

LATVIJAS UNIVERSITĀTE
PEDAGOĢIJAS, PSIHOLOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE
SKOLOTĀJU IZGLĪTĪBAS NODAĻA
PROFESIONĀLĀ BAKALaura STUDIJU PROGRAMMA
PIRMSSKOLAS UN SĀKUMSKOLAS SKOLOTĀJS

LAURA VĒZE

**JAUNĀKĀ PIRMSSKOLAS VECUMA BĒRNU DROŠĪBAS IZJŪTAS
ATTĪSTĪBA SEKMĪGAI ADAPTĀCIJAI PIRMSSKOLAS IZGLĪTĪBAS
IESTĀDĒ**

Bakalaura darbs

Darba autore: **Laura Vēze** _____

Studenta apliecības Nr.: lv17023

Darba vadītāja: profesore, Dr. paed. Ilze Miķelsone _____

KULDĪGA 2021

Anotācija

Bakalaura darba autors: Laura Vēze

Darba vadītājs: profesore, Dr. paed. Ilze Miķelsone

Bakalaura darba temats: Jaunākā pirmsskolas vecuma bērnu drošības izjūtas attīstība sekmīgai adaptācijai pirmsskolas izglītības iestādē

Pētījuma mērķis

Izzināt bērnu drošības izjūtas attīstību pirmsskolas izglītības iestādē sekmīgam adaptācijas procesam pirmsskolas izglītības 1.posmā

Datu ieguves metodes

1. Teorētiskās literatūras analīze
2. Novērošana

Datu apstrādes metodes

1. Datu statistiskā un matemātiskā analīze
2. Kontentanalīze

Pētījuma bāze

Ventspils pirmsskolas izglītības iestādē A, seši bērni 2 – 3 gadu vecumā, kuri tikko uzsākuši pirmsskolas gaitas.

Teorētiskās literatūras analīzē apkopota informācija par dažādu autoru skatījumu (Dž. Boulbijs, S. Gailuma, I. Puškarevs, u.c.), kas ir emocionālā drošības izjūta, adaptācijas pakāpju iedalījums, kā arī raksturīgākais konkrētajam vecumposmam.

Pētījuma praktiskajā daļā autore secina, ka svarīga loma ir skolotājam, kuram jāpielāgojas katra bērna individuālajām vajadzībām, lai sekmētu bērna drošības izjūtu. To var panākt sadarbojoties ar vecākiem, iepazīstot ģimenes paradumus, kā arī vecākiem turpinot pirmsskolas režīmu mājās, lai neradītu bērnam trauksmi par izmainīto režīmu. Skolotājam darbā ar bērnu izmantot viņam interesējošas un pazīstamas lietas, priekšmetus, ļaujot darboties savā tempā.

Bakalaura darba apjoms: 49 lpp, 15 attēli, 16 tabulas, 2 pielikumi un 40 literatūras avoti

Atslēgas vārdi: drošības izjūta, sadarbība, vecāki, individuāla pieeja, adaptācija

Abstract

Author of the Bachelor's thesis: Laura Vēze

Supervisor: professor, Dr. paed. Ilze Miķelsone

Title of the Bachelor's thesis: Development of The Sense of Security of Toddler's for Successful Adaptation in a Preschool Educational Institution.

Goal of the research

To explore the development of the sense of security of toddlers in preschool educational institution during adaptation process in preschool education first phase to facilitate successful adaptation

Methods of data acquisition

1. Literature analysis
2. Observation

Methods of data analysis

1. Mathematical analysis and derivation of statistics
2. Content analysis

Research basis

Ventspils preschool educational institution "A", six children aged 2 to 3 just started attending preschool.

Theoretical literature analysis summarises the views of different authors (Dž. Boulbijs, S. Gailuma, I. Puškarevs, etc.) about the sense of security, levels of adaptation and specifics of children at given age.

During research the author concludes that the teacher must adjust to the individual needs of every child to facilitate their sense of security. This can be attained by cooperating with children's parents, getting to know the habits in the family, and by parents continuing elements of the preschool regime at home to avoid child's anxiety due to regime change. Teacher should incorporate items and topics that's well-known and are of interest to the child and allowing child to work at his own pace.

The volume of the thesis: 49 pages, 15 figures, 16 tables, 2 appendices and 40 cited sources

Keywords: sense of security, cooperation, parents, individualised approach, adaptation

Saturs

Ievads.....	5
1. Drošības izjūtas bioloģiskais un sociālais pamatojums.....	7
1.1. Drošības izjūtas būtības skaidrojums medicīniskajā, pedagoģiskajā, psiholoģiskajā literatūrā.....	7
1.2. Adaptācijas būtības skaidrojums.....	10
1.3. Bērnu vajadzību apmierināšana drošības izjūtas attīstībai.....	13
1.4. Bērnu pedagoģiski psiholoģiskais raksturojums pirmsskolas izglītības 1. posmā.....	17
2. Bērnu drošības izjūtas attīstības izpēte sekmīgai adaptācijai pirmsskolas izglītības 1. posmā.....	23
2.1. Pētījuma organizācija un metožu raksturojums.....	23
2.2. Bērnu raksturojums un vērtēšanas kritēriju izstrāde.....	24
2.3. Novērojumi par bērnu drošības izjūtas līmeni adaptācijas sākumā.....	26
2.4. Pedagoģisko darbību īstenošana bērnu nedrošības mazināšanai adaptācijas periodā.....	34
2.5. Novērojumi par bērnu drošības izjūtas līmeni pētījuma perioda beigās.....	39
Secinājumi.....	47
Priekšlikumi vecākiem un pedagogiem.....	49
Izmantotā literatūra.....	50
Pielikumi.....	53

Ievads

Mūsdienās Pirmsskolas izglītības iestādes (turpmāk PII) vairs nav tikai iestādes, kurās pieskata bērnus, kamēr vecāki strādā, tās ir kļuvušas par pilntiesīgām izglītības iestādēm, tādēļ ar vien vairāk vecāku izvēlas savas atvases skolot un socializēt no mazbērna vecuma. Šajā vecumā bērns it visā gūst pirmo pieredzi, tādēļ viņam īpaši jāpalīdz adaptēties vidē, kur viņš no savas drošās, zināmās vides nonāk nezināmā vidē ar vēl nepazīstamiem pieaugušajiem.

Mīlestībai un satīcībai ģimenē ir liela nozīme, lai bērns justos droši. Uzvedības izmaiņas bērņā ir pirmais signāls, ka viņš jūtas par kaut ko nedrošs. Bērnam nav drošības izjūtas, ja ģimenē valda nesaskaņas, bērnam liekas, ka blakus nav neviena, kas spētu par viņu parūpēties, ja nemitīgi tiek iejaukts vecāku strīdos. Tāpat arī liela nozīme ir kārtībai mājās. Gan jāievēro dienas rīts atbilstoši bērna fizioloģiskajām un emocionālajām vajadzībām, kā arī vidē, kurā uzturas bērns, ir jābūt zināmai kārtībai, lai konkrētas bērna interesējošas lietas būtu savās vietās, lai bērns zinātu, kur tās atrodas un pats, bez nemitīgas vecāku palīdzības lūgšanas, varētu ar tām brīvi darboties (Vahere, 2007).

Lai bērņā radītu drošumu, bērns ir jāmierina, ja viņš jūtas slikti vai viņam kas sāp, gan emocionāli, gan fiziski. Tas ir pats galvenais nosacījums, jo, saņemot mierinājumu, bērns mācās nākotnē sevi savaldīt, pastāvēt par sevi un nomierināt, kā arī izjūt piederības izjūtu Svarīgi, lai ģimenē būtu ritms un harmonija, lai neradītu bērņā haosa izjūtu. Labi, ja ģimene veido un ievēro tradīcijas, kas rada kopības un dzīves prognozējamības sajūtu bērņos. Vecākiem jābūt godīgiem un atvērtiem pret saviem bērņiem, lai bērņi uzticētos saviem vecākiem, jāpaskaidro bērņam kāpēc dodas prom un kad būs atpakaļ. Atstājot bērņus citā vidē – pirmsskolas izglītības iestādē, pie aukles, utt., pārvarēt saspringumu un nedrošību var kāda lieta no mājām, kas bērņam saistās ar vecāku un rada drošību (Jozauska, 2012).

Kā bērna vajadzību apmierināšanas sekmētāju drošības izjūtā svarīga loma ir rotaļlietām, īpaši, ja bērns ir sācis apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi (PII) un vēl nedroši sper pirmos soļus jaunajā vidē. Būtībā šī ir vajadzība pēc stabilitātes, pārliecība, ka svarīgas lietas rīt paliks tādas pašas kā šodien, ja tas netiek ievērots, bērns jūtas nedrošs, ir ilgstošākas problēmas adaptēties jaunajā vidē. Lai risinātu un atvieglotu šo situāciju, ir ieteikumi grupā līdzīgi ņemt savu mīļāko rotaļlietu no mājām, kuru bērns var droši turēt rokās visu dienu, ko pavada PII, vai skolotājam iesākumā piedāvāt individuālas nodarbes, lai bērns uzreiz nenobīstas no apkārtējiem bērņiem, piedāvāt vecāku gatavotas rotaļlietas, kas bērņam radīs citu asociāciju un varbūt, pat atpazīstot konkrētus gatavojumus, bērns spēš nedaudz atbrīvoties. Kā arī rotaļas ar smiltīm spēš bērņus atbrīvot un nomierināt. Ikdienā grupā rotaļlietu izvietojumam ir jābūt tādam, lai bērns spētu tām piekļūt ērti un jebkurā laikā (Dzintere un Stangaine, 2007).

Pētījuma objekts

Bērnu drošības izjūtas attīstība

Pētījuma priekšmets

Adaptācijas process pirmsskolas izglītības iestādē

Pētījuma mērķis

Izzināt bērnu drošības izjūtas attīstību pirmsskolas izglītības iestādē sekmīgam adaptācijas procesam pirmsskolas izglītības 1.posmā

Pētījuma jautājums

Kādi nosacījumi adaptācijas periodā pirmsskolas izglītības 1. posmā sekmē bērnu drošības izjūtu?

Pētījuma uzdevumi

1. Izzināt dažādu autoru atziņas par bioloģisko, sociālo pamatu drošības izjūtas attīstībā
2. Raksturot bērnu attīstību veseluma skatījumā pirmsskolas izglītības 1. posmā
3. Analizēt nosacījumus bērnu drošības vajadzību apmierināšanai adaptācijas procesā
4. Veikt pedagoģisko pētījumu par bērnu drošības izjūtu adaptācijas procesā pirmsskolas izglītības 1. posmā

Datu ieguves metodes

1. Teorētiskās literatūras analīze
2. Novērošana

Datu apstrādes metodes

1. Datu statistiskā un matemātiskā analīze
2. Kontentanalīze

Pētījuma bāze

Ventspils A pirmsskolas izglītības iestādē, seši bērni 2 – 3 gadu vecumā, kuri tikko uzsākuši pirmsskolas gaitas un viņu vecāki.

1. Drošības izjūtas bioloģiskais un sociālais pamatojums

1.1. Drošības izjūtas būtības skaidrojums medicīniskajā, pedagogiskajā, psiholoģiskajā literatūrā

Droša piesaiste ir pirmais ķieģelis bērna personībā, kas izšķirs, kāds būs bērns nākotnē. Bērnam ar drošu piesaisti nākotnē nebūs bail nokļūt sarežģītās situācijās. Šāds bērns nākotnē pratīs tikt galā ar spriedzi, emocijām. Lai vecāki veidotu drošu piesaisti ar bērnu, ikdienā jāievēro daži principi: jāmierina bērns, ja kas ar viņu atgadījies; jābūt atsaucīgiem un jāvelta nedalīta uzmanība; jāveicina bērna uzticēšanos apkārtējai pasaulei; jāievēro ģimenes tradīcijas (Damškalne, 2010).

Dž. Boulbijs (1998) ir izpētījis un apkopojis trīs pieķeršanās modeļus, kas ir visraksturīgākie bērniem līdz trīs gadu vecumam. Viens modelis norāda uz to, ka bērnam ir iespēja izaugt par pilnvērtīgu cilvēku, bet pārējie divi – uz iespējamiem attīstības traucējumiem. Par to, kādas iezīmes būs bērna tālākajā nākotnē ir atbildīgi paši vecāki.

Pirmais attīstības modelis ir drošās pieķeršanās modelis, kas norāda un vesela cilvēka attīstību. Tas raksturo drošos bērnus, kas uzticas saviem vecākiem, zina, ka vecāki būs līdzās grūtā situācijā un mierinās. Šī pārlicība liek bērnam skatīties uz pasauli savādāk, drošāk un nebaidīties no grūtībām. Šim modelim raksturīgi, ka māte jau no bērna pirmajām dzīves dienām ir reaģējusi uz bērna dotajiem signāliem un ir bijusi līdzās un ar maigumu un pieskārieniem mierinājusi bērnu.

Otrais pieķeršanās modelis ir nemierpilna pretestība. Tā raksturīga bērniem, kuri nav droši par to, ka saņems atbalstu, mierinājumu no vecākiem un tādejādi arī baidās no plašās pasaules un jūtas tajā nedroši. Tas rodas, ja vecāki ne vienmēr dod bērnam nepieciešamo uzmanību un ir bērnam līdzās sāpju un nomāktības brīžos tikai dažreiz, kā arī, ja vecāks draud bērnu pamest brīžos, kad cenšas bērnu pierunāt uz kādu darbību.

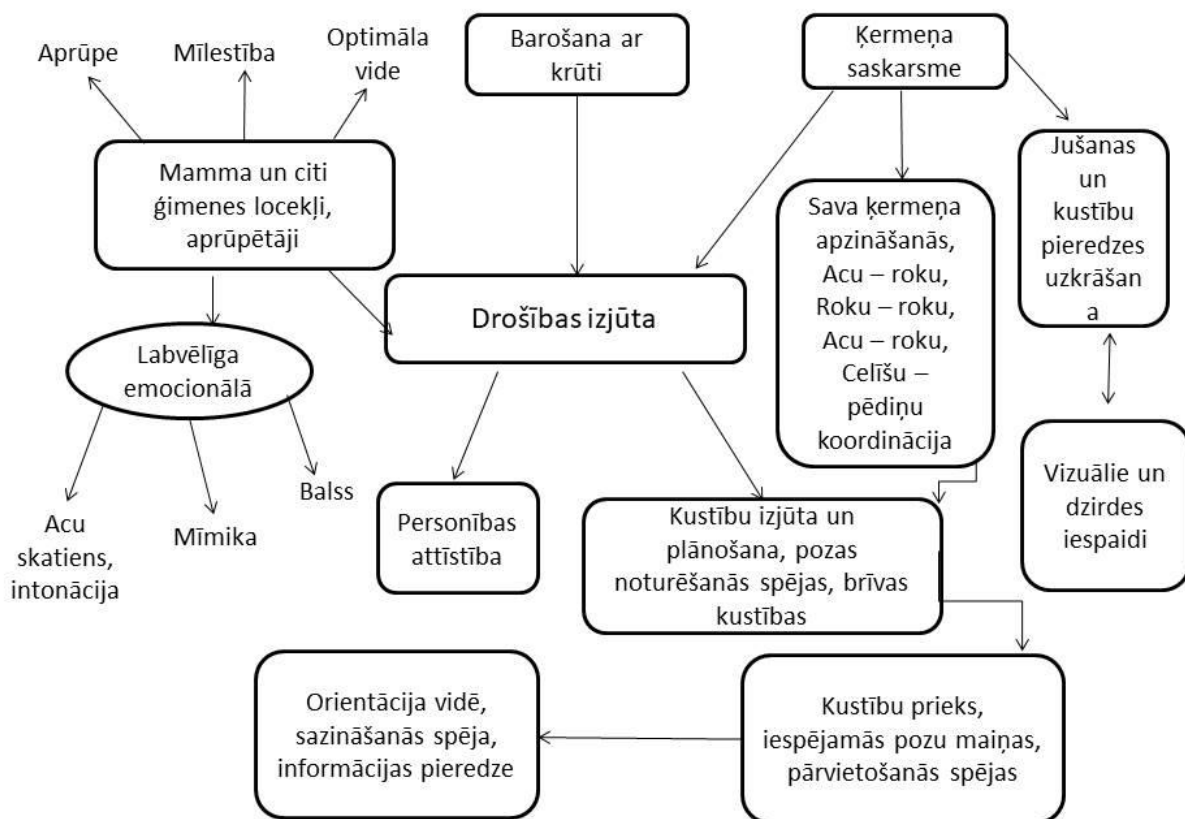
Trešais pieķeršanās modelis ir bailīga izvairība. Tā raksturīga bērniem, kurus bērnībā vecāki ir nolieguši, nolieguši bērna mīlestību un atraidījuši to, kā arī nav palīdzējuši bērnam grūtos brīžos nomierināties. Vecāki ir bērnu patstāvīgi atstājuši vienu pie kāda tuvinieka vai PII uz ilgu laiku. Pieaugot šāds cilvēks centīsies noliegt savu un citu mīlestību un izvairīsies no tās, jo baidīsies no atraidījuma. Pētījumos secināts, ka cilvēkiem ar šādu pieķeršanās modeli vēlāk dzīvē rodas dažādi personības traucējumi.

Māte ir pirmais drošības garants bērnam jau kopš dzimšanas, ar kuru bērnam ir neredzama saite. Māte ir tā, ko bērns ir sajutis un dzirdējis vēl attīstoties, tādēļ mātes balss un pieskārieni spēj bērnu visātrāk nomierināt. Caur māti bērns iepazīst sevi un pasauli. Bērns pirmo gadu, kā savu drošības salīņu saskata māti un tikai tad pārējos pieaugušos – tuviniekus.

