ir pieejamas bērnu pieskatīšanas alternatīvas. 35% bērnu uzsāk apmeklēt bērnudārzu agrīnā 1,5 gadu vecumā. 17% bērnu uzsāk bērnudārza apmeklējumu 3 gadu vecumā, kas atbilstoši 1.2.tabulas datiem, bērns sasniedz 3 gadu sliekšni, kad var pārtapt par krīzi un apgrūtināt šo adaptāciju dabīgu procesu dēļ, tādējādi var pamatot rezultātus, kāpēc vecāki bērnus uzsāk vest uz bērnudārzu līdz 2 gadu vecumam.

Lai izvērtētu padziļināti, zēnu un meiteņu uzsākšanas gaitu vecuma un dzimuma kopsakarības, tika izstrādāta tabula Nr. 3.2. ar šķērsgriezuma analīzi.

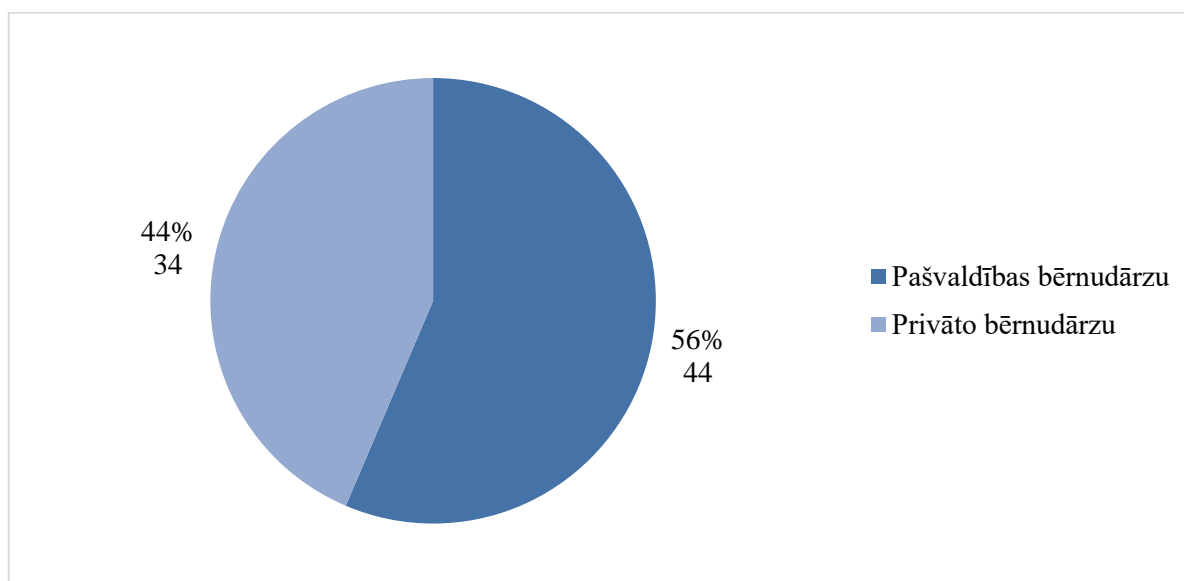
3.2. tabula

### Meiteņu un zēnu vecums uzsākot iet bērnudārzā

Vecums	Zēni, skaits		Meitenes, skaits	
1,5 gadu vecumā	9	29%	18	38%
2 gadu vecumā	16	52%	15	32%
3 gadu vecumā	1	3%	12	26%
4 gadu vecumā	5	16%	2	4%
<b>Kopā</b>	<b>31</b>	<b>100%</b>	<b>47</b>	<b>100%</b>

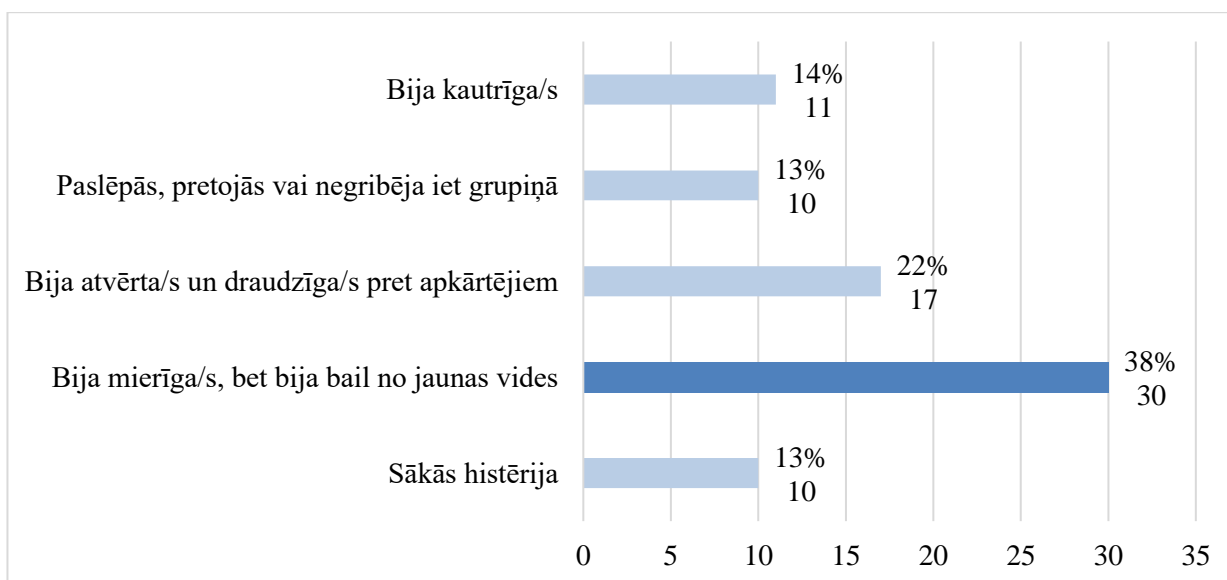
Avots: Autora izveidota tabula, izmantojot anketas rezultātus

Atbilstoši šķērsgriezuma analīzei var secināt, ka meitenes 38 % uzsāk apmeklēt bērnudārzu 1,5 gadu vecumā, bet zēni 52 % uzsāk savas gaitas bērnudārzā vēlāk – 2 gadu vecumā. Iespējams šāda situācija ir izveidojusies pēc vēsturiskiem uzskatiem, ka vecākiem nostādījums, ka meitenēm ir nepieciešama agrīnā izglītība un sociālā mijiedarbība.



### 3.att.. Apmeklētā bērnudārza tips

Pēc apmeklētā bērnudārza tipa autore konstatē, ka lielākā daļa (56%) respondentu apmeklē pašvaldības bērnudārzu, iespējams, finansiālu apsvērumu dēļ. Tomēr 44% bērnu apmeklē privātos bērnudārzus, kas liecina par augstu pieprasījumu pēc alternatīvām izglītības iespējām. Pieejamākas finansiālās situācijā, ja privātie bērnudārzi tiktu lielākā apjomā atļauties ģimenes, tad pašvaldības bērnudārzos atbrīvotos vietas trūcīgām ģimenēm un privātie bērnudārzi būtu plašāk pieejami bērniem, kuriem nepieciešama personalizētāka pieeja, jo tie piedāvā specializētas programmas, mazākas grupas un personalizētāku pieeju bērnu izglītībai un attīstībai.



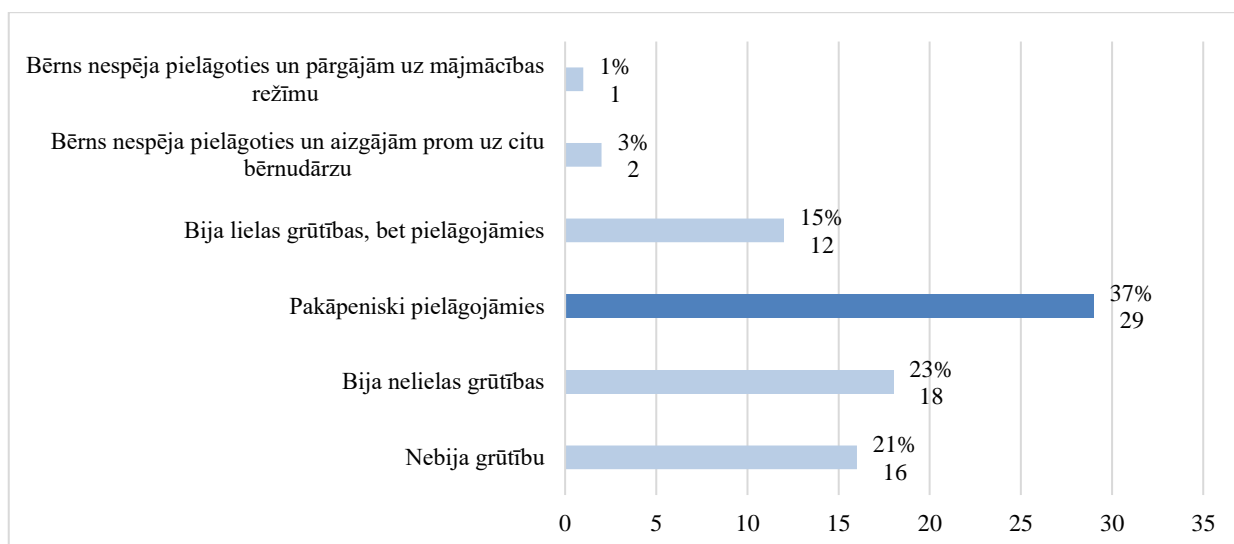
#### 4.att. Bērna reakcija uz pirmo dienu bērnudārzā

Atbilstoši 4.attēlā atspoguļotiem datiem lielākā daļa bērnu pieredzēja bailes no jaunās vides t.i. 38%, kas ir uzskatāms par normālu reakciju, jaunās vides neziņa un pārmaiņas ir galvenie faktori, kas ietekmē bērnu pirmās dienas pieredzi bērnudārzā, kā arī ievērojot pozitīvās audzināšanas stilus (t.sk. demokrātiskais un maigais), iedrošinot bērnu, pavadot kopīgi laiku ir iespējams maksimāli atvieglot visām pusēm bērna adaptācijas procesu. 22% bērnu bija atvērti un draudzīgi pret apkārtējiem. Šī grupa bērnu parāda pozitīvu un vieglu pielāgošanos jaunai videi, kas var būt saistīta ar viņu personīgo temperamentu vai iepriekšēju socializācijas pieredzi.

