

LATVIJAS UNIVERSITĀTE
Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte
Nepilna laika klātie

Profesionālās augstākās izglītības bakalaura programma
„Sākumizglītības skolotājs”

Madara Rozmisa

**SADARBĪBAS VEICINĀŠANA AR VECĀKIEM
ADAPTĀCIJAS PROCESĀ JAUNĀKAJĀ VECUMA GRUPĀ
PIRMSSKOLĀ**

**PROMOTING COOPERATION WITH PARENTS IN THE
ADAPTATION PROCESS IN THE YOUNGEST AGE GROUP
IN PRESCHOOL**

Bakalaura darbs

Darba vadītājs:

lektore

Akadēmiskais amats

Mg.paed., Pg.phil.

Zinātniskais /
akadēmiskais grāds

Ērika Lanka

Vārds, uzvārds

Paraksts

CĒSIS 2023

Anotācija

Madara Rozmisa. Bakalaura darbs: **Sadarbības veicināšana ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā.**

Pētījuma aktualitāte: pēdējo gadu periodā iespējams pārvērtēt adaptācijas lomu un aktualizēt jautājumu par bērnu prasmēm adaptēties pirmsskolas gaitu uzsākšanas periodā, jo bieži bērniem adaptācijas prasmes nav pietiekami attīstītas un tās trūkst. Šī nesakrītība starp faktiskajām prasībām un veidu, kā šīs prasmes tiek apgūtas, nereti noved pie nepilnībām, kas, savukārt, var sekmēt adaptācijas norises tempa zaudēšanu. Tādēļ nepieciešams aktualizēt sadarbības veicināšanu ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā, kas būtiski ietekmē adaptācijas procesu kopumā.

Pētījuma jautājums: kādi pasākumi var uzlabot un ietekmēt sadarbības veicināšanu ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā?

Pētījuma metodes:

1. literatūras izpēte;
2. anketēšana;
3. pedagoģiskā izmēģinājuma darbība.

Sasniegtie rezultāti: ir izstrādāti secinājumi un priekšlikumi kā veicināt sadarbību ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā.

Teorētiskā daļa sastāv no sadarbības un komunikācijas veidošanas raksturojuma pedagoģiskajā procesā pirmsskolā, kurā aplūkots sadarbības un komunikācijas teorētiskā jēdziena skaidrojums pētāmā jautājuma kontekstā, kā arī aplūkota vecāka loma pirmsskolas izglītības kontekstā.

Empīriskajā pētījuma daļā tiek aplūkots adaptācijas procesa raksturojums jaunākajā vecuma grupā pirmsskolā, iekļaujot adaptācijas procesa raksturojumu un veikts jaunākās pirmsskolas bērnu vecuma grupas pedagoģiski psiholoģiskais raksturojums pētāmā temata kontekstā.

Bakalaura darbs sastāv no ievada, teorētiskās analīzes, empīriskās pētījuma daļas, secinājumu un priekšlikumu daļas, kā arī no izmantotās literatūras un avotu saraksta. Bakalaura darba apjoms 54 lappuses. Bakalaura darbs satur 2 tabulas, 10 attēlus, 49 izmantotās literatūras un informācijas avotus un 2 pielikumus.

Atslēgas vārdi: *adaptācija, pirmsskola, sadarbība, vecāki.*

Annotation

Madara Rozmisa. Bachelor's thesis: **Promoting cooperation with parents in the adaptation process in the youngest age group in preschool.**

Topicality of the research: in recent years, it is possible to reassess the role of adaptation and bring up the issue of children's adaptation skills during the period of starting preschool, because often children's adaptation skills are not sufficiently developed and they are lacking. This mismatch between the actual requirements and the way these skills are learned often leads to gaps, which in turn can contribute to a loss of adaptation momentum. Therefore, it is necessary to update the promotion of cooperation with parents in the adaptation process in the youngest age group in preschool, which significantly affects the adaptation process as a whole.

Research question: what measures can improve and influence co-parenting with parents in the adaptation process in the youngest age group in preschool?

Research methods:

1. literature research;
2. surveying;
3. pedagogical trial activity.

Achieved results: conclusions and proposals have been developed on how to promote cooperation with parents in the adaptation process in the youngest age group in preschool.

The theoretical part consists of the characteristics of the formation of cooperation and communication in the pedagogical process in preschool, which examines the explanation of the theoretical concept of cooperation and communication in the context of the research question, as well as examines the role of the parent in the context of preschool education.

The empirical part of the study examines the characteristics of the adaptation process in the younger age group in preschool, including the characteristics of the adaptation process, and the pedagogical and psychological characteristics of the younger age group of preschool children in the context of the research topic.

The bachelor's thesis consists of an introduction, a theoretical analysis, an empirical research part, a part of conclusions and proposals, as well as a list of used literature and sources. The volume of the bachelor thesis is 54 pages. The bachelor thesis contains 2 tables, 10 images, 49 used literature and information sources and 2 appendices.

Key words: adaptation, preschool, cooperation, parents.

Saturs

Ievads.....	5
1. Sadarbības un komunikācijas veidošana pedagoģiskajā procesā pirmsskolā	7
1.1.Sadarbības un komunikācijas teorētiskā jēdziena skaidrojums pētāmā jautājuma kontekstā	7
1.2. Vecāka loma pirmsskolas izglītības kontekstā	12
2. Adaptācijas procesa raksturojums jaunākajā vecuma grupā pirmsskolā	16
2.1. Adaptācijas procesa raksturojums.....	16
2.2. Jaunākās pirmsskolas bērnu vecuma grupas pedagoģiski psiholoģiskais raksturojums pētāmā temata kontekstā	19
3. Sadarbības veicināšana ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā - empīriskā pētījuma rezultāti	25
3.1 Pētījuma bāzes apraksts	25
3.2 Pētījuma metodoloģija	29
3.3 Pētījuma norises apraksts un pētījumā iegūto rezultātu analīze	32
Secinājumi	48
Priekšlikumi.....	49
Literatūras un avotu saraksts	50
Pielikumi.....	54

Ievads

Pirmskolas gaitu uzsākšana gan bērnam, gan vecākam ir emocionāls laiks un katrs bērns, tā arī vecāks to izjūt savādāk. Katrā pirmskolas vecuma grupā ir bērni, kuriem jauna vide, jauni cilvēki un jauni notikumi ir vieglāk pieņemami un katrā pirmskolas vecuma grupā ir bērni, kuriem to visu pieņemt ir grūtāk. Tieši tāpat dažādi ir arī vecākiem – vieni uzticas pirmskolas izglītības iestādes personālam, citi grib vairāk pārliecināties, ka viņu bērns ir drošībā un pietiekami aprūpēts.

„Pirmskolas izglītības programma nodrošina bērnu sagatavošanu skolai, aptverot individualitātes veidošanos, garīgo, fizisko un sociālo attīstību, iniciatīvas, zinātkāres, patstāvības un radošās darbības attīstību, veselības nostiprināšanu, psiholoģisko sagatavošanu skolai, kā arī valsts valodas lietošanas pamatiemaņu apguvi. Pirmskolas vecuma bērnam galvenais darbības veids ir rotaļa, tādēļ pedagoģiskais process ir organizēts tā, ka bērni mācās rotaļājoties” (Izglītības zinātnes ministrija, 2020). Tādējādi, bērnam uzsākot pirmskolas gaitas, ir jāapgūst plašs zināšanu un pramju loks, ko bērns spēj tikai tad, ja pirmskolas izglītības iestādē jūtas pietiekami droši un atbalstoši.

Attiecīgais temats ir aktuāls, pirmkārt, visas pirmskolas izglītības kontekstā, jo saskaņā ar Valsts izglītības informācijas sistēmas datiem „2021./2022. mācību gadā pirmskolu Latvijā apmeklēja 84685 bērnu” (Valsts izglītības informācijas sistēma, 2023), tādējādi 84685 bērniem pirmskolā ir jājūtas drošiem, pieņemtiem, saprastiem un atbalstītiem. Attiecīgo sajūtu priekšnoteikums ir veiksmīgs adaptācijas process, kurā iesaistās bērns, vecāks un pirmskola.

Tāpat temats ir aktuāls katra konkrēta bērna kopējā attīstībā un kontekstā. Bērībā bērni piedzīvo dažādas vides pārejas, kurām nepieciešamas pielāgoties. Vides pārejas procesos bērnam ir jāpielāgojas jaunajai videi, cīnoties ar daudzām grūtībām. Pirmskola ir vides pāreja, kurā bērns atstāj mājas vidi, kur viņš/viņa ir dzimis un audzis, tāpat jūties droši. Bērni, kuri uzsākot pirmskolas gaitas veiksmīgi adaptējas spēj vēlāk aktīvi piedalīties aktivitātēs, strādāt patstāvīgi, sasniegt augstākus mācību panākumus un pilnveidoties vienaudžu attiecībās. Taču bērniem, kuri nevar pielāgoties un adaptēties var būt iekšējas/ārējas psiholoģiskas problēmas, viņi var sasniegt zemākus mācību sasniegumus un var nebūt motivēti apmeklēt pirmskolu (Erbay, Saltah, 2020). Tādējādi pirmskolas gaitu uzsākšanā adaptācijas procesam ir būtiska loma, kas ir pamats tam, kā uz pirmskolu kopumā bērns skatīsies arī turpmāk.

Tādējādi, kā **pētījuma aktualitāte** iespējams noteikt: pēdējo gadu periodā iespējams pārvērtēt adaptācijas lomu un aktualizēt jautājumu par bērnu prasmēm adaptēties pirmsskolas gaitu uzsākšanas periodā, jo bieži bērniem adaptācijas prasmes nav pietiekami attīstītas un tās trūkst. Šī nesakritība starp faktiskajām prasībām un veidu, kā šīs prasmes tiek apgūtas, nereti noved pie nepilnībām, kas, savukārt, var sekmēt adaptācijas norises tempa zaudēšanu. Tādēļ nepieciešams aktualizēt sadarbības veicināšanu ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā, kas būtiski ietekmē adaptācijas procesu kopumā.

Pētījuma novitāte: autores veidoti pasākumi, kuri paredzēti sadarbības veicināšanai ar vecākiem adaptācijas procesā.

Pētījuma objekts: adaptācijas process jaunākajā vecuma grupā pirmsskolā.

Pētījuma priekšmets: sadarbības veicināšana ar vecākiem adaptācijas procesā.

Pētījuma mērķis: teorētiski izpētīt pētāmo problēmu un praktiski aprobēt pasākumu plānu sadarbības veicināšanai ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā.

Pētījuma uzdevumi:

1. analizēt zinātnisko un metodisko literatūru par sadarbības veidošanu pedagoģiskajā procesā pirmsskolā;
2. raksturot adaptācijas procesu jaunākajā vecuma grupā pirmsskolā;
3. empīriski pārbaudīt sadarbības veicināšanas iespējas ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā;
4. izstrādāt secinājumus un priekšlikumus par sadarbības veicināšanu ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā.

Pētījuma jautājums: kādi pasākumi var uzlabot un ietekmēt sadarbības veicināšanu ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā?

Lai sasniegtu bakalaura darbam noteikto mērķi šī pētījuma gaitā, tiks izmantotas sekojošas **pētījuma metodes:**

4. literatūras izpēte;
5. anketēšana;
6. pedagoģiskā izmēģinājuma darbība.

Pētījuma bāze: 13 X pirmsskolas izglītības iestādes bērni un viņu vecāki. Bakalaura darba pētījuma periods aptver laika periodu no 2023. gada pavasaris – vasara.

1. Sadarbības un komunikācijas veidošana pedagogiskajā procesā pirmsskolā

1.1. Sadarbības un komunikācijas teorētiskā jēdziena skaidrojums pētāmā jautājuma kontekstā

Bērņa pirmsskolas gaitu uzsākšana ir sarežģīts, un emocionāli piesātināts laiks, tāpēc svarīgi, ka attiecīgajā laika posmā norit veiksmīga sadarbība un komunikācija ar pirmsskolas izglītības iestādi un vecākiem. Tāpat veiksmīgas sadarbības nepieciešamība ir svarīga, jo pirmsskolas posms ir tas, kurā vecāka iesaiste un klātesamība izglītības procesā ir visciešākā.

Ja sadarbība tiek aplūkota, kā jēdziens, tad tās definīcija ir sekojoša – „sadarbība ir kopīga, savstarpēji saskaņota darbība, arī palīdzība” (tezaurs.lv, 2023). Tādējādi varam uzskatīt, ka sadarbība ir noteikta cilvēka darbība, kurš ar attiecīgās darbības palīdzību palīdz otram. Ja attiecīgo definīciju pārceļ uz izglītības jomu, tad sadarbība ir vecāku un izglītības iestādes savstarpēji saskaņota darbība un palīdzība bērnam, lai mācību procesa rezultātā bērns pilnvērtīgi attīstītu savas zināšanas un prasmes.

„Sadarbība ietver vairākus cilvēkus, kuri strādā kopā, lai sasniegtu vienotu mērķi vai rezultātu. Šis mērķis var būt jebkura darbība, kurā nepieciešams daudzu cilvēku ieguldījums. Lai sasniegtu kopīgo mērķi, personām ir jāaskaņo un jāizmanto līdzekļi un resursi. Šie līdzekļi var ietvert finansiālos resursus, laiku, zināšanas, prasmes un attieksmi. Sadarbība ietver nepārtrauktu novērtējumu un atsauksmes saņemšanu par darba gaitu un rezultātiem. Šis novērtējums var nākt no citiem sadarbības dalībniekiem vai arī no pašiem dalībniekiem, kuri pārskata savu veikumu un pieņem lēmumus par uzlabojumiem. Sadarbība ir arī veids, kā mācīties no citiem un attīstīt attiecības ar citiem cilvēkiem” (Špona A., 2006).

Tādējādi sadarbība ir svarīga un efektīva veidā, kā sasniegt sarežģītus mērķus un uzlabot gan individuālo, gan kolektīvo veikumu. Tas ir būtisks aspekts daudzās dzīves jomās, sākot no darba vietām līdz izglītības un sabiedrisko projektu veikšanai.

Pedagoģiskā sadarbība ir process, kurā vecāki un ģimenes locekļi izmanto savas spējas, lai palīdzētu sev, saviem bērniem un pirmsskolas izglītības programmai. Ģimene, bērni, un programma visi iesaistīti šajā procesā, visi trīs dalībnieki iegūst labumu no labi izplānotas sadarbības programmas (Morrison 2015).

„Izglītības iestādes un vecāku sadarbības vidū ir bērns, nevis pieaugušo ambīcijas. Mums visiem ir jāiemācās ieraudzīt bērnu, sadzirdēt viņa vajadzības un sniegt nepieciešamo atbalstu. Tas ir izdarāms tikai tad, ja starp izglītības iestādi un vecākiem tiek veidotas cieņpilnas, uz sadarbību un bērna interesēm balstītas, attiecības. Pasaulē ir veikti pētījumi, kas

liecina, ka bērna mācību rezultāti (apmeklējums, uzvedība, izglītības pārtraukšanas riska samazinājums, akadēmiskie sasniegumi un skolēna labizjūta) uzlabojas, kad vecāki iesaistās izglītības procesā” (Izglītības kvalitātes valsts dienests, 2021).

Pedagogiem jābūt spējīgiem izprast un saprast savus audzēkņus, ņemt vērā viņu individuālās vajadzības un attīstības posmus. Empātija palīdz veicināt pozitīvu attiecību veidošanos ar audzēkņiem.

Skolotājiem nepārtraukti jāstrādā pie savas profesionālās attīstības un jā saglabā atjauninātas pedagoģiskās zināšanas un prasmes, lai sniegtu kvalitatīvu izglītību. Skolotājiem jā rīkojas ētiski un morāli pareizi, sekmējot labu piemēru savu audzēkņu un kolēģu priekšā. Viņiem jāievēro profesionālās ētikas kodeksi un jāuztver atbildība par savu rīcību. Sabiedrība uzticas skolotājiem, lai nodrošinātu izglītības procesa objektivitāti un godīgumu. Skolotājiem ir jā rūpējas, lai viņu darbība būtu pārredzama un pareiza, lai saglabātu šo uzticību. Skolotāji ne tikai sniedz zināšanas, bet arī ietekmē audzēkņu attieksmi un vērtību sistēmu. Viņu ieguldījums kopienas attīstībā un garīgo vērtību pārmantošanā ir būtisks. Skolotājiem ir jābūt apņēmīgiem un lepniem par savu darbu, jo viņi rada pamatu nākamajām paaudzēm. Viņu ietekme un rīcība var veicināt sabiedrības attīstību un ietekmēt, kā jaunie cilvēki uztver pasauli un savu vietu tajā. Tāpēc skolotājiem ir ļoti svarīga un ietekmīga loma mūsu sabiedrībā (Lanka, 2010).

Tādējādi skolotāja darba ikdiena ne tikai saistāma ar skolotāja un bērna sadarbības veicināšanu, bet saistāma arī ar sadarbības veicināšanu vecāku kontekstā, kas ir klātesoša skolotāja darba daļa. Lai sekmētu bērna mācīšanās un prasmju apguves motivāciju, būtiska ir paša skolēna, viņa skolotāja un vecāku koncentrēšanās nevis uz īstermiņa (snieguma) mērķiem, bet uz ilgtermiņa mācīšanās mērķiem, piemēram, kompetenču attīstīšanu un personisko pilnveidi (Ročāne, 2019).

Pedagoģiskās pieejas īstenošana ir efektīvāka, ja pedagogi sadarbojas daudzpusēji, nevis strādā katrs atsevišķi. Tas rada vairākas pozitīvas ietekmes uz mācību un audzināšanas procesu. „Šo procesu nozīmīgi var kavēt vecāku paustās pārlicības par izglītību un konkrētiem pedagogiem, jo pieaugušais, kurš vienā vai otrā veidā apšaubā pedagoga profesionālo kompetenci izglītojamā klātbūtnē, var bloķēt viņa spēju mācīties pat līdz 90%. Tādējādi spēja mācīties tiek nevis tiešā veidā mazināta, bet dod iespēju izglītojamajam attaisnot sava ieguldījuma apjomu ar pedagoga profesionalitāti, kas ir pamatota ar pieaugušo (un parasti vecāku) skaļi paustu viedokli par konkrēto situāciju” (Ozols, 2019).

„Vecāku un ģimenes iesaistīšanās nav tikai piedalīšanās izglītības iestādes aktivitātēs, notikumos un programmās, kuras veido bērna pasauli. Vecāku iesaistīšanās nozīmē arī

pietiekami labu izpratni par bērna uzvedību un to, kā bērns tiek galā ar grūtībām. Sadarbība ar ģimenēm rada lielāku saskaņu starp mājas un izglītības vidi. Komunikācija ar ģimenes locekļiem būs vēl efektīvāka, ja pedagogi izzinās un izpratīs katras ģimenes kultūru, lai spētu virzīt bērna sociāli - emocionālo un kognitīvo attīstību ģimenes vērtību kontekstā” (Kudreņicka, 2020).

Tādējādi sadarbība starp skolotājiem un vecākiem ir būtiska, lai nodrošinātu labāku bērnu izglītošanu un attīstību. Tāpēc ir svarīgi, lai izglītības iestādes veicinātu šo sadarbību, sniedzot iespējas un resursus, kas ļautu vecākiem un skolotājiem efektīvi strādāt kopā bērna labā.

Bērība ir straujas un sarežģītas attīstības periods. Bērna motorā kognitīvā un sociāli emocionālā attīstība ir ļoti svarīga. Svarīgi zināt, kā tuvoties bērnam, kā uzrunāt, kad apkārtējiem pieaugušie ir labi informēti par bērna attīstību, ir iespējams veikt izmaiņas bērna dzīvē un atrisināt problēmas, ar kurām saskaras bērni un vecāki. Tāpēc vissvarīgākais mērķis vecāku un pirmsskolas sadarbībā ir radīt optimālus apstākļus bērna attīstībai. Bērna attīstība ir dinamisks process, kas notiek noteiktā sociālā kontekstā, ko savukārt ietekmē iedzimtie un vides faktori, kā arī neiroloģisko struktūras (smadzenes, nervi utt.). Mācīšanās notiek atpazīstamā secībā, kas vēl vairāk pieļauj individuālu mainīgumu attiecībā uz bērna ātrumu attīstībā un bērna mācīšanās stilu. Bērna attīstība un mācīšanās notiek bērna mijiedarbības ar cilvēkiem un priekšmetiem rezultātā. (Petani, Barišić, 2021).

Komunikācijai ir būtiska loma jebkurā sabiedrības grupā, komunikācijas veidošana un attīstīšana ir būtiska gan starp pirmsskolu un bērnu, gan starp pirmsskolu un vecāku. Veiksmīgas komunikācijas svarīgākie elementi aplūkoti 1.1.tabulā.

1.1.tabula. Komunikācijas svarīgākie elementi aplūkoti (Putniņa K., 2021).

Komunikācijas elementi					
Aktīva klausīšanās	Pozitīva attieksme uzvedībā	Sarunai izvēlēts pareizais laiks un vieta	Pareizi noformulēti jautājumi	„Es” vēstījuma izmantošana	Konstruktīvas atgriezeniskās saites sniegšana

Komunikācijas jēdziena definīcija ir - sazināšanās, informācijas pārraide. (tezaurs.lv, 2023), jeb plašākā nozīmē - komunikācija attiecas uz ideju un domu apmaiņu divu vai vairāku cilvēku ietvaros. To var izdarīt, izmantojot rakstīšanu, runu, žestus, simbolus vai rakstisku saziņu. Komunikācija ir nepārtraukta ziņojuma pārraide starp divām vai vairākām personām, kas ir sūtītājs un saņēmējs (Azami, 2021).

Kamēr agrīnās bērnības pedagogi ir mācīšanas un bērna attīstības eksperti, vecāki ir savu bērnu eksperti. Viņi var sniegt vērtīgu ieskatu par bērna attīstību, uzvedību, vēlamos mācību stilus, iespējamās attīstības problēmas. Vecāki vislabāk zina, kas viņu bērnus motivē, kas viņus uzrunā, kas viņiem padodas un ar kādām attīstības problēmām pedagogs varētu saskarties. Šī iemesla dēļ efektīva, un pastāvīga saziņa ar bērna skolotājiem un pirmsskolu var palīdzēt pielāgot mācību pieeju bērna unikālajām vajadzībām. No otras puses, skolotāji, kuri lielāko dienas daļu pavada kopā ar bērnu, ir vērtīgi resursi bērna attīstībā un uzvedības vadīšanā. Pedagogu ikdienas novērojumi nodrošina, ka vecāki nepalaiž garām savu bērnu attīstību, taču tie arī palīdz vecākiem nodrošināt vislabāko iespējamo aprūpi saviem bērniem. Tāpēc pozitīvas attiecības starp vecākiem un bērnu aprūpes sniedzējiem ir būtiskas, lai nodrošinātu augstas kvalitātes aprūpi un izglītību maziem bērniem (Angullie, 2021).