Bērni ar tiešo piesaisti viegli veido kontaktu ar citiem cilvēkiem, ātri atrod sev draugus un ir komunikabli, šādiem bērniem piemīt empātiskas spējas, spēj aizstāvēt sevi un attaisnot citus. Bērni ar nedrošo piesaisti ir izvairīgi no komunikācijas, šādiem bērniem ir grūti atrast draugus un noturēt draudzību, kā arī lūgt kāda cilvēka palīdzību. Bērniem, kuriem nav izveidojusies emocionālā saite ar māti, aukli, tuviniekiem, ir piesaistes traucējumi, kurus definē arī kā piesaistes patoloģiju. Pētījumi rāda, ka bērna smadzenes pirmajā savas dzīves gadā fiksē patoloģisko emocionalitāti un tā atsaucas atmiņā arī bērnam pieaugot. Bet bieži vien piesaistes traucējumus rada vecāki, kuriem pašiem bērnībā bijušas problēmas un, iespējams, bērnībā nav saņēmuši vecāku atbalstu vai ir cietuši no vecāku vardarbības un paši jūtas nedroši un bērna piedzimšana ir to visu atsaukusi atmiņā. Mātes, kas ir bērna gaidībās un piedzīvo piesaistes traucējumus, to nodod tālāk saviem bērniem, bērni piedzims satraukti, raudulīgi un jau baidoties no lielās pasaules (Dandzberga, 2015).

Autore piekrīt I. Taubes (2015) apgalvojumam, ka drošie bērni ir rezultāts vecāku attieksmei, bērnam tiek dota rīcības brīvība, vecāks bērnam uzticas. Drošie bērni droši darbojas ar dažādām lietām, komunicē ar citiem bērniem un rotaļājas, bet nedrošie bērni ir tramīgi, baidās pieskarties kādai rotaļlietai, vai to dara ļoti lēni. Nedrošie bērni baidās pazaudēt vecākus, tādēļ pārsvarā atrodas vecākiem blakus un neatiet ne soli un nevēlas neko darīt bez vecāku līdzdalības, tas viss ir rezultāts tam, ka vecāks bērnu neiedrošina un neatbalsta, savukārt R. Džeja (2010) skaidro, ka vecāku strīdi liek bērnam justies slikti, bet tas nenozīmē, ka tādu vecāku starpā vispār nedrīkst būt. Tas ir tikai normāli, ka šad tad pieaugušajiem ir domstarpības, bet tādas, kuras nav varmācīgas un agresīvas, bērnam ir tās jāredz, lai iemācītos nākotnē risināt konfliktsituācijas. Vecākiem jābūt vienprātīgiem audzināšanas jautājumos vai vismaz neizrādīt nepatiku bērna klātbūtnē, ja ir neapmierināts ar partnera lēmumu, šādus jautājumus vajadzētu apspriest bez bērna, lai neradītu sajūtu, ka kāds no vecākiem ir slikts un kāds pārāk.

Bērnam jau pirmajos dzīves gados drošības izjūtu veicina saskarsme caur aprūpi, mīlestību un nodrošinātu optimālo vidi ar ģimenes locekļiem un māmiņu, no kā mazulis gūst labvēlīgi emocionālās izjūtas, kas izpaužas bērna mīmikā, acu skatienā un balsī, veidojot kontaktu ar šiem tuvajiem cilvēkiem. Visdrošāk mazais jūtas pie mātes krūts. Kad māmiņa baro ar krūti, mazais jūt tuvību un emocijas, kas izstaro no māmiņas barošanas brīdī un sniedz sajūtu, ka māmiņa vienmēr būs blakus. Tikpat svarīga drošības izjūtai ir ķermeņa saskarsme, kas motivē mazuli apzināties savu ķermeni, sajūst un koordinēt, kas savukārt izraisa kustību prieku un apzināšanos, ka viņam ir sava veida spēja sazināties ar tuviniekiem un likt noprast viņa vēlmes (sk.1. attēlu).



1. attēls. Bērnu drošības izjūtas attīstības stimulēšana (Geske, 2005, 185)

Agrās bērnības vecumā bērns sāk apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi, lai bērns justos drošāk, mātei jāsiglabā dzirdes un redze kontakts, bet tā, lai neierobežotu bērna zinātkāri un ļautu viņam pašam darboties un izpētīt. Bērnam šajā vecumā galvenā darbība ir rotaļa, kurā viņš vēlas iesaistīt arī pieaugušo. Ja šajā vecumā bērns jūtas drošs un viņam tiek ļauts patstāvīgi darboties, netiek kritizēts un viņš spēj sevi kontrolēt un apzinās vidi ap sevi, priekšdienās šis bērns viegli pakļausies likumiem un tos nepārkāps tos, jo neuzskatīs, ka likumi ir kas uzspiests un viņam tie netraucēs. Bērnu tiesību aizsardzības inspekcija (2008) definē, ka laba māte ir „māte, kas ļauj bērnam darīt to, ko viņš spēj izdarīt un nedara to viņa vietā, un nenosoda par to, kas viņam neizdodas. Vecāku galvenais uzdevums, radīt drošu pamatu, lai bērns vai jauniešs varētu doties pasaulē un arī atgriezties droši zinot, ka viņu gaidīs, atbalstīs gan fiziski, gan emocionāli, mierinās, ja viņš būs satraukts, iedrošinās, ja viņš būs nobijies”.

Autore secina, ka sākot apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi bērni un vecāki saskaras ar adaptācijas periodu, kas ir katram bērnam individuālu laika posmu, ņemot vērā pieķeršanās modeļus. D. Dzintere un I. Stangaine, (2005) īpaši izpētījušas un raksturojušas katra pieķeršanās modeļa īpatnības adaptācijas periodā. **Drošas pieķeršanās** modeļa bērni adaptācijas laikā labprāt draudzējas, pielāgojas rotaļām, jo ir pārliecināti par saviem vecākiem,

ka vecāki vienmēr atgriezīsies un būs klāt, kad tas nepieciešams, bet **nemierpilnas pretestības** modeļa bērni cenšas sev pievērst uzmanību, bet ir bikli un pasīvi rotaļu laikā, jo baidās iepazīt pasauli, šādiem bērniem vienmēr blakus nepieciešams kāds pieaugušais, kam uzticēties. **Bailīgas izvairības** modeļa bērni rotaļu laikā cenšas sev pievērst uzmanību sociāli nepieņemamā formā – nodara pāri saviem vienaudžiem, ir agresīvi noskaņoti, tas tādēļ, ka šādi bērni netiecas pēc mīlestības un visu dzīvi uztvers, kā bailes. Šiem visiem pieķeršanās modeļiem ir liela nozīme, kādas attiecības veidos bērns pirmsskolas iestādē, vai tās būs labvēlīgas vai nē, jo kā zināms, tiem ir raksturīga noturība un pamats turpmākajai bērna dzīvei, bērna savstarpējām attiecībām.

1.2. Adaptācijas būtības skaidrojums

Bērnā uzsākot PII gaitas vismaz trīs vajadzību līmeņi tiek traucēti, piemēram, vajadzība pēc drošības, jo bērns neizprot, kas viņu sagaida, vai viņš tur jutīsies labi ar apkārtējiem. Tiek traucētas arī sociālās vajadzības, kas izpaužas neziņā vai viņam tur būs draugi, vai būs laba saskarsme ar skolotāju. Arī izziņas vajadzības – neziņa vai tur būs interesanti. Bet, galvenokārt, bērns izjūt vecāku attieksmi pret jaunajām pārmaiņām, ja vecāks izturēsies tramīgi no rīta atvadoties, arī bērnam būs izjūta, ka no kaut kā te jābaidās, svarīgi runāt ar bērnu, ka šī būs vieta, kur viņam būs jautri, būs jauni draugi un, ka viņš šeit ir gaidīts un, ka vakarā vecāki viņu sagaidīs un varēs pārrunāt un priecāties kopā par dienā paveikto. Vecāks var palīdzēt bērnam adaptācijas periodā, ja vecāki bērnu samīļo, iesaista bērnu pieaugušo darbībās, atbalsta radošo darbību un patiesi piedalās bērna dzīvē. Savukārt, skolotāja var palīdzēt vecākiem nedaudz atbrīvoties, iesaistot vecākus grupas ikdienas dzīvē, stāstot vecākiem par bērnu izaugsmi (Kājiņa, Aunīte, 2006).

Bērna adaptācijas progresu var iedalīt 3 līmeņos – viegla, vidēja un smaga. S. Gailuma (2002) ir apkopojusi R. Tonkovas – Jampoļskajas novērojumus par šiem adaptācijas līmeņiem, kā tie ietekmē bērna veselību un emocionālo stāvokli (sk. 1. tabulu).

1.tabula. Adaptācijas līmeņu iedalījums (Gailuma 2002, 87)

Adaptācijas līmenis	Adaptācijas līmeņa raksturojums
Viegla adaptācija	Norit no 10 – 20 dienām. Novērojams sociāli labvēlīgā ģimenē augušiem bērniem, kuri uzsākuši apmeklēt pirmsskolu pēc 1,5 gadu vecuma. Pirmo divu nedēļu garumā iespējams īslaicīgs negatīvs emocionāls posms, kurā novērojama runas aktivitātes samazināšanās, nenozīmīgi uzvedības un miega traucējumi, apetītes trūkums.
	Norit no 20 – 40 dienām. Novērojama gan labvēlīgās ģimenēs augušiem bērni pirmsskolas izglītības pirmajā posmā, gan

Vidēja adaptācija	bērniem no nelabvēlīgām ģimenēm, kurās pieļautas audzināšanas kļūdas un paviršības. Lēnās emocionālās nostiprināšanās dēļ, bērni bieži slimo. Slimošana noris bez komplikācijām un ilgst vidēji septiņas līdz desmit dienas. Īslaicīgi var būt svara zudums un valodas traucējumi. Uzvedība normalizējas mēneša laikā.
Smaga adaptācija	Norit līdz 60 dienām un vairāk. Bērns bieži slimo, kļūst emocionāli jūtīgs un nevēlas doties uz pirmsskolas izglītības iestādi, kas iespaido bērna veselību un attīstību. Reizēm vērojami stabili uzvedības traucējumi, kas dažkārt robežojas ar neirotisku stāvokli. Var būt palēlināts fiziskās attīstības temps, valodas un psihiskās attīstības aizture, nenotiek adaptācijas attīstība..

Autore piekrīt A. Bakisas (1999) ieteikumam, ka, lai vairotu bērna pašapziņu laikā, kad bērns apmeklē PII – nesteidzināt bērnu no rītiem, lai neradītu lieku stresu bērnam, kopā mierīgi sagatavoties dienas gaitām, tamdēļ vislabāk agrāk celties, lai būtu vairāk laika, ko pavadīt no rīta kopā. Nepieļaut konfliktu situācijas starp skolotāju un vecāku, īpaši bērnu klātbūtnē. Aprunāties ar bērnu par dienā paveikto, piedzīvoto, kā arī pavadīt kopā nedēļas nogales. Autore novēro, ka daudzām ģimenēm pietrūkst laika pavadīt kvalitatīvi brīvo laiku kopā, kas atspoguļojas bērnu pašsajūtā un noskaņojumā, kad atkal jādodas uz PII.

Iekļaušanos pirmsskolas izglītības iestādē ietekmē arī bērna vecums. Jāņem vērā, ka trijos gados bērnam veidojas dziļa pārliecība par savu ES, kas ir saistīta ar trīsgadnieku krīzi. (D. Dzintere un I. Stangaine, (2005) apraksta V. Romenkovas pētījuma svarīgākās atziņas, ka, ja bērns apmeklē pirmsskolas izglītības iestādi pēc ES veidošanās posma, bērni kļūst nedrošāki un nokļūst jaunās psiholoģiskās problēmās, jo šis periods ir ļoti sarežģīts bērnam, viņš veido jaunus priekšstatus par apkārtējo pasauli, mainās uzskati un izpratne, bet vēl papildus nāk šī atdalīšana no ģimenes, ko izraisa nepieciešamība apmeklēt PII. Ja bērns apmeklē pirmsskolas izglītības iestādi pirms šī perioda, viņš jau būs apradis ar apkārtējiem, iesaistoties spēlēs, rotaļās, pašapkalpošanā iepazīs sevi un apkārtējo vidi un šis sarežģītais “trīsgadnieka” periods būs krietni īsāks.

Ņemot vērā mūsdienu situāciju, bērni kļūst emocionāli nedrošāki, jo paši vecāki ir nedroši par savu dzīvi, finansiālas problēmas, attiecību problēmas un emocijas, ko izstaro vecāki un nodod saviem bērniem. Darba autore novērojusi savā mācību iestādē, ka bērni, kuri nāk no ģimenēm, kur ir finansiālas problēmas, kā arī sadzīviskas, pārsvarā pārņem trešo pieķeršanās modeli, kas izpaužas, kā pāri darījums citiem bērniem, vai neieinteresētība tuvībā, kas nozīmē, ka šis bērns vairs neizjūt nepieciešamību pēc mīlestības un to neizprot, jo vecāki ir pārāk aizņemti savā ikdienā, risinot problēmas un neatvēr laiku bērnam un nesniedzot tam mīlestību un tuvību pēc kuras ilgojās. Ir arī bērni, kuri nelabprāt dodas uz mājām līdzīgi vecākiem

un labprātāk vēlas atrasties grupā kopā ar citiem bērniem, ieraugot vecākus, viņi maina uzvedību un ir agresīvi, tas tādēļ, ka bērns ir adaptējies un apmierina savas vajadzības pēc tuvības PII, iespējams, ka mājās vecāki to viņam nespēj sniegt. Ir arī bērni, kuri ir tik ļoti pieķērušies vecākiem, ka no rītiem nespēj ienākt grupā un tas notiek ar histēriju, kaut gan dienas gaitā jūtas labi, bet no rītiem bērnam grupiņa šķiet, tā vieta, kur viņu pametīs, īpaši tā ir bērniem, kuri paliek vakaros pēdējie. Visvairāk žēl, ka māmiņas neieklausās savos bērnos un bērna sāpē, īpaši, ja tās ir māmiņas, kuras nestrādā. Par šo problēmu runā arī Š. Gazala (2009) uzsverot, ka tad, ja liekas, ka bērns ir pieradis pie skolotājām un pirmsskolas izglītības iestādes vides, bet tomēr vakaros vecāku neizlaiž no apskāviena, tas nozīmē, ka bērns ko pārdzīvo un ir jāpievērš uzmanība, vai bērns gūst pietiekamu vecāku uzmanību, vai nav notikušas kādas citas būtiskas pārmaiņas ģimenē, kas liktu bērnam justies slikti. Vecākiem ir jānodrošina mīlestības pilna vide, pozitīvi noskaņota saskarsme, kā arī jāpalīdz pārvarēt grūtības ar kurām bērns saskaras ikdienā.

Vēl kāds svarīgs ieteikums, kurš pēc autores domām, būtu jāņem vērā katram vecākam, kuram bērns uzsāk PII gaitas – galvenais neradīt bērnam trauksmi, ko vecāki paši neapzināti dara no rītiem, aizvedot savu bērnu uz PII, pie durvīm izrādot satraukumu brīdī, kad bērns ir jāatlaiž. Bērns to redz un jūt un sāk domāt, ka šeit tiešām ir no kā baidīties un tādēļ visu dienu ir raudulīgs, nedrošs, nevēlas nekur iesaistīties, līdz brīdim, kad vakarā atnāk vecāki. Pārsvārā tik ļoti uz vecāku emocijām reaģē emocionāli jūtīgi bērni. Šādi bērni arī var pārāk jūtīgi uztvert kādus aizrādījumus no pedagoga puses un var baidīties patstāvīgi darboties, baidoties kļūdīties (Napttime Academy, 2016). Savukārt, lai vecākiem izdotos rast drošu pamatu zem sava bērna kājām, vecākiem ir jābūt drošiem, konsekventiem, uzticamiem, izpalīdzīgiem, cienījamiem, kā arī atbildīgiem. Uzticami vecāki ieklausās savu bērnu jūtās, apliecina bērniem, ka viņu domas un jūtas vecākiem ir svarīgas, tādejādi kāpinot bērna pašcieņu, pašvērtējumu, kas paliks uz mūžu. Droši vecāki ir tie, kas iedrošinās bērni nebaidīties no apkārtējās vides un palīdzēs risināt bērnam problēmas un atbildēs uz bērna izzinošajiem jautājumiem, bet ja vecāks būs nedrošs, arī bērns baidīsies spert soļus plašajā pasaulē. Konsekventi vecāki parāda bērnam, kas ir noteikumi un dienas gaita un nepārsteidz bērnu ar patstāvīgi krasām pārmaiņām, parāda bērniem, ka pasaule ir paredzama vieta un, ka tajā valda noteikumi, kurus ir patīkami ievērot, jo tad dzīve top skaidrāka un patīkamāka. Atbildīgie vecāki bērnam sniedz beznosacījuma mīlestību, neierobežo tos, ja bērns pilnveidojas un motivē viņa interese, nodarbes. Šāda vecāku īpašība bērnos ieaudzina mīlestību pret apkārtējiem un cieņu. Ja vecākam piemīt visas šīs īpašības kopā ņemtas, tad šī uzticēšanās izjūta, ko izjutīs bērns, veido pamatu mācībām, sociālajām prasmēm, pielāgošanās spējām un emocionālajai attīstībai. Droši bērni arī uztur un stiprina pieķeršanos saviem vecākiem (Healthwise Staff, 2015).