Kautrīgi bērni veidoja 14%, tas norāda uz to, ka daudzi bērni, lai arī neizrādot spēcīgas emocionālas reakcijas kā histērija vai pretošanās, tomēr jūtas nedroši un nepieciešams laiks, lai adaptētos jaunajā vidē, kā rezultātā vecākiem un skolotājiem jāveido kopīga sadarbība, lai bērns būvētu sevī pašapziņu un pārliecību par drošu vidi.

Saistībā ar pārējiem rādītājiem - 13% bērnu sāka histēriju, un vēl 13% paslēpās, pretojās vai negribēja iet grupiņā. Šīs divas kategorijas kopā veido 26% bērnu, kas norāda uz ievērojamu skaitu bērnu, kuriem pirmā diena bija emocionāli ļoti sarežģīta. Šāda reakcija var būt saistīta ar nepietiekamu sagatavotību, pārejas periodu vai citiem emocionāliem šķēršļiem.

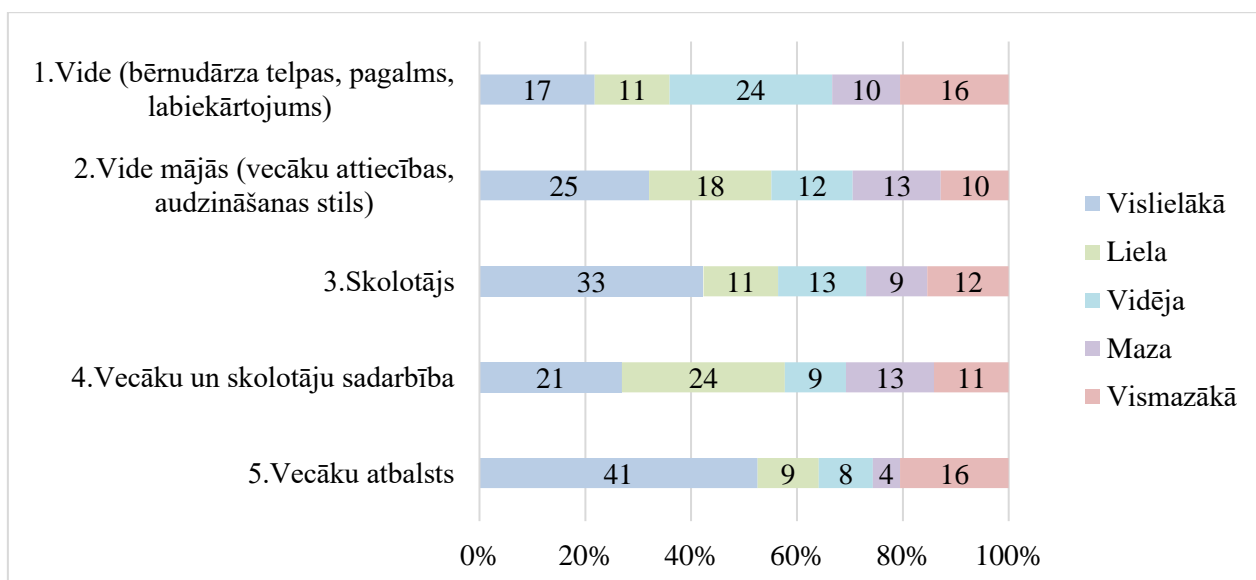
Kopumā rezultāti atklāj, ka pirmā diena bērnudārzā ir ļoti dažāda bērnu pieredze. Lielākā daļa bērnu izjūt bailes vai kautrību (kopā 52%), bet arī ievērojama daļa bērnu ir atvērti un draudzīgi (22%). Tomēr ceturtdaļa bērnu (26%) reaģē ar spēcīgām emocijām, piemēram, histēriju vai pretošanos. Šie rezultāti norāda uz nepieciešamību bērnudārza personālam un vecākiem sadarboties, lai nodrošinātu atbalstošu un drošu vidi bērniem, īpaši pirmajās dienās. Sagatavošanās un iepriekšēja iepazīšanās ar bērnudārza vidi varētu palīdzēt mazināt bailes un veicināt vieglāku pielāgošanos.



**5.att. Bērnam bija grūtības pielāgoties bērnudārza vides jaunajām prasībām un ikdienas grafikam**

Atbilstoši 5.attēla datiem, lielākā daļa bērnu (37%) pakāpeniski pielāgojās jaunajām prasībām un ikdienas grafikam, norādot, ka ar laiku un atbalstu vairums bērnu spēj veiksmīgi adaptēties bērnudārza videi. 23% bērnu piedzīvoja nelielas grūtības pielāgojoties un 15% bērnu bija lielas grūtības pielāgoties, kas norāda, ka adaptācijas process ir vispārpieņemts un daudzi bērni sākumā saskaras ar dažādiem izaicinājumiem, kas tomēr ir pārvarami. Tas parāda, ka, neskatoties uz sākotnējām grūtībām, intensīvāks atbalsts un pacietība var palīdzēt bērniem veiksmīgi integrēties. 21% bērnu nebija grūtību pielāgoties, kas liecina par to, ka ievērojama daļa bērnu dabiski un viegli ieiet jaunajā vidē bez ievērojamām problēmām. 3% bērnu nespēja pielāgoties un pārgāja uz citu bērnudārzu, savukārt 1% bērnu nespēja pielāgoties un pārgāja uz mājniecības režīmu. Šie skaitļi norāda uz to, ka nelielam skaitam bērnu bērnudārza vide bija tik izaicinoša, ka bija nepieciešams radikāli mainīt izglītības vidi.

Kopumā rezultāti norāda, ka lielākā daļa bērnu spēj pielāgoties bērnudārza vides prasībām un ikdienas grafikam, lai gan daudziem no tiem sākumā ir nepieciešams adaptācijas periods. Nelielam skaitam bērnu ir ievērojamas grūtības, kas dažkārt prasa pāriešanu uz citu izglītības vidi vai mājniecību. Šie rezultāti uzsvēr nepieciešamību pēc atbalstošas pieejas un individuālas uzmanības, lai nodrošinātu visiem bērniem veiksmīgu pāreju uz bērnudārza dzīvi.

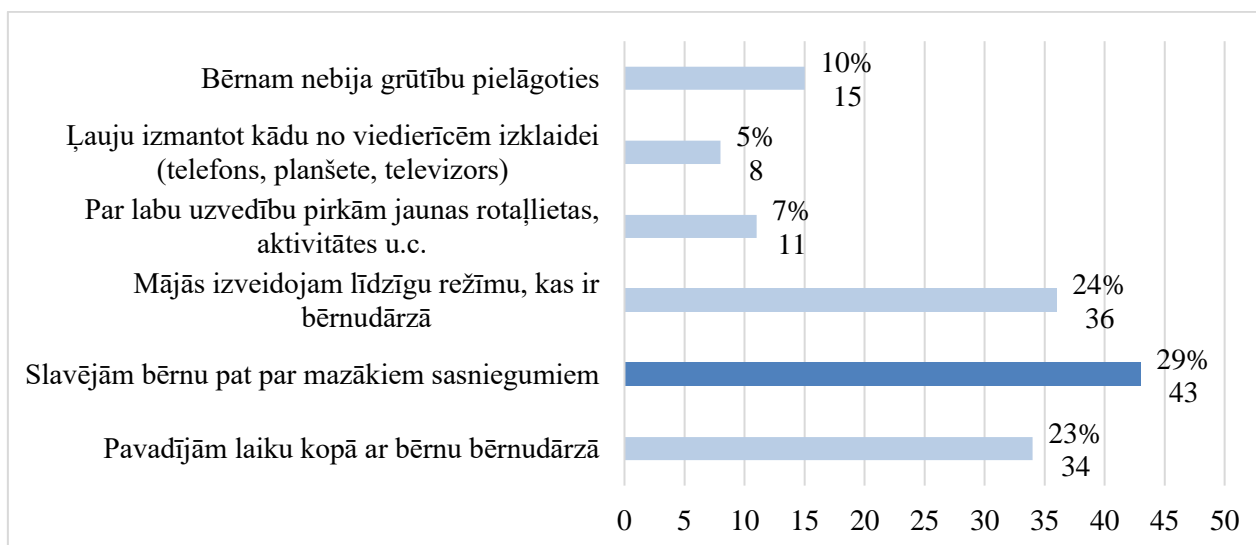


### 6.att. Bērnu adaptācijas faktori pēc ranga

Atbilstoši 6.att. datiem respondentu viedoklis būtiski atšķiras, izvirzot vairākas pozīcijas uz augstāko prioritāti (Vecāku atbalsts, skolotājs un vide mājās). Tomēr vecāku un skolotāju sadarbības pozīcijā vērtējums līdzīgi sadalījās starp Vislielāko un Lielu svarīguma pakāpi, kas par šo abu pozīciju kopsummā pārsvarā posteni Vide mājās. Ja šos vērtējumus sagrupēt pa svarīguma pakāpēm pēc iegūto maksimālo vērtējumu skaita, rezultātā iegūtu šādu ranžējumu:

1. Vecāku atbalsts;
2. Skolotājs;
3. Vecāku un skolotāju sadarbība;
4. Vide mājās (vecāku attiecības, audzināšanas stils);
5. Vide (bērnudārza telpas, pagalms, labiekārtojums).