Tādējādi vecāku un skolotāju komunikācija ir viens no bērna akadēmisko panākumu un vispārējās labklājības pilāriem. Efektīva saziņa ar vecākiem ir ļoti svarīga, lai izveidotu vecāku un skolotāju partnerību, jo tā nodrošina sadarbību, veido savstarpēju uzticēšanos un palīdz skolotājiem uzzināt vairāk par viņu aprūpē esošajiem bērniem.

Saziņa ar vecākiem un saiknes izveidošana starp mājām un izglītības iestādī var arī palīdzēt agrīni risināt uzvedības problēmas. Var gadīties, ka bērniem šīs problēmas parādās pirmsskolā vai skolā, taču vecāki var to neievērot. Tādēļ saziņa ir lielisks veids, kā informēt vecākus par šīm problēmām. Kad visas puses apzinās problēmsituāciju, tās var sadarboties, lai atrisinātu problēmu agrīnā stadijā, un kļūst nekontrolēta. (Bucheeri, 2021)

Sadarbība ar vecākiem pirmsskolā veicināma caur tādām komunikācijas formām, kā –

- individuālas tikšanās ar vecākiem;
- vecāku sapulces;
- vecāku aptaujas;
- vecāku klātbūtne nodarbībās
- tehnoloģiski risinājumi informācijas apmaiņai u.c.

„Individuālas sarunas ar vecākiem par katra bērna labjutību un izaugsmi pirmsskolā ir plānota saruna ar vecāku par bērna stiprajām pusēm, par viņa individuālo izaugsmes

sasniegumu atbilstoši mācību programmai, plānotajiem sasniedzamajiem rezultātiem. Sarunas laikā tiek uzklauti arī vecāki – ko viņi grib pateikt par savu bērnu, viņu bažām un novērojumiem, jautājumus. Sarunas beigās abas puses vienojas par atbalsta veidiem atsevišķās mācību jomās, vispārīgajās prasmēs vai par bērna sociāli emocionālo prasmju pilnveidi mācību procesā. Šajās sarunās vecāki iegūst drošības izjūtu par to, kā attīstās viņa bērns, ka viņš ir pamanīts, ievērots, par viņu rūpējas” (Rolanda, Braunberga, 2020). Adaptācijas procesā attiecīgā saruna var noritēt pirms bērna adaptācijas procesa, adaptācijas procesa laikā un pēc tam, kad bērns grupā ir adaptējies, kas ļaus vecākam būt klātesošam visā adaptācijas procesā.

Vecāku anketēšana ir iespēja iegūt plašu vecāku viedokli un to iegūt attiecībā uz dažādām tēmām, kuras ir saistītas un tiek risinātas pirmsskolas periodā. Adaptācijas procesā anketēšana veicama dažādos adaptācijas perioda laikos.

„Vecāku klātbūtne grupā ir svarīga, uzsākot adaptācijas procesu, taču arī vēlākajos pirmsskolas posmos vecāku viesošanās grupā ir iespējama un atsevišķos gadījumos pat nepieciešama. Šāda kopā būšana veido izjūtu, ka ģimene arī pieder pie pirmsskolas dzīves un ka nošķirums starp ģimeni un skolu nav nepārvarama plaisa. Tā veidojas plašāka kopiena, kurā, savukārt, veidojas līdzīga izpratne un kopīgas vērtības, pat ja vecākiem ir dažādas prasības, priekšstatī un pārliecība. Adaptācijas periodā, kad bērniņš sāk apmeklēt pirmsskolu, vecāku atrašanās grupiņā ir jautājums par uzticēšanos pirmsskolai. Kad vecāks izveido uzticēšanās attiecības, tad arī bērns jūtas droši” (Rolanda, Braunberga, 2020).

Tādējādi uzticēšanās izveidošana un uzturēšana starp vecākiem un pirmsskolu ir savstarpēji izdevīga gan bērniem, gan izglītības iestādei. Bērni, kuri jūtas atbalstīti un droši, labāk pielāgojas jaunajai vides un mācību prasībām, kas nāk kopā ar pirmsskolu, un viņu vecākiem ir iespēja būt aktīvām un pozitīvām iesaistīšanās procesā. „Pedagoģiskā procesa organizēšanā jāievēro drošas mācību vides princips. Droša mācību vide pārvēršas ērtā mācību vidē. Tas saistās kā ar fizisku, tā arī ar emocionālu drošību un piederību” (Margeviča-Grinberga, Šūmane, 2020).

Kopumā iespējams secināt, ka sadarbība un komunikācija pirmsskolas kontekstā ir īpaši būtiska un vecināma tieši attiecībā uz pirmsskolas un vecāku sadarbību. Pirmsskolas pedagogu mērķis ir izcelt, noskaidrot un padarīt redzamas bērna kompetences un prasmes, kā arī izskaidrot pirmsskolas izglītības mērķus vecākiem. Respektīvi nodot ar bērna mācīšanos saistītos jautājumus vecākiem. Taču vecāki mēdz lielāku nozīmi piešķirt personiskajām īpašībām, piemēram, informējot pedagogu radīt bērnam patīkamu un sociālu vidi pirmsskolā. Pirmsskolai ir svarīgi nodibināt un uzturēt kontaktu, spēju redzēt un satikt vecākus un ar tiem

ikdienā sazināties. Pirmsskolas un vecāku sadarbības rezultātā nepieciešams veidot pārliedcinošas, uzticamas attiecības, ko raksturo caurskatāmība, dialogs un savstarpēja cieņa. Pirmsskolas iestādes un vecāki var veidot uzticēšanos, uzturot atvērtu un regulāru komunikāciju. Vecāki var piedalīties vecāku sapulcēs, tiešsaistes platformās vai individuālās tikšanās laikā ar izglītības speciālistiem, lai iegūtu informāciju par bērna attīstību un pirmsskolas darbu.

1.2. Vecāka loma pirmsskolas izglītības kontekstā

Bērnu attīstību ietekmē daudz dažādu faktoru un viens no bērna visvairāk ietekmējošajiem faktoriem ir vide, kurā bērns aug. Vecāki bērnam ir tuvākie cilvēki, kuru iesaiste bērna attīstībā ir īpašu būtiska, ja vecāks ir klātesošs un iesaistās bērna izglītības vecināšanā, bērns iemācās vairāk un attīstās straujāk, ja vecāka iesaiste ir maza vai tās nav, bērns attīstās lēnāk un sastopas ar dažādām grūtībām izglītības iegūšanas procesā un it sevišķi pirmsskolas periodā.

„Saskaņā ar Izglītības likuma [31. pantu](#) pirmsskolas, pamatizglītības, vidējās izglītības vai profesionālās ievirzes izglītības iestādēs ir veidojamas Izglītības iestādes padomes, kuros darbojas skolēnu deleģēti pārstāvji, skolas pedagogu un darbinieku deleģēti pārstāvji, kā arī vecāki. Likums nosaka, ka izglītības iestādes padomē vecāku (personu, kas realizē aizgādību) pārstāvji ir vairākumā. Padomes locekļu uzdevumos ietilpst piedalīšanās izglītības procesa un tā rezultātu apspriešanā, kā arī izteikt savus priekšlikumus. Pasaulē ir veikti pētījumi, kas liecina, ka skolēnu mācību rezultāti (apmeklējums, uzvedība, izglītības pārtraukšanas riska samazinājums, akadēmiskie sasniegumi un skolēna labizjūta) uzlabojas, kad vecāki iesaistās izglītības procesā un skolas dzīvē” (Laganovskis, 2022).

Tādējādi jau normatīvo aktu ietvarā vecākiem ir ne tikai aicinājuma formā lūgts iesaistīties izglītības procesos, bet normatīvo aktu regulējums drīzāk uzliek pienākumu vecākiem un bērnu pārstāvjiem iesaistīties un būt klātesošiem visos izglītības līmeņos.

Sadarbība starp ģimenēm un pirmsskolas izglītības iestādi sniedz daudz priekšrocību bērniem. Bērni, kuriem ir aktīvi iesaistīti vecāki, parasti izjūt lielāku atbalstu, izpratni un drošību, un viņiem ir vieglāk pielāgoties izglītības vides prasībām. Vecāku aktīva līdzdalība ietver regulāru komunikāciju ar izglītības speciālistiem, piedalīšanos vecāku sapulcēs un pasākumos, kā arī interesi par bērna mācību un attīstību. Šīs darbības palīdz izveidot uzticības attiecības starp vecākiem un izglītības iestādi. Vecākiem ir svarīgi saprast, kas notiek pirmsskolas izglītības iestādē un kā tie var papildināt to, ko bērni mācās mājās. Vecāki var

uzdot jautājumus par mācību procesu un iegūt ieteikumus par to, kā atbalstīt bērna attīstību mājās. Dažreiz vecākiem var būt nepieciešamā papildu izglītība par to, kā palīdzēt bērnam attīstīties. Izglītības iestādei ir svarīgi sniegt vecākiem nepieciešamo informāciju un resursus, lai veicinātu bērna labklājību un attīstību. Izglītības iestādei un vecākiem jāveicina regulāra komunikācija, kurā tiek apspriests bērna progress, vajadzības un mērķi. Šāda komunikācija ļauj ģimenei, un izglītības iestādei darboties kopā, lai atbalstītu bērna attīstību (Kraukle, 2013).

Ģimene kļūst par pirmo skolu, kurā bērns mācās. Vecāki, kļūst par skolotājiem vai paraugiem bērnu dzīvēs. Tāpat vecākiem ir svarīga loma, lai audzinātu savus bērnus par labiem un inteligentiem cilvēkiem. Vecāku loma un vecāku galvenais uzdevums ir vēltīt saviem bērniem uzmanību, pieķeršanos un drošību.

Bērnu kognitīvo un sociālo prasmju attīstība, kas nepieciešamas, lai vēlāk gūtu panākumus skolā vislabāk var attīstīt ar atbalstošu audzināšanas stilu, kurā vecāks atbalsta bērnu mācīšanās procesā un ir klātesošs (Landry, 2008). Kognitīvā attīstība, zināma arī kā intelektuālā attīstība, tiek definēta, kā domāšanas procesu konstruēšana - tas ietver lēmumu pieņemšanā, atmiņa, un problēmu risināšana, visas dzīves garumā no bērnības līdz pilngadībai (Borena, 2023). Būtībā kognitīvā attīstība ir veids, kā cilvēks uztver, domā un izprot savu apkārtni. Informācijas apstrāde, intelekts, spriešana, valodas attīstība un atmiņa ir visas kognitīvās attīstības jomas, kuru attīstībai ir būtiska loma ikviena bērna ikdienā. Bērna pieķeršanās saviem vecākiem un emocionālā drošība tieši ietekmē kognitīvo darbību. Tāpēc vecāku atbalsts ir absolūti nepieciešams bērna pareizai kognitīvajai attīstībai.

Vecāki, kuri nodrošina pozitīvu pieķeršanos, augstu siltuma līmeni un ir atsaucīgi pret dažādiem bērnu signāliem un rīcībām ļauj radīt vidi, kurā tiek veicināta bērna interešu uzturēšana un paplašināšana. Bērna interešu pieņemšana veicina bērna attīstības mehānismus (Landry, 2008), un vecāku iesaiste ļauj tikt galā ar stresu bērnam, nokļūstot jaunā vidē. Ja starp bērnu un vecāku veidojas pozitīva pieredze, uzticēšanās un saikne, tiek veicināta arī iesaistīšanās bērna mācību aktivitātēs, kas kopumā veicina bērna mācīšanos un kognitīvo spēju attīstīšana (Landry, 2008).

„Pēc Pasaules Veselības organizācijas izstrādātajām vadlīnijām bērniem no piecu gadu vecuma jāveic fiziskās aktivitātes katru dienu vidēji 60 minūtes dienā ar mērenas līdz augstas intensitātes slodzi, kas galvenokārt ietver aerobās aktivitātes visas nedēļas garumā. Muskuļus un kaulus stiprinošas fiziskās aktivitātes ieteicams veikt trīs reizes nedēļā. Kā norādīts vadlīnijās, bērniem jāsāk ar nelielu fizisko aktivitāšu daudzums, pakāpeniski palielinot aktivitāšu daudzumu un biežumu, kā arī intensitāti un ilgumu laika gaitā. Ir svarīgi iedrošināt

pedalīties fiziskās aktivitātēs, kas ir patīkamas, piedāvājot dažādību, un ir piemērotas bērna vecumam” (Ķerve, Gintere, Mitenberga, 2021). Iedrošināšana un kopīga fizisko aktivitāšu veikšana ar vecākiem, bērniem rada pozitīvu attieksmi pret kustībām un fiziskajām aktivitātēm. Būtiski, ka vecāki bērnam rada iespēju attīstīt fiziskās prasmes, kas ir nepieciešamas, lai bērns augtu vesels un fiziski spēcīgs. Tad, kad vecāki paši izrāda aktīvu interesi par fiziskām aktivitātēm, šī īpašība dabiski tiek nodota bērniem.

Vecākiem ir liela loma emocionālajā attīstībā agrā bērnībā. Vecāku rīcība, reakcijas, mācības, pat vecāku klātbūtne vien lielā mērā ietekmē bērnu emocionālo veselību. Mīlestība, pieņemšana, piemērs un disciplīna ir četri kritiskie elementi, kas ietekmē bērnu emocionālo attīstību un ir nepieciešami spēcīga emocionālā pamata ielikšanai (Anand, 2015). Pirmsskolas vecumā bērni mācās kontrolēt un atpazīt emocijas, kas ir būtiski, lai bērns pieaugot prastu saprasties kolektīvā, prastu nomierināties stresa situācijās un prastu reaģēt uz apkārt notiekošo.

Emocionālās pašregulācijas attīstība bērniem ir svarīga no veselības un labklājības aspektiem, tostarp bērnu spējai paciest neapmierinātību, ierobežot agresīvus impulsus, izrādīt gandarījumu un izteikt emocijas sociāli pieņemamā veidā. Bērni, kuri spēj regulēt savas emocijas, spēj labāk sadarboties ar vienaudžiem, turpretim slikta emociju regulēšana pirmsskolas vecuma bērniem ir saistīta ar augstāku ārējās uzvedības līmenis (Frankel, Hughes, O'Connor, Power, Fisher, Hazen, (2012), kas nozīmē, ka bērns kļūst trauksmais un atsevišķās reizēs pat nepieejams. Vecāku ietekme uz attiecīgajiem procesiem ir ārkārtīgi būtiska, jo saiknē ar vecākiem bērns sākotnēji apgūst, kā reaģēt uz dažādām situācijām un tālāk attiecīgo pieredzi izmanto arī ārpus ģimenes komunikācijā. Vecāku reakcija uz bērniem dažādās situācijās ietekmē to, kā bērni reaģē uz turpmāko pieredzi, tāpēc tas, kā vecāki mijiedarbojas ar saviem bērniem, ietekmē bērnu pašregulāciju emociju, jomā (Frankel, Hughes, O'Connor, Power, Fisher, Hazen, 2012).

„Ikvienam bērnam (tāpat kā pieaugušajam) nepieciešams izjust beznosacījuma mīlestību: tas nozīmē sajūtu „mani mīl vienkārši tāpēc, ka es esmu”, nevis „tāpēc, ka atbildstu kādām noteiktām prasībām”. Tādēļ ir svarīgi bērnam izrādīt, ka viņu mīl – gan apskaujot, samīļojot, gan arī to pasakot vārdos. Šāda attieksme veido adekvātu bērna pašapziņu, kā arī vēlmi parādīt sevi no labās puses” (Latvijas SOS Bērnu ciematu asociācija, 2012). Vecāku ietekmi uz bērnu attīstību neviens neapšaubā, jo vecāks ir atbalstošāks, jo veiksmīgāk norit bērna attīstība, taču tikpat būtiski iesaistīties un ņemt dalību bērna pirmsskolas izglītības procesā. Vecāki, kas ir saskaņoti ar to, kas notiek viņu bērna pirmsskolas iestādē, var labāk izveidot saikni starp pirmsskolā apgūto un mājās notiekošo. Šī saikne ir būtisks elements bērna

attīstībā un atbalsta turpmāko mācīšanos. Bērni var arī labāk pielāgoties pirmsskolā notiekošajam, ja ir iesaistīti vecāki, tas bērniem ļauj pozitīvāk noskaņoties pret izglītību. Vecāku loma var būtiski ietekmēt bērna nākotni izglītībā (Koh, 2023).

Kopumā iespējams secināt, ka vecāku iesaiste ir svarīga un būtiska jebkurā bērna vecuma posmā. Vecāku ietekmei un atbalstam var būt būtiska nozīme bērna personīgajā un izglītības attīstībā. Vecāki ir bērna pirmie audzinātāji, un viņiem ir iespēja veicināt bērna kognitīvo, emocionālo un fizisko attīstību. Vecākiem, kuri saprot, ar ko viņu bērns strādā un nodarbojas pirmsskolas iestādē, ir labāka izpratne par sava bērna spējām un kopējo attīstību un to, kurās jomās bērnam jāstrādā, lai uzlabotu pārlicību un spējas, kas nepieciešamas, lai bērns izglītos.

2. Adaptācijas procesa raksturojums jaunākajā vecuma grupā pirmsskolā

2.1. Adaptācijas procesa raksturojums

Pirmskolas vecumā bērni ir salīdzinoši mazi, uzsākot pirmsskolas gaitas, bērni nonāk jaunā vidē, satiek pavisam jaunus cilvēkus, kuri līdz šim nebija bērnu ikdienā un tas no bērna prasa kā emocionālu, tā fizisku izturību. Adaptācijas process ir viens no būtiskākajiem procesiem pirmsskolā, no kura atkarīgs tas, cik bērna gaitas pirmsskolā būs veiksmīgas, jo veiksmīgs, un mierīgāks adaptācijas process, jo bērns atvērtāks visam jaunajam.

„Adaptācija ir pielāgošanās jaunai situācijai, prasībām, noteiktiem apstākļiem. Tā ir satraucoša, jo bērnam daudz kas ir nezināms. Arī tad, ja apkārtējie apstākļi ir bērna vajadzībām pilnībā atbilstoši, nepieciešamas vairākas nedēļas, dažkārt mēneši, lai pilnībā pielāgotos jaunajiem apstākļiem jaunā, nepazīstamā vai laika gaitā izmainītā vidē ar jauniem noteikumiem” (Anspoka., Černova, Lanka, 2016).

Tāpat adaptāciju iespējams definēt, kā pielāgošanās spēja un uzvedības modificēšana, pielāgojot sevi, lai atbilstu jaunās vides prasībām, šajā gadījumā pirmsskolas izglītības iestādes prasībām. Veiksmīgu adaptāciju var īstenot tikai tad, kad pirmsskolas izglītības audzēkņi atbilstoši reaģē uz vidi un tādējādi gūst labumu no tās (Kaya and Akgün, 2016).

Pedagogi uzskata, ja vecāki nepadodas bērna adaptēšanās grūtību priekšā un dzīves apstākļi nepieļauj izvēles iespējas, pierast pie dzīves bērnudārzā var gandrīz visi bērni. Arī tie, kuriem iesākumā klājies grūti, ar laiku kļūst par labiem komandas biedriem. Grūtajam adaptēšanas procesam nepieciešama vecāku atbalsts un sapratne. Dažiem bērniem pirmsskolas iestādē iegūstot jaunas pieredzes un attīstot sociālās un emocionālās prasmes, var būt nepieciešams ilgāks laiks, lai pielāgotos. Vecāki var runāt ar bērniem un izskaidrot viņiem, ko viņi var sagaidīt no pirmsskolas iestādes, un kā viņi var palīdzēt, ja rodas grūtības. Kopīga darba sākšana ar izglītības speciālistiem un citiem vecākiem var palīdzēt izveidot atbalstošu vidi un veicināt bērna iekļaušanos grupā (Rukmane, 2017). Kas nozīmē, ka īpaši būtiski vecākiem ļauties procesam un bērnam ļaut adaptēties tādā laika periodā, kāds bērnam nepieciešams, kas katram bērnam ir atšķirīgs.

Ja uz adaptāciju raugāties, kā uz procesu, kurā ir zināmi posmi un procesa norise, tad gan bērnam, gan vecākam to ir vieglāk saprast un izdzīvot. Tikai tad, kad bērns pirmsskolā jutīsies droši un būs emocionālā komfortā, būs iespējams runāt par veselīgu vidi mācību procesam. Līdz trīs gadu vecumam ir svarīgi stiprināt bērna pamata drošības sajūtu, nogaidot līdz bērns, ieguvījis nepieciešamo briedumu, lai tālāk tiktu galā jau patstāvīgāk. Mazs bērns

nespēj viens pats pārstrādāt emocijas, viņš nespēj sevi nomierināt, loģiski izdomāt, ka uztraukumam nav pamata. Un šis stress, ja bērnam tāds jāpiedzīvo, liedz iegūt jebkādas jaunas zināšanas, būt atvērtam rotaļām, grupas spēlēm un komunikācijai (Kalniņa, 2020).

„Adaptēšanās periodā vecākiem rūpīgi jāseko līdzi bērna uzvedībai. Ja bērns kļūvis nervozs, to nedrīkst atstāt bez ievērības. Pedagogam kopā ar vecākiem jāizvērtē situācija un jāsecina, kas notiek ar bērnu. Adaptēšanās grūtības ir jācenšas pārvarēt, taču neietekmējot bērna fizisko un emocionālo veselību” (Rukmane, 2017).

Pirms adaptācijas periodā ir svarīgi bērnu iepazīstināt ar pirmsskolas izglītības iestādi, uz kuru bērns dosies. Tādēļ ir vērts bērnu aizvest uz pirmsskolu pirms pirmās mācību dienas, lai bērnam parādītu vietu, ēku un iepazītu dažus darbiniekus bez spiediena, ko rada citi bērni (Scherer, 2022).

Adaptācijas laikā bērnam jāiepazīst

- grupas un izglītības iestādes telpas, kurās bērns uzturas ikdienā;
- grupas dienas režīma nosacījumi;
- uzvedības normas un citi noteikumi, kas saistīti ar grupas inventāra izmantošanu;
- grupas skolotājs, jāzina viņa vārds (Anspoka., Černova, Lanka, 2016).