Ne mazāk svarīgs ir D. Kājiņas un I. Aunītes (2006) norādījums, ka drošo pamatu zem kājām var izjaukt vēl viena bērna ienākšana ģimenē. Lai neradītu bērnam greizsirdību un pārdzīvojumus, vēlams nevest bērnu uz PII laikā, kad tiek pārvests mājās jaundzimušais, lai neradītu bērnam sajūtu, ka viņš vairs nav ģimenē vajadzīgs. Šajā laikā bērns vēros vecāku attieksmi pret jaundzimušo un arī vēlēties šādu pašu uzmanību, jo jau pats būs aizmirsis to laiku, kad arī par viņu tā agrāk rūpējās, kā par jaundzimušo. Galvenais, vecākiem ir jādod laiks bērnam iemīlēt un pieņemt jaundzimušo kā savu tuvāko. Arī Š. Gazala (2009) uzsver, ka ar greizsirdību ir jāpalīdz tikt galā, to var darīt iesaistot bērnu jaundzimušā apkopē, rūpēs un ikdienā, kā arī nemitīgi jāatgādina, ka māmiņa un tētis joprojām tik pat ļoti mīl bērnu.

1.3. Bērnu vajadzību apmierināšana drošības izjūtas attīstībai

„No piedzimšanas brīža bērnam ir nepieciešamas maigas rūpes, kas sevī ietver arī bērna aijāšanu un apmīļošanu. Daži ārsti uzskata, ka pirmajām divpadsmit stundām bērna dzīvē ir izšķirīga nozīme. Tūlīt pēc dzemdībām mātei un bērnam visvairāk esot vajadzīgs nevis miegs vai ēdiens, bet iespēja glāstīt un izjust glāstus, piespieties vienam pie otra, skatīties vienam uz otru un klausīties vienam otra balsī” (Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania, 2003).

„**Vajadzība** – objektīvi nosacīta cilvēka vai sociālās grupas iekšējā prasība pēc materiālām, sociālām, intelektuālām, kultūras u.c. vērtībām, kas nepieciešamas cilvēka dzīvē un darbībā (pārtika, personiskā saskarsme, zināšanu apgūšana, sasniegumi, gandarījuma izjūta, sociālais prestižs u. tml.). **Vajadzību apmierināšana** – process, kas virzīts uz indivīda veiksmīgai darbībai un attīstībai nepieciešamu lietu, norišu, informācijas u. tml. sagādāšanu un attiecīgu prasību izpildi, ko īsteno vai nu pats indivīds ar paša gribas piepūli vai cita persona šī indivīda labā. **Vajadzību apmierināšana sekmē personas un sabiedrības labklājību** (Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca, 2000, 183)”.

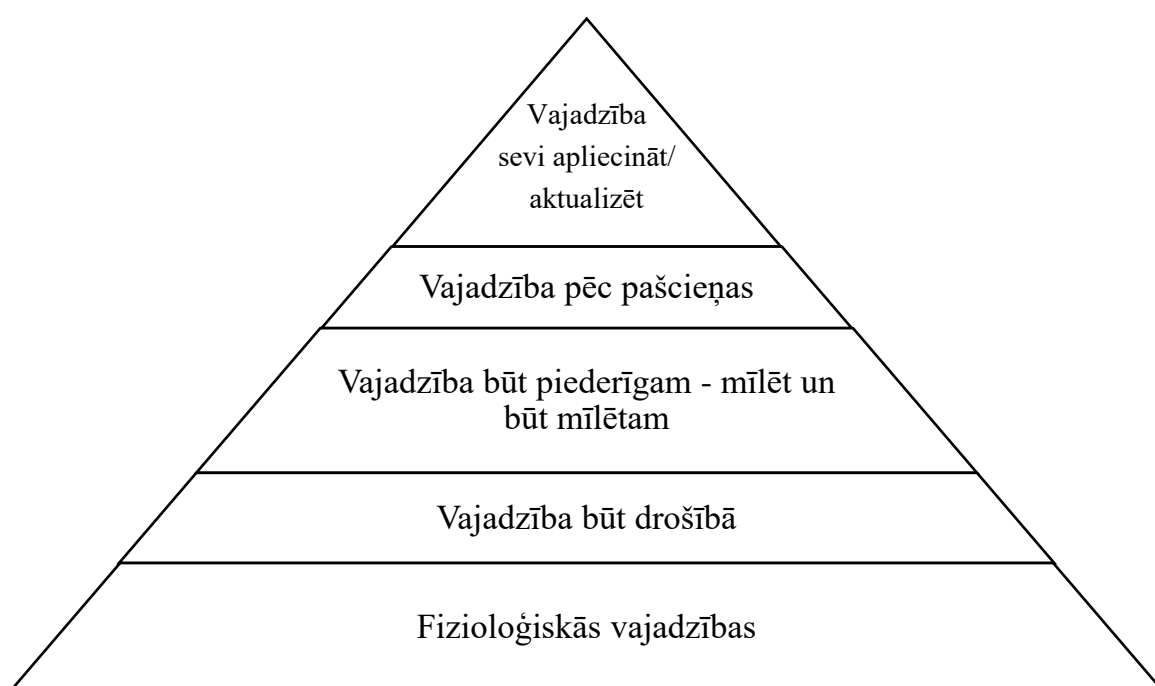
I. Puškarevs (2001) norāda, ka vajadzības ir nepieciešamība pēc tā, kas veicina indivīda dzīvību un personības attīstību. I. Puškarevs arī ir izpētījis Ļ. Vigotska un Z. Freida teorijas par vajadzībām. Tiek uzsvērts, ka bērnam bez fizioloģiskajām vajadzībām ir nepieciešamība arī pēc saskarsmes ar cilvēkiem, socializēšanās, saskarsme ar māti, iespējas darboties, kā arī kā neapšaubāma vajadzība minēta vajadzība darboties, attīstot savu balsta un kustību funkcijas, vingrina beznosacījuma refleksus, tādejādi attīstoties arī psihiski, savukārt Ļ. Vigotskis (2002) akcentējot, ka bērna agrīnās psihiķes attīstības vajadzības ir **saskarsme un vajadzība darboties**. Z. Freids uzsver, ka saskarsmes trūkums negatīvi ietekmē psihisko attīstību.

Tā kā bērns mazbērna vecumā nespēj izteikt savas emocijas verbāli, tad ir svarīgi, lai pieaugušais izprot, ko vēlas bērns, lai spētu apmierināt viņa emocionālās vajadzības. Tas, vai vecāks spēj tās apmierināt, ir vērojams bērna uzvedībā. Bērna emocionālās vajadzības ir - **justies drošībā**, tas nepieciešams bērna labklājībai, vecākiem jābūt godīgiem savos solījumos, jāseko tam, lai izpildītu visu, ko apsolīja, lai bērns varētu vienmēr paļauties uz savu vecāku. **Vēlme tik sadzirdētam** – bērns nespēj izteikties verbāli, bet arī viņš vēlas tikt saprasts, sadzirdēts. Lai bērnam palīdzētu izteikt savu vēlmi, vajadzību, vecāks var palūgt bērnu to parādīt. Vai vēl viens veiksmīgs variants būtu iemācīties bērna valodu, lai bērns varētu veiksmīgi sevi izpaust un vecāks ātri atšifrēt vēlmi. **Nepieciešamība iekļauties** ģimenē, sabiedrībā. Vairāk iekļaujot bērnus ģimenes notikumos, bērns jutīs atbalstu un piederību ģimenei. **Būt mīlētam** ir spēcīga vēlme, jo, ja bērns jutīs vecāku mīlestību, viņš jutīsies drošs par sevi un apkārt notiekošo. **Būt novērtētam**, just, ka vecāki pieņem viņa emocijas, tās svārstības un palīdz viņam arī tās izprast. **Justies pieņemtam**, tā, lai vecāks nemitīgi nemācītu bērnu par to, ko viņš nav izdarījis pareizi, bet paskaidrotu. Tādejādi bērnam attīstīsies empātiskās spējas un pašcieņa (Morin, 2013).

I. Plotnieks (1988) norāda, ka bērns piedzimst ar vajadzību minimumu, tās ir vajadzības pēc uztura, siltuma, kustībām, utt. Tās ir bioloģiskās vajadzības, kas saglabāsies uz mūžu un tās veidojas uz iedzimto beznosacījuma refleksu pamata, bet laika gaitā veidojas vajadzību variantu daudzveidība. Daži bērni jau pirmsskolas vecumā izteikti izrāda savas kaprīzes vecākiem un citiem tuviniekiem vajadzību apmierināšanas ziņā gan par apģērbu, gan ēdienu, kuras ir diezgan grūti apmierināt. Cenšoties izdabāt šādam bērnam un apmierinot viņa pārspīlētās vajadzības, rodas izlutināts bērns K. Damškalne (2010) gan skaidro, ka vārdam „lutināts” negatīva nozīme radusies tikai mūsdienās, kad vecāki cenšas „atpirkties” no saviem bērniem, tādejādi aizvietojojt emocionālo gandarījumu savos bērnos, bērnam svarīgas kļūst lietas, ne emocijas. Tādēļ ir ļoti svarīgi saprast, ka paši vecāki ir tie, kas veidos bērnam saprātīgas vajadzības. **Vajadzības rodas un veidojas to apmierināšanas procesā atbilstoši apmierināšanas veidam un to līdzekļiem.** Lai sekmīgi bērnam no mazotnes veidotu saprātīgas vajadzības, vecākam jāveido vajadzību sistēmu. Cik bērnu, tik savdabīgu vajadzību un to sistēmu. **Vajadzība pēc jauniem iesaistīties** nepieciešama, lai sekmētu bērna izpratni par kultūru, darba tikumiem, piemēram, ļaujot bērnam iesaistīties vecāku darbā vai vecāko māsu un brāļu skolas darbos, veidosies bāze uz kuras nākotnē radīsies bērna vajadzība pēc grāmatām, kultūras, iekļaušanos sabiedrībā, utt. Tuvinieku sejas un balsis pirmajos gados rada visspilgtākos jaunus iesaistītos. **Vajadzība pēc izvēles** ir ļoti svarīga, jo ja bērnam tāda netiks dota, bērns nejutīsies apmierināts. Nedrīkst nemanāmi piedāvāt izvēlēties tikai starp labo un sliktu, vecākiem jārada iespēja izvēlēties arī starp labo un citu labā variantu. Jāļauj bērnam izjust negatīvas emocijas, ja izvēlēts sliktais un pozitīvs

pārdzīvojums, ja izvēlēts labais. Tas jārada caur rezultātu, sekām, kas veicinās bērna sapratni par pieaugušo padomu vērtību un nākotnē ieklausīsies vecāku teiktajā. **Vajadzību pēc ģimenes** ietekmē ģimenes mikroklimats, vecāku prasme regulēt, veidot un pārveidot savas attiecības ar bērniem, tiem pieaugot, tādejādi radot iespēju, ka bērns saglabās un sargās ģimeniskās vērtības un nozīmīgumu (Plotnieks, 1988).

Vajadzība ir kas tāds, bez kā cilvēks nevar iztikt un, ka cilvēku raksturo tieši viņa primārās vajadzības un kāda ir viņa vajadzību struktūra. Tā ir uzskatu dažādība. Ir zinātnieki, kas uzskata, ka cilvēka būtību nosaka neapzinātas tieksmes, vai gluži pretēji – paša cilvēka griba un izvēle. V. Reņģe (2000) un I. Puškarevs (2001) analizējot A. Maslova izvirzīto teoriju par vajadzību struktūrām, atspoguļo to vajadzību piramīdā piecos līmeņos, sākot no vissvarīgākā cilvēka dzīvē (sk. 2. attēlu).



2. attēls A. Maslova vajadzību hierarhijas piramīda (Puškarevs, 2001, 31)

Pirmais līmenis – fizioloģiskās vajadzības. Vissvarīgākās vajadzības, jo ja pirmā līmeņa vajadzības netiks apmierinātas, nevar pastāvēt arī citas līmeņa vajadzības. Tās ir vajadzības, lai varētu izdzīvot – vajadzība pēc ēdiena, ūdens, pēc miega, mājvietas, atpūtas, miega, utt.

Otrais līmenis – vajadzība pēc drošības. Vajadzība izvairīties no briesmām, negatīvām emocijām, izvairīties no ciešanām, situācijām, kas rada satraukumu, paniku, vajadzība gan fiziskā, gan psiholoģiskā nozīmē. Cilvēks jūtas drošs, ja nonāk situācijās, kur var paredzēt notikumu gaitu, jūtas drošs, ja ir informēts par visu, kas viņu skar (Reņģe, 2000).

Lai bērnam nodrošinātu emocionālu drošību, vecākiem jāfokusējas vairāk uz būtību nevis rīcību. Ir svarīgi palīdzēt bērnam pieņemt šī brīža situāciju un izprast, ka šādu grūtu un vieglu situāciju būs dzīvē daudz. Bērnam jāļauj būt bērnam, neiejaucot viņu pieaugušo problēmās. Mazāk jāpārņem kontrole pār bērna darbībām, jāļauj izpausties. Mājās un ģimenē jārada mierīga, ērta un klusa vide, kurā bērnam uzturēties. Uzklusīt bērnu, viņa emocijas un atbalstīt viņu, parādīt, ka vecākiem rūp viņa sajūtas. Bērnam jāiemāca ticēt mīlestībai nevis bailēm. Bet pats svarīgākais, bērns vēlas sajūst vecāku mīlestību, ne tikai ar vārdiem, bet arī fiziski ar pieskārieniem, apskāvieniem, glāstiem (Adams, 2015).

Trešais līmenis – vajadzība pēc piederības un mīlestības. Maslovs uzskata, ka neviena personība nevar iztikt bez mīlestības un katrā cilvēkā ir liela vēlme tikt mīlētam, kā arī sniegt mīlestību kādam citam, lai arī cik liels individuālists vai introverts būtu šis cilvēks. Katrs cilvēks vēlas siltas un draudzīgas attiecības ar apkārtējiem, ar ģimeni, draugiem (Reņģe, 2000).

Jau no pirmajiem dzīves brīžiem, bērnam ir nepieciešama tuvība, mīlestība no mātes puses, vēlāk to izjūt arī no tēva puses. Mīlestība pret bērnu ir pašai dziedzīga, bērnu mīl tādu, kāds viņš ir, neatkarīgi no tā rakstura īpašībām. Mīlestība ir veselas bērna psihiskās veselības priekšnoteikums. Bērns uztver mātes emocijas saskarsmē ar viņu un izjūt vai tās ir pozitīvas vai negatīvas. Ja māte bērnu apkopjot lūkojas uz viņu, glāsta to un sarunājas, bērns uztver šīs pozitīvās emocijas un atbild mātei ar to pašu, sniedzot savas pozitīvās emocijas pretī, kā viņš to prot, ar skatienu vai ar smaidu, ar kustībām, bet ja mātes attieksme ir pretēja, bērns sāk novērsties. Vecāku mīlestība ir tas, kas spēj bērnu vest cauri visām dzīves likstām (Špalleka, 1998).

Ceturtais līmenis – vajadzība pēc pašcieņas. Tā ir vajadzība pēc apkārtējo atzinības, lai gūtu uzslavu, tiecoties pēc panākumiem. pretī nostādītajam mērķim, vajadzība pierādīt sevi sev pašam. (Reņģe, 2000).

Pirmajos 3 gados bērnam attīstās pašcieņa. Par to, vai tā attīstīsies ir atbildīgi vecāki, piemēram, ja bērns nesāņem sodu par kļūdām, bet sāņem palīdzību, ja bērns netiek nepārtraukti kritizēts un jūt atbalstu no vecāku puses, viņš jutīsies novērtēts un īpašs. Pašcieņa ir pamats laimīgai bērņībai un pašpārliecinātai personībai. Šādi bērni augot vienmēr mēģinās sasniegt mērķi un nebaidīsies no zaudējuma un kļūdām (Gazala, 2009).

Bērnam nevajag radīt vainas apziņu, nevajag bērnu kritizēt, bērnam jāļauj sevī saskatīt labo, ja vecāki bērnu ciena un lolo, arī pats bērns ar laiku sevī saskatīs pozitīvās lietas, kas cels viņa pašapziņu. Ja bērns sevi neciena, viņš jūtas garlaikots un aizkaitināts. Viņam ir nemitīgas bailes un nav drošības izjūtas, kas spētu ar bailēm cīnīties. Pats galvenais, jāļauj bērnam kļūt par to, par ko viņš vēlas un ir pārliecināts (Bakisa, 1999).

Piektais līmenis – vajadzība pēc pašīstenošanās. Tā ir tiekšanās pēc panākumiem paļaujoties tikai uz sevi un motivējot pašam sevi. Personības pašizpaušme izmantojot domāšanu, talantus un zināšanas (Reņģe, 2000).

I. Plotnieks (1988) uzsver, ka bez ticības sev nav iespējama sekmīga personības attīstība. Katram cilvēkam ir savs pretenziju līmenis, ko kontrolē panākumi un neveiksmes, tas nozīmē to, ka, tad ja tiek gūti panākumi, tad šķiet, ka vienmēr jau varēja labāk. Uzmanība jāpievērš bērna pretenziju līmenim un jāpalīdz bērnam noticēt sev un nelikt sev pārāk lielas prasības.