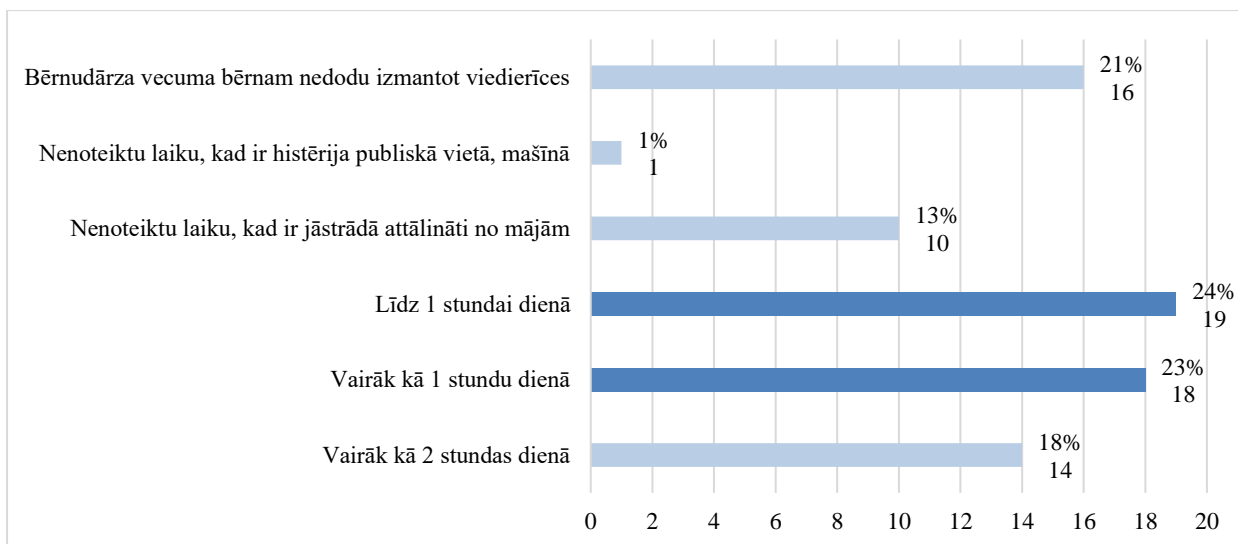
Ņemot vērā jauno ranžējumu, autore piekrīt vecāku sniegtajam vērtējumam, tā kā iepriekš izpētītā vecāku emocionālā intelekta līmenis būtiski ietekmē bērna uztveri, personību un spēju atainot spoguļatēlā vecāku reakcijas.



### 7.att. Vecāku atbalsts bērna pielāgošanai bērnudārza dzīvei

Visvairāk respondentu (29%) norādīja, ka slavē bērnu pat par mazākiem sasniegumiem. Šī ir viena no pozitīvās un maigās audzināšanas metodēm, kas palīdz bērnam justies atzītam un motivētam, attiecīgi veicinot vieglāku pielāgošanos bērnudārza dzīvei. 36 respondenti jeb 24% norādīja, ka mājās uztur līdzīgu režīmu kā bērnudārzā. Šī stratēģija palīdz bērnam justies drošāk un komfortablāk, jo tiek nodrošināta stabilitāte un konkrēta izpratne par prasībām gan mājās, gan bērnudārzā, kas būtu sasaistāms ar demokrātiskā audzināšanas stila piekritējiem, kas arī var tikt attiecināms uz 34 respondentiem jeb 23%, kuri pavadīja laiku kopā ar bērnu bērnudārzā. Kopumā tas norāda uz vecāku iesaisti un atbalstu, kas var palīdzēt bērnam vieglāk pielāgoties jaunajai videi, jo viņi jūtas drošāk, redzot vecāku klātbūtni. Tikai 8 respondenti (5%) ļauj izmantot viedierīces izklaidei un 11 respondenti (7%) norādīja, ka par labu uzvedību bērnam tiek pirktas jaunas rotaļlietas vai absolūtās aktivitātes, kas, protams, no ekspertu viedokļa viedierīcēm izklaides nolūkos jābūt aizliegtām it īpaši līdz 2 gadu vecumam, kad lielākā daļa bērnu uzsāk savas gaitas bērnudārzā var negatīvi ietekmēt bērnu emocionālo stabilitāti un veicināt histērijas epizodes, kuras ir atspoguļotas 10% apjomā 4.attēlā saistībā ar pirmo dienu bērnudārzā.

15 respondenti norādīja, ka bērnam nebija grūtību pielāgoties bērnudārza dzīvei. Lai gan tas ir mazāks skaits nekā citās pozīcijās, kopumā bērnu adaptācijas procesu no vecāku sniegtā viedokļa autore vērtē pozitīvi.



### 8.att. Bērna pavadītais laiks pie viedierīcēm izklaides nolūkos

Lielākā daļa vecāku cenšas ierobežot bērna pavadīto laiku pie viedierīcēm. 24% bērnu pavada līdz 1 stundai dienā pie viedierīcēm, un vēl 23% vairāk kā 1 stundu dienā, bet mazāk nekā 2 stundas. Tas liecina par mērenu pieeju viedierīču izmantošanai. 18% bērnu izmanto viedierīces vairāk nekā 2 stundas dienā. Tas var norādīt uz dažādiem iemesliem, piemēram, vecāku aizņemtību vai bērna vēlmi pēc digitālās izklaides. 13% vecāku norādīja, ka bērni izmanto viedierīces nenoteiktu laiku, kad vecākiem jāstrādā attālināti no mājām. Tas liecina par to, ka viedierīces tiek

izmantotas kā rīks, lai nodrošinātu bērna nodarbošanos un mieru vecāku darba laikā. 21% vecāku nedod bērnudārza vecuma bērniem izmantot viedierīces vispār. Šis ievērojams skaits norāda uz vecāku bažām par viedierīču ietekmi uz bērna attīstību un vēlmi veicināt citas nodarbes vai pašiem iesaistīties bērna attīstībā.

Kopumā rezultāti norāda uz dažādu pieeju viedierīču izmantošanai bērnudārza vecuma bērniem. Lielākā daļa vecāku mēģina ierobežot laiku, ko bērni pavada pie viedierīcēm, taču ir arī nozīmīga daļa, kas ļauj izmantot tās vairāk nekā 2 stundas dienā. Vecāku darba apstākļi un nepieciešamība nodrošināt bērna nodarbošanos ietekmē viedierīču izmantošanas laiku. Turklāt ievērojama daļa vecāku pilnībā atsakās no viedierīču izmantošanas bērnudārza vecuma bērniem, norādot uz bažām par to ietekmi.

### 3.3 Vecāku viedokļu rezultātu analīze

Vecāku loma viennozīmīgi spēlē būtisku lomu bērna sagatavošanas un adaptācijas gaitā. Aptaujā, saskaņā ar piedāvāto Likerta skalu, bija jāsniedz viedoklis par 14 dažādiem argumentiem saistībā ar bērnu, tā vidi un vecāku atgriezenisko saiti. Rezultāti pat vecāku sniegto viedokli ir apkopoti 3.1.tabulā.

3.1.tabula

#### Vecāku sniegto vērtējumu kopsavilkums

	1-Pilnīgi piekrītu	2-Piekrītu	3-Nevaru pateikt	4-Nepiekrītu	5-Pilnīgi nepiekrītu
1. Privātais bērnudārzs nodrošina kvalitatīvāku vidi un nodarbes bērniem	18	27	22	10	1
2.Bērna attīstību neietekmē bērnudārza veids (privātais vai pašvaldības)	15	25	18	15	5
3.Bērna raksturs un ekspektācijas ietekmē adaptācijas procesa ilgumu	35	34	6	3	0
4.Bērna viedierīču izmantošanas laiks izklaides nolūkos būtiski ietekmē emocionālo veselību	28	25	18	6	1
5.Bērnām viedierīces ir jāizmanto tikai mācību un attīstības nolūkos	17	24	18	18	1
6.Svarīgi sagatavot bērnu pirms bērnudārza (līdzīgs dienas grafiks)	28	35	13	2	0
7.Vecāku saiknei ar bērnu un atbalstam ir liela loma bērnu adaptācijas procesā	42	30	5	1	0
8.Vecāku emocionālās inteliģences līmenis ir galvenais faktors bērna adaptācijai	21	29	23	5	0
9.Jaunajiem vecākiem ir jāiziet kursi par bērna audzināšanu	15	26	22	14	1
10.Skolotājs atbalsts ir īpaši svarīgs adaptācijas posmā	53	20	3	2	0
11.Atvadišanās veids ir svarīga adaptācijas sastāvdaļa	36	27	11	3	1

12. Vecāku un skolotāju savstarpējā sadarbība ietekmē bērnu adaptācijas ātrumu	37	29	9	2	1
13. Gan vecākiem, gan skolotājiem jāzina bērnu vecuma īpašības, lai sniegt nepieciešamu atbalstu	46	25	4	2	1
14. Mājmācība negatīvi ietekmē uz bērna attīstību	7	13	40	12	6

Vairāk kā puse vecāku piekrīt, ka privātais bērnudārzs nodrošina kvalitatīvāku vidi un nodarbes bērniem (58% piekrīt, 28% nevar pateikt). Tikai neliela daļa nepiekrīt šim apgalvojumam (14%).