Uzsākot adaptācijas procesu, jeb sākotnējā adaptācijas posmā bērns iepazīst jauno vidi (piem., telpu, cilvēkus, skaņas, smaržas, paradumus, garšas), vecāki iepazīst iestādi, un tās darbību, pirmsskolas izglītības iestādes personāls iepazīst bērnu un vecākus (Woźniak, 2019). Sākotnējā adaptācijas periodā ir svarīga informācijas apmaiņa starp iestādi un vecākiem par organizatorisko procesu iestādē - darba laiks, ēdienreizes, aktivitāšu veidi, atpūtas kārtība, iestādes misija un redzējums u.tml. Ja, vecāks jutīsies droši par bērna fizisko labsajūtu, vienkāršāk būs rast vecāku pārliecību arī par bērna emocionālo labklājību.

„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, neurozēs, 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.)” (Anspoka., Černova, Lanka, 2016), tādējādi tieši sākotnējā posmā iegūtais pirmais iespaids bērnam un vecākam radīs drošības un piederības sajūtu, kā arī veicinās bērna psihoemocionālo veselību. Pēc Pasaules Veselības organizācijas definīcijas veselība ir labklājība – fiziska, psihiska un sociāla. Tātad psihoemocionālā veselība ir nozīmīga komponente Pasaules Veselības organizācijas noteiktajā veselības konceptā. Psihoemocionālā

veselība ir aizsargfaktors fiziskajai veselībai. Psihoemocionālās veselības būtiskākie kritēriji ir:

- spēja veidot dziļas, emocionāli piesātinātas, empātiskas attiecības;
- spēja pārdzīvot relatīvi pilnu jūtu apjomu, izprast tās, rīkoties saskaņā ar jūtām un kontrolēt tās, kā arī spēja uztvert citu cilvēku emocijas;
- laba afektu (intensīvu jūtu) regulācija adaptīvā veidā;
- spēja paskatīties uz situāciju no dažādajām pusēm;
- adekvāti reaģēt uz stresu un atgūties no tā bez grūtībām (Ego spēks un dzīvesprieks, elastīgums);
- spēja pielāgoties (adaptēties) apstākļiem, nepiedzīvojot distresu un neradot to citiem;
- spēja realizēt savus talantus, prasmes (pašrealizēšanās);
- spēja iesaistīties sabiedriskajās aktivitātēs,
- spēja sasniegt gandarījuma izjūtu, kas padara vērtīgus ikdienas centienus;
- spēja būt autonomam – pašnoteikšanās un lēmumu pieņemšanas neatkarība;
- spēja būt veiksmīgam dažādās sociālajās lomās (Ancāne, Ancāns, Miksons, Remese, 2014).

Bērna adaptācijas procesu nosacīti var iedalīt trīs posmos:

- „pirmajā posmā bērns mēģina izprast, kādi noteikumi pastāv jaunajā sociālajā vidē un kā tiem var piemēroties”;
- „otrajā posmā bērns cenšas parādīt sevi (Es māku! Es varu! Man ir!)”;
- „trešajā jeb noslēguma posmā bērns ieņem savu vietu grupā un jūtas drošs (kā savējais)” (Anspoka, Černova, Lanka, 2016), kas nozīmē, ka adaptācijas procesam ir nepieciešams laiks, kura laikā nav pieļaujams uz bērnu izdarīt spiedienu vai paātrināt procesa virzību.

Atsevišķās pirmsskolas izglītības iestādēs īpaši tiek uzsvērts, kā adaptācijas procesā rīkoties vecākiem un kādi nosacījumi jāņem vērā, par to informējot vecākus jau laikus. Piemēram, adaptācijas procesā būtiski, ievērot vairākus nosacījumus, kas palīdz paātrināt adaptācijas procesu, piemēram, jāveido pozitīvs priekšstats par bērnudārzu. Lai bērns justos droši un komfortabli, vecākiem ieteicams stāstīt pozitīvas lietas par bērnudārzu. Tāpat svarīgi, ka bērnam ir mierīgs un nosvērts rīta cēliens. Rīta cēliens jācenšas plānot tā, lai tas būtu mierīgs un lēns. Vecākiem nevajadzētu bērnu steidzināt un uz viņu dusmoties, lai bērns varētu doties uz bērnudārzu priecīgs un pacilāts. Vecākiem vajadzētu ar bērnu ātri atvadīties, kas parasti ir visgrūtākais brīdis bērnam (Privātā pirmsskolas izglītības iestāde „Laumiņas rezidence”, 2022).

Bērns dzīvo ietekmju vidē. Ģimene, pirmsskola, skola un izglītība kopumā ir vissvarīgākās vides bērna sociālajai un emocionālajai labklājībai. Šīs vides ietekmē arī bērna personībā tādas īpašības kā pašcieņa, mācīšanās spējas un piederības sajūta. Bērna attiecības ar šīm vidēm ir būtiskas bērna kopējai attīstībai (Trifan, 2015), tādējādi svarīgi, ka adaptācijas procesā bērns iepazīst un pieņem attiecīgās vides, kā arī tajās jūtās maksimāli droši, tāpat pieņemts un atbalstīts.

Kopumā iespējams secināt, ka bērnam, kurš uzsāk pirmsskolas gaitas, jāstājas ar daudzām grūtībām. Adaptācijas process bērnam ir izaicinājums, taču lielākā daļa bērnu ar pieaugušo palīdzību un iesaisti šo periodu pārdzīvo veiksmīgi. Adaptācijas procesā svarīga ir vecāku un pirmsskolas sadarbība, kas virzīta ar mērķi maksimāli ātri un saudzīgi ļaut bērnam iedzīvoties jaunā vidē. Pirmsskolas adaptācijas laikā bērni piedzīvo daudz emociju, kuras joprojām nevar nosaukt, tādēļ vērtīgākā palīdzība, ko vecāki savam bērnam var sniegt papildus savam mieram, ir skaidrot situācijas un ar tām saistīto emociju izskaidrošana. Adaptācijas laiks ir izzināšanas laiks, kurā bērns pētot un atkārtojot notikumus, iegūst drošības sajūtu.

2.2. Jaunākās pirmsskolas bērnu vecuma grupas pedagoģiski psiholoģiskais raksturojums pētāmā temata kontekstā

Bērni ir ļoti dažādi, to kā bērns reaģē uz notiekošo viņam apkārt ietekmē daudz un dažādi faktori. Katrs bērns ir atšķirīgs, taču tajā pašā laikā ir iezīmes, rīcības, kuras raksturīgas bērniem noteiktā vecumā. Nevieni nesagaida, kas trīs gadus vecs bērns rīkosies un reaģēs uz apkārt notiekošo, kā septiņgadnieks vai pieaugušais.

Saskaņā ar Vispārējās izglītības likuma 21. pantu vietējās pašvaldības savā administratīvajā teritorijā nodrošina vienlīdzīgu pieeju pirmsskolas izglītības iestādēm bērniem no pusotra gada vecuma, savukārt 20.¹ panta pirmā daļa nosaka, ka bērniem no piecu gadu vecuma pirmsskolas izglītības programmas apguve ir obligāta. (Vispārējās izglītības likums, 1999) Tādējādi pirmsskolas jaunākajā vecuma grupā tiek apmācīti bērni no pusotra gada vecuma. Atkarībā no izglītības iestādes specifikas jaunākās pirmsskolas bērnu vecuma grupas augšējais vecums ir dažāds, ir pirmsskolas izglītības iestādes, kurās jaunākajā grupā tiek uzņemti bērni no pusotra līdz četriem gadiem, vai no pusotra līdz trīs gadiem, kas tiks aplūkoti arī konkrētā darba ietvaros.

Bērniem, kas ir jaunāki par trim gadiem viena no svarīgām pamatvajadzībām, ir vajadzība pēc drošības un savas piesaistes personas aizsardzības. Nonākot pirmsskolā, bērni

piedzīvojot šķiršanos no vecākiem tik agrā vecumā spiesti tikt galā ar to, ko no attīstības viedokļa viņš vēl īsti nespēj, tas ir, tikt pašam galā ar savām emocijām. Ko daudzi cilvēki sauc par pierašanu pie jauniem apstākļiem, nereti bērnam ir bezcerīga samierināšanās, lai izdzīvotu ārkārtas situācijā. Līdz ar to emocionālas pārslodzes rezultātā bērna attīstība kavējas” (Kalniņa, 2015).

Bērna fiziskā attīstība no pusotra līdz trijiem gadiem ir salīdzinoši strauja, un šajā vecuma periodā bērns iemācās tādas kustības, kā –

- rāpties;
- uzkāpt/nokāpt pa trepēm pārmaiņus solī;
- skriet;
- braukt ar trīsriteni, minot pedāļus;
- noliekties un pacelt kaut ko, nepakrītot (Valsts izglītības satura centrs, 2018).

Kopumā attiecīgajā vecumposmā bērni kļūst arvien aktīvāki un izveicīgāki, labprāt iesaistās dažādās kustību aktivitātēs un to dara bez pieaugušā atbalsta. Tāpat attiecīgajā vecumposmā bērni spēj iet dažādos virzienos, spert bumbu, saglabājot līdzsvaru un stāju.

Adaptācijas procesā būtiskas ir bērna valodas prasmes, kas nosaka to, cik viegli vai sarežģīti ar bērnu ir nodrošināt komunikāciju. Bērni, kuru valodas prasmes ir zemākas nespēj komunicēt pilnvērtīgi un arī šo bērnu adaptācija var būt sarežģītāka.

Pusotra gada vecumā bērniem ir ļoti dažādas attīstības līmeņi, un nav iemesla būt uztrauktiem, ja bērns vēl nesaprot runu vai nespēj veikt noteiktus uzdevumus. Bērnu valodas attīstība un prasmes var mainīties lielā ātrumā. Tomēr ir svarīgi, lai vecāki un aprūpētāji būtu informēti par normālām attīstības posmam un veicinātu bērna attīstību ar piemērotām aktivitātēm un atbalstu. Pusotra gada vecumā daži bērni jau sāk saprast vienkāršus norādījumus un rīkoties pēc tiem, bet citi var būt vēl attālināti no šādas attīstības. Sākotnēji bērnam ir ierobežota vārdu ar nozīmi apguve, runas vienība tikai vārds, frāzi nelieto, vārdu krājums ierobežots, nelokalizē skaņas avotu virs sevis, runa ģimenē nesaprotama (Taube, Alaine, Bērtule, Cibule u.c., 2011).

Aptuveni trīs gadu vecumā bērns spēj -

- saprast lielāko daļu no teiktā;
- atpazīt un nosaukt lielāko daļu no priekšmetiem savā tuvākajā apkārtņē;
- runāt 4 vai 5 vārdu teikumus;
- izprast vārdus: uz, aiz, zem, blakus;
- lietot vārdus: es, tu, mēs, viņi, mans utt.;
- citi cilvēki var saprast, ko bērns saka (Valsts izglītības satura centrs, 2018).

Parasti pirmsskolas gadi ir kritisks attīstības periods, attīstot sociāli emocionālās pamatprasmes, kas liek pamatu vēlākai sociāli emocionālajai kompetencei. Vecumā no 3 līdz 6 gadiem lielākā daļa bērnu padara to par ievērojamu pāreju no impulsīviem un uz sevi vēršiem mazuļiem, uz atbildīgiem, noteikumiem, paklausīgiem un sociāli integrētiem skolēniem. Šajā straujās attīstības periodā dramatiski transformācijas notiek bērnu sociālajās prasmēs un sociālajā spriešanā, viņu emocionālajā izpratnē un emociju regulēšana, kā arī viņu pašapziņa un paškontrolē (Bierman, Motamedi, 2015).

Divu gadu vecumā bērns vairāk sadarbojas ar apkārtējiem, taču joprojām dod priekšroku spēlēt ar saviem tuvākajiem. Attiecīgajā vecumposmā bērni sāk cīnīties par rotaļlietām. Šajā vecumā dalīties ir ļoti grūti. Divgadīgu bērnu sociālā uzvedība atspoguļo egocentrisku domāšanu, un viņu uzvedību vada viņu vēlmes (DiProperzio, 2022).

Savukārt trīs gadu vecumā svarīgi dot bērnam daudz iespēju pavadīt laiku ar vienaudžiem. Trīs gadu vecumā bērni sāk saprast uzvedības un drošības noteikumus. Bērni šajā vecumā biežāk risina konfliktus ar draugiem, lai saglabātu rotaļas un parādītu viens otram pozitīvāku uzvedību, turklāt bērni var sākt izrādīt empātiju, vajadzības gadījumā piedāvājot apskāvienus un skūpstus (DiProperzio, 2022).

„Bērnam, vecumā no 18 mēnešiem līdz 3 gadiem, pastiprinās interese par apkārtējiem. Tajā pašā laikā bērns apzinās, ka viņu redz un vērtē apkārtējie. Apkārtējos uztver kā šķērslī tūlītējai novērtējuma saņemšanai, kā arī sāk apzināties, ka arī citiem ir tiesības un priekšrocības un sāk labāk kontrolēt savu rīcību un attieksmes pret citiem. No rotaļām ar vienaudžiem un kopā veiktiem darbiem gūst arvien lielāku prieku, taču labprātāk rotaļājas nelielās grupās, iesaistoties lomā rotaļās. Šajā vecumā bērns sāk saskatīt priekšrocības, kādas rodas, sadarbojoties ar citiem, kā arī sāk labāk apzināties citu cilvēku izjūtas. Spēj identificēt sevi ar vienaudžiem un viena dzimuma pārstāvjiem, kas ir ļoti būtisks sasniegums bērna vispārīgai attīstībai” (Tomsone, 2017).

Kopumā attiecībā uz sociālo prasmju attīstību bērni līdz trīs gadu vecumam apgūst tādas sociālās prasmes, kā –

- atdarina pieaugušos un rotaļu biedrus;
- izrāda simpātijas pret pazīstamiem rotaļu biedriem;
- spēlē spēļ sagaidīt savu kārtu (Valsts izglītības satura centrs, 2018).

„Bērna spējas un uzdevums no dzimšanas līdz piecu gadu vecumam ir veidot tuvas un drošas attiecības ar pieaugušajiem un vienaudžiem. Tāpat izjust, izteikt un regulēt savas emocijas sociāli un kulturāli atbilstošos veidos, kā arī pētīt vidi un mācīties ģimenes,

sabiedrības un kultūras kontekstā” (Izglītības iniciatīvu centrs, 2018). Kas nozīmē, ka pirmsskolas vecumā bērnam būtiski vērst uzmanību arī uz emocionālo attīstību.

Vecumposmā no pusotra līdz trīs gadu vecumam bērna emocionālajā attīstībā var novērot, to, ka bērns –

- brīvi pauž pieķeršanos;
- spēj paust dažādas emocijas (Valsts izglītības satura centrs, 2018).

Bērna emocionālo attīstību ietekmē un nosaka bērna temperaments. Temperaments ir iedzimta īpašība, kas nosaka bērna pieeju pasaulei un viņa mijiedarbību ar vidi 9 dimensijās - aktivitātes līmenis, izklaidība, emociju intensitāte, regularitāte, maņu sliekšnis un tieksme tuvojies pret norobežošanos, pielāgošanās spējas, neatlaidība un garastāvokļa kvalitāti. Mēs varam definēt temperamentu kā bērna “stilu” vai “personību”, un tas ir raksturīgs bērnam. Tas ietekmē bērna uzvedību un mijiedarbību ar citiem (Malik, Marwaha, 2018).

Pirmsskolas vecumā bērns iemācās manipulēt ar savām subjektīvajām emocijām, lai kļūtu par sociāli pieņemtāku. Bērns spēj samazināt emocijas sociālās etiķetes dēļ (Malik, Marwaha, 2018). Piemēram, bērns spēj publiskā vietā pārtraukt raudāt vai kliegt, ja tam pievērš uzmanību sveši cilvēki. Taču vecumā līdz 3 gadiem bērns joprojām nav attīstījis pilnīgu impulsu kontroles. Ja viņi kaut ko jūt, viņi, visticamāk, rīkosies saskaņā ar to. Aizkavēta vēlmju apmierināšana attiecīgajā vecumposmā neko nenozīmē — viņi to vēlas un vēlas tagad (Byrd, 2022).

Līdz 3 gadu vecumam bērns vairāk apgūst un var kontrolēt savu agresiju, tāpat apgūst sadarbības un dalīšanās prasmes. Iztēles un fantāzijas spēlēs sākas izlikšanās un attīstās lomu spēles prasmes, taču bērns vēl nevar atšķirt realitāti no iztēles, un ir ierasts baidīties no iedomātām lietām (Malik, Marwaha, 2018). Bērniem nepieciešams apgūt šo prasmi, lai atšķirtu reālo un iedomātā. Tomēr vēl joprojām trīs un 4 gadus veci bērni var izmantot sišanu, košanu vai grūstīšanu, lai atrisinātu konfliktus. Viņi vienkārši vēl nesaprot atšķirību starp piemērotu un nepiemērotu mijiedarbību (Byrd, 2022).

Mūsdienās bērnu attīstību un bērnu spēju reaģēt uz dažādiem notikumiem mēdz ietekmēt dažādi mūsdienām raksturīgi izaicinājumi, piemēram, viedierīces, sociālie mediji un to piedāvātais saturs arvien jaunākiem bērniem, kā arī dažādi globāli izaicinājumi – pandēmija u.tml.

„Apskatot ekrānierīču lietošanas paradumus “Centrs Dardedze” un AS “Latvijas Valsts meži” pasūtītajā vecāku aptaujā, ko veica “Solid data” 2017. gadā, tika noskaidrots, ka mazuļu līdz trīs gadu vecumam vidū 73% izmanto ekrānierīces. Katrs ceturtais bērns šajā vecumā ekrānierīces lieto mazāk par vienu stundu dienā. Vairāk nekā trešdaļa (37,5%) mazu

bērnu ekrānierīces izmanto līdz trim stundām dienā, taču vairāk nekā trīs stundas, daļai pārsniedzot arī piecu stundu robežu, dienā kopumā izmanto aptuveni astoņi procenti bērnu vecumā līdz trim gadiem” (Centrs Dardedze, 2021). Kas nozīmē, ka ekrānierīču lietošana ir izplatīta un tā ietekmē arvien jaunāku bērnu attīstību un komunikācijas prasmes, tādējādi vāju komunikācijas prasmju rezultātā tiek ietekmēta arī bērna spēja adaptēties jaunās vidēs.

Ja vecāks bērna audzināšanā izmanto ekrānierīces kā sodu vai apbalvojumu par bērna uzvedību, ir veikti pētījumi, kuru rezultāti norāda, ka ekrānierīču kā disciplīnas rīku izmantošana tieši palielina izredzes pārsniegt ieteicamo ekrāna laiku līdz pat 2 stundām dienā (Hawi, Rupert, 2015).

Vecumā no 1 līdz 3 gadiem bērna smadzenes attīstās īpaši strauji un ir ļoti jūtīgas pret apkārtējo vidi, un, lietojot ekrānierīces, samazinās galvas smadzeņu aktivitāte. Būtiskākās izmaiņas smadzeņu struktūrās ir saistītas ar dopamīna pārmērīgu izdalīšanos, kas rada atkarībai līdzīgu efektu, tādēļ izmantojot ekrānierīci arvien vairāk, bērnam var rasties lielāks pieprasījums pēc tās. Kā sekas ekrānierīču lietošanai ir tādas, ka pāragra un pārmērīga ekrānierīču lietošana var netīši radīt neatgriezeniskus bojājumus bērna vēl līdz galam neattīstītajās smadzenēs. Samazinās smadzeņu pelēkās vielas apjoms dažādās smadzeņu daļās, kas atbild par domāšanas procesiem, socializēšanos, valodas lietošanu, mācīšanos, informācijas apstrādi, empātiju, emociju izpausmēm, kā arī ilgtermiņā negatīvi ietekmē akadēmiskos un sociālos rezultātus, mazāk laika tiek pavadīts alternatīvajām fiziskajām, kognitīvajām, sociālajām un akadēmiskajām aktivitātēm. Ekrānierīču lietošana var radīt draudus mazu bērnu iztēlei un var ietekmēt smadzeņu attīstību, izraisīt uzmanības problēmas un novest pie miega traucējumiem, uzvedības problēmām, vājiem akadēmiskiem sniegumiem, un ietekmēt valodas attīstību (Stikāne, 2021).

Pārmērīgs laiks, kas pavadīts ekrānā priekšā, var ierobežot bērnu iespējas iemācīties sociālās prasmes un veidot emocionālu līdzsvaru. Ir svarīgi noteikt veselīgus ierobežojumus attiecībā uz bērna ekrānlaika izmantošanu, lai nodrošinātu, ka viņiem paliek pietiekami daudz laika sociālajai mijiedarbībai un āra aktivitātēm. Vecāki var radīt iespējas bērnam piedalīties sociālajos pasākumos, piemēram, spēlēs ar citiem bērniem, piedaloties klubos vai nodarbībās, kur tiek veicināta sadarbība. Vecākiem jāparāda piemērs, aktīvi piedaloties sociālajās aktivitātēs un rādot, kā izveidot un uzturēt pozitīvas attiecības ar citiem cilvēkiem. Vecākiem jāveicina bērna komunikācijas prasmes, iedrošinot viņu izteikt savas domas, jūtas un viedokļus. Ar bērnu var runāt, veicinot atvērtu un uzticēšanos radīto dialogu. Bērniem ir jāizjūt, ka viņi var uzticēties un sajusties komfortabli, lai attīstītu emocionālo inteliģenci un sociālās prasmes. Vecāki var veicināt šādu vidi, radot emocionālu atbalstu un sapratni. Ir

svarīgi rast līdzsvaru starp ekrānlaika izmantošanu un sociālo mijiedarbību. Ekrānlaiks var būt izglītojošs un jautrs, taču tas nedrīkst aizstāt bērna iespējas piedalīties reālajā sociālajā pasaulē (Stikāne E., 2021), tādējādi tiek arī ietekmēta bērna spēja bērnam adaptēties pirmsskolā un ne tikai. Jo bērnam mazāk attīstītas sociālās prasmes un iemaņas, jo grūtāk bērns spēs iekļauties jaunās vidēs. Vecāki ir būtiski, lai veicinātu bērna emocionālo un uzvedības attīstību, piedaloties viņu dzīvē un nodrošinot veselīgu līdzsvaru starp ekrānlaiku un reālo sociālo mijiedarbību. Šāda pieeja palīdzēs bērniem attīstīt svarīgas prasmes, lai veiksmīgi integrētos sabiedrībā.