1.4. Bērnu pedagoģiski psiholoģiskais raksturojums pirmsskolas izglītības 1. posmā

Otro un trešo dzīves gadu sauc par spītības gadu, tas tādēļ, ka bērns pēkšņi vairs neizprot, kādēļ vecāks vairs neizdabā katrā viņa vēlmei, bērns kļūst nevaldāms, viegli aizkaitināms, agresīvs. Šajā vecumā bērnam attīstās personība, saskarsmē ar citiem viņš vēlas izrādīt fizisko un psihisko neatkarību. Svarīgi, kāda ir vecāku attieksme pret bērnu šajā periodā. Ja vecāki ir autoritāri, viņi neviļus atgrūž savu spītīgo bērnu, jo nevēlas piedzīvot kaunu sabiedrībā ar bērna uzvedību, tas noved pie bērna bailēm pazaudēt mātes mīlestību un nedrošības. Ja vecāki nespēj pretoties bērna uzvedībai un ir piekāpīgi, tas savukārt var novest pie tā, ka bērns nezina nekādus noteikumus un noved pie jauniem ģimenes konfliktiem, izrīkojot vecākus pēc sava prāta un iegribām. Vecāki, kas neievēro bērna dusmas arī nodara ļaunumu bērna apziņai, jo ignorējot bērna emocijas, bērns jūtas nenovērtēts, neievērots (Špalleka, 1998).

Šajā vecumā mazais -

- Attīsta savu individualitāti – viņš saprot, ka viņam ir savas vajadzības, vēlmes, emocijas.
- Vēlas būt neatkarīgs – viņš ar vien biežāk izsaka vēlmi darboties patstāvīgi, pamēģināt pats.
- Viņam nepieciešama mīlestība un drošība – neskatoties uz to, ka bērns vēlas būt patstāvīgs, viņš joprojām vēlas saņemt mīlestību un pieskārienus no vecākiem.
- Viņš ir ziņkārīgs – kamēr bērns izpēta apkārtējo vidi, viņš ir arī nekārtīgs, brīdī, kad apzināsies, kas ir kārtība, neievēros arī savu nekārtību.
- Viņam ir neizsīkstoša enerģija – viņš spēj ilgstoši darboties.
- Viņš vēl mācās dalīties – šajā vecumā mēdz būt daudz konfliktu ar vienaudžiem.
- Viņam patīk rituāli – patīk noteikts dienas rīts, ko piekopj ģimenē.

- Prasa daudz uzmanības – viņam nepieciešama liela vecāku uzmanība, lai justos mīlēts un nebūtu garlaikots.
- Viņš ir emocionāls – viņš vēl neprot kontrolēt emocijas, spēcīgi mainās emocijas, viņš pēkšņi dusmojas, pēkšņi raud.
- Neapzinās briesmas – neizprot, kas ir droša un kas bīstama vide (Gazala, 2009).

Šajā vecumposmā ir visbūtiskāk pievērst uzmanību bērna attīstībai, jo tajā ietilpst visas bērna personības galvenās kvalitātes: pašvērtējums, saskarsmes prasmes, empātijas spējas sociālās lomas atdarināšanā, pirmo vārdu apguve, egocentriskās runas apguve, ES koncepcija. Ap trīs gadu vecuma bērna domāšanas spējas, līdzinās pieauguša cilvēka domāšanai, tā pat attīstās arī atmiņa, uztvere un uzmanība (Svence, 1998).

Psihiskā attīstība ir kvalitatīvās un kvantitatīvās pārmaiņas cilvēka psihē visa mūža garumā. Attīstībai progresējot, tā iedalās situatīvajā, evolucionārajā un revocionālajā pārmaiņā. Evolucionārās pārmaiņas ir būtiskas tālākai dzīvei, tās parādās jau zīdaiņu vecumā, revocionālās pārmaiņas attiecas uz vecumposmu krīzēm (Špona, 2006).

Psihiskā attīstība ir saistīta ar :

- Galvas smadzeņu nobriešanu,
- Kognitīvo attīstību,
- Emocionālo attīstību,
- Personības psihisko īpašību izveidošanos,
- Izmaiņām voluntārajā stāvoklī,
- Personības socializāciju.

Psihiskā attīstība turpinās visu mūžu(Puškarevs, 2001).

Kognitīvo procesu sistēma sevī ietver sajūtas un uztveri – izpratne par apkārtni, sajūtām, informācijas pārstrāde, darbojas cieši kopā ar **uzmanību**; **atmiņu** – nepieciešama, lai varētu iegaumēt dzīves pieredzi, vārdus, informāciju, lai to varētu pielietot dzīvē pēc nepieciešamības, svarīgi attīstīt spēju – ilglaicīgā atmiņa; **domāšana** – informācijas pārstrāde, secināšana, lēmumu pieņemšana, kas savukārt, palielina **runas** spējas (Kondrova, 2010).

Kognitīvā attīstība ir veids, kā mūsu domāšana un izpratne par apkārtējo pasauli mainās un attīstās no dzimšanas brīža līdz pieauguša cilvēka vecumam. Domāšana sevī ietver – informācijas apstrādi, konceptuālu domāšanu, informācijas uztveri atbilstoši sajūtām, valodas pielietojumu. Tātad kognitīvā attīstība ir spēja domāt un saprast (Chicot, 2016).

I. Puškarevs apraksta Ž. Piažē kognitīvās teorijas un uzsver, ka Ž. Piažē intelektu sauc par dzīves pamatfunkciju, kas nodrošina adaptāciju vidē. Novērots, ka dzīves otrajā gadā izpaužas simboliskā shēma, kad bērns visu saprot un iegaumē simbolos – priekšstatos, kuru

nozīmi izprot laika gaitā. Savukārt, kognitīvo attīstību izdala vairākās stadijās atkarībā no vecumposma. Mazbērna vecumposms pieder pie **pirmsoperāciju stadijas**, kas nozīmē, ka bērns lieto simbolus gan zīmējot, gan darbojoties lomu spēlēs, gan risinot problēmas. Raksturīga centrēšanās uz vienu aspektu un ir egocentrisks. Konkrētajā vecumposmā bērns neapgūst kognitīvās spējas, kas saistītas ar loģiku Šo stadiju Ž.Piažē (2002) daļa divos periodos – prekonceptuālajā periodā (2-4 gadi) un intuatīvajā stadijā. **Prekonceptuālā periodā** bērns vēl nespēj domāt loģiski un ir egocentrisks – viņam liekas, ka visi redz lietas no tāda paša skata punkta, kā viņš (Puškarevs, 2001).

Runa spēja attīstīties tikai tad, ja ir bijusi saskarsme, bez tās valoda, vārdu krājums, runas spējas nevar attīstīties. 2,5 gadu vecumā bērna runa strauji attīstās, bērns jau spēj no vienkāršiem īsiem teikumiem pāriet uz gramatiski pareiziem, 3 gados bērni sarunājas, savieno teikumus, bet ne vienmēr atbild uz jautājumiem. Pēc 2 gadu vecuma bērns jau ir apguvis 300 vārdu, bet no 3 gadu vecuma – 1500 vārdu. Līdz 2,5 gadu vecumam kombinē 2 – 3 vārdus. 2, 5 gadu vecumam raksturīga **patstāvīga un aktīva runa**, kuru ietekmē gan pats bērns, gan pieaugušais. 3 gadu vecumā iemācās kombinēt sarežģītus teikumus un ir apziņa par to, ko pats saka. Attīstās **fonemātiskā runa**, kad bērns 2 gadu vecumā spēj saskaņot gramatiskos centrus, bet 3 gadu vecumā, jau apzināties, ko pats saka un veidot sarežģītus teikumus. Kamēr vēl bērna vārdu krājums nav pilnīgs, bērns izmanto roku žestus norādot uz to, ko vēlas, arī vārdus iegūst pēc situācijām, žestiem, mīmiku, pantonīmu, balss intonāciju (Svence, 1988).

Uzmanība 3 gadu vecumā vairāk līdzinās 2 gadu vecumam, kad tā tiek koncentrēta vien 12 – 15 minūtes, bet koncentrējoties tiek trenēta atmiņa. Šajā vecumā bērns jau spēs atcerēties un izstāstīt ne tikai to, ko darījis šodien, bet arī to, ko darījis vakar, aizvakar, tādēļ, ka intensīvi pilnveidojas atcerēšanās procesi pateicoties lielajam vārdu krājumam. Nedrīkst aizmirst, ka šajā vecumā vārdu krājumu papildina vecāki, viņu savstarpējie dialogi. Bērns ne tikai vēro pieaugušo rīcības, darbības, bet arī apgūst vārdus, kurus bieži var dzirdēt atrodoties mājās vai sabiedrībā kopā ar vecākiem, tādēļ ir svarīgi nestrīdēties bērnu klātbūtnē ne tikai emocionālu iemeslu dēļ, bet arī tādēļ, ka bērns šajā vecumā ļoti atdarina savus tuviniekus un apgūs strīda laikā dzirdēto intonāciju un izteikumus (Zande, 2012).

Šajā vecumā domāšana pāriet no uzskatāmi konkrētās domāšanas uz tēlaino. Bērns saprot un uztver to, ko ir aptaustījis, pasmaržojis, pagaršojis. 2 gadu vecumā bērns jau var sākt darboties ar elementārām loģiskām spēlēm, jo sāk mainīties uztvere un bērns spēj koordinēt savas kustības reizē ar kādu ķermeņa daļu, bet 3 gadu vecumā jau atšķirt dažādas ģeometriskas formas un sasaitīt tās ar dabā esošām, piemēram, trijstūris – jumtiņš. 2 gadu vecumā bērns dēļ lielās zinātkāres vairākkārtīgi izzina priekšmetus tos pētot, izzinot to pielietojumu, tas noved pie spējām atrisināt kādu darbību ne tikai ar kļūdu un mēģinājumu metodi, bet arī attīstās pēkšņa

atklāsme. Jo ilgāk bērns darbosies un izzinās, jo ātrāk izpratīs risinājumu. 3 gadu vecumā bērnam sāk attīstīties fantāzija, iztēle, kas ir ļoti nozīmīgs psihiskais process šajā periodā un tas turpinās attīstīties līdz skolas gados kļūst par attīstītāko izzināšanas procesu psihē. Iztēle attīsta arī abstrakto domāšanu, kuru var sākt trenēt 3 gadu vecumā bērnam piedāvājot darboties ar dažādām šķirošanas, kārtošanas spēlēm (Svence, 1988).

Apzināta domāšana sākas no sevis, sava ES, gribas apzināšanos. To var novērot, kad mazais izrāda interesi gan ar roku kustībām, gan acu skatieniem, gan vēlas pieskarties, pataustīt, tā ir apzināta griba, tātad domāšana un kustību veiklība attīstās vienlaikus (Žeigurs, 2014).

2 gadu vecumā bērns jau prot staigāt uz pirkstgaliem, stabili skrien, lēkā, uzskrien un noskrien no kāpnēm. Bērns labprātīgi jau vēlas darboties patstāvīgi, paēst, nomazgāt muti, nomazgāt rokas, nest un mazgāt traukus. Attīstās sīkā pirkstu muskulatūra un bērns spēj satvert dažādus priekšmetus pirkstos un labprāt darbojas ar sīkiem priekšmetus. 3 gadīgs bērns prot atpogāt un aizpogāt. Uz īsu brīdi ir samazinājušās koordinācijas spējas, tādēļ skrienot bērns bieži savainojas, vai bērnam neizdodas izveidot stabilus objektus (Brūvere, 2018). Mazuļa kustības sākotnēji ir balstītas uz refleksiem. Bērns aug un attīstās līdz var brīvi kustēties un apzināti darbināt savas ķermeņa daļas, un sāk velties, rāpot, lekt, staigāt, skriet. Pilnvērtīgai kustību attīstībai nepieciešams arī uztvert redzot, dzirdot un sataustot. Bērna attīstību sekmē rotaļas, kad vienlaicīgi bērnam rotaļājoties, tiek attīstīta gan kustības, gan valoda, gan tauste, kā arī pilnveidojas komunikācijas spējas ar pieaugušajiem un vienaudžiem. Bērns rotaļu laikā vēlas pētīt un izzināt, tādejādi notiek arī emocionālā attīstība (Krasnova, 2006).

Rotaļa sekmē bērna attīstību veselumā. Rotaļa sekmē „ES pats” apmierināšanu, jo rotaļā notiek paškontrolē, pašiedvesma, pašnoteikšanās, pašizpaušme, kā arī pašrealizācija. Rotaļa sekmē fizisko attīstību, jo rotaļa ļauj bērnam pielietot kustību prieku, stimulējot kustību koordināciju, rotaļas laikā attīsta muskuļu grupas, veicina līdzsvara izjūtu, attīsta fiziskās īpašības. Rotaļa realizē bērnam ieceru, plānu, vēlmju īstenošanu, sekmē pašrealizāciju. **Bērniem svarīgāks ir rotaļas process nekā rezultāts.** Rotaļa pilnveido dažādas attīstības jomas, tādas, kā:

- Kognitīvā joma (izzina, izprot pasauli, attīsta daudzveidīgu domāšanu, pieredze risināt dažādas problēmas),
- Sociālā joma (prasme sadarboties ar vienaudžiem, izpratne par kultūru),
- Emocionālā joma (saprot citu domas, pauž savas jūtas atbilstoši radušai situācijai),
- Kustību joma (pilnveido lielo muskuļu kustību prasmes, apgūst spēju darboties ar sīkiem priekšmetiem),
- Runas joma (saprot, kāpēc jāpielieto valoda, izmanto verbālo un neverbālo valodu).

Tātad, ja pieaugušie sekmē bērna vēlmi rotaļāties, tad vienlaikus bērna iekšējā pasaule tiek bagātināta ar fantāziju un ceļ bērna pašapziņu (Dzintere un Stangaine, 2005).

Lai sekmētu bērna personības attīstību, svarīgi ir apmierināt bērna vajadzības pēc jauniem iespaidiem un vajadzības pēc emocionāla kontakta. Šajā vecumposmā bērns sev par piemēru, kā notiek socializēšanās, ņem vecākus, jo vecāki ir tie, ar kuriem bērnam ir izveidojies pirmais kontakts. Bērnam rodas vajadzība ne tik daudz pēc fizioloģiskām vajadzībām, cik pēc saskarsmes. Kad bērns ir apguvis staigāšanu un runāšanu, viņam ir slēpta vēlme būt saskarē ar pieaugušajiem un, ja šajā laikā pieaugušie neveltī pietiekamu uzmanību bērnam un vecāki ir patstāvīgā stresā, aizņemtībā, tad bērnam attīstīsies negatīva saskarsme ar citiem cilvēkiem, nespēja nodibināt saskaņu, bet, ja vecāki būs veltījuši pietiekamu laiku bērnam, palīdzējuši pārvarēt “kāpēcīšu” vecumu atbildot bērnam uz jautājumiem, palīdzējuši izzināt apkārtējo pasauli, bērns būs patstāvīgāks, drošāks, prātis izveidot pozitīvu saskarsmi ar apkārtējiem cilvēkiem (Svence, 1998).

Bērna emocionālā attīstība norit līdzīgi, kā fiziskā un psiholoģiskā attīstība, kas ir sarežģīta prasmju attīstība, kas balstās viena uz otru. Emocionālajā nobriešanā ir 6 pagrieziena punkti. Pirmos trīs bērns apgūst līdz 1 gada vecumam, kad sāk izzināt pasauli un gūst pirmos iespaidus. Pirmais ir brīdis, kad bērns izzina jaunas sajūtas, otrais, kad bērnam sāk rasties lielāka interese par apkārtējo pasauli, trešā, kad bērns veido emocionālu saikni ar vecākiem. Otrajā dzīves gadā bērns nonāk līdz ceturtajam pagrieziena punktam, kad sāk saskatīt sakarības priekšmetu un dzīvu būtņu nozīmībai, darbībām, pielietojumam. Piektais pagrieziena punkts ir brīdis, kad bērns ir sasniedzis pirmsskolas vecumu un spēj iztēloties savā prātā māti vai jeb ko citu, kas viņam ir svarīgs un liek justies droši un pielietot šo iztēli brīžos, kad nepieciešams sevi nomierināt. Visbeidzot, sestais punkts – bērnam ir attīstīta emocionālā domāšana, spēja sasaistīt lietas un jūtas (Bellows, 2016).

Š. Gazala (2009) raksturo, kāda ir sociālā attīstība mazajiem pirmajā dzīves gadā. Tā izpaužas kā saskarsme ar vecākiem, prioritāte ir māte, pēc pirmā gada bērns jau sāk izrādīt interesi par apkārtējiem, bet tomēr izvēlas rotaļāties vienatnē. Otrajam un trešajam dzīves gadam raksturīga izpratne, ka arī citiem ir tādas pašas vajadzības un jūtas un bērns kļūst pielaidīgāks, sāk meklēt rotaļbiedrus. Bērni šajā vecumā ir egocentriski un domā, ka viss apkārt notiek tikai viņam un ap viņu, tādēļ šāds bērns neprot draudzēties un neprot saskatīt, ka arī citiem ir savas vajadzības un jūtas, kamēr bērns to nebūs sapratis, viņš nespēs pārstāt būt privātīpašniecisks, nespēs sagaidīt savu kārtu un var būt agresīvi noskaņots.

Pašapziņas attīstība ir ļoti nozīmīgs jaunveidojums agrīnajā periodā. Šajā vecumposmā notiek ES koncepcijas attīstība, kas saistīta ar :

- spēju pastāstīt par citu cilvēku uzvedību, sajūtām,

- spēju apzināti ietekmēt citu cilvēku uzvedību, sajūtas,
- spēju pastāstīt par savu rīcību,
- spēju sevi atpazīt,
- patstāvību,
- privātīpašnieciskumu,
- empātiju,
- 3 gadnieku krīzi.