Vecāku viedokļi ir dalīti par to, vai bērnudārza veids (privātais vai pašvaldības) ietekmē bērna attīstību. 51% piekrīt, ka tam nav nozīmes, bet 26% nepiekrīt, līdzīgi sadalījās viedokļi, ka daļa (23%) ir neitrāla un nevar pateikt piekrīt vai nepiekrīt šim apgalvojumam. Pēc būtības privātais bērnudārzs nodrošina kvalitatīvāku vidi, bet bērna attīstības ziņā pašvaldības un privātais bērnudārzs pēc respondentu viedokļa neatšķiras.

Vairums vecāku uzskata, ka bērna raksturs un ekspektācijas ietekmē adaptācijas procesa ilgumu (69% piekrīt, 6% nevar pateikt, tikai 3% nepiekrīt), ko var apstiprināt Дружинин В.Н. Психология семьи, ka bērns intelektuāli būs līdzīgāks vecākam, ar kuru viņš ir emocionāli tuvāks, ar kuru viņš komunicē intensīvāk un kuru atdarina.

Attiecībā uz viedierīču izmantošanu, lielākā daļa 68% vecāku piekrīt, ka viedierīču izmantošanas laiks izklaides nolūkos būtiski ietekmē bērna emocionālo veselību, bet 28% nepiekrīt vai 9% nevar pateikt. Respektīvi šo 28% pārstāvju viedoklis korelē ar 32% vecāku, kuri ļauj bērnam pavadīt vairāk kā 2 stundas dienā un nenoteiktu laiku kopā, kā rezultātā iespējams nav pastiprināti pievērsta uzmanība izmaiņām bērna uzvedībā.

Vecāku viedokļi ir dalīti par to, vai viedierīces jāizmanto tikai mācību un attīstības nolūkos - 53% piekrīt, bet 47% nepiekrīt vai nevar pateikt.

Lielākā daļa vecāku uzskata, ka ir svarīgi sagatavot bērnu pirms bērnudārza, piemēram, ar līdzīgu dienas grafiku (81% piekrīt, tikai 3% nepiekrīt un 17% nevar pateikt), kas ir kārtība, kuru atbalsta demokrātiskais audzināšanas stils, ar pozitīvi vērtējamu audzināšanas paņēmieni.

92% vecāku piekrīt, ka vecāku saiknei ar bērnu un atbalstam ir liela loma bērnu adaptācijas procesā, ar tikai 1% nepiekrītot (6% nevar pateikt).

64% vecāku piekrīt, ka emocionālās inteliģences līmenis ir galvenais faktors bērna adaptācijai, bet 29% ir neitrāli un 6% nepiekrīt. Pēc autores viedokļa vecāku emocionālā inteliģence atbild par audzināšanas stilu un saikni ar bērnu un uzmanības pievēršanu tā vajadzībām, kā arī to apmierināšanu, ir būtiski, lai lielāks esošo un topošo vecāku apzinās, ka šim faktoram ir jāpiešķir augstāka svarīguma pakāpe.

Vecāku viedokļi ir dalīti par nepieciešamību iziet kursus jaunajiem vecākiem par bērna audzināšanu - 53% piekrīt, bet 19% nepiekrīt un 28% nevar pateikt. Pēc būtības bērnu audzināšana ir pavisam jauna pieredze, kura kā arī bērnam ir sava veida adaptācija jauniem vecākiem pie jauna ritma, dienas kārtības, tādējādi autore uzskata, ka cilvēki aktīvāk iesaistītos jauno vecāku apmācībās, ja būtu šīs iespējas popularizētākas no valsts puses, tā kā diezgan liela respondentu daļa īsti nezina kā atbildēt uz šo jautājumu, tādējādi tiek izvērtēts, ka nav pietiekami informēti vecāki par šādām iespējām.

Lielākā daļa vecāku uzskata, ka skolotāju atbalsts ir īpaši svarīgs adaptācijas posmā (94% piekrīt, tikai 3% nepiekrīt un 4% nevar pateikt), kas ir vērtējams pozitīvi, tā kā bērns lielāko dienas daļu pavada praktiski vienā telpā ar skolotāju un vēršas pie viņas ar interesējošiem jautājumiem, ir svarīgi, lai izveidojas labs savstarpējs kontakts un uzticība.

81% vecāku piekrīt, ka atvairšanās veids ir svarīga adaptācijas sastāvdaļa, tikai 5% nepiekrīt un 14% nevar pateikt.

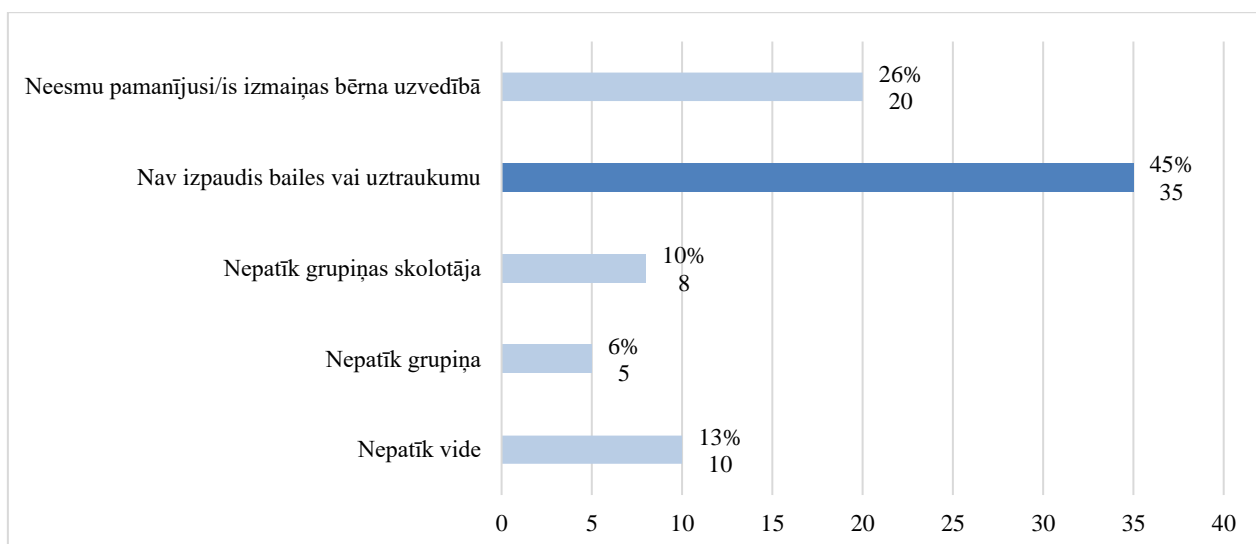
85% vecāku piekrīt, ka vecāku un skolotāju savstarpējā sadarbība ietekmē bērnu adaptācijas ātrumu, tikai 4% nepiekrīt un 12% nevar pateikt.

91% vecāku piekrīt, ka gan vecākiem, gan skolotājiem jāzina bērnu vecuma īpašības, lai sniegt nepieciešamu atbalstu, tikai 4% nepiekrīt un 5% nevar pateikt, kas ir vērtējams pozitīvi un rezultātā saistāms ar respondentu izvirzītajām 3 svarīgākām pozīcijām bērnu adaptācijā, kas ir vecāku atbalsts, skolotājs un to savstarpējā sadarbība.

Vecāku viedokļi ir ļoti dalīti par mājniecības negatīvo ietekmi uz bērna attīstību. Tikai 26% piekrīt, ka mājniecība negatīvi ietekmē attīstību, bet 51% nevar pateikt un 23% nepiekrīt šim apgalvojumam.

Kopumā provizoriski var secināt, ka aptuveni 13% vecākiem bērniem ir problēmas ar pašizpaušmi, tā kā atbilde "Nevaru pateikt" uz jautājumiem, kur vairāk kā 60% respondenti piekrīt apgalvojumam ir rādītājs par bērna pasīvu emociju izrādīšanu un iespējamo nedrošības sajūtu, kas nedod vecākiem signālu par bērna vajadzībām.

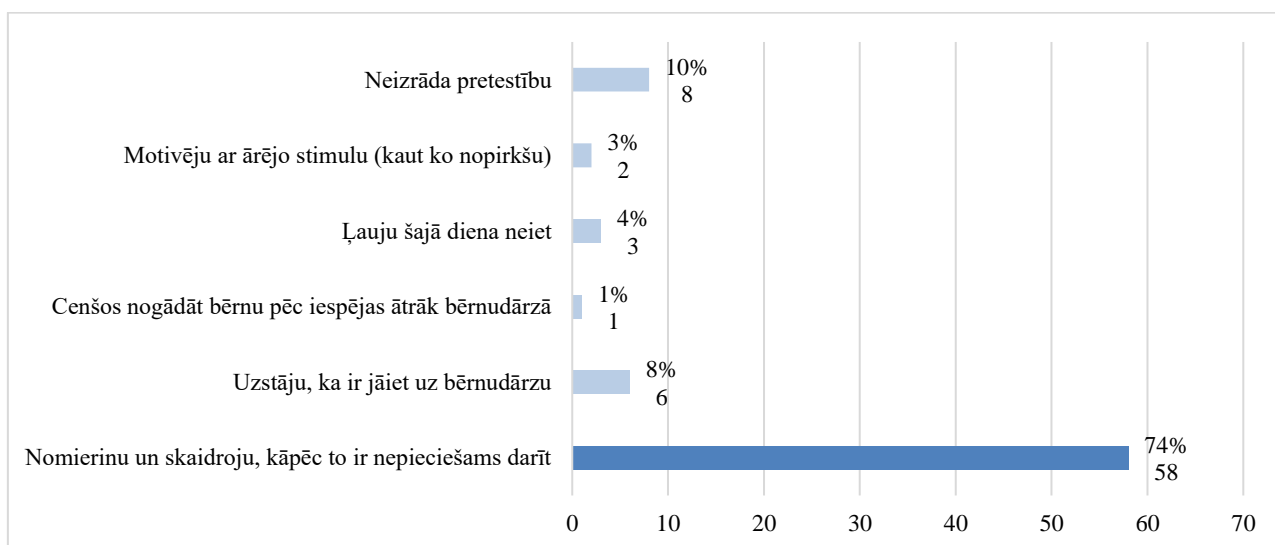
Pēc autores viedokļa vecāku loma bērna adaptācijas procesā bērnudārzā ir daudzveidīga un svarīga. Nodrošinot emocionālo atbalstu, praktisku palīdzību, stabilitāti un pozitīvu attieksmi, vecāki var ievērojami mazināt bērna trauksmi un veicināt veiksmīgu pāreju uz jauno vidi. Sadarbība ar bērnudārza personālu un iesaistīšanās bērna ikdienā palīdz veidot vienotu un atbalstošu pieeju, kas atvieglo adaptācijas procesu.