Pirmsskolas vecumposms ir piepildīts ar kritiskiem smadzeņu attīstības periodiem, kas noved pie kognitīvo spēju rašanās un izaugsmes vairākās jomās, piemēram, koncentrētā uzmanība, atmiņa, izpildfunkcijas un valoda, bērna pakļaušana ekrānam šīs kognitīvās spējas var ietekmēt dažādos virzienos. Tas var ietekmēt arī bērnu neiroplastiskumu, jo pozitīva pieredze izraisa smadzeņu izmaiņas, kas veicina mācīšanos un uzlabo kognitīvās spējas un slikta pieredze, kas izraisa smadzeņu izmaiņas, kas kavē kognitīvo attīstību. Turklāt saskarsme ar ekrāna medijiem var ietekmēt sociāli emocionālo attīstību. Sociāli emocionālo spēju attīstība bērnībā notiek kopā ar kognitīvo prasmju attīstību, un kopā emocijas un izziņa veicina uzmanības procesus un mācīšanos. Turklāt sociāli emocionālajai attīstībai ir izšķiroša nozīme, ietekmējot bērnu sasniegumus mācību procesā (Swider-Cios, Vermeij, Sitskoorn, 2023). Tādējādi vecākiem jāizvērtē riski, kuri saistīti ar bērna atrašanos pie ekrānierīcēm jaunākajā pirmsskolas vecumā.

Kopumā iespējams secināt, ka vecumposmā no pusotra līdz trīs gadiem bērna attīstība ir ārkārtīgi strauja. Bērni šajā vecumposmā ir emocionāli un apgūt prasmi kontrolēt savus emocionālos impulsus. Emocionalitāte ir pilnīgi dabiska pieaugšanas sastāvdaļa, un tas kļūst arvien redzamāks attiecīgajā vecumposmā. Emocijas ir viegli pamanāmas, tostarp neapmierinātības sajūta. Bērni vecumposmā no pusotra līdz trīs gadiem ir aktīvi pētnieki, kuri vecumposma beigās uzdod jautājumus un izmanto to, ko viņa jau zina, lai atrisinātu problēmas. Bērniem kļūst arvien labāka roku un acu koordinācija, kas ļauj pilnīgāk izpētīt objektus un vidi sev apkārt. Arvien vairāk uzlabojas valodas prasmes līdz un runa kļūst jēgpilna un ir iespējams saprast, ko bērns vēlas teikt. Būtiski, ka bērni šajā periodā uzsāk pirmsskolas gaitas, kas bērnā pētniekā var radīt dabisku interesi par to, kas notiek bērnudārzā, adaptācijas procesā radot bērnā interesi un drošības sajūtu.

3. Sadarbības veicināšana ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā - empīriskā pētījuma rezultāti

3.1 Pētījuma bāzes apraksts

Bakalaura darbā veiktais pētījums par sadarbības veicināšanu ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā notika X pirmsskolas jaunākā vecuma grupā, kurā bērni visbiežāk uzsāk pirmsskolas gaitas vecumā no 1,6 līdz 2 gadiem. X pirmsskolā gan mācību gada laikā, gan vasaras periodā mēdz pirmsskolas gaitas uzsākt arī vecāki bērni, piemēram, 3 līdz 5 gadus veci, taču šie bērni netika iekļauti pētījumā.

Bakalaura darba teorētiskajā daļā tika noskaidrots, ka pirmsskolai ir svarīgi nodibināt un uzturēt kontaktu ar vecākiem, tāpat spēju redzēt un satikt vecākus un ar tiem ikdienā sazināties. Pirmsskolas un vecāku sadarbības rezultātā nepieciešams veidot pārliedzinošas, uzticamas attiecības, ko raksturo caurskatāmība, dialogs un savstarpēja cieņa. Vecāku ietekmei un atbalstam var būt būtiska nozīme bērna personīgajā un izglītības attīstībā. Adaptācijas procesā svarīga ir vecāku un pirmsskolas sadarbība, kas virzīta ar mērķi maksimāli ātri un saudzīgi ļaut bērnam iedzīvoties jaunā vidē. Pirmsskolas adaptācijas laikā bērni piedzīvo daudz emociju, kuras joprojām nevar nosaukt, tādēļ vērtīgākā palīdzība, ko vecāki savam bērnam var sniegt papildus savam mieram, ir skaidrot situācijas un ar tām saistīto emociju izskaidrošana.

Bakalaura darba ietvaros veiktajā pētījumā piedalījās 13 jaunākās pirmsskolas vecuma bērni, 7 zēni un 6 meitenes, kuri uzsākuši adaptācijas procesu pirmsskolā, attiecīgajā pētījuma bāzē iekļauto bērnu vārdi ētisko aspektu dēļ ir mainīti. Sākotnējā pētāmās grupas novērošanā tika vērtētas tādas bērna prasmes, kā –

1. komunikācijas un sociālās prasmes;
2. bērna pašapkalpošanās prasmes;
3. bērna temperaments un emocionālā attīstība.

Komunikācijas un sociālās prasmes tika vērtētas ar mērķi, noskaidrot, cik bērns ir komunikabls un cik bērnam viegli vai grūti rast kontaktu gan ar pieaugušajiem, gan citiem bērniem. Tie bērni, kuri ātrāk atrod kontaktu ar grupas bērniem un pirmsskolas personālu ir salīdzinoši ātrāk adaptējam pirmsskolas grupā.

Bērnu pašapkalpošanās prasmes palīdz bērnam ātrāk adaptēties, jo bērns vienkāršās pamata prasmēs spēj pašapkalpoties – paēst, apmeklēt labierīcības, saģērbties, tas palīdz

bērnam justies iederīgām un ātrāk doties ikdienas pirmsskolas aktivitātēs kopā ar pārējo grupu. Bērnam ir jāiemācās rūpēties par sevi, t.sk., mazgāt rokas, seju un zobus, veikt vannas procedūras un tīrīt nagus. Šīs prasmes palīdz saglabāt labu veselību un veicina higiēnas ievērošanu. Bērnam ir jāiemācās pašam ēst, izmantojot ēdamrīkus, karotes un dakšas. Šīs prasmes attīstās, lai bērns varētu baudīt dažādus produktus pārtikas un nākotnē veidot veselīgas ēšanas paradumus. Bērnam ir jāiemācās sakopt savu telpu, kā arī sadarboties mājas darbos, piemēram, kārtīgi salikt rotaļlietas vai palīdzēt ar mazajiem uzdevumiem. Pašapkalpošanās prasmes ietver arī sociālās prasmes, piemēram, izpratni par savām un citu vajadzībām, iemaņas konfliktu risināšanā, sadarbību ar citiem bērniem un pieaugušajiem, kā arī spēju ievērot noteikumus. Šīs prasmes palīdz bērniem kļūt neatkarīgiem un paaugstināt pašapziņu. Tāpēc vecākiem ir svarīgi veicināt šo prasmju attīstību, sniedzot bērniem iespējas, piedalīties ikdienas aktivitātēs un mācīties no savām pieredzēm. Šīs prasmes veicina bērna spēju pielāgoties un darboties dažādās vides, tostarp pirmsskolā, un veicina viņu veiksmīgu adaptāciju.

Adaptācijas procesā būtiski ņemt vērā bērna raksturīgākās personības iezīmes un temperamentu, lai pielāgotu bērnam visatbilstošākās adaptācijas metodes un paņēmienus, kas bērnam ļauj maksimāli ātri iekļauties pirmsskolas grupā.

Bakalaura darbā veiktais pētījums tika veikts no 2023. gada maija līdz septembrim.

Lizete (1 gads un 6 mēneši) ikdienu pavada kopā ar pieaugušajiem, jo ir vienīgais bērns ģimenē, līdz ar to ir salīdzinoši atturīga komunikācijā ar citiem bērniem, atsevišķos brīžos mēdz pat turēties pa gabalu no grupas. Lizetes pašapkalpošanās prasmes ir salīdzinoši labas, Lizete patstāvīgi ēd, ģērbjas, taču to dara tikai tad, ja ir labā garastāvoklī. Lizete pēc dabas ir mierīga un nosvērta, mēdz noslēgties, maz izrāda emocijas. Lizetes vecāku iesaiste vērtējama, kā ļoti iesaistoša, abi vecāki jau pirms adaptācijas procesa izrādīja iniciatīvu iepazīties gan ar grupas telpām, gan audzinātājām un pirmsskolas iestādi.

Kristaps (2 gadi un 2 mēneši) komunicē un socializējas ar jebkuru, jo ir labi attīstītas runas prasmes, runā skaidri un nebaidās izteikties, līdz ar to ar komunikācijā ar apkārtējiem spēj būt atvērts. Kristaps prot ēst, apmeklēt labierīcības, taču grūtības sagādā ģērbšanās. Kristapu var raksturot, kā drošu un zināt gribošu bērnu, atvērts visam jaunajam. Vecāku iesaiste vērtējama pozitīvi, izrādot uzticību pirmsskolas personālam.

Lote (1 gads un 9 mēneši) patīk fizisks kontakts ar apkārtējiem, ļoti novērtē, ja tiek samīļota, paglaudīta, izteikta vēlme pēc fiziska kontakta ir ne tikai ar pieaugušo, bet arī pret vienaudžiem, ļoti daudz apskauj citus, taču ne visiem bērniem tas patīk. Runā vecumam atbilstošā apjomā, līdz ar to spēj pateikt, ko vēlas vai nevēlas līdz ar to tas, atvieglo

komunikāciju. Lote prot pastāvīgi ēst, labi atceras savas lietas, apmeklē labierīcības, taču grūtības sagādā atsevišķi apģērba gabali, piemēram, apavi. Lote ir emocionāla. Ļoti nepieciešami pieskārieni, ātri mainās garastāvoklis, nepatīk dalīties. Vecāki izrāda satraukumu, dienas laikā vairākkārt interesējas, kā Lotei klājas, no rīta parasti uzkavējas gaitenī, lai pārlicinātos, ka Lote neraud, jūtas labi u.tml.

Amēlijas (1 gads un 5 mēneši) komunikācijas un sociālās prasmes vērtējamas, kā labas. Amēlija ir draudzīga, patīk rotaļāties ar citiem bērniem, nepatīk palikt vienai, taču pašapkalpošanās prasmes vērtējamas salīdzinoši vājas un tās jāapgūst, bieži atsakās ēst ar galda piederumiem, pati negērbjas, lai gan to spēj. Amēlija pēc dabas ir komunikabla, taču bieži nevēlas akceptēt noteikumus, bieži izrāda nepatiku pret noteikumiem, atsevišķās epizodēs var būt privātīpašnieciska pret rotaļlietām, savu gultiņu u.tml. Vecāki adaptācijas procesam pievēršas vairāk no praktiskā viedokļa, ļoti pieņemoši, un akceptē visus pirmsskolas nosacījumus, ieteikumus u.tml.

Ralfs (1 gads un 8 mēneši) ir kluss un mierīgs zēns, kurš izvairās no komunikācijas ar citiem bērniem, taču labprāt komunicē ar pieaugušajiem. Patīk palīdzēt dažādos praktiskos darbos, ļoti patstāvīgs ar attīstītās pašapkalpošanās prasmēm. Vecāki Ralfu jau no pirmās dienas grupiņā atstāj visu dienu, ir atbalstoši, ja tas nepieciešams, pieņem pirmsskolā noteikto kārtību.

Karims (2 gadi un 1 mēnesis) aktīvs, straujš un emocionāls zēns, patīk fiziskas aktivitātes un staigāt. Straujās dabas dēļ bieži konfliktē ar citiem bērniem, jo nevar sagaidīt sev vēlamo rīcību. Pašapkalpošanās prasmes vēl nepieciešams attīstīt, ja kāda darbība prasa ilgāku laiku, tad Karims par to zaudē interesi, tāpēc apgūt jaunas prasmes ir grūti, jo nav pacietīgs. Vecāku iesaiste vērtējama neitrāli, vecāki salīdzinoši noslēgti, taču, ja, kas nepieciešams iesaistās procesā.

Elza (1 gads un 8 mēneši) spēj salīdzot ar vienaudžiem ilgi noturēt uzmanību, lai darītu vienu lietu, tāpēc attīstījusi prasme, kuras vienaudži tikai sākuši apgūt. Labi attīstītas runas prasmes patīk dungot un dziedāt. Elza mēdz izrādīt nepatiku pret fiziskām aktivitātēm, labi saprotas ar citiem bērniem, taču pēc kontakta netiecas. Pašapkalpošanās prasmes arī labi attīstītas, prot, patstāvīgi ēst, saģērbties un pat palīdzēt citiem. Vecāku iesaiste vērtējama neitrāla, vecāki neizrāda pastiprinātu interesi par pirmsskolā notiekošo, taču, ja kaut kas vajadzīgs atvērti komunikācijai.

Rūdolfis (2 gadi) var būt ļoti dažāds, ir brīži, kuros ir kustīgs un skaļš, taču ir brīži, kuros ir raudulīgs un prasa pieaugušā uzmanību. Praktiski visās darbībās grib pieaugušā atbalstu, nespēj aizmigt, ja pieaugušais nav klāt. Komunikācijas prasmes ar pieaugušo ir

attīstītākas, nekā ar vienaudžiem, kas skaidrojams ar to, ka ģimenē aug kopā ar jauniešiem. Vecāki ļoti aizņemti, tādēļ pārsvarā komunikācija notiek caur vecāko brāli, kurš Rūdolfu pārsvarā ved un arī izņem no grupas. Vecāki ir atbalstoši, ja nepieciešams.

Katrīna (2 gadi un 3 mēneši) grupā atrodas visilgāk, tādēļ jūtas droši un spēj palīdzēt citiem bērniem, pārzina dienas režīmu, un prot patstāvīgi sagatavoties gan darbiņu veikšanai, gan āra pastaigai, gan gulēt iešanai. Pārzina, kur stāv dažādas rotaļlietas, mācību piederumi, spēles grupā. Ļoti interesē daba un dzīvnieki, labprāt par to pastāsta citiem bērniem. Atvērta komunikācijai. Sākotnēji vecāku acīs pirmsskolai un pedagogiem bija jānopelna uzticība vecāku acīs, vecāki sākotnēji bija arī noslēgto komunikācija, taču adaptācijas procesā vacāku uzticība palielinājās un komunikācija uzlabojās. Katrīnai izteikti ciešs kontakts ar vecākiem.

Alise (1 gads un 7 mēneši) bailīga, negrib uzticēties, raudulīga, ja pazūd mīļmantiņa, nespēj pārslēgt uzmanību uz ko citu. Ļoti cieša saikne ar mammu, vairākas reizes dienā arī piemin un izrāda ilgošanos pēc mammas. Prasa daudz personīgas uzmanības, daudz grib kontaktu ar pieaugušo, pagaidām neiesaistās rotaļās. Uz grupu nāk tikai pāris stundas, jo nespēj iejusties. Alises mammas bieži grupā uzturas ilgāk par citiem vecākiem ciešā kontakta dēļ, mamma raksturojama, kā salīdzinoši satraukta, taču iesaiste adaptācijas procesā ir ļoti izteikta un mamma ņem vērā pedagogu ieteikumus.

Jānis (2 gadi un 4 mēneši) runas un komunikācijas prasmes vāji attīstītas, taču aktivitātēs, kas nav saistītas ar kopīgi darbošanos akceptē. Var ilgstoši darīt vienu un to pašu lietu, piemēram, spēlēties ar vienu rotaļlietu. Izrāda patiku pret aktivitātēs ārā. Pašapkalpošanās prasmes dažāda līmeņa, prot patstāvīgi ēst, nomazgāt rokas, taču patstāvīgi nespēj saģērbties, atsevišķos brīžos pat neatpazīst savas drēbes. Vecāku iesaiste vērtējama, kā laba, taču vecāki šķietami maz komunicē ar Jāni un arī ar grupas skolotājiem.

Marats (2 gadi un 6 mēneši) ir draudzīgs, aktīvs, var pamanīt, ka nedaudz vecāks par pārējiem grupas bērniem. Ar prieku darbojas dažādās nodarbībās. Nav tāda nodarbe un aktivitāte, kurā Marats izrādītu nepatiku. Spēj komunicēt ar jebkuru, sāk izrādīt interesi par lomu spēlēm, kas padodas īpaši labi, jo daudz runā. Novērojams, ka Marata vecāki daudz komunicē ar bērnu, ir atvērti arī komunikācijai ar pirmsskolu, ļoti iesaistās adaptācijas procesā un lūdz pēc padoma, kā to atvieglot, interesējas par to, kas adaptācijas procesā jāievēro arī mājās.

Klāvs (1 gads un 9 mēneši) mēdz būt atturīgs, bieži saka „nē”, lai gan vēl nav pamēģinājis piedāvāto aktivitāti, ja izdodas radīt interesi, tad iespējams noturēt salīdzinoši ilgstošu interesi par to, ko dara. Mēdz izrādīt agresijas pazīmes, taču spēj arī diezgan ātri nomierināties un kļūt draudzīgs. Ja, sadraudzējas ar kādu, tad pieķeras un nelaiž klāt citus,

varētu pat uzskatīt, ka Klāvs ir diezgan uzticams. Tāpat, kā vairākiem bērniem grūtības pie pašpalpošanās prasmēm sagādā ģērbšanās un patstāvība, kas šajā vecumposmā ir lielākajai daļai bērnu. Vecāku iesaiste adaptācijas procesā būtu uzlabojama, atsevišķās epizodēs komunikācija ir sarežģīta, taču tajā pašā laikā vecāki pilnībā uzticas pirmsskolai.

Kopumā pētāmajā grupā iekļauto bērnu prasmes vērtējamās, kā atbilstošas vecumposmam. Bērni pētāmajā grupā ir emocionāli un ir ceļā uz to, lai apgūtu emociju kontroles prasmes. Pētāmajā grupā iekļauto bērnu emocijas ir viegli pamanāmas, spilgtas, ja bērns par kaut ko pārdzīvo, tad līdz asarām, ja priecājas, tad tā, lai to pamana apkārtējie. Pētāmajā grupā iekļautie bērni sāk kļūt par bērniem, kuri grib izzināt, un daļa bērnu sāk uzdot dažādus jautājumus. Jāuzsver, ka pētāmajā iekļautie bērni uzsāk adaptācijas procesu, tāpēc daļa bērnu tikai šobrīd sāk izzināt, kas notiek bērnudārzā un bērna drošības sajūta tikai sāk veidoties. Tāpat pētāmajā grupā ir bērni, kuru sociālās prasmes ir pietiekami attīstītas, lai adaptācijas process šiem bērniem būtu veiksmīgs no sadarbības viedokļa ar citiem bērniem un pieaugušajiem, taču ir bērni, kuri ir emocionāli, jūtīgi pret vides maiņu, introverti, kuriem adaptācijas process varētu būt sarežģītāks. Kopumā vecāku iesaiste adaptācijas procesā vērtējama kā pozitīva un iesaistoša. Daļā vecāku vērojams satraukums un daļa to pārnes arī uz bērniem, kas var ietekmēt bērna adaptēšanos. Daļa vecāku pilnībā uzticas pirmsskolas profesionālajam redzējumam un ļaujas procesam, ņemot vērā pirmsskolas ieteikumus adaptācijas procesam, tādējādi pētījuma bāze ļaus identificēt iespējamus procesus un iespējas, kas var uzlabot sadarbību adaptācijas procesā.

3.2 Pētījuma metodoloģija

Bakalaura darba teorētiskajā nodaļā tika noskaidrots, ka uzsākot pirmsskolas gaitas adaptācijas process bērnam ir izaicinājums, kurā ir būtiska pieaugušo palīdzība un iesaiste, lai adaptācijas process noritētu veiksmīgi un maksimāli saīsinātu adaptācijas periodu. Adaptācijas procesā svarīga ir vecāku un pirmsskolas sadarbība, ja vecāks jutīsies drošs par bērna iekļaušanu jaunā vidē, tad arī bērns jutīsies krietni drošāk. Bakalaura darba autore savā pedagoģiskajā pieredzē ir novērojusi, ka bieži tieši vecāku nedrošība ir pamats bērna trauksmainai un sarežģītai adaptācijai. Pirmsskolas adaptācijas laikā bērni piedzīvo daudz emociju, kuras joprojām nevar nosaukt, tādēļ vērtīgākā palīdzība, ko vecāki savam bērnam var sniegt papildus savam mieram, ir skaidrot situācijas un ar tām saistīto emociju izskaidrošana. Sadarbība un komunikācija pirmsskolas kontekstā ir īpaši būtiska un vecināma tieši attiecībā uz pirmsskolas un vecāku sadarbību. Adaptācijas procesā svarīgi pirmsskolai

ieklausīties vecāku vēlmēs un bažās, savukārt vecāku uzdevums ir uzticēties pirmsskolas profesionālajam personālam un pieredzei adaptācijas procesa norisē.

Konkrētajā bakalaura darbā tika aplūkotas dažādas teorētiskās atziņas par bakalaura darbā esošajā pētījumā aplūkoto tematu un, lai gūtu teorētisko pamatojumu bakalaura darbā izvirzītajam pētījuma jautājumam: kādi pasākumi var uzlabot un ietekmēt sadarbības vecināšanu ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā?

Pamatojoties uz iepriekš noteikto pētījuma jautājumu, tika izstrādāti sekojoši pētnieciskā darba **uzdevumi** pētāmā jautājuma noskaidrošanai –

1. analizēt zinātnisko un metodisko literatūru par sadarbības veidošanu pedagoģiskajā procesā pirmsskolā;
2. raksturot adaptācijas procesu jaunākajā vecuma grupā pirmsskolā;
3. empīriski pārbaudīt sadarbības vecināšanas iespējas ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā;
4. izstrādāt secinājumus un priekšlikumus par sadarbības vecināšanu ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā.

Bakalaura darba pētījumā veiktais pedagoģiskais pētījums noritēja X pirmsskolas izglītības iestādē un pētījuma īstenošanai tika izmantotas sekojošas **pētījuma metodes**:

1. teorētiskās literatūras analīze;
2. vecāku aptauja;
3. pedagoģiskā izmēģinājuma darbība.

Teorētiskās literatūras analīze, kā pētījuma metode deva iespēju apkopot un analizēt pieejamo teorētisko literatūru par pētāmo tēmu, tādējādi veicinot izpratni par to. Teorētiskās literatūras analīze veicināja citu metožu pielietošanā izmantojamo informāciju, piemēram, balstoties uz teorētiskās literatūras analīzi tika veidoti jautājumi vecāku aptaujā un izstrādāta pedagoģiskās izmēģinājuma darbības laikā izmantotā sadarbības veicināšanas metode.