Ap 3 gadu vecumu parādās dažādas krīzes iezīmes, bērns ir nepaklausīgs, ietiepīgs, nepakļāvīgs, cenšas darīt visu pretēji pieaugušo teiktajam. Psihologi šo krīzi saista ar “Es pats” parādīšanos bērna runā un apziņā. 2 gadu vecumā bērns sevi atpazīst spogulī, runā ar vien biežāk parādās vārds “es”. Šajā vecumā parādās vēlme pēc sasniegumiem, pašapziņas. Galvenokārt, pirmajos gados pašapziņu bērnam ieliek vecāki vai nu to ceļot ar uzslavām, novērtējumu, vai pazeminot ar kritiku. Bērni arī paši sāk sevi salīdzināt ar vienaudžiem, salīdzināt izveidotos darbiņus, utt. (Svence, 1998).

Trīsgadnieka krīze nozīmē lielas pārmaiņas bērna dzīvē, viņš vairāk sāk konfliktēt ar pieaugušajiem, bet ne ar vienaudžiem. Svarīgi ir palīdzēt bērnam pārvarēt šo stadiju, uzklaut viņu, nebūt nosodošam. Tā kā šajā vecumā bērns vēl pasauli uztver caur sajūtām, būtu ieteicams bērnu paņemt klēpī histērijas brīžos, apskaut, samīļot, izrādīt mīlestību un sapratni. Bērns visu izprot arī caur rotaļām, arī rotaļu metodes būtu ieteicamas saasinājumu gadījumos, kā arī jāatrod veids, lai bērns spētu “izlādēt” savas sakrātās emocijas nevienu nesāpinot (Mierkalne, 2012). Autore piekrist šim D. Mierkalnes ieteikumam, kas būtu jāņem vērā katram vecākam un pedagogam, kurš saskarās ar bērnu, kuram ir trīsgadnieka krīze. Autore secina, ka šim vecumposmam svarīgākais ir pieaugušā maigums, miers un atbalsts, lai pārvarētu grūtības, gan uzsākot PII gaitas, gan pārvarot dažādas emocionālas krīzes, kuras šajā vecumposmā ir izplatītas, jo bērnam vēl viss ir jauns un nezināms un emocionāli nedrošs.

2. Bērnu drošības izjūtas attīstības izpēte sekmīgai adaptācijai pirmsskolas izglītības 1. posmā

2.1. Pētījuma organizācija un metožu raksturojums

Empīriskais pētījums tiek veikts Ventspils pirmsskolas izglītības iestādē A. Šī pirmsskolas izglītības iestāde startējusi kā pilotskola jaunajā kompetenču pieejā un sekmīgi tapusi par pozitīvo piemēru Skola2030 konferencēs. Grupās iekārtoti interešu centri, kas mudina bērnus rotaļāties, izziņāt un pētīt. Pirmsskola A ikdienā veiksmīgi integrē brīvdabas pedagoģiju, pastaigu laukumi tiek iekārtoti kā grupas telpas, ar galdiem, krēsliem, dažādiem materiāliem, spēlēm. Autore ir vienojusies par pētījuma organizēšanu ar PII vadību un guvusi apstiprinājumu (skatīt 1. pielikumu).

Pētāmo 2 – 3 gadīgu bērnu grupu apmeklē 15 bērni, 9 bērni grupu apmeklē jau otro gadu, bet 6 bērniem sācies adaptācijas periods, jo pirmsskolu sākuši apmeklēt šogad. Grupā vada pedagogs un divas aukles, kas ir liels pluss individuālās pieejas realizēšanā. Pētījumā piedalās 6 bērni, kuriem sācies adaptācijas process. Lai novērtētu bērnu adaptācijas progresu, notiek novērošana dienas ritumā. Pētījuma ilgums ir 30 dienas (5 nedēļas), kas ir vidējais rādītājs sekmīgai adaptācijai pēc S. Gailumas apkopotajiem R. Tonkovas – Jampoļskajas novērojumiem. Pētījumā tiek izmantotas teorētiskās daļas atziņas, kuras tiek novērotas un sasaistītas pedagoga darbībā, sekmējot bērnu adaptāciju. Bērnu vārdi pētījumā ir mainīti.

Pētījums ir saskaņots ar vecākiem, autore ir izskaidrojusi pētījuma nozīmi, kā arī vecākiem ir iespēja uzzināt informāciju par savu bērnu. Ir gūts apstiprinājums no visiem iesaistītajiem vecākiem par pētījuma atļaušanu, parakstot vēstuli vecākiem, kuru sagatavojusi autore. Pielikumā pievienots dokumenta oriģināls (skatīt 2. pielikumu).

Pētījumā izmantotas datu vākšanas metodes – saruna un novērošana. „**Saruna** ir domu apmaiņa, priekšlikuma apspriešana, lai noskaidrotu stāvokli, pušu nostāju, noslēgtu līgumu utml. (kādā jautājumā) (Tēzauris, 2021)”. Sarunu ar vecākiem, kā datu vākšanas metodi autore izvēlējusies, lai rastu nepiespiestu gaisotni un ļautu vecākiem iepazīstināt ar savu bērnu un ģimenes mīļākajām tradīcijām un režīmu. Sarunas galvenais jautājums – *Lūdzu pastāstiet par savu bērnu un ģimeni*. Pārējie jautājumi tiek individuāli pielāgoti sarunas gaitai un iegūtajai informācijai. Iegūtā informācija ļauj autorei izprast bērna raksturu, uzvedību ģimenē un sabiedrībā, mīļākās nodarbes, intereses, vai bērnam ir saskarsme ar citiem pieaugušajiem, vienaudžiem, tas sekmē individuālas pieejas izveidi drošības izjūtas sekmēšanai adaptācijas periodā, pamatojoties uz iegūto informāciju.

Novērošana ir datu ieguves metode, kas ļauj analizēt sociālo pasauli no ārējā skatītāja perspektīvas, lai pārbaudītu teorijas par parādībām un procesiem, pamatojoties uz to izpausmēm

un izplatību (Rīgas Stradiņu Universitāte, 2021). Novērošana ļauj autorei izmantot izstrādātos kritērijus, lai konstatētu bērnu drošības izjūtas līmeni uzsākot adaptācijas procesu. Novērošana notiek dienas ritā, tā iespējams salīdzināt dienu ar dienu vai nedēļu ar nedēļu, vai adaptācijas sākumu un adaptācijas perioda beigas un salīdzināt datus, novērot progresu vai regresu un konstatēt, kādi apstākļi to ietekmējuši.

Pētījuma gaita:

- Izstrādāt kritērijus pētījumam, pamatojoties uz teorētiskās daļas gūtajām atziņām;
- Novērot bērnu uzvedību un emocionālo stāvokli 1. adaptācijas nedēļā;
- Konstatēt bērnu individuālās un kopējās drošības vajadzības;
- Izstrādāt pieeju, kā sekmēt bērnu drošības izjūtu adaptācijas periodā;
- Iekļaut izstrādāto pieeju pedagoģiskajā darbībā un vērot bērnu drošības izjūtas līmeni turpmākās 4 nedēļās;
- Apkopot iegūtos datus pētījuma beigās un salīdzināt tos ar iegūtajiem datiem par adaptācijas perioda sākumu.

2.2. Bērnu raksturojums un vērtēšanas kritēriju izstrāde

Sarunā ar vecākiem, autore lūdz noraksturot savus bērnus un ģimeni. Iegūtā informācija sekmē autores izpratni par bērnu interesēm, uzvedību ģimenes lokā, kā arī ģimenes stāvokli (skatīt 2. tabulu).

2.tabula. *Bērnu ģimenes vispārīgs raksturojums*

Bērna vārds	Ģimenes un bērna raksturojums
Anna	Otrais bērns ģimenē, brālis ir 12 gadus vecāks, abus audzina tikai māte. Pieskatīšanas vajadzības gadījumā iesaistās brālis, vecvecāki nedzīvo Latvijā. Māte strādā algotu darbu, darba dienu vakarus un brīvdienas pavada ar ģimeni. Anna ir mierīgs bērns, izrāda interesi par mantām un rotaļām.
Olivers	Vienīgais bērns ģimenē, ir abi vecāki. Ģimene ir sportiska, brīvo laiku pavada svaigā gaisā nodarbojoties ar sportiskām aktivitātēm. Bieži pavada laiku draugu lokā, kurā arī ir Olivera vecuma bērni. Olivers ir atvērts saskarsmei ar citiem bērniem un pieaugušajiem.
Kirils	Vienīgais bērns ģimenē, kuru audzina abi vecāki. Audzināšanā cieši iesaistās vecvecāki, kuri pieskata un nodarbina Kirilu. Mazliet kluss un kautrīgs, neizrāda īpašu interesi par citiem bērniem un pieaugušajiem, labprāt laiku pavada ar mammu un tēti, un vecmāmiņu.
Paulīne	Otrais bērns ģimenē, māsa vecāka par 2 gadiem, ir abi vecāki. Māte ir bezdarbniece, bet drīzumā atsāks darba gaitas. Bijuši sarežģījumi ar grūtniecību. Paulīne ir kautrīga, mazliet nedroša, lai iegūtu uzticību, nepieciešams laiks. Labprāt pavada laiku ar māsu rotaļājoties. Ļoti patīk darboties ar ūdeni.

Gabriela	Ģimene, kurā saziņai izmanto tikai krievu valodu. Vienīgais bērns ģimenē, audzina abi vecāki. Gabriela ir ļoti klusa un kautrīga, labprātāk laiku pavada kopā ar vecākiem.
Klāvs	3 bērnu ģimene, abi vecāki. Klāvam ir 2 brāļi (17 gadi un 13 gadi). Ģimenē piekopj aktīvu dzīvesveidu, brāļi nodarbojas ar futbolu, vecāki spēlē volejbolu. Arī Klāvs tiek iesaistīts sportiskajās aktivitātēs, ir izrādījis interesi par futbolu. Klāvu pieskata auklīte, kad nepieciešama ģimenei palīdzība. Klāvs labprāt rotaļājas ar pieaugušajiem un citiem bērniem.

Lai noteiktu bērnu drošības izjūtas līmeni adaptācijas periodā, autore, pamatojoties uz teorētiskās daļas atziņām, izstrādā kritērijus un novēro bērnus dienas ritumā (skatīt 3.tabulā).

3.tabula. Drošības izjūtas līmeņa vērtēšanas kritēriji (Autores izstrādāti)

Kritērijs	1 punkts	2 punkti	3 punkti
Atvaidšanās no vecākiem	Nespēj atvadīties no vecākiem	Ar skolotājas palīdzību dodas grupā	Bērns bez grūtībām atvaidās no vecākiem
Prasme izmēģināt jaunas darbības	Lielāko dienas daļu pavada skolotājas tuvumā, vērojot notiekošo	Mēģina atdarināt, ko rāda pieaugušais	Prot patstāvīgi sameklēt rotaļlietu, ar to darboties
Uzvedība pavadot dienu PII	Jūtas nedroši, ir raudulīgs, nevēlas darboties	Darbojas kopā tikai ar pieaugušo	Darbojas droši kopā ar vienaudžiem, ir enerģisks un zinātkārs
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	Neizrāda interesi darboties patstāvīgi, gaida, kad pieaugušais izdarīs viņa vietā	Mēģina darboties patstāvīgi, lūdz pieaugušā palīdzību, ja kas neizdodas	Darbojas pilnībā patstāvīgi, bieži lieto vārdu – pats/ pati
Iesaistīšanās rotaļās	Nevēlas iesaistīties, neizrāda nekādu interesi par piedāvāto rotaļu	Darbojas vienatnē vai tikai kopā ar pieaugušo	Iesaista vienaudžus rotaļā (dod roku, veido pāri, utt.)

Darba autore, ņemot vērā 3 punktu sistēmu, konstatē:

- Zems drošības izjūtas līmenis vērojams tad, ja vērtējums ir 5 punkti,
- Vidējs drošības izjūtas līmenis vērtējams no 6 – 10 punktiem,
- Augsts drošības izjūtas līmenis vērtējams no 11 – 15 punktiem.

2.3 Novērojumi par bērnu drošības izjūtas līmeni adaptācijas sākumā

Autore novēro bērnu uzvedību un darbību pirmajā nedēļā PII. Izmantoti autores izstrādātie kritēriji, kas norāda uz augstu, vidēju vai zemu drošības izjūtas līmeni (skat. 3.tabulu).

Pirmajā nedēļā bērniem, kuriem ir uzsākts adaptācijas periods, ir citādāks dienas rits nekā pārējiem bērniem, t.i. –

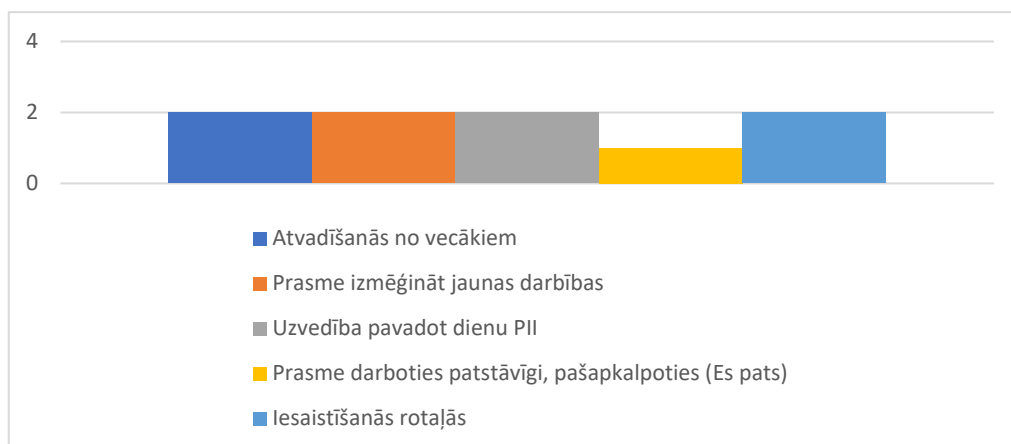
- 1. – 3. dienai vecāki bērnus var atstāt uz 3 stundām, lai bērns vieglāk pielāgotos, pieradina pie režīma pakāpeniski. Tātad bērns ierodas uz brokastīm un nodarbībām, pirms pastaigas dodas mājās. To, vai atstāt uz pilnu dienu vai uz 3 stundām var izlemt vecāks, bet no pedagoga puses tiek stingri rekomendēts pieturēties pie pakāpeniskā režīma.
- 3. – 5. dienai bērns ierodas uz brokastīm, piedalās nodarbībās un dodas pastaigā ar visiem grupas biedriem un personālu. Pēc pastaigas dodas mājās.

Turpmākais dienas rits pēc pirmās nedēļas pielāgojams bērna emocionālajam stāvoklim, ja bērns jūtas labi un pedagogs un vecāks uzskata, ka bērns ir gatavs pilnai dienai PII, no otrās nedēļas var uzsākt pilnas dienas apmeklējumu. Ja vecāki un pedagogs uzskata, ka bērns vēl nav gatavs, var tikt nolemts par saīsināto režīmu. Taču pedagogam tad jāpārrunā ar vecākiem par to, ka bērnus, kurus pēc pirmās nedēļas atstāj uz pilnu dienu, nenozīmē, ka tas notiek līdz PII darba laika beigām, jebkurā gadījumā, pirmās dienas vēlams ierasties pēc launaga, neļaut šiem bērniem palikt pēdējiem. Kā arī ilgstoši atstāt īso dienu režīmu bērniem, kuriem novēro adaptācijas problēmas. Jāmeklē risinājums, kādēļ bērns nevar pierast, nevis ilgstoši jāpieradina pie īsās dienas PII, jo brīdī, kad vecākiem nāksies atstāt bērnu uz pilnu dienu, var bērnu vēl emocionālāk ietekmēt, tas savukārt var atkal atgriezt adaptācijas sākumā. Visu sešu novērojamo bērnu vecāki lēma 1. nedēļu pieturēties pie pakāpeniskā režīma.

Autore veido pētījumu visas dienas garumā, sākot no bērna ierašanos, novērojot bērna spēju atvadīties no vecākiem, līdz bērna došanos mājās, novērojot bērna emocijas un darbības, kad vakarā satiek vecākus, kā arī novērtē bērna gatavību apmeklēt PII drošības izjūtas kontekstā, iesaistīties grupas nodarbībās, saskarsmē un komunikācijā ar pieaugušajiem un vienaudžiem.

Autore, balstoties uz izstrādātajiem kritērijiem un vērojot Annas uzvedību pirmajā nedēļā, konstatē, ka Annai norisinās vidēja adaptācija, jo iegūtais vērtējums ir 9 punkti (detalizēti skatīt 2.attēlā un 4.tabulā).