**9.att. Pēc vecāku viedokļa bērna izpaustās bailes vai uztraukums saistībā ar bērnudārza vidi un personālu**

Gandrīz puse (45%) vecāku norādīja, ka viņu bērns nav izpaudis bailes vai uztraukumu saistībā ar bērnudārza vidi vai personālu, kā arī 26% vecāku nav pamanījuši izmaiņas bērna uzvedībā, kas kopā veido 71%. Tas liecina, ka lielākā daļa bērnu ir vismaz ārēji labi pielāgojušies bērnudārza videi. 19% respondentu apgalvo, ka nav patikusi grupiņa, skolotāja vai vide, kā iemesls varētu būt vairāki faktori, kā pārāk sveša vide, pavisam cita dienas kārtība grupiņā nevar atrast sabiedrotos vai skolotāja nedod pietiekamu atbalstu.

Kopumā lielākajai daļai bērnu nav izteiktu baiļu vai uztraukuma saistībā ar bērnudārza vidi vai personālu, taču ir nozīmīga daļa bērnu, kas izrāda neapmierinātību ar dažādiem bērnudārza aspektiem. Lai uzlabotu bērnu pieredzi, būtu lietderīgi pievērst uzmanību bērnudārza vides uzlabošanai, grupu dinamikai un skolotāju bērnu attiecībām. Vecāku novērojumu un iesaistes veicināšana varētu palīdzēt labāk izprast un risināt bērnu bažas un uztraukumus.



**10.att. Situāciju risināšana, kad bērns izrāda pretestību iet uz bērnudārzu**

Uz anketas brīvās izvēles jautājumu “Kādi ir Jūsu ieteikumi, lai varētu palīdzēt bērnam ātrāk un vieglāk adaptēties bērnudārza vidē?” sniedza atbildi 51% respondentu, kuru atbildēm tika veikta analīze un apkopoti kopīgi viedokļi.

Pēc respondentu sniegtajām atbildēm, ir iespējams noteikt, kādiem faktoriem pēc vecāku pieredzes ir jāpievērš īpaša uzmanība. Kādi faktori ir sastopami visbiežāk un kādi faktori atšķiras. Sadarbība un aktīva komunikācija starp audzinātāju un vecākiem, palīdz saprast, kādas bērnam ir grūtības un kā ar to veiksmīgi tikt galā. Arī respondentu atbildes parāda, ka sadarbība pēc svarīguma ieņem 3 pozīciju no 5 - ir svarīgi veidot bērnam draudzīgu un atvērtu vidi, lai bērns justu drošību un piederību.

Pēc autores viedokļa, kopumā labvēlīgas vides veidošana var notikt tikai veiksmīgas sadarbības starp skolotāju (bērnudārza personālu) un bērna vecākiem. Daļa no respondentu atbildes norāda, ka ir svarīgi pievērst uzmanību bērna vecuma īpatnībām, lai atrast piemērotu, personalizētu pieeju. Savstarpējs atbalsts un komunikācija ir arī viens no svarīgākajiem faktoriem bērnu adaptācijas posmā. Ir nepieciešams runāt ar bērniem un skaidrot, kas viņu sagaida bērnudārzā, un radīt pozitīvus priekšstatus. Vecākiem ir ļoti svarīgi atbalstīt un mierināt bērnus grūtos brīžos, lai bērns sajustu atbalstu, lai cik nebūtiska šķistu problēma vai satraukums. Vecākiem vispirms pašiem jābūt mierīgam, jo bērni tiešā nozīmē atspoguļo visu vecāku emocionālo stāvokli. Pēc respondentu atbildēm ir minēts, ka mājās jāievieš līdzīgs dienas režīms kā bērnudārzā, lai bērniem būtu vieglāk pielāgoties, nonākot jaunā vidē. Ja runāt par atšķirīgam ieteikumiem no respondentiem brīvās izvēles jautājumā ir minēts labās prakses piemērs, kad bērniem jāskaidro ar savu piemēru, ka bērnudārzs ir viņa mazais darbiņš, salīdzinot ar pieaugušo darbu, lai bērni jūtas svarīgi un jau no bērnības veidotos izpratne par to, kas ir pienākumi, ka ir noteikta dienas kārtība un izpildāmās prasības. Aptaujas brīvās izvēles jautājumu atbildēs ir minēts, ka pirmsskolas vecuma bērniem tiek atļauts izmantot telefonu vai citu vadierīci ne vairāk kā stundu dienā, tā kā tas ir normas robežās un kritiskā brīdī palīdz bērnam un vecākiem ātri noslāpēt histēriju, bet ilgāka izmantošana tomēr ietekmē bērnu emocionālo veselību.

Vēl pie ieteikumiem kā atvieglot bērna adaptāciju tika minēts vecums, ka labāk ir sūtīt bērnu bērnudārzā agrākā vecumā, citi respondenti akcentēja, ka ir ļoti individuāli jāpieiet pie bērna vajadzībām un nosacīti vecākiem “jājūt”, kas ir nepieciešams bērnam, tā kā katram bērnam ir savs unikāls raksturs un jābūt obligāti individuālai pieejai.

Pēc visu sniegto ieteikumu analīzes ir iespējams secināt, ka sadarbība starp skolotājiem un vecākiem ir vairākkārt atkārtotais faktors, ko akcentē respondenti aptaujas beigās, kas būtiski ietekmē bērnu adaptācijas laiku un ilgumu. Veiksmīga un aktīva sadarbība palīdz bērniem optimāli, mierīgi un ātri adaptēties jaunai videi un apkārtējiem cilvēkiem. Videi obligāti jābūt

draudzīgai un drošai. Vecākiem ir ļoti svarīgi runāt un skaidrot bērniem dažādas darbības, kas notiek tieši šajā dzīves posmā un kas notiks tālāk. Vairāki respondenti norādīja, ka vecākiem ir svarīgi izveidot mājās līdzīgu režīmu, kas ir bērnudārzā. Tas palīdzes bērniem samazināt trauksmes sajūtu par jaunām izmaiņām dzīvē un ātrāk palīdzes bērniem pielāgoties katram nākamajam dzīves posmam.

### 3.4 Skolotāju intervijas rezultātu analīze

Tika veikta intervija, kuras ietvaros tika aptaujātas 2 bērnudārza skolotājas ar 6 gadu stāžu un tika uzdoti 14 jautājumi katrai, vidējais intervijas ilgums veidoja 1 stundu. Pēc abām intervijām, balstoties uz skolotāju bagāto darba un dzīves pieredzi varēja skaidri konstatēt, kādi faktori visvairāk ietekmē bērnus, kā arī apkārtējos šajā grūtajā un emocionālajā pārejas posmā. Ietekmējoši faktori uz adaptāciju ir sadarbība starp vecākiem un skolotājiem - abi skolotāji pievērš īpašu uzmanību šim faktam, jo tas veido aptuveni 80% no veiksmīgas adaptācijas, ja ne vairāk. Svarīgu lomu adaptācijas posmā spēlē arī vide, kur bērns pavada lielāko dienas daļu. Abi skolotāji pilnīgi piekrīt, ka vecāku emocionālais intelekts būtiski ietekmē bērna attīstību. Kā arī abi skolotāji vienbalsīgi uzskata, ka vadierīču izmantošana ietekmē bērnu attīstību un uzvedību, un ka tā izmantošanai jābūt strikti ierobežotai un labi pārdomātai no vecāku puses, bērniem līdz 3 gadu vecuma vispār nav nepieciešams telefons vai cita digitālā ierīce. Abi skolotāji runājot par uzvedību dažādas dienas posmos uzsver, ka bērnu uzvedība ir atkarīgā no tā kā skolotājs ir organizējis dienas plānu, aktivitātes un mācību procesu. Atbildot uz jautājumiem par uzvedību pilnmēneša laikā skolotāji nav novērojuši kādas īpašas izmaiņas bērnu uzvedībā, bet runājot par uzvedību pēc brīvdienām, bērniem ir nepieciešams laiks, lai noskaņotos un atgrieztos mācību režīmā, nekāda gadījumā nedrīkst spiest uz bērniem vai kā citādi izrādīt autoritāti, lai neizveidojas aizvainojums. Kopumā uz adaptācijas procesu, ļoti lielu ietekmi atstāja Covid-19 periods, jo vecākiem ir samazinājušies sociālās prasmes, tādēļ arī bērniem ir grūtāk adaptēties jaunai videi. Ja mēs runājam par tiem jautājumiem, kur skolotāju viedokļi atšķiras, tad mēs varam redzēt, ka viens skolotājs pievērš uzmanību vairāk sadarbībai starp vecākiem un skolotāju, starp vecākiem un bērnudārza personālu, kā arī pievērš uzmanību kopā būšanai atvadišanās laikā. Savukārt otrs skolotājs pievērš uzmanību vairāk uz bērna emocionālu gatavību un adaptācijas laiku.