Lai novērtētu situāciju un sadarbības veicināšanas iespējas, tika veikta pētāmās grupas vecāku aptauja, kas deva informāciju par to, ko vecāki sagaida no pirmsskolas, ko sagaida no adaptācijas procesa. Aptauja tika veikta divas reizes pētījuma sākumā, un pētījumam noslēdzoties, lai veiktu rezultātu salīdzināšanu.

Aptauja ir visbiežāk izmantotā kvantitatīvā metode socioloģijā. Aptaujas būtība ir indivīdu viedokļu izziņāšana ar aptaujas anketas palīdzību, kurā tiek apkopoti iepriekš atlasīti jautājumi par noteiktu tēmu. Indivīdu, kas atbild uz anketas jautājumiem, sauc par respondentu. Aptaujai ir nepieciešama aptaujas anketa, kuras jautājumu objekts var būt respondenta uzvedība (reālā vai potenciālā), attieksmes, viedokļi, vērtējumi, zināšanas un citi.

Anketas bieži satur arī filtra jautājumus (tādējādi tiek nodrošināts, lai konkrētam respondentam neatbilstošie jautājumi netiktu uzdoti – piemēram, jautājums vīrietim par pašsajūtu grūtniecības laikā) un demogrāfiskie jautājumi (dzimuma, vecuma, izglītības, dzīvesvietas un citas svarīgās informācijas iegūšanai). Pēc atbildes formām jautājumus iedala atvērtos (respondents sniedz paša brīvi formulētu atbildi), slēgtos (respondents izvēlas vienu no anketā piedāvātajiem atbilžu variantiem) un daļēji slēgtos, kas ietver gan atbilžu variantus, gan iespēju respondentam sniegt pašam savu atbildi (Niškins, 2022).

Bakalaura darbā izmantotajās vecāku aptaujas anketās tiks izmantoti slēgta tipa jautājumi, kuri tiks uzdoti apgalvojumu formā, un uz tiem būs jānodod atbildes skaitliskā izteiksmē no 1 līdz 5, kur tiek iekļauti sekojoši ciparu apzīmējumi –

- 1 nozīmē, ka apgalvojumam respondents nepiekrīt;
- 2 nozīmē, ka apgalvojumam respondents drīzāk nepiekrīt;
- 3 nozīmē, ka apgalvojumam respondents daļēji piekrīt;
- 4 nozīmē, ka apgalvojumam respondents drīzāk piekrīt;
- 4 nozīmē, ka apgalvojumam respondents piekrīt.

Pētījuma autore paredz, ka vecāki labprāt vērtējumu dos tādām anketām, kurās nebūs jāizsaka konkrēts viedoklis, baidoties, ka vecāka viedoklis var ietekmēt iestādes attieksmi pret bērnu vai vecāku.

Vecāku aptaujas dalībnieki: pētījumā iekļauto bērnu vecāki.

Vecāku aptaujas instrumenti: no vecāku aptaujas apkopotajām anketām iegūtā informācija tiks izmantota bakalaura darbā ietvertā pētījuma norisē, kas tiek veikts ar mērķi uzlabot sadarbības iespējas adaptācijas procesā. Aptaujas procesā tiks izmantota strukturēta anketa, kuras pamatā ir apkopoti apgalvojumi, un tiem jāveic novērtēšana skaitļu skalā no 1 līdz 5. Pētāmās grupas vecākiem nodotajās aptaujas anketās divas iekļautas sekojošas jautājumu grupas -

1. grupas jautājumi saistīti ar izglītības iestādes darba organizēšanu;
2. grupas jautājumi saistīti ar bērna un vecāka emocionālo labsajūtu.

Vecāku aptaujas procedūra: bakalaura darba pētījumā izmantotie dati tiks iegūti, nododot vecāku aptaujas anketas caur Google veidlapām kopēja grupas Whatapp sarakstē, vai pildīt papīra formātā. Papīra formāta anketa būs pieejama grupas garderobē un tā ir anonīma.

Vecāku aptaujas datu analīze: aptaujā iegūto datu apstrāde, balstoties uz anketēšanas iegūtajiem datiem, tiks veikta, izmantojot datorprogrammas Microsoft Word 2010. Vecāku anketēšanas rezultātā iegūtie dati tiks apkopoti vizuālos grafikos un veikta iegūto datu

analizēšana, lai novērtētu sadarbību ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā.

Pedagoģiskā izmēģinājuma darbība un novērošana bakalaura darbā veiktajā pētījumā izmantota ar mērķi attiecīgajā pētījumā izmēģināt sadarbību veicinošas aktivitātes, lai pētījuma ietvaros veicinātu sadarbību ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā. Pedagoģiskās izmēģinājuma darbības metode palīdz praktiski pārbaudīt teorētiskajā literatūrā iepriekš aplūkotās teorētiskās atziņas praktiski, un veicot novērošanu pedagoģiskās izmēģinājuma darbības laikā tiek iegūta pētījuma aplūkotā un analizētā informācija par sadarbību ar vecākiem adaptācijas procesā. Novērošana konkrētā bakalaura darba ietvaros tika izmantota, lai veiktu pētāmās bāzes raksturojumu.

Lai bakalaura darba ietvaros praktiski pētītu sadarbību ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā, tika izstrādāts empīriskā pētījuma plāns:

1. pētījumā izmantoto metožu atlase;
2. Izstrādāts pētījuma bāzes raksturojums;
3. izstrādāta vecāku aptaujas anketa;
4. veikta vecāku anketēšana pētījuma sākumā;
5. pedagoģiskās izmēģinājuma darbības izstrāde;
6. veikta pedagoģiskā izmēģinājuma darbība;
7. veikta atkārtota vecāku anketēšana;
8. iegūto pētījuma rezultātu analīze.

Pētījums tika organizēts X pirmsskolas izglītības iestādē periodā no maija līdz septembrim, un adaptācijas procesu konkrētajā periodā uzsāka 12 bērni, kas visi tika iekļauti pētāmajā grupā. Pētījums kopumā ilga no 2023. gada marta līdz 2023. gada septembrim.

3.3 Pētījuma norises apraksts un pētījumā iegūto rezultātu analīze

Uzsākot pētījumu, bija būtiski izvirzīt un pārbaudīt pētījuma mērķi, kas tika noteikts - izpētīt un aprobēt pasākumu plānu sadarbības veicināšanai ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā, tādējādi pētījums tika veikts vairākos posmos.

Pētījuma sākotnējā posmā, kad bērni uzsāk adaptācijas procesu, tika veikta pētāmās grupas novērošana, lai izstrādātu pētāmās grupas raksturojumu, ko iespējams aplūkot bakalaura darba 3.2.nodaļā. Pamatojoties uz bakalaura darbā veikto novērošanu un pētījuma

bāzes raksturojumu, lai sasniegtu pētījumam noteikto mērķi, tika izstrādāts adaptācijas plāns, kurš apkopots 3.1.tabulā.

Adaptācijas plāns tika aprobēts pētāmajā grupā, lai sekmētu un veicinātu sadarbību ar vecākiem adaptācijas procesā, pieņemot, ka bērna veiksmīgāka adaptācija ir iespējama, ja tajā tiek iesaistīts vecāks un veicināta pirmsskolas un vecāka sadarbība. Jau darba teorētiskajā nodaļā tika noskaidrots, ka pirmsskolas pedagogu mērķis ir izcelt, noskaidrot un padarīt redzamas bērna kompetences un prasmes, kā arī izskaidrot pirmsskolas izglītības mērķus vecākiem, savukārt vecāki mēdz lielāku nozīmi piešķirt personiskajām īpašībām, piemēram, informējot pedagogu radīt bērnam patīkamu un sociālu vidi pirmsskolā. Pirmsskolai ir svarīgi nodibināt un uzturēt kontaktu, spēju redzēt un satikt vecākus un ar tiem ikdienā sazināties. Pirmsskolas un vecāku sadarbības rezultātā nepieciešams veidot pārliedzinošas, uzticamas attiecības, ko raksturo caurskatāmība, dialogs un savstarpēja cieņa. Tāpat pamatojoties uz teorētisko bāzi tika noskaidrots un ņemts vērā izstrādājot adaptācijas plānu, ka sadarbība ar vecākiem pirmsskolā veicināma caur tādām komunikācijas formām, kā –

- individuālas tikšanās ar vecākiem;
- vecāku sapulces;
- vecāku aptaujas;
- vecāku klātbūtne nodarbībās
- tehnoloģiski risinājumi informācijas apmaiņai.

3.1.tabula. *Adaptācijas procesa plāns jaunākajā pirmsskolas vecuma grupā*

ADAPTĀCIJAS POSMS		
1.posms (pirms adaptācijas posms)	2.posms (adaptācijas posms)	3.posms (pēc adaptācijas posms)
<ul style="list-style-type: none"> • Individuāla tikšanās ar ģimeni, kuras laikā ģimene iepazīstas ar pirmsskolu • Vecāku klātbūtne nodarbībās 	<ul style="list-style-type: none"> • Vecāku aptauja • Vecāku klātbūtne nodarbībās • Adaptācijas dienas kartiņas izveide, pildīšana, nodošana vecākiem 	<ul style="list-style-type: none"> • Vecāku aptauja • Vecāku sapulce • Individuāla tikšanās (pēc nepieciešamības)

Kā redzams 3.1.tabulā adaptācijas process pētāmajā grupā noritēja trīs posmos. Sākotnējā, jeb 1.posmā, kas noritēji vēl pirms adaptācijas procesa, bērni kopā ar vecākiem tika aicināti iepazīties ar pirmsskolas izglītības iestādi, lai bērns uzsākot adaptācijas, procesu būtu jau pazīstams ar vidi, kurā nonāks. Šajā tikšanās reizē ģimenes tiek iepazīstinātas ar pirmsskolu kopumā, ne tikai ar konkrēto grupu, bet tiek parādītas arī citas grupas, virtuve, kurā tiek gatavots ēdiens, tiek parādīts pagalms u.tml. Uzsvars tiek likts uz to, lai iestāde ir vecākam atvērta jebkurā brīdī, lai vecāks pārzina, kas notiek iestādē un kā tiek organizēts darbs tajā. Tas palīdz vecākam vairāk uzticēties un veicina cieņpilnu attiecību veidošanos. Jāuzsver, ka no 13 pētāmajā grupā iekļautajiem bērniem uz attiecīgo tikšanos pieteicās un tā ieinteresēja tikai 6 ģimenes, divos no gadījumiem ieradās vecāki kopā ar citiem ģimenes bērniem un vēl auklīti, kas plānoti palīdzēs pieskatīt bērnu, kamēr vecāki atrodas darbā. Šajā procesā iespējams pārrunāt arī dažādus jautājumus par bērna gaitām pirmsskolā.

Otra no pirmajā adaptācijas posmā piedāvātajām sadarbības veicināšanas metodēm bija vecāku klātbūtnes akceptēšana mazākajā pirmsskolas vecuma grupā vēl, pirms bērns ir uzsācis apmeklēt pirmsskolu. Arī šajā gadījumā tas palīdz vecākam iegūt vairāk informācijas un redzēt, kā notiek nodarbības mazākajā grupā, kāds ir dienas režīms, ko bērni dara, kad bērns uz pirmsskolu no rīta tiek atvests u.tml. Konkrētā pētījuma ietvaros attiecīgo aktivitāti izmantoja tikai 3 vecāki, izvēloties ar bērnu piedalīties pastaigā un āra aktivitātēs.

Otrajā posmā tika organizēts un noritēja adaptācijas process, kuram uzsākoties vecākiem tika lūgts aizpildīt aptaujas veidlapu (skatīt aptaujas paraugu 1.pielikumā), kura bija anonīma. Vecāks to paņēma pirmsskolas garderobē, kad tā bija aizpildīta tā, tika iemesta noslēgtā kastē un pētījumam beidzoties tika apkopoti aptaujas laikā iegūtie rezultāti un salīdzināti ar otras aptaujas laikā iegūtajiem rezultātiem.

Adaptācijas procesā, it sevišķi adaptācijas procesam uzsākoties, tiem bērniem, kuriem tas ir nepieciešams, pirmsskola ļauj vecāku klātbūtni grupā, taču tam ir jābūt pamatotam iemeslam, jo ļoti bieži šāda vecāka klātbūtne nevis motivē bērnu, bet tieši otrādi – satrauc. Atsevišķos gadījumos pētāmajā grupā tika atļauta vecāka klātbūtne grupā, taču visbiežāk bērns kopā ar vecāku pameta grupu pēc pāris stundām un tādējādi tas neveicināja bērna adaptēšanos, taču šādā veidā tika veicināta pirmsskolas sadarbības ar vecākiem, jo pirmsskola akceptēja vecāka vēlmes iesaistīties adaptācijas procesā.

Pētījuma autorei bija būtiski, ka adaptācijas procesā, vecinot pirmsskolas un vecāku sadarbību, tiek ņemtas vērā vecākas rūpes, bažas, vecāku sniegtā informācija par bērnu u.tml., tāpat tika ņemts vērā, ka vecākiem ir ļoti svarīgi saņemt atgriezenisko saiti par to, kā bērnam pa dienu ir veicies. Visbiežāk saņemtiem vecāku jautājumi ir –

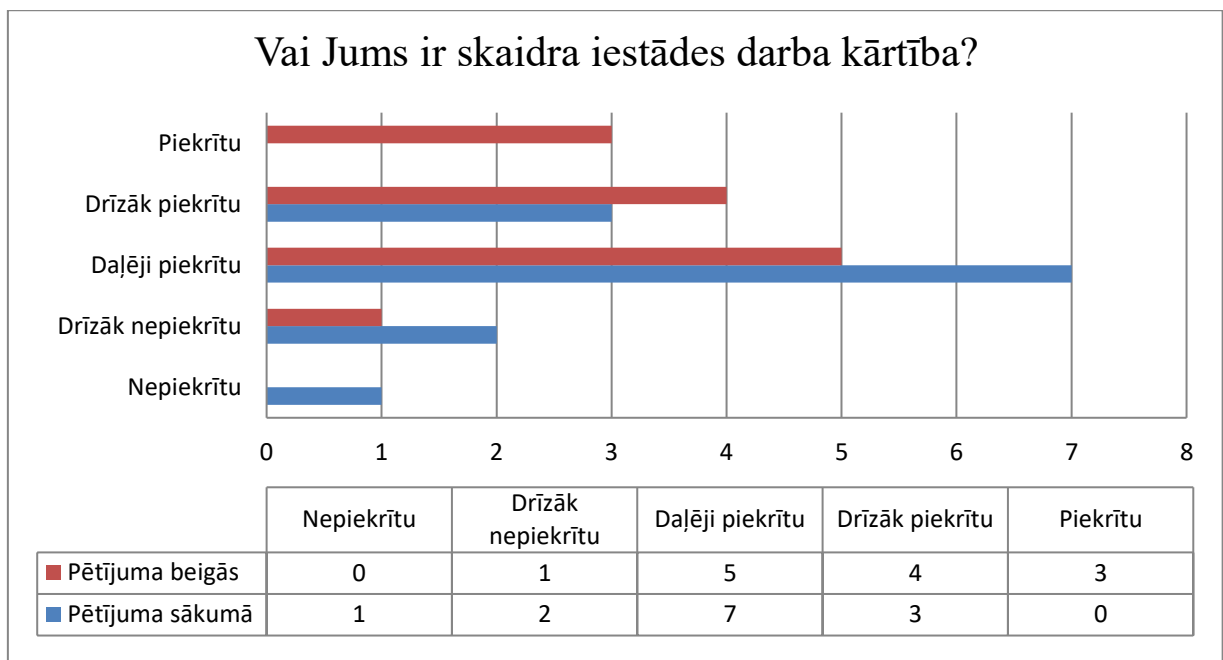
- kā bērns jutās? (Vai raudāja? Vai bija sabēdājies? Vai bija draudzīgs? Vai bija priecīgs?)
- Vai bērns gulēja? Vai ēda?
- Vai bērns piedalījās nodarbībās?

Pamatojoties uz šiem jau pētījumā autores pedagoģiskajā pieredzē saņemtajiem jautājumiem, pētījuma autore informācijas apmaiņai izstrādāja adaptācijas dienas kartiņas (skatīt adaptācijas kartiņas paraugu 2.pielikumā). Kartiņu mērķis ir sniegt vecākam galveno informāciju par dienas gaitu, tāpat kartiņā ir iespējams iedot bērnam mazu mājas uzdevumu, piemēram, mācāmieš ēst ar dakšu, vai, piemēram, rīt jāatnes parādīt savu mīļāko rotaļlietu, jo bērns ar grupā esošajām rotaļlietām nespēj iemigt u.tml. Dienas noslēgums pirmsskolas grupā ir salīdzinoši aktīvs, bērni spēlējas, vecāki nāk pakal bērniem, tādēļ ne vienmēr ir laiks ar katru vecāku izrunāties un izstāstīt par katra bērna dienas gaitā piedzīvoto, tādēļ šādas kartiņas kalpo par svarīgu informācijas apmaiņas rīku starp vecākiem. Tāpat šīs kartiņas vecākiem bija iespēja atgriezt atpakaļ, izsakot kādu lūgumu grupas skolotājām.

Trešajā posmā, jeb pēc adaptācijas procesā, tika veikta atkārtota vecāku anketēšana ar mērķi veikt vecāku aptaujas rezultātu salīdzināšanu, lai vērtētu, vai adaptācijas procesā ir vecināta vecāku un pirmsskolas sadarbība vai nē. Adaptācijas procesa noslēgumā, kas tika noteikts 2 mēnešus pēc pēdējā bērna adaptācijas procesa uzsākšanas, tika organizēta vecāku sapulce, kurā tika pārrunāti ar pirmsskolu saistītie jautājumi, uzklauti vecāki un vecāku ierosinājumi, jautājumi, bažas u.tml., tādējādi, vecinot dialogu ar vecākiem. Trešajā posmā, taču arī visos citos pirmsskolas izglītības posmos vecākiem tika dota un arī tiek dota iespēja tikt ties individuālā sarunā ar pirmsskolas personālu un bērna vecāku, tādējādi, respektējot katra bērna privātumu.

Kopumā pētījuma gaitā tika veikti vairāki komunikāciju un sadarbību veicinoši pasākumi, kuri tika paredzēti veiksmīgākai sadarbības veicināšanai ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā. Lai gan aptaujā piedalījās visi pētāmajā grupā iekļauto bērnu vecāki, tomēr individuālajās sarunās un vecāku sapulcē nepiedalījās visi vecāki.

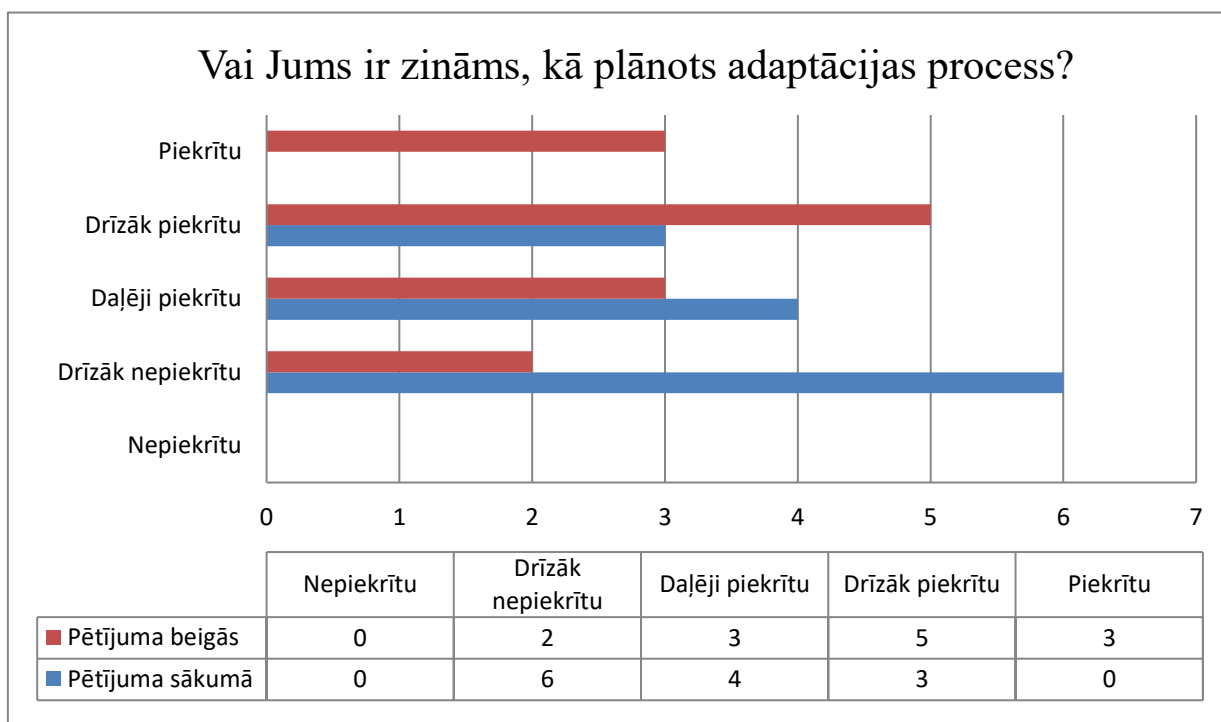
Lai veiktu visaptverošu datu analīzi, kā arī novērtētu adaptācijas pasākumu efektivitāti, lietderību, un sadarbības vecināšanas iespējā tika organizēta vecāku aptauja grupā. Sākotnēji bija svarīgi noskaidrot vai vecākam ir skaidra iestādes darba kārtība (skatīt 3.1.attēlu). Vecākiem pārzināt iestādes darba kārtību ir svarīgi, lai vecāks ir informēts, ko dienas laikā bērns darīs, kāds dienas režīms iestādē ir paredzēts un kas kopumā notiek izglītības iestādē.



3.1.attēls. Respondentu vērtējums jautājumam – vai Jums ir skaidra iestādes dienas kārtība?