2.attēls. Annas drošības izjūtas līmenis uzsākot adaptācijas periodu PII

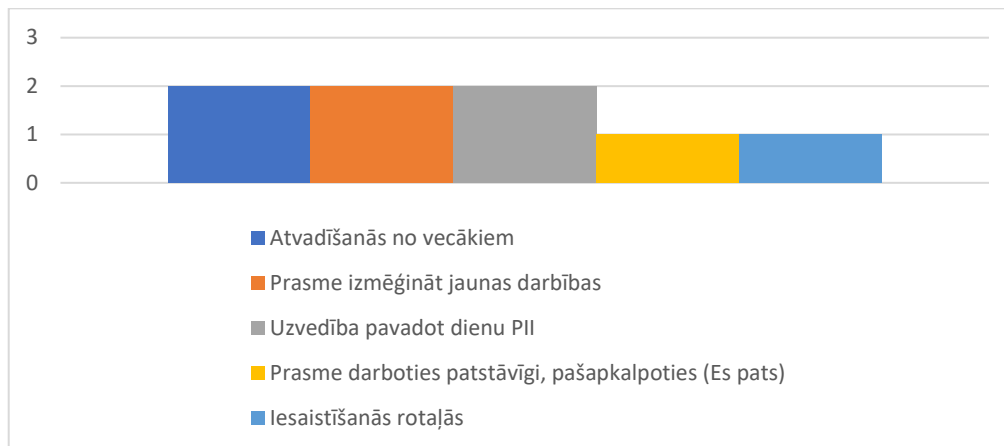


4.tabula. Annas drošības izjūtas novērtējums pēc kritērijiem

Kritērijs	Vērtējums	Autores novērojums
Atvadīšanās no vecākiem	2 punkti	Vērojams, ka labprāt dodas grupā kopā ar skolotāju. Pēc tam gan nepieciešama skolotājas uzmanība, kādu brīdi pavada skolotājas klēpī un tad iesaistās skolotājas piedāvātajās aktivitātēs. Labprāt izvēlas pētīt attēlus grāmatās.
Prasme izmēģināt jaunas darbības	2 punkti	Vērojams, ka pievērš uzmanību skolotājam un iesaistās kādā aktivitātē. Skolotāja demonstrē, kā darboties ar konkrēto spēli, mēģina to atkārtot, ir vērojama interese.
Uzvedība pavadot dienu PII	2 punkti	Labprātāk darbojas skolotājas tuvumā, ja skolotāja darbojas ar citiem bērniem, pievērš sev uzmanību un citus bērnus atstumj no skolotājas. Nelabprāt vēlas darboties ar citiem bērniem.
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	1 punkts	Vērojot darbību ģērbšanās, ēšanas un podiņmācības laikā, nevar novērot nekādu vēlmi darboties patstāvīgi. Novērojama arī izteikta vēlme pēc skolotājas uzmanības, ēšanas laikā pieprasa skolotājas klātbūtni.
Iesaistīšanās rotaļās	2 punkti	Labprāt iesaistās piedāvātajās rotaļās, bet vēlas darboties kopā tikai ar skolotāju, pieprasot skolotājas roku. Rotaļas sākumā ir vērotāja, bet pēc tam mēģina darboties līdzi.

Vērojot Olivera komunikāciju un pašsajūtu grupā, autore pēc izvirzītajiem kritērijiem konstatē, ka Oliveram norisinās vidēja adaptācija, jo iegūts vērtējums 8 punkti (skatīt 3. attēlu un 5. tabulu).

3.attēls. Olivera drošības izjūtas līmenis uzsākot adaptācijas periodu PII

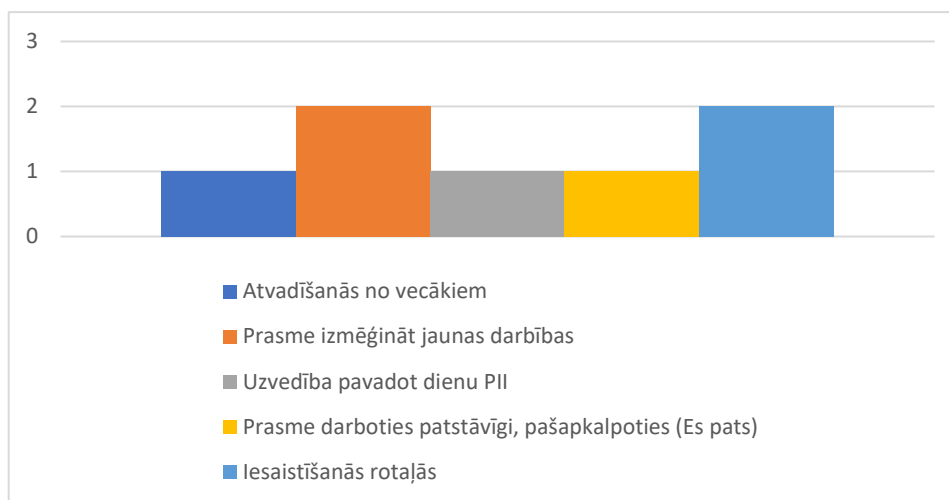


5.tabula. Olivera drošības izjūtas novērtējums pēc kritērijiem

Kritērijs	Vērtējums	Autores novērojums
Atvadīšanās no vecākiem	2 punkti	Atvadoties no vecākiem, sniedz roku skolotājam un dodas grupā, pirms tam ir cieši apskāvis mammu un var redzēt, ka ir raudājis. Nonākot grupā raudāšana ir pārgājusi, bet ir nepieciešams kāds brīdis kopā ar skolotāju, līdz ir sagatavojies emocionāli doties pētīt rotaļlietas.
Prasme izmēģināt jaunas darbības	2 punkti	Patīk darboties ar ūdeni, īpaši no rītiem, kad grupā vēl ir maz bērnu. Kad skolotāja piedāvā kādu spēli, uzmanīgi vēro skolotājas darbību un tad mēģina darboties līdz.
Uzvedība pavadot dienu PII	2 punkti	Kad grupā ir maz bērnu, droši dodas pētīt rotaļlietas, bet, kad dienas gaitā sanākuši vairāki bērni, nejūtas tik droši, lai darbotos vienatnē vai kopā ar vienaudžiem.
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	1 punkts	Nevēlas darboties patstāvīgi, gaida skolotājas vai auklīšu norādījumus, palīdzību. Nemēģina patstāvīgi uzvilkt drēbes, kurpes, aiznest vai atnest šķīvi.
Iesaistīšanās rotaļās	1 punkts	Novērojams, ka rotaļu laikā nevēlas iesaistīties, jo jūtas nekomfortabli vienaudžu grupā. Ja ir iespējams, labprātāk rotaļu laikā izvēlas malā padarboties vienatnē ar rotaļlietām.

Kirilam norisinās vidēja līmeņa adaptācija, jo iegūtais punktu skaits pēc izvirzītajiem kritērijiem ir 7 (skatīt 4. attēlu un 6. tabulu).

4.attēls. Kirila drošības izjūtas līmenis uzsākot adaptācijas periodu PII

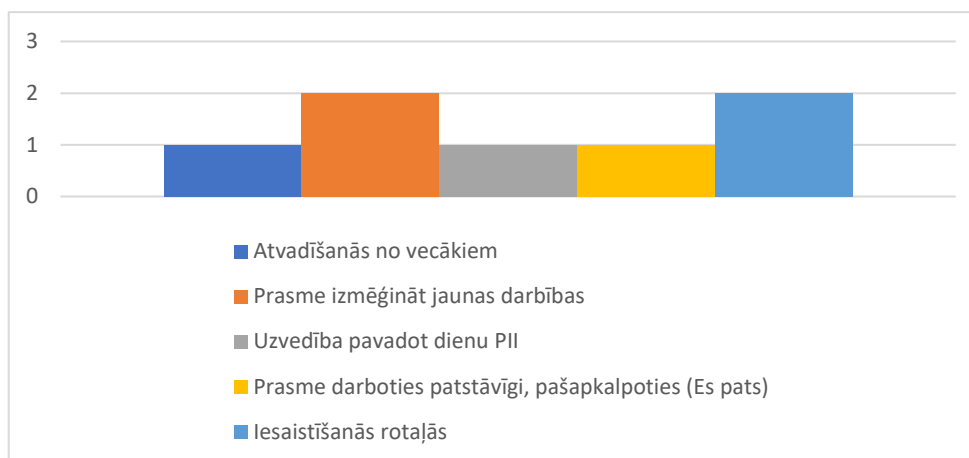


6.tabula. Kirila drošības izjūtas novērtējums pēc kritērijiem

Kritērijs	Vērtējums	Autores novērojums
Atvadīšanās no vecākiem	1 punkts	Nespēj atvadīties no vecākiem, jau nākot uz PII raud. Vecāki izvēlas procesu paātrināt un ātri no sevis viņu fiziski „noraut” un atdot skolotājam. Seko spārdīšanās un kliegšana, pēc emocionālās izlādes guļ grupā uz grīdas un neļauj nevienam pieskarties. Pēc vidēji 15 minūtēm pats pieceļas un dodas grupā.
Prasme izmēģināt jaunas darbības	2 punkti	Īpaši patīk spēles, kurās darbojas ar pirkstiņiem, piemēram, pārcilāt graudiņus, mēģināt tos satvert, labprāt vēro, kā skolotāja rāda uzdevumu, cenšas to atkārtot.
Uzvedība pavadot dienu PII	1 punkts	Ļoti jūtīgi uztver katru dienas gaitas daļu, īpaši, ja tiek mainītas telpas (dodas pastaigā, muzikālo zāli vai sporta laukumu). Nespējot izprast notiekošo, raud un spārdās.
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	1 punkts	Nespēj darboties patstāvīgi, jo jūtīgi uztver notikumu maiņu. Nevēlas sēdēt pie galda, nevēlas doties ģērbties, lai sagatavotos pastaigai, nav gatavs doties uz podiņu.
Iesaistīšanās rotaļās	2 punkti	Sākumā uz rotaļām reaģē ar asarām, pretestību, bet, kad skolotāja ieslēdz mūziku, mazliet pierimst satraukums.

Autore, vērojot Paulīnes uzvedību un rīcību konkrētās situācijās, atbilstoši kritērijiem konstatē vidēju drošības izjūtas līmeni, kopējais punktu skaits ir 7 (skatīt 5. attēlu un 7. tabulu).

5.attēls. Paulīnes drošības izjūtas līmenis, uzsākot adaptācijas periodu PII

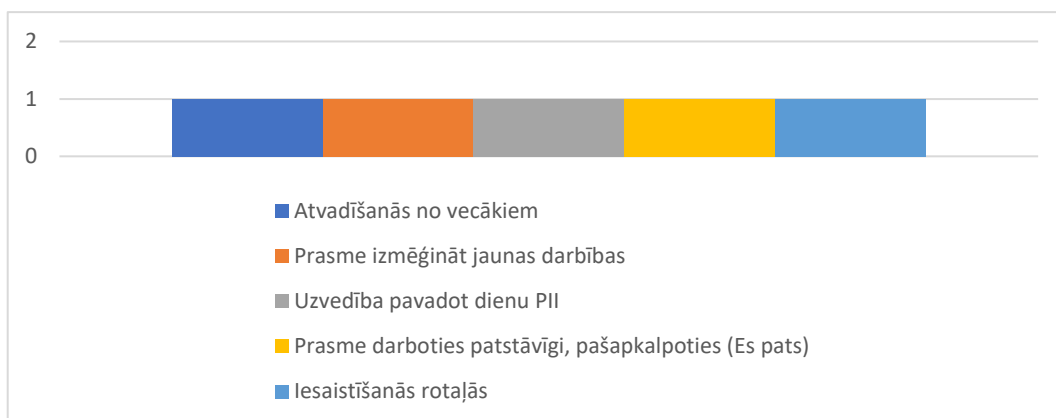


7.tabula. Paulīnes drošības izjūtas novērtējums pēc kritērijiem

Kritērijs	Vērtējums	Autores novērojums
Atvadīšanās no vecākiem	1 punkts	Nespēj atvadīties no vecākiem, ilgstoši raud un apķeras mammai ap kaklu un nelaiž vaļā. Nevēlas dot roku skolotājai, lai ieiētu grupā. Kad vecāki aizgājuši, ilgstoši raud, nespēj nomierināties līdz brokastošānai.
Prasme izmēģināt jaunas darbības	2 punkti	Interesē skolotājas piedāvātās aktivitātes, vēro, kā skolotāja rotaļājas ar bērniem un rāda, kā rotaļāties ar konkrēto spēli. Vēlas mēģināt atkārtot, bet nespēj saņemt to darīt kopā ar vienaudžiem.
Uzvedība pavadot dienu PII	1 punkts	Raudulīga visas dienas garumā. Nomierinās pie kādas aktivitātes, bet pēc neilga laika atkal jūtas emocionāli nedroši.
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	1 punkts	Nav novērojama nekāda interese par patstāvīgu darbošanos. Pieņem tikai skolotājas palīdzību, auklīti nepielaiž.
Iesaistīšanās rotaļās	2 punkti	Interesē nodarbes ar skaņu instrumentiem, labprāt kopā ar skolotāju divatā darbojas ar tiem. Tas gan nenotiek ilgstoši, pēc īsa laika atgriežas saasināti emocionāls noskaņojums un paliek raudulīga.

Gabriela uzrādīja zemu drošības izjūtas līmeni, tātad norisinās smaga adaptācija pirmās nedēļas garumā. Atbilstoši kritērijiem iegūtais vērtējums ir 5 punkti.

6.attēls. Gabrielas drošības izjūtas līmenis, uzsākot adaptācijas periodu PII

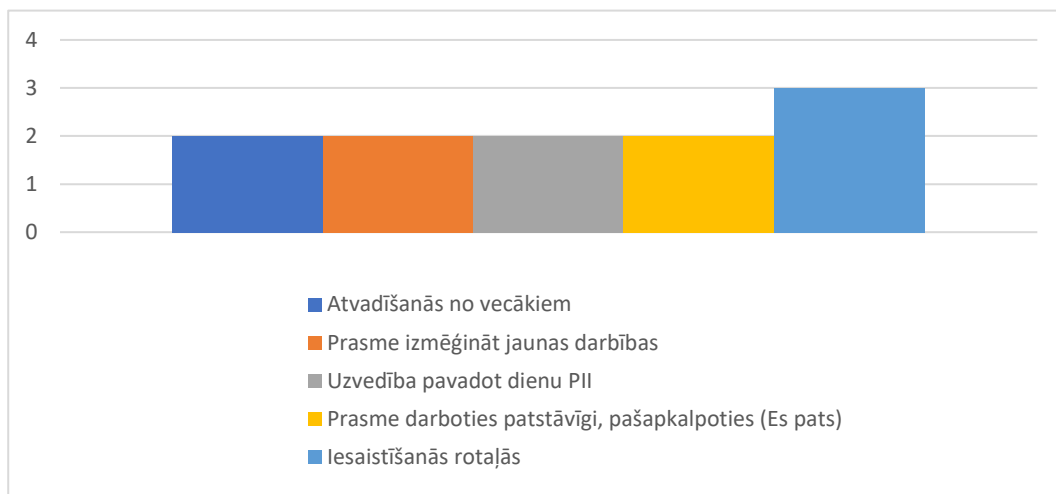


8.tabula. Gabrielas drošības izjūtas novērtējums pēc kritērijiem

Kritērijs	Vērtējums	Autores novērojums
Atvadīšanās no vecākiem	1 punkts	Novērojama histērija, nespēj atvadīties no mammas. Situāciju padara saspīlētāku mammas klātbūtne, kad bērns jau iegājis grupā. Jūtama izteikta mammas nedrošība.
Prasme izmēģināt jaunas darbības	1 punkts	Nevēlas kontaktu ar skolotāju un auklītēm. Neinteresējas par grupā atrodamajām rotaļlietām un centriņu aktivitātēm.
Uzvedība pavadot dienu PII	1 punkts	Dienu pavada sastingusi un raudoša, bet grupas telpā.
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	1 punkts	Nav intereses par darbošanos patstāvīgi. Grupā neēd, pie galda nesēžas. Pielaiž sev klāt auklīti, tikai, lai nomainītu autiņbiksītes.
Iesaistīšanās rotaļās	1 punkts	Neiesaistās rotaļās. Rotaļu laikā stāv pie durvīm un raud. Nepalīdz ne jautra mūzika, ne skaņu instrumenti.

Klāva drošības izjūtas līmenis atbilst augstam rādītājam, pēc kritērijiem atbilstoši vieglai adaptācijai, kopumā iegūstot 11 punktus.

7.attēls. Klāva drošības izjūtas līmenis, uzsākot adaptācijas periodu PII



9.tabula. Klāva drošības izjūtas novērtējums pēc kritērijiem

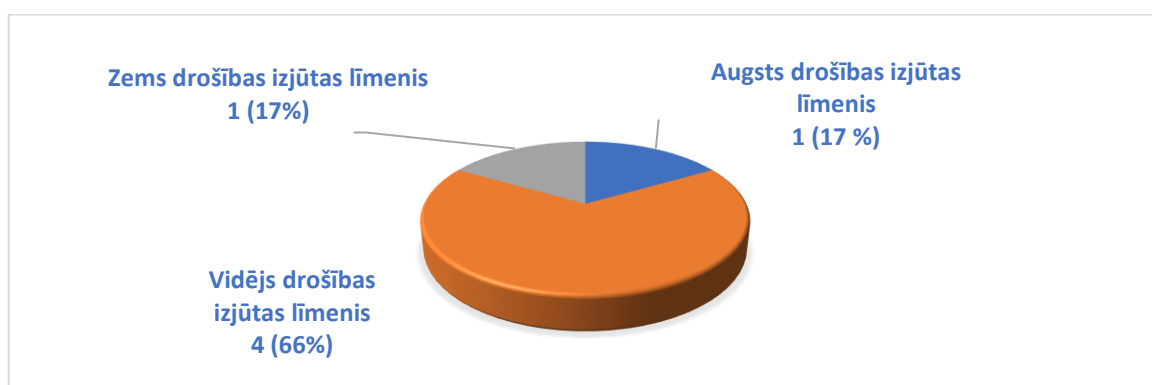
Kritērijs	Vērtējums	Autores novērojums
Atvadīšanās no vecākiem	2 punkti	No vecākiem atvadās mierīgi, bet nepieciešams skolotājas uzmundrinājums un aicinājums doties grupā.
Prasme izmēģināt jaunas darbības	2 punkti	Kopā ar skolotāju labprāt darbojas interešu centriņos, darbojas viņai līdz, atkārtoti rādīto.
Uzvedība pavadot dienu PII	2 punkti	Vēl nav novērota draudzība ar grupas biedriem, bet ir izveidojies labs kontakts ar auklītēm un skolotāju.
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	2 punkti	Mēģina patstāvīgi gērbties, lūdz pieaugušā palīdzību. Patstāvīgi lieto galda piederumus, izvēlas spēles un novieto uz galda.
Iesaistīšanās rotaļās	3 punkti	Ļoti patīk rotaļas, neskatoties uz to, ka labprātāk darbojas kopā ar pieaugušajiem, rotaļu laikā sniedz roku arī vienaudžiem. .