Pēc intervijas analīzes var secināt, ka sadarbība un komunikācijas un pirmais un svarīgākais faktors, kas palīdz bērniem veiksmīgi adaptēties. Abi skolotāji atzīmē izmaiņas bērnu un vecāku sociālajās prasmēs pēc Covid-19, kas rada papildu izaicinājumus adaptācijas laikā. Abi intervētie skolotāji atkārtoti uzsver, ka vadierīču lietošanas jānorobežo bērniem līdz 3 gadu vecumam un norāda uz to ka vadierīču izmantošana negatīvi ietekmē bērnu uzvedību emocionālu veselību un fizisko aktivitāti.

Lai uzlabotu bērnu adaptācijas procesu un padarīt to vieglāku ieteicams veicināt ciešu sadarbību starp vecākiem un bērnodārzu (skolotāji, vadība, personāls), sniegt vecākiem iespēju iepazīties pašiem ar bērnodārzu vidi pirms adaptācijas perioda, skolotājiem rūpīgi plānot un organizēt ikdienas aktivitātes, lai tās būtu interesantas un stimulējošas bērniem ar dažādiem aktivitātes līmeņiem.

## SECINĀJUMI

1. Adaptācija bērnu kontekstā ir dinamisks process, kas ietver daudzus aspektus bērnu ikdienas dzīvē un veicinot bērnu adaptāciju, ir svarīgi radīt atbalstošu un stimulējošu vidi, kas atbilst viņu individuālajām vajadzībām un veicina veselīgu personības attīstību;
2. Vecākiem ir nozīmīga un neaizvietoājama loma bērnu adaptācijā bērnudārzā. Viņu attieksme, atbalsts un sadarbība ar skolotājiem veicina sekmīgu pāreju no ģimenes vides uz bērnudārza sabiedrību;
3. Novērotas pazīmes par PSRS audzināšanas režīma atstātajām sekām līdz 2011.gadam un turpmākajos gados ir novērota pozitīva tendence par šo lēmumu un tiesas spriedumu skaita samazināšanos vismaz uz pusi;
4. Atšķirība starp pašvaldības un privāto bērnudārzu apmeklējumu var norādīt uz sociālekonomisko nevienlīdzību. Vecāki ar augstākiem ienākumiem var atļauties sūtīt savus bērnus uz privātiem bērnudārziem, kas potenciāli piedāvā augstāku izglītības kvalitāti;
5. Lielākā daļa bērnu savā pirmā dienā bērnudārzā izjūt bailes vai kautrību (kopā 52%), un ceturtdaļa bērnu (26%) reaģē ar spēcīgām emocijām, piemēram, histēriju vai pretošanos;
6. Adaptācijas periods bērnudārzā 38% bērnu sagādāja nelielas un nozīmīgas grūtības pielāgoties;
7. Sadarbība un aktīva komunikācija starp audzinātāju un vecākiem, palīdz saprast, kādas bērnam ir grūtības un kā ar to veiksmīgi tikt galā. Arī respondentu atbildes parāda, ka sadarbība pēc svarīguma ieņem 3 pozīciju no 5 - ir svarīgi veidot bērnam draudzīgu un atvērtu vidi, lai bērns justu drošību un piederību;
8. Respondenti norādīja, ka privātais bērnudārzs nodrošina kvalitatīvāku vidi, bet bērna attīstības ziņā pašvaldības un privātais bērnudārzs neatšķiras;
9. Lielākā daļa 68% vecāku piekrīt, ka viedierīču izmantošanas laiks izklaides nolūkos būtiski ietekmē bērna emocionālo veselību, bet 28% nepiekrīt vai 9% nevar pateikt. Respektīvi šo 28% pārstāvju viedoklis korelē ar 32% vecāku, kuri ļauj bērnam pavadīt vairāk kā 2 stundas dienā un nenoteiktu laiku kopā, kā rezultātā iespējams nav pastiprināti pievērsta uzmanība izmaiņām bērna uzvedībā;
10. Abi skolotāji vienbalsīgi uzskata, ka vadierīču izmantošana ietekmē bērnu attīstību un uzvedību, un ka tā izmantošanai jābūt strikti ierobežotai un labi pārdomātai no vecāku puses, bērniem līdz 3 gadu vecuma vispār nav nepieciešams telefons vai cita digitālā ierīce;
11. Lielākā daļa vecāku uzskata, ka ir svarīgi sagatavot bērnu pirms bērnudārza, piemēram, ar līdzīgu dienas grafiku (81% piekrīt, tikai 3% nepiekrīt un 17% nevar pateikt), kas ir kārtība, kuru atbalsta demokrātiskais audzināšanas stils, ar pozitīvi vērtējamu audzināšanas paņēmieni;

12. Vecāku viedokļi ir dalīti par nepieciešamību iziet kursus jaunajiem vecākiem par bērna audzināšanu - 53% piekrīt, bet 19% nepiekrīt un 28% nevar pateikt, kas tiek vērtēts savā ziņā negatīvi, tā kā šis var tikt saistīts ar emocionālās inteliģences jautājumu, ka caur patstāvību un izpratni par pašapziņu var īstenot savu īsto vecāku potenciālu ar pārliecību;
13. Vecāku viedokļi ir ļoti dalīti par mājmācības negatīvo ietekmi uz bērna attīstību. Tikai 26% piekrīt, ka mājmācība negatīvi ietekmē attīstību, bet 51% nevar pateikt un 23% nepiekrīt šim apgalvojumam;
14. Izvērtējot skolotāju sniegto viedokli par adaptācijas procesu, tika izvirzīta bērnudārza vide kā būtisks faktors, kaut arī vecāki šim faktoram piešķīra viszemāko prioritāti un pie ieteikumiem šo faktoru nenorādīja neviens respondents;
15. Provizoriski var secināt, ka aptuveni 13% vecākiem bērniem ir problēmas ar pašizpaušmi, tā kā atbilde "Nevaru pateikt" uz jautājumiem, kur vairāk kā 60% respondenti piekrīt apgalvojumam ir rādītājs par bērna pasīvu emociju izrādīšanu un iespējamo nedrošības sajūtu, kas nedod vecākiem signālu par bērna vajadzībām.

## PRIEKŠLIKUMI

1. Vecākiem jābūt spējīgiem atrast piemērotus instrumentus, lai palīdzētu sev tikt galā ar traumām, saprotot, ka bērni mācās no vecāku uzvedības un nav vainojami pie notikumiem un apstākļiem, kuri iespaidojuši pārdzīvotās traumas;
2. Pašvaldības bērnodārzu vietu nepietiekamība norāda uz nepieciešamību pēc valsts politikas pārskatīšanas un uzlabošanas, lai nodrošinātu vienlīdzīgu piekļuvi kvalitatīvai pirmsskolas izglītībai visiem bērniem neatkarīgi no ģimenes finansiālās situācijas;
3. Attiecībā uz bērna pielāgošanos jaunajā bērnodārza vidē, rezultāti norāda, ka emocionālais atbalsts, pozitīva pastiprināšana un līdzīga režīma uzturēšana mājās ir visefektīvākās stratēģijas, lai palīdzētu bērniem pielāgoties bērnodārza dzīvei. Mazāk tiek izmantots materiālais atalgojums un viedierīču izklaide, kā arī vecāku iesaiste un atbalsts ir būtiski faktori bērnu veiksmīgai pielāgošanai jaunajai videi;
4. Ņemot vērā, ka bērniem sagādā grūtības adaptācijas periods, šie rezultāti uzsver nepieciešamību pēc atbalstošas pieejas un individuālas uzmanības, lai nodrošinātu visiem bērniem veiksmīgu pāreju uz bērnodārza dzīvi;
5. Pirmsskolas vecuma posmā digitālās ierīces optimāli var izmantot, attīstot bērnu runas prasmi, lasītprasmi un rakstītprasmi, būtiski, lai bērns un pieaugušais izmantotu šo tehnoloģiju kopīgi;
6. Vecāku emocionālā inteliģence atbild par audzināšanas stilu un saikni ar bērnu un uzmanības pievēršanu tā vajadzībām, kā arī to apmierināšanu, ir būtiski, lai lielāks esošo un topošo vecāku apzinās, ka šim faktoram ir jāpiešķir augstāka svarīguma pakāpe sabiedrības vidū to vairāk informējot sociālajos tīklos un masu medijos;
7. Pēc būtības bērnu audzināšana ir pavisam jauna pieredze, kura kā arī bērnam ir sava veida adaptācija jauniem vecākiem pie jauna ritma, dienas kārtības, tādējādi autore uzskata, ka cilvēki aktīvāk iesaistītos jauno vecāku apmācībās, ja būtu šīs iespējas popularizētākas no valsts puses, tā kā diezgan liela respondentu daļa īsti nezina kā atbildēt uz šo jautājumu, tādējādi tiek izvērtēts, ka nav pietiekami informēti vecāki par šādām iespējām;
8. Visa informācija it kā “pieder” skolotājam, un viņa uzdevums ir dot bērnam zināšanas. Savukārt, no bērna tiek gaidīta to apguve. Pareizā atbilde nereti tiek nostiprināta ar vingrinājumu un apbalvojumu palīdzību. Skolotājs rūpīgi novērtē bērna zināšanas, un bieži vien, pirms virzīties tālāk, tās tiek novērtētas atkārtoti;
9. Vecāku novērojumu un aktīvākas iesaistes veicināšana varētu palīdzēt labāk izprast un risināt bērnu bažas un uztraukumus saistībā ar ārējās vides faktoriem, kuri veido bērna diskomfortu, mēģinot atrisināt komunicējot ar bērnodārza personālu;
10. Lai uzlabotu bērnu adaptācijas procesu un padarīt to vieglāku ieteicams veicināt ciešu sadarbību starp vecākiem un bērnodārzu (skolotāji, vadība, personāls), sniegt vecākiem

iespēju iepazīties pašiem ar bērnudārzu vidi pirms adaptācijas perioda, skolotājiem rūpīgi plānot un organizēt ikdienas aktivitātes, lai tās būtu interesantas un stimulējošas bērniem ar dažādiem aktivitātes līmeņiem.

## IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

### Grāmatas:

1. Gailuma, S. *Mazbērna, adaptācijas īpatnības pirmsskolas izglītības iestādē*. Rīga: SIA Izglītības soļi. 2002., 114 lpp.
2. Zīrņa, Tija. *Digitālā tehnoloģija un bērna valodas attīstība. Bērnu valoda Latvijā 21. gadsimtā III*. Rīga: Zinātne, 2017, 144.–154. lpp.
3. Азаров Ю.П. *Искусство воспитывать*. М., 1985., 448 с
4. Выготский Л. С. *Психология развития ребенка*. Москва: Эксмо, 2005, 512 с.
5. Гиппенрейтер Ю.Б. *«Общаться с ребенком. КАК?»*, Москва, ООО “Издательство АСТ”, 2016, 78-82 с.
6. Кулагина И.Ю. *«Возрастная психология» Развитие ребенка от рождения до 17 лет*, Москва, Издательство РОУ, 1996, 70-81 с

### Raksti zinātniskos izdevumos un periodikā:

1. Arnold, D. H., Zeljo, A., Doctoroff, G. L., & Ortiz, C., *Parent involvement in preschool: Predictors and the relation of involvement to preliteracy development*. *School Psychology Review*, 37(1), 2008, 74–90. <https://doi.org/10.1080/02796015.2008.12087910>
2. Boyce, W. T., Sokolowski, M. B., & Robinson, G. E., *Toward a new biology of social adversity*. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 109(Suppl 2), 2012
3. Christina Davidson, Line Caes, Yee Lee Shing, Courtney McKay, Eva Rafetseder, Sobanawartiny Wijekumar, *Home Enrichment Is Associated with Visual Working Memory Function in Preschoolers*, 2023, available: <https://doi.org/10.1111/mbe.12383>
4. Dubos, R., Savage, D., & Schaedler, R., *Biological freudianism. Lasting effects of early environmental influences*. *Pediatrics*, 38(5), (1966). 789–800.
5. Dunn, E. C., Uddin, M., Subramanian, S. V., Smoller, J. W., Galea, S., & Koenen, K. C. *Research review: Gene-environment interaction research in youth depression – a systematic review with recommendations for future research*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2011, available: <https://acamh.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1469-7610.2011.02466.x>
6. Kuppens S, Ceulemans E. *Parenting Styles: A Closer Look at a Well-Known Concept*. *J Child Fam Stud*, 2019, available: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30679898/>
7. Langer SL, Crain AL, Senso MM, Levy RL, Sherwood NE. *Predicting child physical activity and screen time: parental support for physical activity and general parenting styles*. *J Pediatr Psychol*. 2014, available: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4092246/>

8. Lopez NV, Schembre S, Belcher BR, O'Connor S, Maher JP, Arbel R, Margolin G, Dunton GF. *Parenting styles, food-related parenting practices, and children's healthy eating: A mediation analysis to examine relationships between parenting and child diet. Appetite*, 2018, available: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29920321/>
9. Masud H, Ahmad MS, Cho KW, Fakhr Z. *Parenting Styles and Aggression Among Young Adolescents: A Systematic Review of Literature. Community Ment Health*, 2019, available: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10597-019-00400-0>
10. Martínez I, García JF., *Impact of parenting styles on adolescents' self-esteem and internalization of values in Spain. Span J Psychol.* 2007, available: <https://www.cambridge.org/core/journals/spanish-journal-of-psychology/article/abs/impact-of-parenting-styles-on-adolescents-selfesteem-and-internalization-of-values-in-spain/844351870B2C7DB504A20E34FF5A05C8>
11. Nijhof KS, Engels RC, *Parenting styles, coping strategies, and the expression of homesickness. J Adolesc*, 2007, available: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17258804/>
12. Neely-Prado A, van Elk M, Navarrete G, Hola F and Huepe D., *Social Adaptation in Context: The Differential Role of Religiosity and Self-Esteem in Vulnerable vs. Non-vulnerable Populations – A Registered Report Study. Front. Psychol*, 2021, available: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.519623>
13. Halfon N, Forrest CB, Lerner RM, et al., editors. Cham (CH): Springer; *Handbook of Life Course Health Development [Internet]*. 2018, available: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK543727/>
14. Sanders, M. R., & Mazzuchelli, T. G. (2017). *The power of positive parenting: Transforming the lives of children, parents, and communities using the Triple P system*. Oxford University Press.
15. Sawada, Yuko, and Toshiko Katayama. 2022. "Characteristics of Child-Rearing Environments Related to Social Development in Early Childhood" *Children* 9, no. 6: 877. available: <https://doi.org/10.3390/children9060877>
16. Sokol, Justin, *Identity Development Throughout the Lifetime: An Examination of Eriksonian Theory. Graduate Journal of Counseling Psychology. Vol 1.*, 2009, available: <https://epublications.marquette.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1030&context=gjcp>
17. Дошкольная академия. *Влияние современных информационных технологий на здоровье детей дошкольного возраста*, 2020, <https://doshped.ru/upload/iblock/f5e/f5e01bf9ceea9e53570cbc28d4c91d57.pdf>

## Elektroniskie informācijas avoti

18. AS "Cits medijs", *Vai privātais bērnudārzs ir "pa kabatai" ikvienam?*, 2023. Pieejams: <https://ir.lv/2023/02/02/vai-privatais-bernudarzs-ir-pa-kabatai-ikvienam/>
19. B. Treimanis, V. Skujiņa, J. Liedskalniņa, D. Birznieks, red. V. Skujiņa, Kamene, *Terminu un svešvārdu skaidrojošā vārdnīca*, Tilde, 2009. Pieejams: <https://www.letonika.lv/default.aspx?q=adapt%c4%81cija&s=0&g=0>
20. Kirstena A. Hansena, Roksana k. Kaufmane, Saifers S., *Bērncentrētu grupu veidošana*. Pieejams: [https://iic.lv/wp-content/uploads/2018/02/GRAMATA-bernudarzs\\_SpS.pdf](https://iic.lv/wp-content/uploads/2018/02/GRAMATA-bernudarzs_SpS.pdf)
21. *Latviešu literārās valodas vārdnīca*. 1.–8. Rīga, Zinātne, 1972.–1996.
22. Latvijas Bērnu atbalsta fonds, *Sociālā kampaņa "Rādi bērnam stīkus, ne telefonu!"* (2023). Pieejams: <http://www.lbaf.lv/lv/projekti/sociala-kampana-radi-bernam-stikus-ne-telefonu>
23. *Mixed methods research*, 2018, available: <https://catalyst.harvard.edu/community-engagement/mmr/>
24. Pjažeta teorijas četri kognitīvās attīstības posmi (2024) Vārdnīca. Pieejams: <https://lv.economy-pedia.com/11035288-piaget39s-theory>
25. Valsts izglītības satura centrs (2016), *Metodiskie ieteikumi pirmsskolas mācību programmu īstenošanai*, 5.lpp. Pieejams: [https://registri.visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/met\\_iet\\_pirmsk\\_prog\\_ist.pdf](https://registri.visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/met_iet_pirmsk_prog_ist.pdf)
26. VARAM, *Pirmsskolas izglītības iestāžu pieejamība*, 2024. Pieejams: <https://www.varam.gov.lv/lv/pirmsskolas-izglitibas-iestazu-pieejamiba>
27. Дружинин В.Н. Психология семьи. – М., 1996. – 158 с. Pieejams: <https://psy-journal.hse.ru/data/2011/04/27/1210613144/60-77.pdf>
28. Куликова Т.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание: Учебник для студ. сред, и высш. пед. учеб. заведений. - М: Издательский центр "Академия", 2007. Pieejams: [https://pedlib.ru/Books/3/0386/3\\_0386-46.shtml](https://pedlib.ru/Books/3/0386/3_0386-46.shtml)
29. МБУ "МЦИКТ Вектор", *Стили семейного воспитания и их влияние на развитие ребенка*, 2022, <https://wh.admmegion.ru/news/345247/>
30. Редакция «ФедералПресс», Дарья Золина, 15 августа 2023, Pieejams: <https://fedpress.ru/interview/3260651>

## Vecāki, kuriem pārtrauktas, atņemtas un atjaunotas bērna aizgādības tiesības

	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Ar bāriņtiesas lēmumu <b>pārtrauktas</b> bērna aizgādības tiesības	1484	1691	1784	2154	1672	1600	1563	1372	1532	1417	1645	1961	1876	1799	1404	1235	1203	1411	1159	1162	1038	900	983	1004
Ar bāriņtiesas lēmumu <b>atjaunotas pārtrauktās</b> bērna aizgādības tiesības	337	269	305	538	643	687	791	506	436	498	521	618	649	652	563	476	412	439	405	379	366	292	238	258
Ar tiesas spriedumu <b>atņemtas</b> aizgādības tiesības	106	62	116	501	676	1119	1303	910	709	591	760	830	814	739	674	640	680	608	547	658	674	626	476	447
Ar tiesas spriedumu <b>atjaunotas atņemtās</b> aizgādības tiesības	3	3	3	1	15	13	4	14	16	7	7	8	5	14	9	11	18	10	8	6	11	7	9	4

### Aptaujas anketa

Sveicināti!