Kā redzams 3.1.attēlā pētījuma sākumā viens vecāks norādījis, ka iestādes dienas kārtība nav skaidra. Lai gan iestādes dienas kārtība ir pieejama arī redzamā vietā grupas garderobē, un tā ir izsūtīta Whatsapp grupā, tomēr kādu no vecākiem šī informācija nerasniedz. Taču 3.1.attēlā redzams, ka pētījuma beigās vairs nav šādu vecāku, kas liecina, ka sadarbības uzlabošanas procesā ir novērsti gadījumi, kad vecākiem nav nodota svarīga informācija. Ja, pētījuma sākumā bija divi vecāki, kas atbildot uz jautājumu, norādīja, ka drīzāk nepiekrīt tam, ka ir skaidra iestādes darba kārtība, tad pētījuma noslēgumā drīzāk nepiekrīta tikai viens vecāks. Daļēji skaidra darba kārtība pētījuma sākumā bija septiņiem vecākiem, taču pētījuma beigās skaits samazinājās uz pieciem vecākiem. Pētījuma sākumā drīzāk piekrīta 3 vecāki, taču pētījuma beigās tie bija jau 4, savukārt, ja pētījuma sākumā darba kārtība līdz galam skaidra nebija nevienam vecākam, tad pētījumam noslēdzoties, iestādes darba kārtība bija skaidra trīs vecākiem, kas liecina par to, ka mērķtiecīgi komunicējot ar vecākiem, un ar tiem vairākkārtīgi pārrunājot ar pirmskolu saistītas lietas ir iespējams veicināt komunikāciju un informācijas apmaiņu.

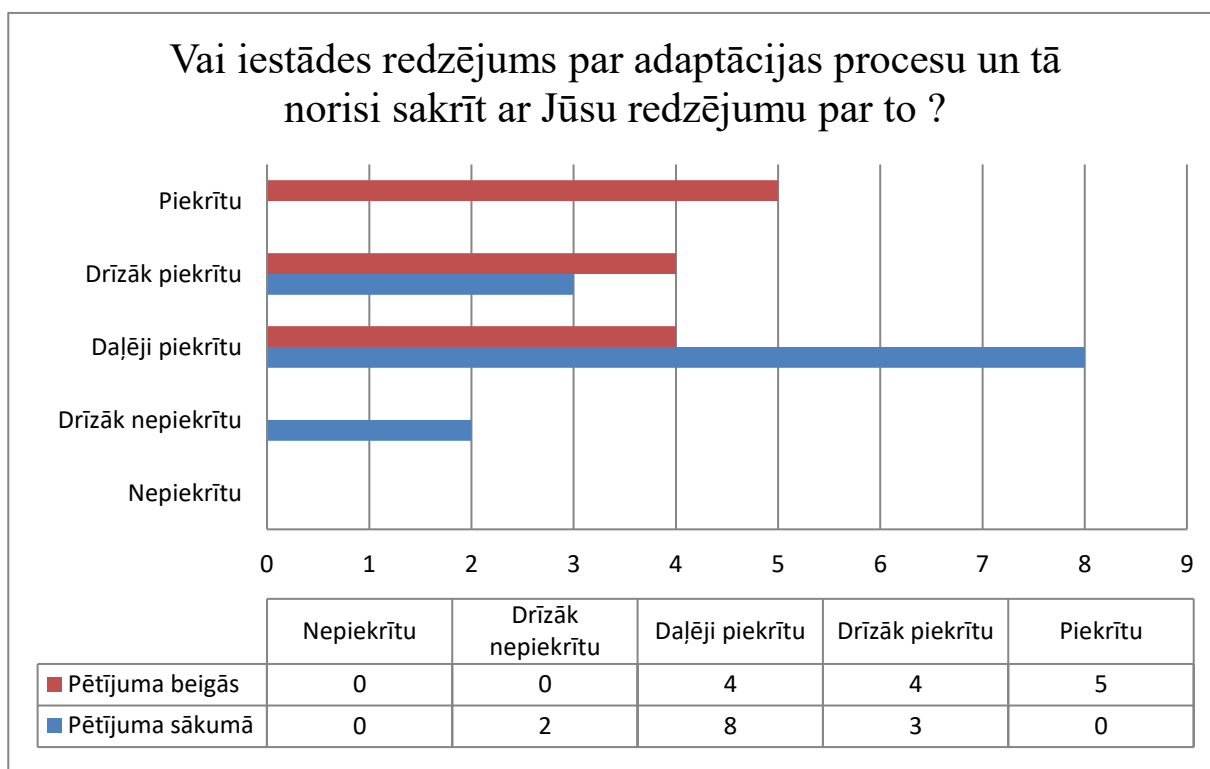
Vecākiem aptaujas laikā tika lūgts sniegt informāciju par to, vai vecākiem ir zināms, kā tiks plānots adaptācijas process, kas ir būtiski, lai vecāks ir zinošs un iesaistīts adaptācijas procesā.



3.2.attēls. Respondentu vērtējums par adaptācijas procesa plānu

3.2.attēlā redzams, ka ne pētījuma sākumā, ne pētījuma beigās neviens no vecākiem nav norādījis, ka nekas nav zināms par to, kā plānots adaptācijas process, tāpat 3.2.attēlā redzams, ka 6 vecākiem pētījuma sākumā bija maz zināms par to, kā tiek plānots adaptācijas process, jo 6 vecāki pie apgalvojuma - vai Jums ir zināms, kā plānots adaptācijas process, norādīja, ka drīzāk nepiekrīt attiecīgajam apgalvojuma, savukārt, pētījuma beigās šādu atzīmi izdarīja tikai divi vecāki. 3.2.attēlā redzams, ka daļēji iepriekš minētajam apgalvojumam pētījuma sākumā piekrīt 4 vecāki, savukārt, pētījumam noslēdzoties daļēji piekrīt 3 vecāki. 3.2. attēlā redzams, ka adaptācijas procesā uzlabojies vecāku vērtējums par iepriekšminēto apgalvojumu, ja pētījuma sākumā 3 vecāki norādīja, ka tie drīzāk piekrīt iepriekšminētajam apgalvojumam, tad pētījuma beigās šādu vērtējumu deva 5 vecāki. Savukārt, pilnīgi skaidrs, kā tiek organizēts adaptācijas process nebija nevienam vecākam un tādēļ neviens vecāks neatzīmēja, ka piekrīt norādītajam apgalvojumam, savukārt, pētījuma beigās apgalvojumam piekrita 3 vecāki. Vērtējot vecāku sniegtās atbildes ir secināms, ka adaptācijas procesā īstenotajam adaptācijas plānam un tajā iekļautajām aktivitātēs ir bijusi loma, tajā, lai vecāki šo procesu labāk izprastu.

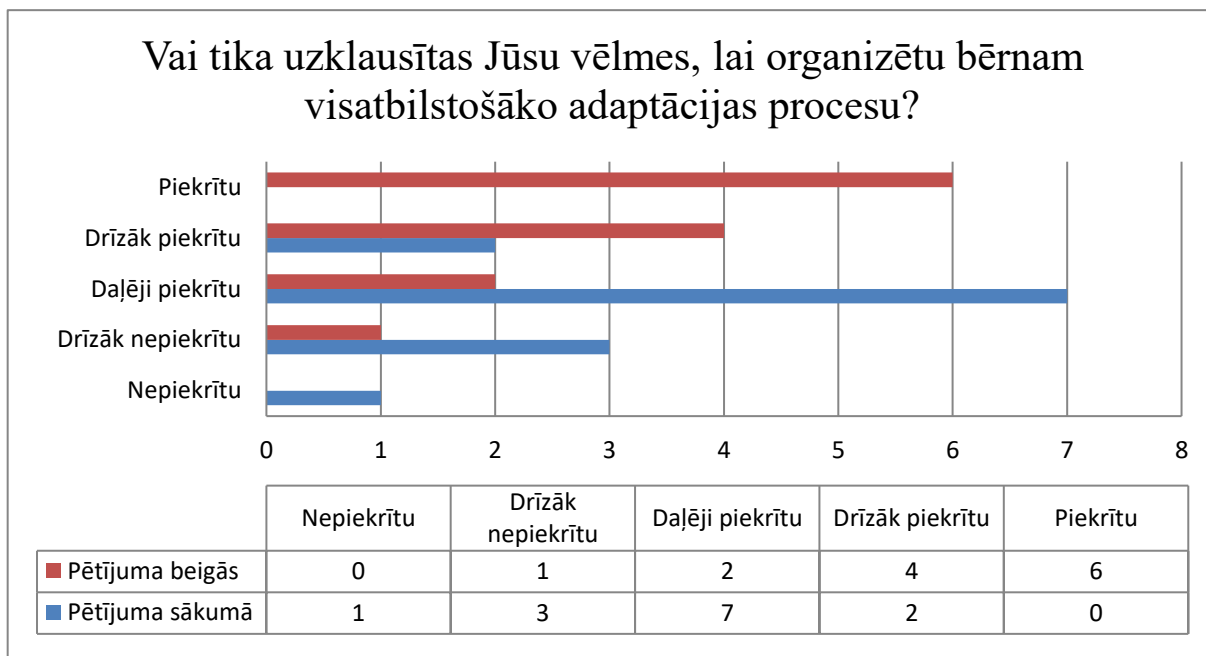
Aptaujas laikā vecāki tika lūgti norādīt savu vērtējumu apgalvojumam – iestādes redzējums par adaptācijas procesu un tā norisi sakrīt ar Jūsu redzējumu par to (skatīt 3.3.attēlu).



3.3.attēls. Respondentu vērtējums par adaptācijas procesa redzējumu

3.3.attēlā redzams, ka pētījuma sākumā neviens no vecākiem nav norādījis, ka nepiekrīt aptaujā norādītajam apgalvojumam, taču tāpat arī neviens nav norādījis, ka piekrīt, tātad uzsākot pētījumu, neviens no vecākiem nebija pārliecināts vai viņa kā vecāka un pirmsskolas redzējums par to, kā jānorit adaptācijas, procesam sakrīt, taču tajā pat laikā neviens no vecākiem pilnībā nevarēja apgalvot, ka šis redzējums arī pilnīgi nesakrīt, kas liecina par to, ka sākotnēji vecāki iespējams nav pietiekami informēti par adaptācijas procesa norisi. 3.3.attēlā redzams, ka 2 vecāki norādījuši drīzāk tomēr nepiekrīt un iespējams redzējums vecākiem un pirmsskolai atšķiras, taču pētījumam beidzoties, neviens vecāks tomēr nav norādījis, ka drīzāk nepiekrīt. Lielākā daļa, jeb 8 vecāki sākotnējā aptaujā norādīja, ka daļēji piekrīt iepriekš norādītajam apgalvojumam, kas norāda uz to, ka atsevišķos jautājumos vecāku viedoklis par to, kā jānorit adaptācijas procesam atšķiras no vecāku viedokļa, taču šādās situācijās svarīgi rast kompromisu. Adaptācijas procesa noslēgumā daļēji piekrīt iepriekšminētajam apgalvojumam 4 vecāki, kas norāda, ka adaptācijas procesa laikā daļa no jautājumiem par adaptācijas procesu vecākiem ir kļuvuši skaidri un ir rast kompromiss starp vecāka un pirmsskolas redzējumu. Ja, sākotnēji 3 vecāki norādīja, ka daļēji piekrīt tam, ka iestādes redzējums par adaptācijas procesu un tā norisi sakrīt ar vecāka redzējumu par to, tad

adaptācijas procesa un pētījuma beigās „daļēji piekrīt” 4 vecāki, savukārt, 5 vecāki atzīmējuši, ka piekrīt minētajam apgalvojumam, kas liecina, ka vecinot sadarbību ar vecākiem ir iespējams mainīt vecāka nostāju, lomu un attieksmi pret adaptācijas procesa mērķiem, norisi un kopējo pirmsskolas redzējumu tajā.



3.4.attēls. Respondentu vērtējums par vecāku vēlmju uzklaustīšanu adaptācijas procesā

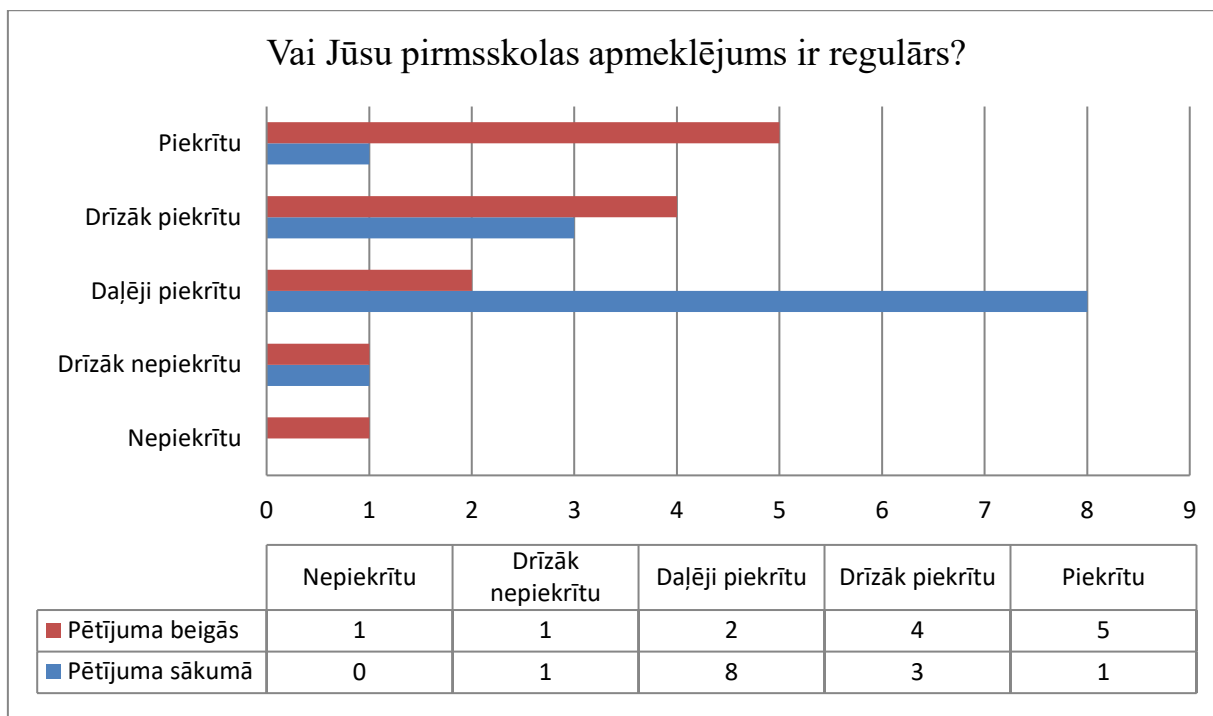
Lai gan komunikācijas un adaptācijas procesa organizēšanā ir būtiski noskaidrot un ņemt vērā vecāku viedokli, kas arī tiek darīts, bieži pētījuma autores pedagoģiskajā pieredzē nākas saskarties ar pieņēmumu, ka vecāki pārāk maz tiek iesaistīti dažādos pirmsskolas procesos. Tāpēc aptaujas laikā tika lūgts novērtēt, vai tika uzklaustītas vecāku vēlmes, lai organizētu bērnam visatbilstošāko adaptācijas procesu (skatīt 3.4.attēlu).

Viens no pētījumā iekļautās pirmsskolas izglītības iestādes pamatmērķiem ir vecāku iesaiste pirmsskolas izglītības procesā, tādēļ ikdienā tiek ievēroti vairāki būtiski informācijas apmaiņas un nodošanas principi, lai maksimāli attīstītu komunikāciju ar vecākiem, kas, protams, atstāj ietekmi arī uz informācijas apmaiņu adaptācijas procesā. Tādēļ aplūkojot, 3.4.attēlā redzamo informāciju, kurā redzams, ka viens vecāks pētījuma sākumā, norāda, ka viņa vēlmes netika uzklaustītas adaptācijas procesā. Rada pieņēmumu, ka iespējams komunikācijas procesā, ir uzlabojami procesi un tomēr ir vecāki, kuri nav sadzirdēti. Taču pētījuma beigās šāda situācija nav tikusi novērota. Tāpat pētījuma sākumā 3 vecāki norādījuši, ka drīzāk nepiekrīt, ka viņu vēlmes tikušas uzklaustītas, lai organizētu bērnam visatbilstošāko adaptācijas procesu, savukārt pētījuma beigās drīzāk nepiekrīt tikai viens vecāks. Būtiski atzīmēt, ka bija daļa vecāku, kuri nevēlējās pirms adaptācijas procesā tikties ne uz

individuālām sarunām, ne vēlējās piedalīties nodarbībās, kas ietekmēja informācijas apmaiņu starp pirmskolu un vecāku. Aptaujas laikā pētījuma sākumā 7 vecāki norādīja, ka viņu vēlmes daļēji ir uzklautas, savukārt pētījuma beigās skaits samazinājās uz 2 vecākiem, taču drīzāk vēlmes pētījuma sākumā tika uzklautas 2 vecākiem, taču, beidzoties pētījumam, skaits palielinājās un 4 vecākiem. Adaptācijas procesā veiktie pasākumi sekmēja vecāku iespēju izteikties un šīs vēlmes bija iespēju robežās iespējams aprobežot, tādējādi pētījuma beigās 5 vecāki norādīja, ka viņu vēlmes tika ņemtas vērā, lai organizētu bērnam visatbilstošāko adaptācijas procesu.

Adaptācijas procesā ir svarīgi, ka bērns uz grupu nāk pēc iespējas biežāk, tādējādi esot grupā regulāri, bērns ātrāk pierod gan pie vides kurā atrodas, gan pie cilvēkiem, ar kuriem kopā, būs pirmsskolā katru dienu. Pētījuma autores pedagoģiskajā pieredzē ir iespējams novērot situācijas, kad vecāki bērnu ved uz pirmskolu neregulāri vai tieši otrādi ved bērnu arī tad, kad bērns ir apaukstējies vai nejūtas labi, kas arī nav pieļaujams. Pētījuma autore pedagoģiskajā pieredzē novērojusi, ka, tie bērni, kuri biežāk slimo lēnāk, adaptējas grupā, tādēļ ir svarīgi uz pirmskolu, nāk tad, kad veselības stāvokli, to atļauj. Pētījuma ietvaros bija būtiski noskaidrot, vai adaptācijas procesā iekļautie bērni uz pirmsskolu dodas regulāri, tādējādi aptaujas ietvaros vecākiem tika lūgts novērtēt sekojošu apgalvojumu – Jūsu bērna pirmsskolas apmeklējums ir regulārs (skatīt 3.5.attēlu).

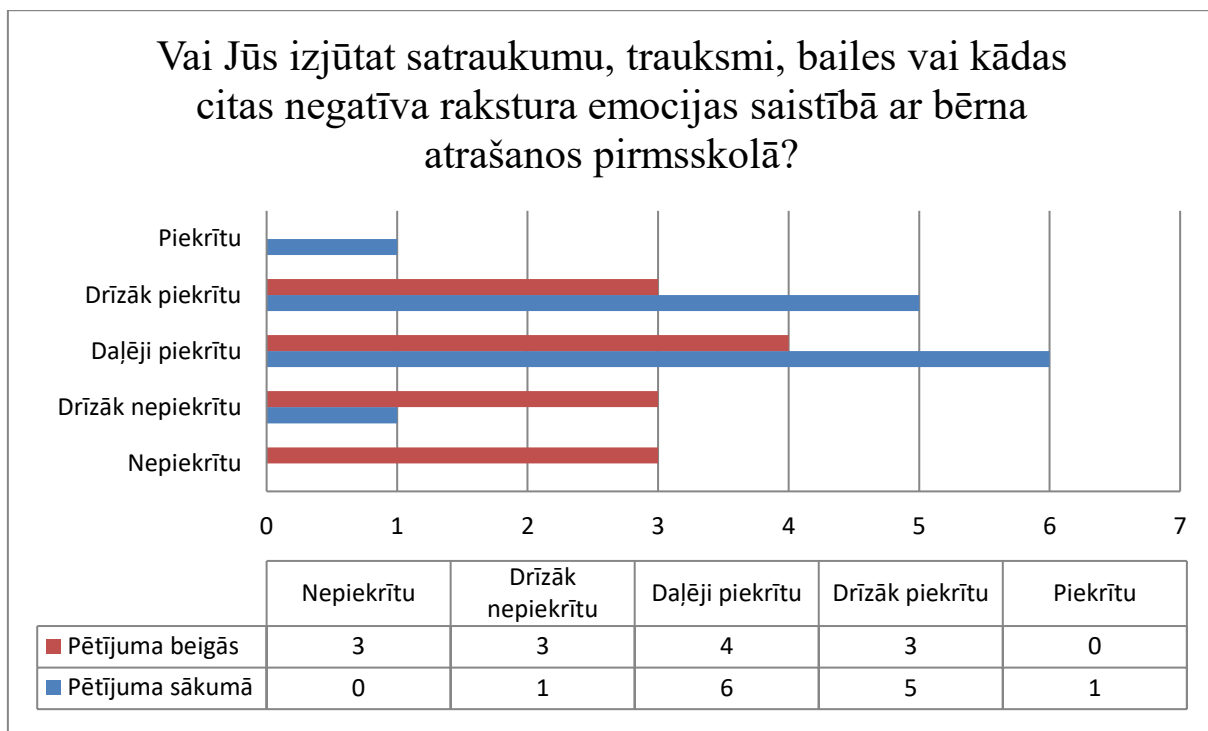
3.5.attēlā redzams, ka pētījuma sākumā neviens vecāks nav norādījis, ka nepiekrīt apgalvojumam, ka bērns pirmsskolu apmeklē regulāri, kas ir skaidrojams ar to, ka bērni pirmsskolas gaitas ir uzsākuši neilgi un vecāks vēl nevar novērtēt regularitāti, taču pētījuma beigās viens vecāks tomēr norādījis, ka bērns pirmsskolu apmeklē neregulāri. 3.5.attēlā redzams, ka viens vecāks drīzāk piekrīt minētajam apgalvojumam gan pētījuma sākumā, gan pētījuma beigās.



3.5.attēls. Respondentu vērtējums par pirmsskolas apmeklējuma regularitāti

Lielākā daļa vecāku, kas ir 8 pētījuma sākumā norādījuši, ka daļēji piekrīt minētajam apgalvojumam, kas norāda, ka bērns pirmsskolā mēdz nebūt, savukārt pētījuma beigās tikai divi vecāki norādījuši, ka daļēji piekrīt minētajam apgalvojumam. 3.5. attēlā redzams, ka apmeklējuma regularitāti 3 vecāki novērtējuši ar „drīzāk piekrītu”, kas norāda, ka bērns pamatā apmeklē pirmsskolu ar zināmu regularitāti, pētījumam beidzoties attiecīgais rādītājs palielinājies līdz 4 vecākiem, savukārt, ja pētījuma sākumā tikai viens vecāks norādīja, ka bērns regulāri apmeklē pirmsskolu, tad pētījumam beidzoties šis rādītājs audzis līdz 5 vecākiem un vērtējams, ka šie bērni adaptācijas procesā ir pieraduši doties uz pirmsskolu un dara to regulāri.