Apkopojot visus vērojumus par 1. adaptācijas nedēļu (skatīt 10. tabulu), autore konstatē, ka vienam bērnam ir zems drošības izjūtas līmenis, četriem bērniem vidējs, bet vienam bērnam augsts drošības izjūtas līmenis (skatīt 8. attēlu).

10.tabula. Bērnu drošības izjūtas līmenis, uzsākot pētījumu

Kritērijs\Bērna vārds	Anna	Olivers	Kirils	Paulīne	Gabriela	Klāvs
Atvadišanās no vecākiem (punkti)	2	2	1	1	1	2
Prasme izmēģināt jaunas darbības (punkti)	2	2	2	2	1	2
Uzvedība pavadot dienu PII (punkti)	2	2	1	1	1	2
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats) (punkti)	1	1	1	1	1	2
Iesaistīšanās rotaļās (punkti)	2	1	2	2	1	3
Iegūtie punkti	9	8	7	7	5	11
Adaptācijas līmenis	Vidējs	Vidējs	Vidējs	Vidējs	Zems	Augsts

8. attēls. Bērnu drošības izjūtas līmenis, uzsākot pētījumu

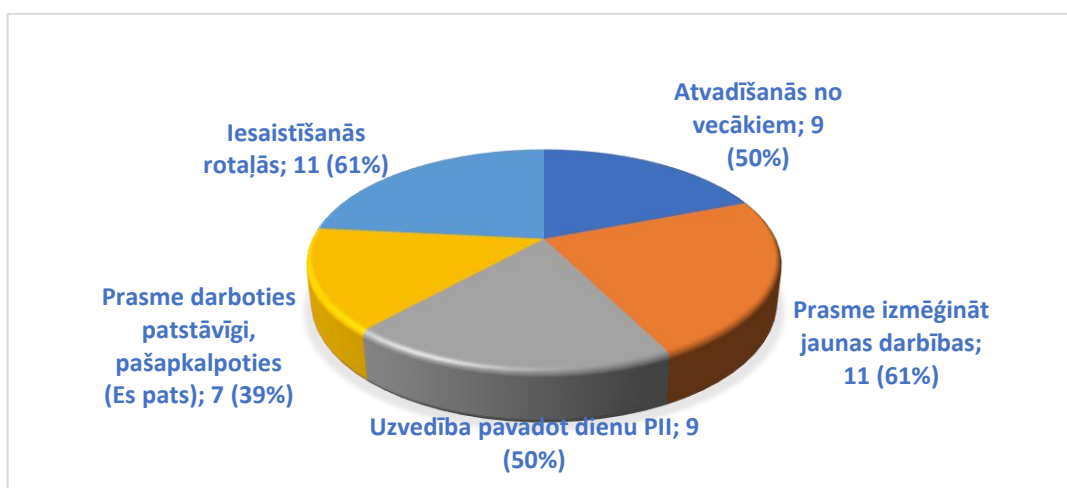


Pēc iegūtajiem datiem, autore pielāgo individuālu un grupas plānu, lai sekmētu visu pētījumā iesaistīto bērnu drošības izjūtas veidošanos turpmākajā adaptācijas periodā. Tiek ņemts vērā, kas bērnam izraisīja visnedrošākās situācijas atrodoties PII un kā tās padarītu emocionāli drošākas, ņemot vērā novērotās bērna intereses grupas telpā un vecāku viedokli par to, kas interesē bērnu mājas apstākļos.

2.4. Pedagoģisko darbību īstenošana bērnu nedrošības mazināšanai adaptācijas periodā

Autore apkopo katra kritērija kopējo vērtējumu un pēc tā secina, ko būtu nepieciešams ieviest ikdienas darbā, lai sekmētu bērnu drošības izjūtas attīstību adaptācijas periodā. Apkopojot katra kritērija vērtību pēc bērnu iegūtajiem punktiem, var secināt, kuras darbības bērniem izraisa nedrošības izjūtu (skatīt 9. attēlu).

9. attēls. Kritēriju sadalījums pēc kopējiem rezultātiem grupā



Novērotie bērni visnedrošāk jūtas brīžos, kad jāmēģina darboties patstāvīgi, gērbjoties, pašapkalpojoties pie galda, u.c. Lai sekmētu bērnu drošības izjūtu darbojoties patstāvīgi, autore ierosina grupā izvietot dažādus materiālus pašapkalpošanās prasmju attīstībai, piemēram, *Montesori rāmīšus* ar podziņām, rāvējslēdzējiem, tādejādi ar rotaļas palīdzību iespējams sekmēt bērna prasmi apgērbties un noģērbties. Bērns ar izvietotajiem materiāliem var darboties tik ilgi, cik viņam ir interese. Lai sekmētu prasmi pašapkalpoties pie galda, autore „ūdens centriņā” izvieto dažāda izmēra trauciņus, karotes, krūzītes, tādejādi sekmējot bērna prasmi ieliet krūzītē vai trauciņā šķidrumu, nostiprina koordinācijas prasmes. Līdzsvara sekmēšanai autore izveido taciņu grupas telpā, kurā ir uzdevums bērnam no viena taciņas gala ar karoti un bumbiņu aiznest līdz otram taciņas galam.

Atvadišanās no vecākiem tiek sekmēta ar vecāku, skolotājas un autoras sadarbību. Tiek veiktas pārrunas, ka nākot uz grupu vecākam ir jārunā mierīgi, nav nepieciešamības steigties, vēlams, ka no rīta ir pavadījuši kādu laiku kopā, lai bērns nav atvests tikko pamodies. Nedrīkst arī pārāk ilgi uzkavēties, ja bērns jau ir iegājis grupā. Autore ierosina grupā uz sienas izvietot visu grupas bērnu ģimenes fotogrāfijas, lai bērnam būtu iespēja pieiet un parunāties, parādīt citiem vai skolotājai savu mammu un tēti.

Lai sekmētu prasmi izmēģināt jaunas darbības, autore grupā izvieto spēles atbilstošu bērnu interesēm. Tā kā katram bērnam līdzī ir mīļmantiņa, autore darbojoties ar bērniem individuāli, ierosina grāmatā atrast attēlu ar mīļmantiņu (piemēram, mīļmantiņa cūciņa Pepa, sameklē grāmatā cūciņu Pepu), ierosina grupā vēl atrast šo tēlu. Tādejādi tiek sekmēta bērna interese un uzdrīkstēšanās grupā izpētīt spēles un rotaļlietas, atrast sev interesējošo.

Kritērijs „Uzvedība pavadot dienu PII” tiek sekmēts rotaļās ar visiem grupas biedriem. Autore izmanto pārsteiguma rotaļas atbilstoši bērnu interesēm, piemēram „Kas ir manā maisiņā?”, „Ripini bumbu draudziņam”, „Zvani, zvani zvaniņus”. Ar šīm rotaļām tiek sekmēta bērna uzdrīkstēšanās muzicēt, sadarboties ar vienaudžiem, iejusties kolektīvā.

Iesaistīšanās rotaļās sekmē bērna komunikācijas spējas, tādēļ autore izvēlējās bērnu dziesmas kā instrumentu bērnu komunikācijai. Sākumā aicinot bērnus doties dejot, kurš nejutās tik droši, dejo ar skolotāju, pēc tam aicina sadoties rokās, veidojot apli, vai veidojot pāri.

Otrās nedēļas novērojumi:

- Anna iesaistās autores piedāvātajās rotaļās, īpaši patīk vērot attēlus grāmatās ar uzdevumiem, kur jāatrod pazīstams priekšmets. Autore iesaista Oliveru, lai sekmētu abu bērnu komunikācijas spējas, kā arī tiek ņemts vērā tas, ka Oliveram ir grūti iejusties lielā bērnu grupā. Annai patīk darboties ar pogāšanas spēli, autore ierosināja sagērbt lelli kopā ar Annu, viņai šī nodarbe padevās. Pati mēģina aiztaisīt savas sandales, uzvilkt jaku. Patīk darboties ūdens centrā un pārliet ūdeni no viena trauka otrā. Mamma nolemj Annu atstāt līdz launagam, iekļaujot diendusu. Pirmajā dienā klusi raudāja gultā, bet skolotāja glaudīja galvu līdz Anna aizmiga. Vērojams, ka ļoti nepieciešama klātbūtne un maigus, patīk apskauties, sēdēt klēpī un pieglausties.
- Oliveri atvadoties no vecākiem ir mazliet emocionāls, bet grupā dodas kopā ar skolotāju. Atrodoties grupā joprojām izvēlas mazliet distancēties no lielas bērnu grupas. Autore cenšas Oliveru piesaistīt komunikācijai ar citiem bērniem, iesaistot pāra rotaļās. Sekmē pašapkalpošanās prasmes mudinot novilkt un uzvilkt savas sandales, ko Oliveri labprāt mēģina. Īpaši patīk darboties „ūdens centriņā” ar pārlišanu. Vecāki un skolotāja nolēma, ka Oliveri ir gatavi palikt grupā līdz launagam, pirmajā dienā bija novērojams liels stress gan no vecāku puses, gan Olivera. Nespēj iemigt un jutās ļoti emocionāli. Oliveram mājās ir īpašs spilvens ar kuru dodas gulēt, skolotāja aicināja vecākus šo spilvenu atnest līdzī, lai Oliveram būtu vieglāk iemigt. Spilvena esamība ļoti sekmēja Olivera pašsajūtu diendusas laikā.

- Kirils no rīta ierodoties PII ir ļoti emocionāls, nevēlas atvadīties no mammas. Atrodoties grupā guļ uz grīdas un nevienu nepielaiž sev klāt. Emocionālos brīžos spārdās un klieudz, neļauj sevi paņemt klēpī. Pats nomierinās un tad pieceļas un gaida skolotājas aicinājumu uz kādu nodarbi. Autore piedāvā Kirilam spēles ar mašīnām un graudiem, ar karotītes palīdzību iekrāmējot graudiņus mašīnas piekabē. Kirilu piesaistījusi šī nodarbe, tādēļ autore turpmākos rītus izmanto šo nodarbi kā motivāciju, lai Kirils mierīgi un ar interesi ieietu grupā. Pirmo reizi izmantojot šo metodi, Kirils sēž mammai klēpī un vēro darbību, kliegšana pēc vecāku aiziešanas turpinās, bet pēc tam uzreiz dodas darboties ar mašīnu un graudiņiem.
- Paulīne rītos ir ļoti emocionāla, nevēlas nākt grupā. Autore izmanto skaņu instrumentus, tos demonstrējot aicina Paulīni nākt grupā. Paulīnei patīk zvaniņi, autore aicina pazvanīt zvaniņus kopā ar vecākiem, tad pazvanīt zvaniņus lācītim, auklītei, utt. Tā novirzot Paulīnes uzmanību no emocionālās atvadīšanās. Autore piedāvā papētīt grāmatu par mūzikas instrumentiem un atrast tajā zvaniņus. Dodoties brokastot, Paulīnei tiek dots uzdevums, zvanīt zvaniņu kā signālu, ka ir pienācis laiks brokastīm.
- Gabrielai novērojama ļoti smaga adaptācija, bērns nevēlas iesaistīties, visu laiku klieudz un raud. Autore nolēma sākt runāt ar bērnu krievu valodā, ņemot vērā, ka Gabriela nāk no krievvalodīgās ģimenes. Gabriela turpina raudāt, bet vismaz reaģē uz teikumiem krievu valodā un pamāj ar galvu. Ar vecākiem tiek veiktas pārrunas, ka vēl nav pienācis laiks pilnai dienai PII un mājās jāsāk izmantot latviešu valodā frāzes, kuras visbiežāk tiek izmantotas grupā. Ļoti izteikti redzama valodas barjera.
- Klāvs sācis drošāk doties grupā, patstāvīgi izvēlas spēles ar kurām darboties. Patīk darboties ar kinētiskajām smiltīm. Redzams, ka patīk sports, apzināti, laukumīnā autore ierosina paspēlēt „futbolu”, Klāvs labprāt iesaistās rīkotajās aktivitātēs. Pirmo diendusu aizvada labi, mazliet vērojams satraukums, bet turpmākās dienas tiek aizvadītas bez emocionāliem pārdzīvojumiem.

Trešās nedēļas novērojumi:

- Anna no rītiem jūtas drošāk, labprāt iesaistās rotaļās. Iesaistās rotaļās kopā ar vienaudžiem, sniedz roku. Pastaigā piedalās skolotājas piedāvātajās aktivitātēs, patīk pētīt kukaiņus ar lupu. Autore aicina Annu un Paulīni pamētāt bumbu, meitenes labprāt rotaļājas kopā. Annai padodas novilkt un uzvilkt sandales, labprāt aiznes savu krūzīti savā vietā pie galda. Patīk uzdevums uz līdzsvara

taciņas, pārnes no viena gala uz otru ne tikai bumbiņu, bet arī dažādas dzīvnieku figūriņas.

- Oliveris no rītiem joprojām jūtas nedroši, grupā nāk lēni un negribīgi. Mamma lieki neuzkavējas un informāciju pajautā vakaros, kad ierodas pēc Olivera, nevis no rītiem. Autore piedāvā no rītiem Oliveram viņa spilventiņu iekārtot savā gultā, pēc šī procesa Oliveris ir gatavs doties rotaļāties. Vērojams progress pašapkalpošanās prasmēs – pats sakārto savas drēbes uz krēsla dodoties diendusā. Citās darbībās nepieciešama pieaugušo palīdzība. Joprojām nepatīk atrasties lielā bērnu barā, tādēļ autore vairāk iesaista Oliveru rotaļās un spēlēs, kur bērni ir sadalīti mazās grupās.
- Kirils no rītiem joprojām spārdās un kliez, bet tika novērots, ka atnākot vecmāmiņai, Kirils jūtas mierīgāk, tādēļ autore ierosina nākamajā rītā uz PII Kirilu atvest vecmāmiņai. Tas situāciju īpaši neizmainīja, tādēļ jāturpina meklēt iespējas, kā palīdzēt adaptācijas procesam. Autore ierosina skolotāju aprunāties par dienas režīmu mājās. Atklājās, ka vecāki kopā ar Kirilu salīdzinoši vēlu dodas gulēt, tas savukārt atspoguļojas uz nākamā rīta PII, kas rīta steigā Kirils nav guvis pietiekamu vecāku uzmanību, lai sagatavotos dienai. Tiek ierosināts pārskatīt iespējas mājās arī brīvdienās izmantot PII dienas režīmu un vakaros Kirilam doties laicīgi gulēt.
- Paulīne jau ieradusi, ka viņu sagaida ar zvaniņiem, šis monotons process ir atstājis zināmas pozitīvas sekas uz Paulīnes drošības izjūtu, jo zina, kāda darbība sekos. Paulīne labprāt zīmē ar guaša krāsām un darbojas ar kinētiskajām smiltīm. Paulīne atnesusi savu ģimenes foto, kuru kopā ar autori piestiprina pie sienas, autore aicina foto atrast sevi, savu māsu, mammu un tēti. Šī nodarbe sākumā bija emocionāla, bet tagad priecājas atrast māsu fotogrāfijā. Dodoties mājās, atvadās arī no fotogrāfijas.
- Gabriela neieradās PII slimības dēļ. Mamma bija ļoti satraukta un skolotāja mierināja, ka tas varētu būt saistīts ar lielo emocionālo spriedzi iepriekšējās nedēļas. Mamma tika aicināta slimošanas laikā nesatraukties, izturēties mierīgi un turpināt ar Gabrielu runāt par grupiņu, par grupiņas bērniem, kā arī turpināt mājās izmantot biežākās frāzes, kuras izmanto grupā.
- Klāvs no rītiem ir enerģisks, jau droši dodas grupā un izvēlas sev interesējošo spēli. Autore piedāvā pašapkalpošanās prasmju veicinošas spēles, Klāvam padodas darboties ar rāvējslēdzēju un sapogāt lielās pogas. Patstāvīgi uzvelk un

novelk gumijas zābakus, prasa pieaugušā palīdzību, lai novilkto vai uzvilktu jaku.