Cienījamais respondent, es, Latvijas universitātes, 4. kursa studente, Poļina Štroma, lūdzu Jūs piedalīties pētījumā, kas tiek veikts Latvijas universitātes Izglītības, zinātņu un psiholoģijas fakultātes, profesionālās Bakalaura studiju programmas "Sākumizglītības skolotājs" ietvaros par tēmu "Vecāku un skolotāju loma bērnu adaptācijas procesā bērnudārzā". Anketas jautājumos Jums jāizvēlas viena vai vairākas atbildes, izņemot jautājumu, kur Jums tiek lūgts uzrakstīt atbildi. Anketa ir anonīma, iegūtie dati tiks izmantoti tikai šī pētījuma ietvaros un tiks dzēsti pēc rezultātu iegūšanas.

Anketas aptuvenais aizpildīšanas laiks ir 10 minūtes.

#### Anketas jautājumi

1. Kādā vecumā Jūsu bērns uzsāka iet bērnudārzā ?
  - 1,5 gadu vecumā
  - 2 gadu vecumā
  - 3 gadu vecumā
  - 4 gadu vecumā
2. Jūsu bērna dzimums:
  - Meitene
  - Zēns
3. Kāda tipa bērnudārzu apmeklēja Jūsu bērns?
  - Pašvaldības bērnudārzu
  - Privāto bērnudārzu
4. Kā Jūsu bērns reaģēja uz pirmo dienu bērnudārzā?
  - Sākās histērija
  - Bija mierīga/s, bet bija bail no jaunas vides
  - Bija atvērta/s un draudzīga/s pret apkārtējiem
  - Paspēpās, pretojās vai negribēja iet grupiņā
  - Bija kautrīga/s

5. Vai Jūsu bērnam bija grūtības pielāgoties bērnudārza vides jaunajām prasībām un ikdienas grafikam?

- Nebija grūtību
- Bija nelielas grūtības
- Pakāpeniski pielāgojāties
- Bija lielas grūtības, bet pielāgojāties
- Bērns nespēja pielāgoties un aizgājām prom uz citu bērnudārzu
- Bērns nespēja pielāgoties un pārgājām uz mājām mācības režīmu

6. Sagrupējiet faktorus no 1 līdz 5 pēc ietekmes bērnu adaptācijā, kur 1. ir ar vislielāko ietekmi, 5.

- ar vismazāko ietekmi

\_\_\_\_\_ Vide (bērnudārza telpas, pagalms, labiekārtojums)

\_\_\_\_\_ Vide mājās (vecāku attiecības, audzināšanas stils)

\_\_\_\_\_ Skolotājs

\_\_\_\_\_ Vecāku un skolotāju sadarbība

\_\_\_\_\_ Vecāku atbalsts

7. Kā jūs mēģināt atbalstīt savu bērnu, lai viņš vai viņa varētu labāk pielāgoties bērnudārza dzīvei?

(iespējami vairāki atbilžu varianti)

- Pavadijām laiku kopā ar bērnu bērnudārzā
- Slavējam bērnu pat par mazākiem sasniegumiem
- Mājās izveidojam līdzīgu režīmu, kas ir bērnudārzā
- Par labu uzvedību pirkām jaunas rotaļlietas, aktivitātes u.c .
- Ļauju izmantot kādu no viedierīcēm izklaidei (telefons, planšete, televizors)
- Bērnam nebija grūtību pielāgoties

8. Cik daudz laika Jūsu bērns pavada pie viedierīcēm izklaides nolūkos? (telefons, planšete, televizors)

- Vairāk kā 2 stundas dienā
- Vairāk kā 1 stundu dienā
- Līdz 1 stundai dienā
- Nenoteiktu laiku, kad ir jāstrādā attālināti no mājām
- Nenoteiktu laiku, kad ir histērija publiskā vietā, mašīnā
- Bērnudārza vecuma bērnam nedodu izmantot viedierīces

## 9. Sniedziet viedokli par apgalvojumiem.

Apgalvojums	1- Pilnīgi piekrītu	2- Piekrītu	3- Nevaru pateikt	4- Nepiekrītu	5- Pilnīgi nepiekrītu
1. Privātais bērnudārzs nodrošina kvalitatīvāku vidi un nodarbes bērniem					
2. Bērna attīstību neietekmē bērnudārza veids (privātais vai pašvaldības)					
3. Bērna raksturs un ekspektācijas ietekmē adaptācijas procesa ilgumu					
4. Bērna viedierīču izmantošanas laiks izklaides nolūkos būtiski ietekmē emocionālo veselību					
5. Bērnām viedierīces ir jāizmanto tikai mācību un attīstības nolūkos					
6. Svarīgi sagatavot bērnu pirms bērnudārza (līdzīgs dienas grafiks)					
7. Vecāku saiknei ar bērnu un atbalstam ir liela loma bērnu adaptācijas procesā					
8. Vecāku emocionālās inteliģences līmenis ir galvenais faktors bērna adaptācijai					
9. Jaunajiem vecākiem ir jāiziet kursi par bērna audzināšanu					
10. Skolotājs atbalsts ir īpaši svarīgs adaptācijas posmā					
11. Atvadišanās veids ir svarīga adaptācijas sastāvdaļa					
12. Vecāku un skolotāju savstarpējā sadarbība ietekmē bērnu adaptācijas ātrumu					
13. Gan vecākiem, gan skolotājiem jāzina bērnu vecuma īpašības, lai sniegt nepieciešamu atbalstu					
14. Mājmācība negatīvi ietekmē uz bērna attīstību					

10. Vai bērns ir izpaudis bailes vai uztraukumu saistībā ar bērnudārza vidi un personālu. Atzīmējiet ar "Jā" vai "Nē", ja atbilde ir "Jā" lūgums paskaidrot.

Jā / Nē      Nepatīk vide

Jā / Nē      Nepatīk grupiņa

Jā / Nē      Nepatīk grupiņas skolotāja

11. Kā Jūs risināt situācijas, kad bērns izrāda pretestību iet uz bērnudārzu?

- Nomierinu un skaidroju, kāpēc to ir nepieciešams darīt
- Uzstāju, ka ir jāiet uz bērnudārzu

- Cenšos nogādāt bērnu pēc iespējas ātrāk bērnudārzā
- Ļauju šajā diena neiet
- Motivēju ar ārējo stimulu (kaut ko nopirkšu)
- Neizrāda pretestību

12. Kādi ir Jūsu ieteikumi, lai varētu palīdzēt bērnam ātrāk un vieglāk adaptēties bērnudārza vidē?

## Intervijas jautājumi

1. Cik liela Jums ir pedagoģiskā stāža bērnudārzā?
2. Kādi faktori, Jūsaprāt, ietekmē bērnu adaptāciju visvairāk?
3. Kuri faktori, Jūsaprāt, laika gaitā ir mainījušies? Kas ietekmēja šīs izmaiņas?
4. Cik liela nozīme ir skolotāju un vecāku sadarbībai bērna adaptācijas posmā?
5. Kāds ir Jūsu viedoklis par apgalvojumu "Vecāku emocionālā intelekta līmenis būtiski ietekmē bērna attīstību"?
6. Kāda mērā vadierīču izmantošana ietekmē bērnu attīstību? Paskaidrojiet savu atbildi.
7. Kādi ir esošā gadsimta bērni salīdzinājumā ar iepriekšējā gadsimta bērniem? Kādas ir pozitīvās un negatīvās atšķirības?
8. Novērtējiet bērnu uzvedību dažādos dienas posmos.
9. Novērtējiet bērnu uzvedību bērnu uzvedība nodarbības laikā.
10. Novērtējiet bērnu uzvedību bērnu uzvedība uz pieaugušā norādījumiem
11. Novērtējiet bērnu uzvedību, kad ir pilns mēness.
12. Novērtējiet bērnu uzvedību pēc brīvdienām.
13. Novērtējiet bērnu uzvedību pēc gulēšanas laika.
14. Kādi ir jūsu ieteikumi, kas varētu palīdzēt bērniem vieglāk un ātrāk adaptēties?

Bakalaura darbs „Pirmsskolas vecuma bērnu adaptāciju ietekmējošo faktoru analīze” izstrādāts Latvijas Universitātes Izglītības zinātņu un psiholoģijas fakultātē.

Ar savu parakstu apliecinu, ka pētījums veikts patstāvīgi un izmantoti tikai tajā norādītie informācijas avoti.

Autors: Poļina Štroma

*(vārds, uzvārds)*

Rekomendēju darbu aizstāvēšanai

Darba zinātniskais vadītājs/a: \_\_\_\_\_

*(zinātniskais grāds, vārds, uzvārds)*

ŠIS DARBS PARAKSTĪTS AR DROŠU ELEKTRONISKO PARAKSTU UN SATUR LAIKA ZĪMOGU.

**GALVOJUMS**

Es,           Poļina Štroma          

apliecinu, ka darbs izstrādāts atbilstoši zinātniskās ētikas principiem.

Darbā izmantotā literatūra u. c. avoti norādīti literatūras u. c. avotu sarakstā.

Dažāda veida informācijai (atziņām, citātiem, attēliem, tabulām u. c.), kas iegūta no minētajiem avotiem, pētnieciskajā darbā un tā pielikumos norādītas atsauces.

**Darba autors**

Poļina Štroma

\_\_\_\_\_ (vārds, uzvārds)

\_\_\_\_\_ (paraksts)

Datums:

\_\_\_\_\_