Adaptācijas procesā ir būtiski strādāt ne tikai, lai vecinātu bērna labsajūtu, bet būtiski strādāt arī ar vecāka labsajūtu un to, kā vecāks jūtas un kādā mērā uzticas pirmsskolas personālam. Pētījuma autore norāda, ka pedagoģiskajā pieredzē novērojuši, ka grūtāk adaptēties tiem bērniem, kuru vecāki ir uztrauktāki un ne tik pašāvēģīgi adaptācijas procesa norisei, tādējādi pētījuma ietvaros vecākiem tika lūgts novērtēt apgalvojumu – izjūtas satraukumu, trauksmi, bailes vai kādas citas negatīvas rakstura emocijas saistībā ar bērna atrašanos pirmsskolā (skatīt 3.6.attēlu).

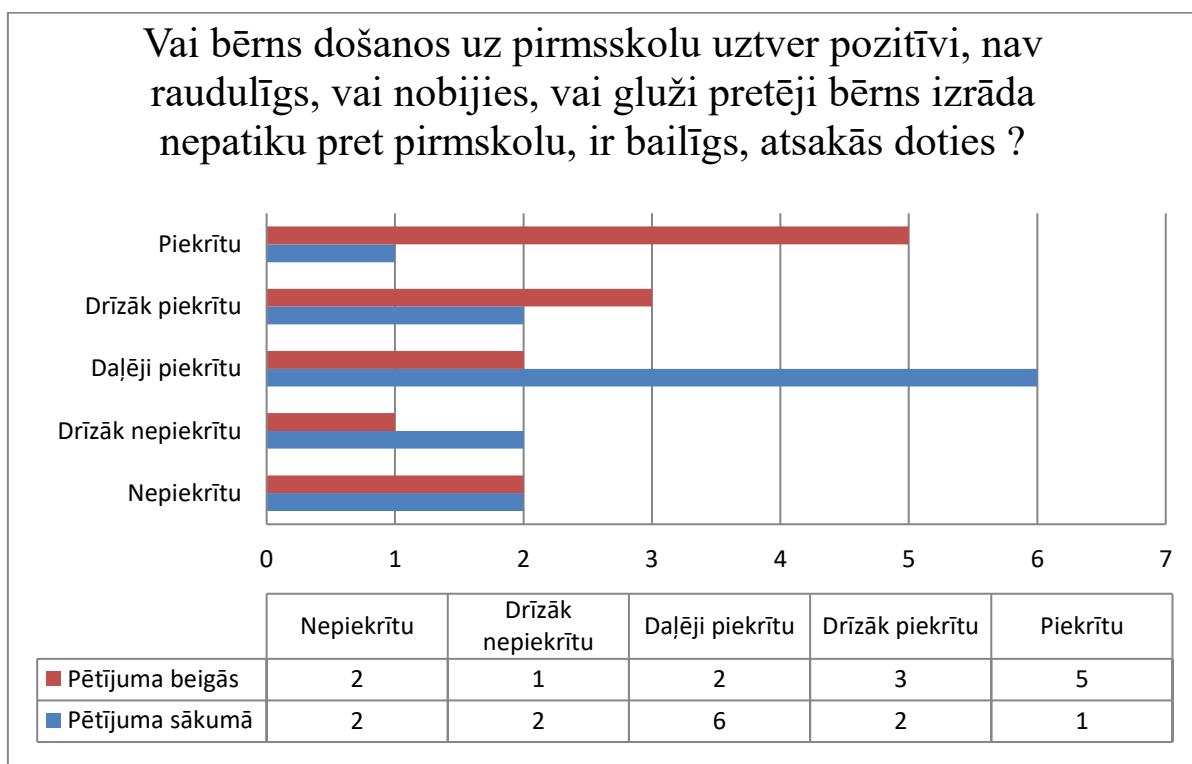


3.6.attēls. Respondentu vērtējums par vecāku emocijām saistība ar bērna atrašanos pirmsskolā

Aptaujas laikā tika noskaidrots, ka pētījuma sākumā viens vecāks izjuta satraukumu, trauksmi, bailes vai kādas citas negatīva rakstura emocijas saistībā ar bērna atrašanos pirmsskolā, drīzāk piekrita šim apgalvojuma 5 vecāki, daļēji piekrita 6, savukārt viens vecāks drīzāk nepiekrita, kā arī pētījuma sākumā nebija neviens vecāks, kurš varēja apgalvot, ka neizjūt satraukumu, trauksmi, bailes vai kādas citas negatīva rakstura emocijas. 3.6.attēlā redzams, ka adaptācijas procesā, vecinot sadarbību ar vecākiem tika sasniegti sekojoši rezultāti un 3 vecāki norādīja, ka pētījuma beigās vairs neizjūt satraukumu, trauksmi, bailes vai kādas citas negatīva rakstura emocijas, tāpat 3 vecāki norādīja, ka drīzāk nepiekrīt minētajam apgalvojumam, 4 vecāki daļēji piekrīt un 3 drīzāk piekrīt. Tāpat 3.6.attēlā redzams, ka vecinot sadarbību, un vecinot adaptācijas procesā pielietot dažādas sadarbību veicinošas metodes, pētāmajā grupā vairs nav tādu vecāku, kuri norāda, ka izjūtat satraukumu, trauksmi, bailes vai kādas citas negatīva rakstura emocijas saistībā ar bērna atrašanos pirmsskolā, kas norāda uz veiksmīgu sadarbības attīstīšanu.

Vērtējot adaptācijas procesa norisi, un iespējamās sadarbības vecināšanas iespējas ar vecākiem, svarīgi vērtēt arī bērna labsajūtu adaptācijas procesā, kas bieži nosaka arī vecāka labsajūtu un vēlmi sadarboties ar pirmsskolu, tādēļ aptaujas laikā vecākiem tika lūgt novērtēt sekojošu apgalvojumu – bērns došanos uz pirmsskolu uztver pozitīvi, nav raudulīgs, vai

nobijies, vai gluži pretēji bērns izrāda nepatiku pret pirmsskolu, ir bailīgs, atsakās doties (skatīt 3.attēlu).

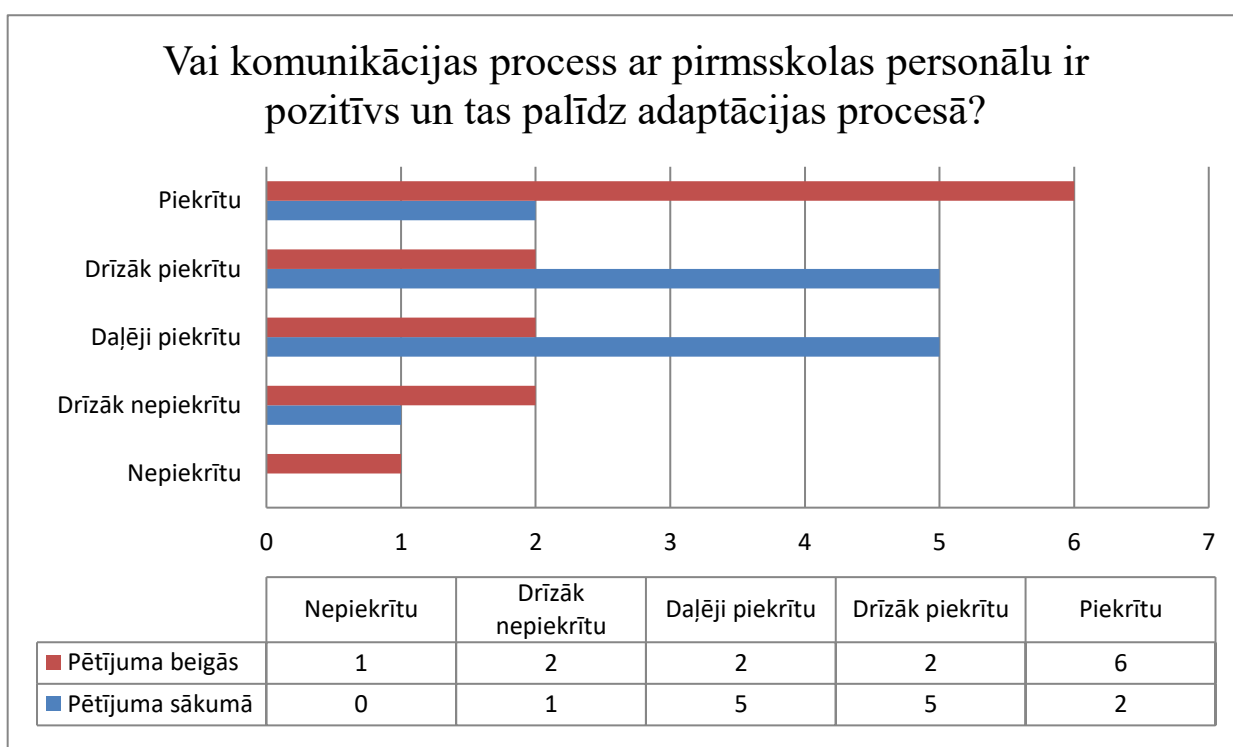


3.7.attēls. Respondentu vērtējums par bērna emocijām saistība ar pirmsskolas apmeklēšanu

Aplūkojot 3.7.attēlu redzams, ka pētījuma sākumā 2 vecāki norādījuši, ka nepiekrīt minētajam apgalvojumam, kas nozīmē, ka bērns došanos uz pirmsskolu uztver negatīvi, tas bērnam rada satraukumu un bērns nav priecīgs, diemžēl pētījuma beigās veiktā aptaujā norāda, ka divos gadījumos arī pēc adaptācijas periodā bērna labsajūtas nav uzlabojusies, taču aptaujas kontekstā nav iespējams noteikt vai tie ir tie paši bērni, vai tomēr citi. Pētījuma sākumā 2 vecāki aptaujā norādījuši, ka drīzāk nepiekrīt minētajam apgalvojumam, savukārt, pētījuma beigās šādu novērtējumu devis tikai viens vecāks. Daļēji piekrītu norādījuši 6 aptaujātie pētījuma sākumā, savukārt, pētījuma beigās tie bija divi vecāki, kas nozīmē, ka bērna labsajūta ir mainīga un, ja viena dienā bērns ir priecīgs, motivēts doties uz pirmsskolu, citā dienā bērns labsajūta var mainīties, ko ietekmē dažādi citi ārēji faktori, tajā skaitā situācija ģimenē. Pētījuma sākumā minētajam apgalvojumam drīzāk piekrita 2 vecāki, taču pētījuma beigās 3, tāpat 3.7.attēlā redzams, ka pētījuma sākumā tikai viens vecāks norādīja, ka bērns došanos uz pirmsskolu uztver pozitīvi, nav raudulīgs, vai nobijies, taču pētījuma beigās šādu novērtējumu snieguši 5 vecāki, kas nozīmē, ka adaptācijas procesā kopumā uzlabojas bērna attieksme pret pirmsskolu. Grūtā adaptācijas perioda pārvarēšana var būt izaicinoša gan bērniem, gan vecākiem, taču ar atbalstu un sapratni tas ir iespējams. Svarīgi ir

atcerēties, ka katrs bērns ir individuāls, un laiks, kas nepieciešams adaptēšanai, var atšķirties. Vecākiem ir jābūt atbalstītiem un mīlētiem, neatkarīgi no tā, cik ilgs varētu būt adaptācijas process.

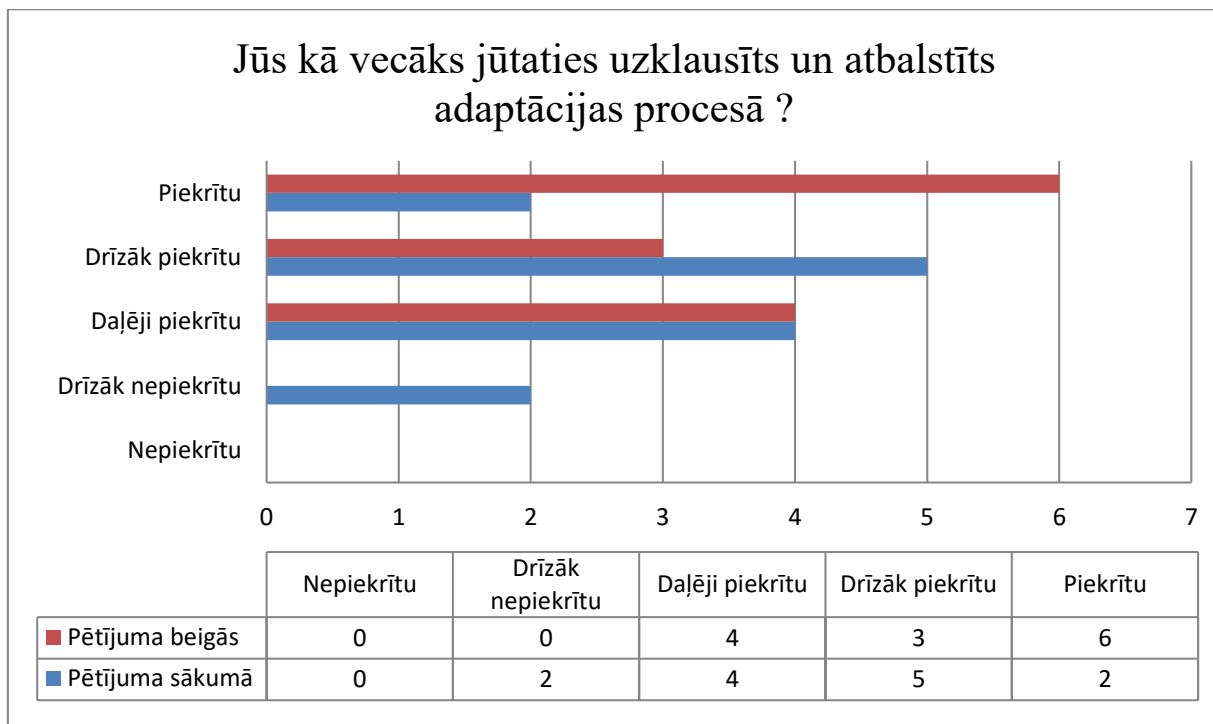
Jau iepriekšējās bakalaura darba nodaļās tika secināts, ka adaptācijas procesā ir būtiski nodrošināt komunikāciju starp pirmsskolu un vecākiem, kas vecina atbalstošu adaptācijas procesu bērnam, kā arī vecina sadarbību ar vecākiem, tādējādi aptaujas ietvaros vecākiem tika lūgts novērtēt sekojošu apgalvojumu – komunikācijas process ar pirmsskolas personālu ir pozitīvs un tas palīdz adaptācijas procesā (skatīt 3.8.attēlu).



3.8.attēls. Respondentu vērtējums par komunikācijas procesu

Pētījumā sākumā neviens no vecākiem nenorādīja, ka komunikācijas process ar pirmsskolu nav pozitīvs un ka komunikācijas process nepalīdzētu adaptācijas procesā, taču pētījumam noslēdzoties tomēr viens vecāks uz to norādīja. Lai gan komunikācijas procesā pētījuma periodā netika novērotas konfliktsituācijas tomēr kādam no vecākiem komunikācijas procesā ir radusies negatīva pieredze, tāpat uz to norāda 3.7.attēlā redzamais, novērtējums „drīzāk nepiekrītu”, ko pētījuma sākumā norādījis viens vecāks, savukārt pētījuma beigās divi. Daļēji piekrīt apgalvojumam pētījuma sākumā 5 vecāki, savukārt pētījuma beigās 2. 3.7. attēlā redzams, ka tomēr lielākā daļa vecāku vērtējot, komunikācijas procesu pētījuma sākumā un pētījuma beigās uzrādījuši labāku novērtējumu kā pētījuma sākumā, attiecīgi ar piekrītu komunikācijas procesu novērtējuši 6 vecāki pret 2 vecākiem pētījuma sākumā.

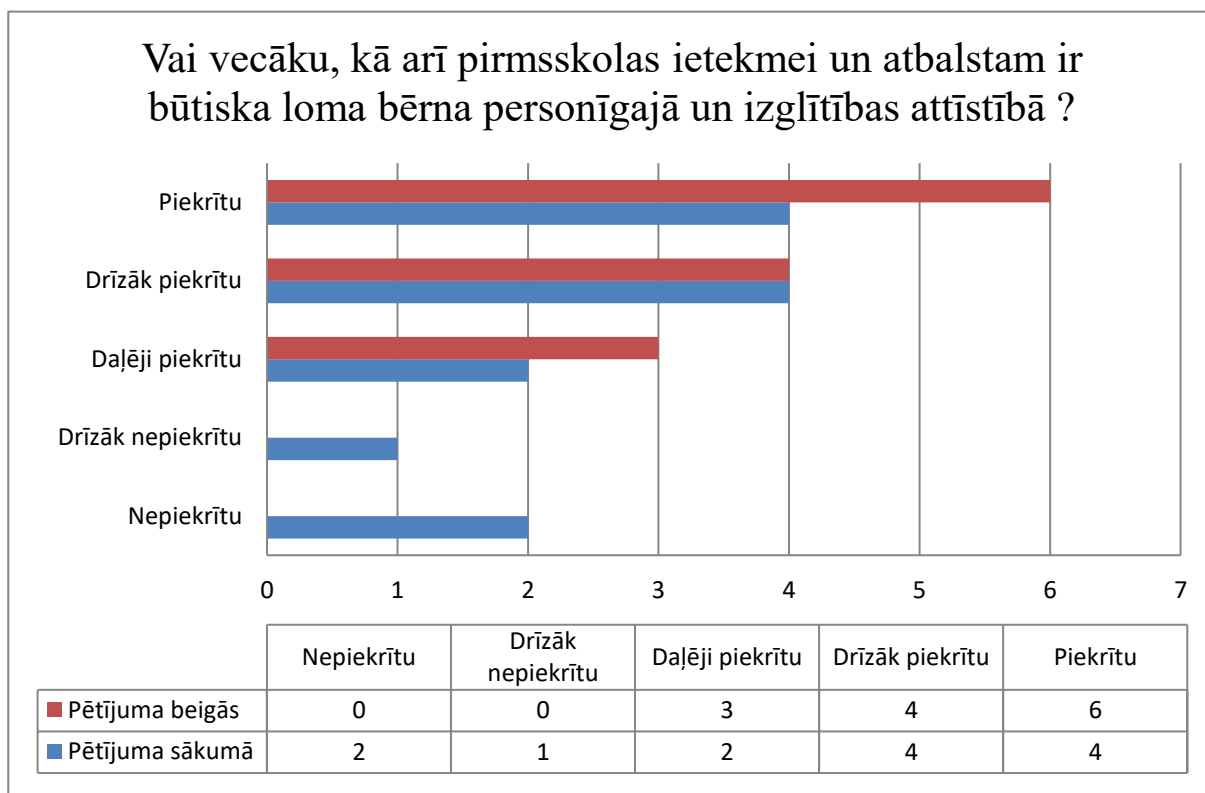
Komunikācijas procesam var būt dažādi mērķi un vajadzības, taču būtiski, ka, veicinot sadarbību, ar vecākiem tiek organizēts tāds komunikācijas process, kurā vecāks jūtas uzklauts un atbalstīts adaptācijas procesā, tādēļ aptaujas ietvaros vecākiem tika lūgts novērtēt tādu apgalvojumu, kā – Jūs kā vecāks jūtaties uzklauts un atbalstīts adaptācijas procesā (skatīt 3.9.attēlu).



3.9.attēls. Respondentu vērtējums par atbalstu adaptācijas procesā

Vērtējot aptaujas laikā sniegto informāciju, 3.9.attēlā redzams, ka ne pētījuma sākumā, ne pētījuma beigās neviens no vecākiem nenorādīja, ka nepiekrīt minētajam apgalvojumam, kas norāda uz to, ka neviens no vecākiem nejūtas neuzklauts vai neatbalstīts adaptācijas procesā. „Drīzāk nepiekrīt” pētījuma sākumā veiktajā aptaujā norādījuši 2 vecāki, taču pētījuma beigās neviens no vecākiem šādu atzīmi neizdarīja. Gan pētījuma sākumā, gan pētījuma beigās veiktajās aptaujās 4 vecāki norādījuši, ka daļēji piekrīt minētajam apgalvojumam. 5 vecāki pētījuma sākumā jūtas uzklauti, un atbalstīti adaptācijas procesā, norādot, ka apgalvojumam drīzāk piekrīt, taču pētījuma beigās šādu vērtējumu sniedz 3 vecāki. 3.9.attēlā redzams, ka pētījumā sākumā apgalvojumam piekrita 2 vecāki, taču pētījuma beigās attiecīgais novērtējums palielinājās līdz 6 vecākiem, kas nozīmē, ka lielākā daļa vecāku pētāmajā grupā jūtas uzklauti un atbalstīti adaptācijas procesā, tādējādi iespējams secināt, ka adaptācijas plāna aprobēšana pētāmajā grupā uzskatāma par veiksmīgi īstenotu.

Pirmsskolas mērķis adaptācijas procesā ir radīt labvēlīgu vidi bērnam, veicināt sadarbību ar vecākiem un nodrošināt kvalitatīvu pirmsskolas izglītības procesu bērnam, kurā tiek iesaistīts arī vecāks un bērna ģimeni, tādējādi svarīgi uzsvērt, ka tāpat, kā vecāku ietekmei un atbalstam ir būtiska loma bērna personīgajā un izglītības attīstībā, tāpat būtiska loma ir arī pirmsskolas ietekmei. Tādējādi, pamatojoties uz šo principu vecākiem aptaujas laikā tika lūgts novērtēt sekojošu apgalvojumu – vecāku, kā arī pirmsskolas ietekmei un atbalstam var būt būtiska loma bērna personīgajā un izglītības attīstībā (skatīt 3.10.attēlu).



3.10.attēls. Respondentu vērtējums par atbalsta būtiskumu bērna personīgajā un izglītības attīstībā

3.10.attēlā redzams, ka pētījuma sākumā divi vecāki norādījuši, ka nepiekrīt minētajam apgalvojumam, kas liecina, ka vecākiem, iespējams, ir cits viedoklis par to, kas ietekmē bērna personīgo un izglītības attīstību, tāpat pētījumā sākumā viens vecāks norādījis, ka drīzāk nepiekrīt apgalvojumam, taču pētījuma beigās neviens no vecākiem nenorādīja iepriekšminētos novērtējumus. Pētījuma sākumā daļēji piekrita 2 vecāki, savukārt, pētījuma beigās 3. Nemainīgs vecāku skaits, kas ir 4 novērtējuši minēto apgalvojumu ar „drīzāk piekrīt” gan pētījuma sākumā, gan pētījuma beigās. Taču tāpat, kā citos iepriekš aplūkotajos apgalvojumos pēc adaptācijas procesa, kurā tika vērsta uzmanība uz sadarbības veicināšanu ar vecākiem arī šajā gadījumā pētījuma beigās vairāk vecāku norādījuši, ka piekrīt apgalvojumam, attiecīgi, ka ja pētījuma sākumā tie bija 4, tad pētījuma beigās tie bija 6

vecāki, kas liecina uz veiksmīgu sadarbības un komunikācijas nodrošināšanu starp pirmsskolu un vecākiem.

Kopumā iespējams secināt, ka pētījuma laikā, tika sasniegts pētījuma mērķis, un tika izmēģinātas sadarbību ar vecākiem veicinošas aktivitātes, lai pētījuma ietvaros veicinātu sadarbību ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā. Aprobējot adaptācijas plānu pētāmajā grupā tika veicināta sadarbība ar vecākiem, tiem radot gan precīzāku priekšstatu par to, kas notiek pirmsskolā, kad vecāks tur atstāj savu bērnu, gan arī par to, kāda tad ir vecāka loma un cik tā būtiska bērna attīstībā kopumā. Pētījuma laikā tika izmantotas dažādas sadarbību veicinošas aktivitātes, kas pamatojoties uz pētījuma laikā veikto aptauju rezultātiem radīja sadarbības veicināšanas priekšnoteikumus, lai gan aptaujas laikā tika noskaidrots, ka atsevišķās reizēs vecākiem tomēr paliek neskaidri jautājumi, vai vecāks tomēr nav juties pietiekami iesaistīts, uzklausīts, vai kā citādi vecāka viedoklis nav respektēts, tie ir atsevišķi gadījumi, kuros vecāki ir aicināti uz individuālu tikšanos ar pirmsskolas personālu.

Secinājumi

1. Vecāku un pirmsskolas sadarbība dod daudz priekšrocību gan bērniem, gan vecākiem, gan izglītības iestādei. Vecāku un pirmsskolas izglītības iestādes sadarbība palīdzēs nodrošināt, ka bērniem saņem kvalitatīvu izglītību, kas atbilst viņu attīstības vajadzībām. Sadarbība ļauj vecākiem un izglītības speciālistiem sekot bērna attīstībai un progresam. Kopīgas pārrunas un novērtējumi ļauj identificēt jebkādas attīstības jomas, kurās bērns varētu vajadzēt papildu atbalstu vai resursus.
2. Vecāku loma un atbalsts ir nenovērtējami svarīgi bērnu veselīgai attīstībai un labklājībai. Neatkarīgi no bērna vecuma, vecākiem ir iespēja ietekmēt bērnu izaugsmi un attīstību daudzās jomās.
3. Adaptācija uz jauniem apstākļiem un vidi var radīt stresu un neizpratni bērniem, it īpaši tad, ja tie iegūst jaunas pieredzes, vai sāk apmeklēt pirmsskolu. Katrs bērns ir individuāls, un adaptācijas process var atšķirties no viena bērna uz otru. Tomēr ar piemērotu atbalstu un sapratni lielākā daļa bērnu veiksmīgi pārvar šo periodu un iekļaujas jaunajā vidē, iegūstot vērtīgas pieredzes un veicinot savu attīstību.
4. Pētījumā tika konstatēts, ka daļā vecāku vērojams satraukums un daļa to pārnes arī uz bērniem, kas ietekmē bērna adaptēšanos. Šāda vecāku reakcija ir saprotama, un daži vecāki var izjust satraukumu un stresu saistībā ar bērna adaptācijas procesu, taču šis satraukums var ietekmēt arī bērna emocionālo stāvokli un adaptāciju. Bērni bieži uztver savu vecāku emocionālo stāvokli un reakcijas kā norādi par to, kā jāuzvedas jaunajā situācijā. Daļa vecāku pilnībā uzticas pirmsskolas profesionālajam redzējumam un ļauj procesam, ņemot vērā pirmsskolas ieteikumus adaptācijas procesam.
5. Pētījuma laikā tika sasniegts pētījuma mērķis, un tika izmēģinātas sadarbību ar vecākiem veicinošas aktivitātes, lai pētījuma ietvaros veicinātu sadarbību ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā. Aprobējot adaptācijas plānu pētāmajā grupā tika veicināta sadarbība ar vecākiem, tiem radot gan precīzāku priekšstatu par to, kas notiek pirmsskolā, kad vecāks tur atstāj savu bērnu, gan arī par to, kāda tad ir vecāka loma un cik tā būtiska bērna attīstībā kopumā. Svarīgi ir pielāgot pirmsskolas pieeju vecāku vajadzībām un interesēm, lai uzturētu atvērtu divvirzienu komunikāciju. Sadarbība ar vecākiem var būt ļoti ieguldījums, lai veiksmīgi īstenotu izglītības procesu un atbalstītu bērnu attīstību.

Priekšlikumi

1. Lai veicinātu efektīvu sadarbību un komunikāciju pirmsskolas kontekstā, ir svarīgi, lai gan vecāki, gan izglītības iestādes būtu atvērti dialogam, uzklausītu viens otru un strādātu kopā, lai veicinātu bērna labklājību un attīstību. Šāda sadarbība dos labumu bērniem, un veicinās veiksmīgu adaptāciju un izaugsmi pirmsskolas izglītības vides.
2. Vecākiem jāpalīdz bērnam attīstīt sociālās un emocionālās prasmes, piedaloties kopējās aktivitātēs, rādot piemēru attiecībā uz komunikāciju un emociju izpausmēm, tāpat bērniem ir nepieciešams emocionāls atbalsts no vecāku puses, kas palīdz izveidot emocionālo drošību un pašāvērtību uz sevi, kas īpaši būtiski ir adaptācijas procesā.
3. Pieaugušajiem ir jāizturas pret bērnu emocionālajām reakcijām ar sapratni un pacietību. Adaptācijas periods var izraisīt bērnu izteiktas emocijas, un svarīgi ir rūpēties par to, lai bērns saņemtu nepieciešamo atbalstu. Būtiski, ka adaptācijas procesā ievēro „mazu soļu ” principu, kas bērniem var palīdzēt, ļaujot viņiem pielāgoties jaunajiem apstākļiem soli pa solim un sniedzot iespēju iegūt jaunas pieredzes pakāpeniski.
4. Pirmsskolas izglītības iestādei ir vecākiem jānodrošina emocionāls atbalsts. Ar vecākiem ir jāizmanto atklātas un patiesas sarunas, lai uzklausītu vecāka bailes un risinātu vecāku neskaidros jautājumus. Ja vecākiem saglabājas nopietns satraukums par bērna adaptāciju, viņi var konsultēties ar izglītības speciālistiem vai psihologiem, lai saņemtu papildu atbalstu un padomu.

5. Pirmsskolas izglītības iestāde var veicināt sadarbību ar vecākiem caur - individuālu tikšanos, lai apspriestu konkrētus jautājumus vai rūpīgi izpētītu bērnu attīstības vajadzības. Šādas tikšanās var būt iespēja veidot uzticības attiecības un izvērst izglītības stratēģijas. Regulāru dalīšanos ar svarīgu informāciju par notikumiem un visu, kas ir saistīts ar izglītības iestādi, tas var darboties kā savstarpēja atbalsta rīks un veicināt komunikāciju starp izglītības iestādi un vecākiem, tāpat iespējams nodrošināt vecākus ar izglītojošiem materiāliem un resursiem, kas var palīdzēt viņiem atbalstīt bērnu mājās. Piemēram, sniedziet ieteikumus par lasīšanu mājās, matemātikas spēlēm vai radošajām aktivitātēm. Pirmsskolas izglītības iestādei jārīko pasākumi, lai iepazīstinātu vecākus ar izglītības iestādi un pedagoģisko darbu.

Literatūras un avotu saraksts

1. Angullie Sh., (2021). *The Importance of Communication with Parents*. Pieejams: <https://www.linkedin.com/pulse/importance-communication-parents-shahidah-angullia>
2. Anand RK, (2015). *How Parents Influence Emotional Development in Children* Pieejams: <https://theswaddle.com/parents-affect-childrens-emotional-health/>
3. Ancāne G., Ancāns A., Miksons A., Remese I., (2014). *Ieteikumi izglītības iestāžu psihologiem un pedagogiem darba ar skolēniem, kuriem ir uzvedības un emocionāli traucējumi skolas vidē*. Slimības profilakses un kontroles centrs, 32.lpp.
4. Anspoka Z., Černova E., Lanka A., (2016). *Metodiskie ieteikumi pirmsskolas mācību programmu īstenošanai*. Valsts izglītības un saturs centrs, 75.lpp.
5. Azami M., (2021). *What is the Best Definition of Communication?* Pieejams: <https://www.linkedin.com/pulse/what-best-definition-communication-milad-azami>
6. Bierman K., L., Mojdeh Motamedi M., (2015). *Social-Emotional Learning Programs for Preschool Children*. Pieejams: <https://bpb-us-e1.wpmucdn.com/sites.psu.edu/dist/c/29653/files/2015/08/bierman-preschool-inpress.pdf>
7. Burceva E., Davidova J., Kalniņa D., Lanka Ē., Mackēviča L., (2010). *Novitātes pedagogijā profesionālās izglītības skolotājiem*. Pieejams: <https://profizgl.lu.lv/mod/book/view.php?id=12113&chapterid=3592>
8. Bucheer S., (2021). *Why Parent-Teacher Communication is So Important*. Pieejams: <https://myspringring.com/blog/why-parent-teacher-communication-is-so-important>
9. Borena A., (2023). *Kognitīvā attīstība: sarežģīts process*. Pieejams: <https://blog.cognifit.com/lv/kognit%C4%ABv%C4%81-att%C4%ABst%C4%ABba/>
10. Byrd F., (2022). *Preschooler Emotional Development*. Pieejams: <https://www.webmd.com/parenting/preschooler-emotional-development>
11. Centrs „Dardedze” (2021). *Ārā no ekrāniem, kopā pa istam*. Pieejams: <https://centrsdardedze.lv/kampanas/ara-no-ekraniem-kopa-pa-istam/>
12. DiProperzio L., (2022) *What Toddler Social Development Looks Like: Ages 1 and 4*. Pieejams: <https://www.parents.com/toddlers-preschoolers/development/social/social-development-milestones-ages-1-to-4/>

13. Erbay F., Saltah N., (2020). *Do the school adaptation levels of preschoolers vary according to their relationship with their teachers?* Pieejams: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1274677.pdf>
14. Frankel, L. A., Hughes, S. O., O'Connor, T. M., Power, T. G., Fisher, J. O., & Hazen, N. L. (2012). *Parental Influences on Children's Self-Regulation of Energy Intake: Insights from Developmental Literature on Emotion Regulation.* Pieejams: <https://doi.org/10.1155/2012/327259>
15. Hawi, N. S., Rupert, M. S. (2015). *Impact of e-Discipline on children's screen time. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking.* 18(6), 337-342.
16. Izglītības kvalitātes valsts dienests (2021). *Skolas un vecāku sadarbība.* Pieejams: https://www.ikvd.gov.lv/lv/jaunums/skolas-un-vecaku-sadarbiba?utm_source=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F
17. Izglītības un iniciatīvu centrs (2018). *Mazu bērnu sociāli emocionālā labsajūta izglītības iestādēs.* Pieejams: <https://icdi.nl/media/uploads/downloads/latvia-seed-summary-lv.pdf>
18. Izglītības un zinātnes ministrija (2020). *Pirmsskolas izglītība.* Pieejams: <https://www.izm.gov.lv/lv/pirmsskolas-izglitiba>
19. Kalniņa V., (2020). *Veiksmīga adaptācija bērnudārzam.* Pieejams: <https://www.izaugtmilestiba.lv/post/adaptacija>
20. Kalniņa, V. (2015). *Bērnudārzā izdzīvot vai veselīgi attīstīties?* Pieejams: <https://lina.lv/bernu-darza-izdzivot-vai-veseligi-attistities/>
21. Kaya ÖS., Akgün E. (2016). *The study of school adjustment of preschool children in the point of some variables.*
22. Koh B., (2023). *The Importance of Parent Involvement in Early Childhood Education.* Pieejams: <https://littlevoices.littlelives.com/the-importance-of-parent-involvement-in-early-childhood-education>
23. Kraukle S., (2013). *Vecāku skola - par labiem vecākiem nepiedzimst, par tādiem kļūst!* Pieejams: https://iic.lv/wp-content/uploads/2018/03/Raksts_Vec%C4%81ku-skola_2013.pdf
24. Kudreņicka L., (2020). *Sadarbība ar vecākiem.* Pieejams: https://www.metodiskiedargumi.lv/material/202003261419_Sadarbiba_ar_vecakiem.pdf
25. Scherer L., (2022). *School Adaptation: How to Prepare Kids and Parents.* Pieejams: <https://truthandtales.app/en/school-adaptation-how-to-prepare-kids-and-parents/>

26. Solvita Ķerve S., Gintere S., Mitenberga S., (2021). *Zīdaiņu un pirmsskolas vecuma bērnu fizisko aktivitāšu veicināšana, tai skaitā bērnu attīstībai atbilstoša aprūpe (handlings), kustību attīstība, aktīvās rotaļas.* Pieejams: https://www.talakizglitiba.lv/sites/default/files/2021-05/MetodiskaisMaterials_4.dala_264_prec.pdf
27. Stikāne E., (2021). *1,5-3 gadus vecu bērnu ekrānierīču lietošanas paradumu saistība ar temperamentu, uzvedības problēmām, māšu audzināšanas pieeju, māšu ekrānierīču lietošanas paradumiem un attieksmi pret bērnu ekrānierīču lietošanu.* Maģistra darbs. 8.lpp.
28. Swider-Cios, E., Vermeij, A., Sitskoorn, M., (2023). *Young children and screen-based media: The impact on cognitive and socioemotional development and the importance of parental mediation.* Pieejams: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0885201423000242>
29. Landry S. (2008). *The role of parents in early childhood learning.* Pieejams: <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=a38f20b9f6a95b68f252ba6be244134073625229>
30. Laganovskis G., (2022). *Vecāku līdzdalība izglītības procesā.* Pieejams: <https://lvportals.lv/e-konsultacijas/26614-vecaku-lidzdaliba-izglitibas-procesa-2022>
31. Latvijas SOS Bērnu ciematu asociācija, (2012). *Pozitīvas vecāku un bērnu attiecības.* Pieejams: <https://www.sosbernuciemati.lv/storage/8cea8bc69c69f712cf3b26457086465fd892f7ba.pdf>
32. Malik F., Marwaha R., (2018). *Developmental Stages of Social Emotional Development In Children.* Pieejams: <https://europepmc.org/article/nbk/nbk534819>
33. Margeviča-Grinberga, I., Šūmane I., (2020). *Mūsdienīga mācību vide skolēnu aktīvai iesaistīšanai mācību procesā.* Latvijas Universitāte, 12.lpp.
34. Morrison G. S. (2015). *Early Childhood Education Today.* – Essex: Pearson Education Limited, 601 lpp., Pieejams: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=15&sid=dca76255-5abd-4f00-92a2-f86bf3fda804%40sessionmgr4008>
35. Ņikišins J., (2022). *Kvantitatīvās metodes socioloģijā.* Pieejams: <https://enciklopedija.lv/skirklis/2250>
36. Ozols R., (2019). *Rekomendācijas sadarbībai audzināšanas jomā.* Pieejams: http://www.pumpurs.lv/sites/default/files/201912/04_PuMPuRS_infomaterials_Sadarbiba_audzinasanas_joma.pdf

37. Petani R., Barišić N., (2021). *Cooperation of parents and preschool institutions in preparing children for school*. University of Zadar. EDULEARN21 Conference. 2954.lpp.
38. Putniņa K., (2021). "Izglītības iestādes un ģimenes pozitīva sadarbība" Pieejams: <https://www.visc.gov.lv/lv/media/15531/download>
39. Rolanda L., Braunberga A., (2020). *Bērnu mācīšanās redzama vecākiem*. Pieejams: <https://skola2030.lv/lv/jaunumi/blogs/bernu-macisanas-redzama-vecakiem>
40. Ročāne, M., (2019). *Skolēnu pašvadītas mācīšanās veicināšana debašu procesā*. Promocijas darbs. Liepājas Universitāte, 133.lpp.
41. Rukmane A., (2017). *Adaptācija pirmsskolas izglītības iestādē*. Pieejams: <https://marzemite.lv/sakums/jaunumi/item/4-lorem-ipsum-dolor-sit-amet-consectetur-adipiscing>
42. Privātā pirmsskolas izglītības iestāde „Laumiņas rezidence” (2022). *Padomi bērnudārza gaitu uzsākšanai*. Pieejams: <https://lauminasrezidence.lv/padomi-bernudarza-gaitu-uzsaksanai/>
43. *Sadarbība* (2023). Pieejams: <https://tezaurs.lv/sadarb%C4%ABba:1>
44. Špona A., (2005). *Audzināšanas process teorijā un praksē*, otrs papildinātais izdevums. Rīga: Raka, 211.lpp.
45. Tomsone L., (2017). *Bērnu folkloras izmantošanas iespējas jaunākā pirmsskolas vecuma bērnu labizjūtas sekmēšanai*. Bakalaura darbs. 11.lpp.
46. Valsts izglītības un informācijas sistēma (2023). *Pirmsskolas izglītības iestāžu skaits*. Pieejams: <https://www.viis.gov.lv/dati/pirmsskolas-izglitibas-iestazu-skaitis-0>
47. Vispārējās izglītības likums. Latvijas Vēstnesis, 213/215, 30.06.1999.; Latvijas Republikas Saeimas un Ministru Kabineta Ziņotājs, 14, 22.07.1999. Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/20243-visparejas-izglitibas-likums>
48. Valsts izglītības un saturs centrs (2018). *Vecākiem Informatīvs materiāls par bērna attīstību*. Pieejams: https://registri.visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/metmat/inf_mat_vecakiem.pdf
49. Woźniak G., (2019). *Everybody ready? Three steps to successful adaptation to the nursery* Pieejams: <http://earlyyearsblog.eu/everybody-ready-three-steps-to-successful-adaptation-to-the-nursery/>

Pielikumi

Aptaujas paraugs

Labdien, vecāki! Esmu Madara Rozmisa, Latvijas Universitātes 4. kursa studente, bakalaura darba ietvaros veicu pētījumu, lai noskaidrotu sadarbības veicināšanas iespējas ar vecākiem adaptācijas procesā jaunākajā vecumā grupā pirmsskolā. Man ir svarīgs Jūsu viedoklis par Jūsu bērna adaptācijas procesu, tāpēc lūdzu, izlasiet apgalvojumus un apvelciet, Jūsprāt, atbilstošāko apgalvojuma novērtējumu. Aptaujas rezultāti ir anonīmi un tiks izmantoti apkopotā veidā.

1. Jums skaidra iestādes darba kārtību

1	2	3	4	5
Nepiekrītu	Drīzāk nepiekrītu	Daļēji piekrītu	Drīzāk piekrītu	Piekrītu

2. Jums ir zināms, kā plānots adaptācijas process

1	2	3	4	5
Nepiekrītu	Drīzāk nepiekrītu	Daļēji piekrītu	Drīzāk piekrītu	Piekrītu

3. Iestādes redzējums par adaptācijas procesu un tā norisi sakrīt ar Jūsu redzējumu par to

1	2	3	4	5
Nepiekrītu	Drīzāk nepiekrītu	Daļēji piekrītu	Drīzāk piekrītu	Piekrītu

4. Tika uzklaustītas Jūsu vēlmes, lai organizētu bērnam visatbilstošāko adaptācijas procesu

1	2	3	4	5
Nepiekrītu	Drīzāk nepiekrītu	Daļēji piekrītu	Drīzāk piekrītu	Piekrītu

5. Jūsu bērna pirmsskolas apmeklējums ir regulārs

1	2	3	4	5
Nepiekrītu	Drīzāk nepiekrītu	Daļēji piekrītu	Drīzāk piekrītu	Piekrītu

6. Jūs izjūtat satraukumu, trauksmi, bailes vai kādas citas negatīva rakstura emocijas saistībā ar bērna atrašanos pirmsskolā

1 2 3 4 5
Nepiekrītu Drīzāk nepiekrītu Daļēji piekrītu Drīzāk piekrītu Piekrītu

7. Jūs jūtaties droši un ar prieku vediet bērnu uz pirmsskolu

1 2 3 4 5
Nepiekrītu Drīzāk nepiekrītu Daļēji piekrītu Drīzāk piekrītu Piekrītu

8. Bērns izrāda nepatika pret pirmsskolu, ir bailīgs, atsakās doties

1 2 3 4 5
Nepiekrītu Drīzāk nepiekrītu Daļēji piekrītu Drīzāk piekrītu Piekrītu

9. Komunikācijas ar pirmsskolas personālu ir pozitīvs, un tas palīdz adaptācijas procesā

1 2 3 4 5
Nepiekrītu Drīzāk nepiekrītu Daļēji piekrītu Drīzāk piekrītu Piekrītu

10. Jūs kā vecāks jūtaties uzklauts un atbalstīts adaptācijas procesā

1 2 3 4 5
Nepiekrītu Drīzāk nepiekrītu Daļēji piekrītu Drīzāk piekrītu Piekrītu

11. Vecāku, kā arī pirmsskolas ietekmei un atbalstam var būt būtiska loma bērna personīgajā un izglītības attīstībā

1 2 3 4 5
Nepiekrītu Drīzāk nepiekrītu Daļēji piekrītu Drīzāk piekrītu Piekrītu

Paldies par atsaucību!

Adaptācijas kartiņas paraugs

[Empty box for title]

Datums _____



DIENAS PANĀKUMS

DIENAS EMOCIJA

ATZĪME MIEDZIŅAM

1	2	3
4	5	6
7	8	9

APETĪTES LĪMENIS

★★★★★



AKTIVITĀTE DARBIŅOS

MĀJAS DARBIŅŠ



Dokumentārā lapa

Bakalaura darbs „SADARBĪBAS VEICINĀŠANA AR VECĀKIEM ADAPTĀCIJAS PROCESĀ JAUNĀKAJĀ VECUMĀ GRUPĀ PIRMSSKOLĀ” izstrādāts Latvijas Universitātes Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultātē.

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

Madara Rozmisa

Autors: _____

(vārds, uzvārds)

Rekomendēju darbu aizstāvēšanai

Mg.paed., Pg.phil., Ērika Lanka

Darba zinātniskais vadītājs/a: _____

(zinātniskais grāds, vārds, uzvārds)

2023. gada rudens semestris

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