Ceturrtās nedēļas novērojumi:

- Anna dodas grupā droši, pavada laiku kopā ar skolotāju. Autore piedāvā spēli „Kas ir manā maisiņā?”. Anna vēro, ko no maisiņa izvelk un tādu pašu objektu atrod grupā. Tas sekmē bērna spēju orientēties telpā, kas savukārt veicina drošības izjūtu, jo bērns pārzin plauktu saturu un nejūtas apjucis. Diendusas laikā nepieciešama pieaugušo klātbūtne līdz aizmieg. Patīk apģērbt lelles, izvēlēties apģērbu, mēģina to patstāvīgi uzvilkt, patīk lellīti barot, vērojamas arī ģimeniskas ainas ar trauku mazgāšanu, ēst gatavošanu un lelles ieaijāšanu.
- Oliveris sācis justies drošāk vienaudžu pulkā, labprātāk iesaistās rotaļās, kur fonā skan mūzika. Tomēr pāri izvēlas veidot ar skolotāju vai auklīti. Oliveram patīk vērot ģimenes fotogrāfijas, tajās atrod savu ģimeni, norāda uz vecākiem un sevi. Patstāvīgi mēģina noģērbties, skolotājas mudināts pats velk nost apģērbu dodoties diendusā.
- Kirils no rītiem joprojām ir uztraucies, vecāki skaidro, ka nav tik viegli izmainīt dienas režīmu. Kirils sācis līdzī nest mašīnas no mājām. Autore ierosina parādīt grupas biedriem, kā viņa mašīnas brauc un kura no mašīnām viņam patīk vislabāk. Kirils ļāva padalīties ar grupas biedriem un ļāva pabraukāties ar viņa mašīnām. Uz nākamo dienu autore ierosina, ka katrs var atnest savu mīļāko mašīnu un var uzrīkot sacensības.
- Paulīnei ierašanās PII joprojām nav viegla. Pa dienu darbojas, rotaļājas un jūtas mierīgi. Vairāk laiku pavada pedagoga tuvumā, bet ļaujās arī kādai pāra rotaļai. Vakarā autore ierosina paaicināt mammu un māsu grupā un parādīt, kādas spēles grupā viņai patīk un kur atrodas viņas vieta pie galda, kā arī kur ir viņas gultas vieta. Šis pasākums tiek veikts piektdienas vakarā, lai veiksmīgi būtu ko pārrunāt mājās ģimenē.
- Gabriela joprojām slimo un nevar apmeklēt PII.
- Klāvs droši darbojos kopā ar vienaudžiem un skolotāju. Iesaistās gan muzikālajās nodarbībās, gan sporta aktivitātēs. Sadraudzējies ar grupas draugu, abiem kopā patīk darboties uz gaismas lampas, krāmēt lauku sētas ainiņas putraimos ar dzīvnieku figūrām. Sākuši abi kopīgi izvēlēties spēles un nodarbes. Rotaļu laikā dod viens otram roku un veido pāri. Klāvs jūtas labi arī diendusas laikā. Sācis mācīties no drauga pašapkalpošanās prasmes.

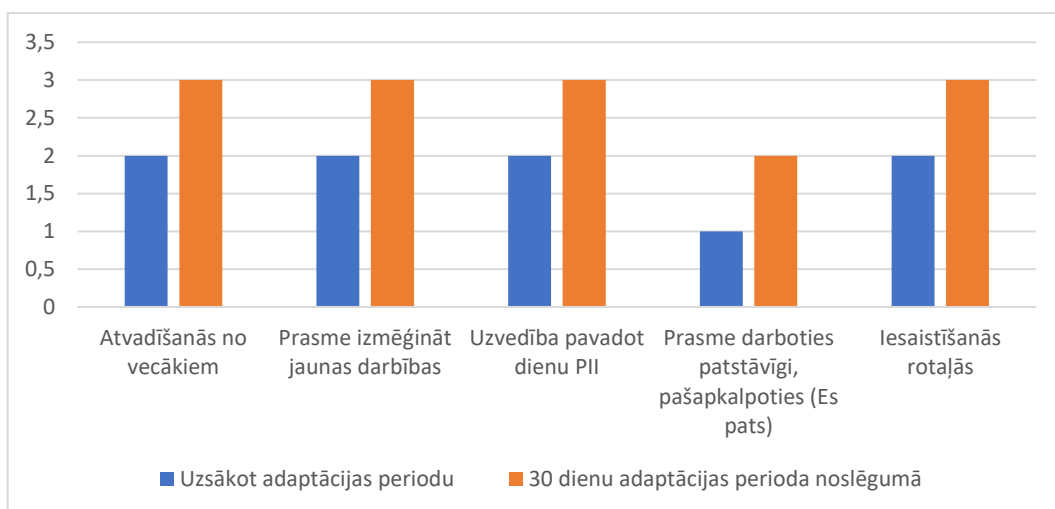
2.5. Novērojumi par bērnu drošības izjūtas līmeni pētījuma perioda beigās

Pētījuma garums ir 5 nedēļas, tādēļ piektās nedēļas dati atspoguļoti kā izvērtējums atbilstoši autores izvirzītajiem kritērijiem un izskaitļots drošības izjūtas līmenis atbilstoši iegūtajam punktu skaitam:

- Zems drošības izjūtas līmenis vērojams tad, ja vērtējums ir 5 punkti,
- Vidējs drošības izjūtas līmenis vērtējams no 6 – 10 punktiem,
- Augsts drošības izjūtas līmenis vērtējams no 11 – 15 punktiem.

Annas drošības izjūtas līmenis ir audzis mēneša laikā no vidējā līmeņa līdz augstam līmenim, pētījuma noslēgumā iegūstot 14 punktus, salīdzinot ar adaptācijas sākumu, tas ir pieaugums par 5 punktiem (skatīt 10. attēlu un 11. tabulu)

10.attēls. *Annas drošības izjūtas līmeņa salīdzinājums par adaptācijas periodu PII*



11. tabula. *Annas drošības izjūtas novērtējums pēc kritērijiem pētījuma noslēgumā*

Kritērijs	Vērtējums	Autores novērojums
Atvadīšanās no vecākiem	3 punkti	Labprāt dodas grupā, uzreiz izvēloties sev rotaļlietas vai spēles ar ko darboties kopā ar skolotāju.
Prasme izmēģināt jaunas darbības	3 punkti	Rosina skolotāju iesaistīties izvēlētajā spēlē. Ļoti interesē jaunas spēles un rotaļas, vērojams pozitīvs emocionāls savijņojums, kad tiek atskaņota jauna dziesma vai piedāvāts jauns dzejolītis.
Uzvedība pavadot dienu PII	3 punkti	Iesaistās spēlēs kopā ar vienaudžiem, darbojoties interešu centriņos. Labprāt dalās ar plastilīnu un veido bumbiņas kopā ar grupas biedriem, rāda, kā tas jādara, aicina piedalīties.

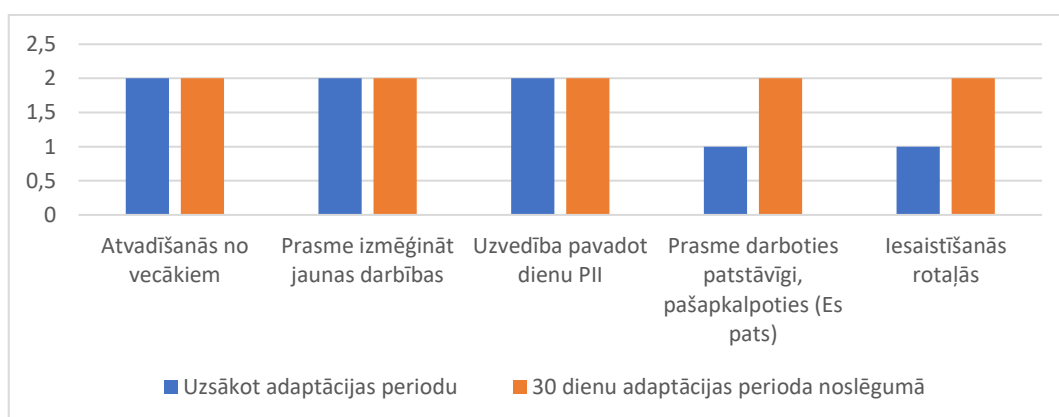
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	2 punkti	Mēģina novilkt savu apģērbu pastāvīgi, nepieciešama pieaugušo palīdzība. Patstāvīgi novelk sandales un tās uzvelk. Sāk patstāvīgi aiznest un nolikt savus galda piederumus, vēl nepieciešama palīdzība.
Iesaistīšanās rotaļās	3 punkti	Droši iesaistās rotaļās, veido apli sniedzot roku grupas biedriem, kā arī veido pāri ar vienaudžiem. Ja grupa skan dziesma, Anna aicina bērnus sadoties rokās un dejot.

Autores secinājumi par Annas drošības izjūtas sekmēšanu –

- Mīļāko rotaļlietu izmantošana, sekmēja Annas interesi, iesaistot šīs rotaļlietas jebkurā nodarbē, veicamajā uzdevumā.
- Lellītes ģērbšana ir sekmējusi Annas interesi par pašapkalpošanos, tā pat kā barošana un lelles galda saklāšana.
- Iesaistot Annu pāru rotaļās, sekmēta komunikācija ar vienaudžiem, Anna ir atvērtāka un labprāt darbojas kopā kā ar pieaugušo, tā ar grupas biedriem.
- Augsts drošības izjūtas rādītājs ir novērojums, ka Anna spēj pati izvēlēties rotaļas vai spēles un aicināt tajās piedalīties arī citus.
- Pašapkalpošanās prasmes iespējams attīstīt, ja iesaistīsies mamma un ļaus Annai no rītiem un ejot mājās pašai novilkt, uzvilkt sandales un apģērbu.
- Annas adaptāciju ir sekmējusi mātes attieksme, vienmēr ieklausoties padomos un cenšoties tos ievērot. Iespējams, arī palikšana ar brāli mājās divatā ir sekmējusi Annas pieradumu būt bez mātes kādu laika posmu.

Salīdzinot ar adaptācijas sākumu, Olivera drošības līmeņa uzlabojums vērojams pašapkalpojoties un iesaistoties rotaļās (skatīt 11. attēlu un 12. tabulu). Kopējais vērtējums pieaudzis par 2 punktiem.

11.attēls. Olivera drošības izjūtas līmeņa salīdzinājums par adaptācijas periodu PII



12. tabula. Olivera drošības izjūtas novērtējums pēc kritērijiem pētījuma noslēgumā

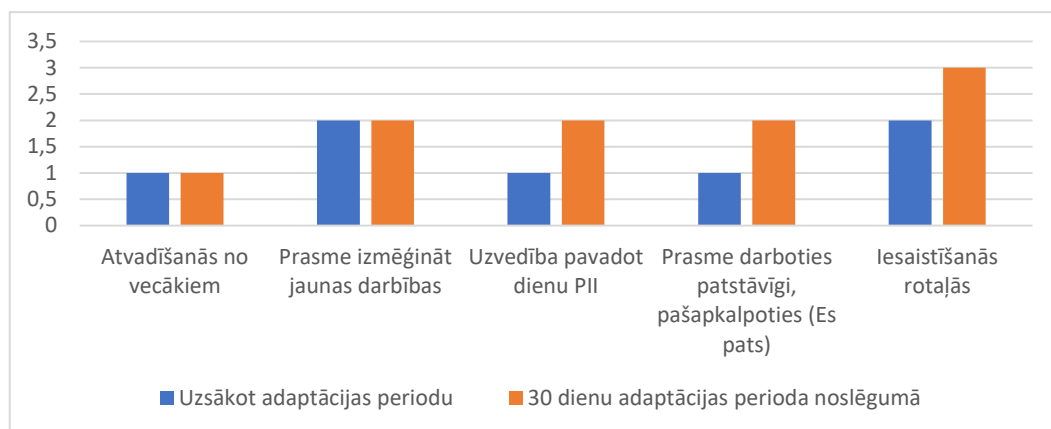
Kritērijs	Vērtējums	Autores novērojums
Atvadīšanās no vecākiem	2 punkti	No rītiem vērojams progress, ierodoties, Oliverš dodas uz guļamistabu, lai gultā noliktu savu spilvenu. Šis process ar katru rītu vairāk palīdz ienākt grupā patstāvīgi. .
Prasme izmēģināt jaunas darbības	2 punkti	Labprāt iesaistās jaunās spēlēs par pašapkalpošanos. Vēro skolotāju un atdarina darbības.
Uzvedība pavadot dienu PII	2 punkti	Sadarbojas tikai mazās bērnu grupās, lielā grupā nespēj koncentrēties, jūtas satraukts par notiekošo.
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	2 punkti	Sakārto savu apģērbu uz krēsliņa, pats patstāvīgi novelk un uzvelk sandales. Nepieciešama pieaugušo palīdzība, kad pārgērbjas, bet interese par patstāvīgu darbošanos ir novērojama..
Iesaistīšanās rotaļās	2 punkti	Rotaļās izvēlas veidot pāri ar kādu vienaudzi vai skolotāju. Novērojams neliels progress rotaļājoties lielākās grupās, bet tās ir īslaicīgas darbības.

Autores secinājumi par Olivera drošības izjūtas sekmēšanu:

- Vecāki Oliveru raksturoja kā sabiedrisku un atvērtu sava vecuma bērniem, jo brīvo laiku ģimene pavada draugu kompānijās, kurās arī ir bērni. Autore gan novēro, ka visa mēneša garumā Oliveram ir grūtības darboties lielās grupās, nespēj atvērties, ja valda troksnis. Iespējams, tas ir saistīts ar to, ka līdz šim Oliveram bijusi saskarsme ar mazu bērnu grupu kurā nav tik daudz notikumu un trokšņu.
- Mīļākā spilvena atnešana uz PII, sekmēja Olivera drošības izjūtu dodoties diendusā. Pats no rītiem gāja spilventiņu novietot savā gultā, ar katru rītu to darīja arvien drošāk.
- Pašapkalpošanās prasmes tika stimulētas ar rotaļām par ģērbšanos. Rezultātā Oliverš savas drēbes sāka sakārtot uz krēsla, dodoties gulēt, kā arī patstāvīgi mēģināja uzvilkt apavus.
- Vecāku iesaiste arī sekmēja Olivera adaptācijas gaitu, jo vecāku nesatrauktā gaisotne no rītiem ļāva Oliveram sekmīgi sagatavoties dienas gaitām.
- Vēl jāturpina sekmēt atvadīšanos no rītiem un jāmeklē risinājums, kā pakāpeniski Oliveru iedrošināt darboties ar visiem grupas bērniem.

Kirila drošības līmenis mēneša laikā audzis par 3 punktiem, joprojām saglabājot vidējas adaptācijas rādītājus (skatīt 12. attēlu un 13. tabulu).

12.attēls. Kirila drošības izjūtas līmeņa salīdzinājums par adaptācijas periodu PII



13. tabula. Kirila drošības izjūtas novērtējums pēc kritērijiem pētījuma noslēgumā

Kritērijs	Vērtējums	Autores novērojums
Atvadīšanās no vecākiem	1 punkts	Ļoti grūti atvadīties no vecākiem, nevēlas nākt grupā. Redzams mazs progress, kad nes līdzī savas mantas no mājām.
Prasme izmēģināt jaunas darbības	2 punkti	Iesaistās spēlēs kopā ar skolotāju, Skolotāja ierosina kāru rotaļu darbību un Kirils to atkārto. Patīk spēles ar viņa atnestajām mantām.
Uzvedība pavadot dienu PII	2 punkti	Labprāt dalās ar mantām ar citiem bērniem, vēro vienaudžu darbību un mēģina sadarboties.
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	2 punkts	Sācis nest savus traukus auklītei, pats novelk uzvelk sandales, vēro, kā to dara citi un mēģina atkārtot.
Iesaistīšanās rotaļās	3 punkti	Ļoti patīk rotaļas, veido pāri un apli ar vienaudžiem, sadodoties rokās. Īpaši patīk muzikālās rotaļas.

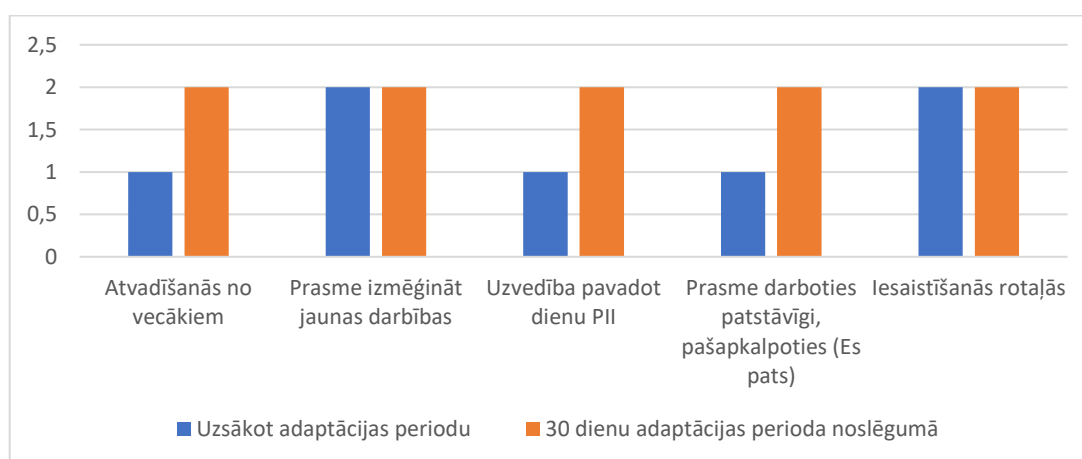
Autores secinājumi par Kirila drošības izjūtas sekmēšanu:

- Novērojot smagu atvadīšanos no rītiem, bija pastiprināti jāpievērš Kirila interesēm, lai ar to palīdzību sekmētu viņa interesi nākt grupā un iesaistīties. Kirilam līdzī kādu rītu bija mašīna, tādēļ turpmākajos rītos, sagaidot Kirilu, tika stāstīts un rādīts par mašīnām, kā tās brauc, ko var ielikt piekabē, utt. Kas mazliet sekmēja ienākšanu grupā, jo viņam šīs darbības likās interesantas. Pat ja brīdī, kad jāatvadās no vecākiem viņš nesteidzās pie interesantās rotaļas, pārejot emocionālajam brīdim, vienmēr vēlējās darīt to, ko skolotāja bija aicinājusi darīt. Vecākiem tika ieteikts pieturēties pie veselīga miega režīma, lai no rītiem varētu pavadīt laiku kopā ar Kirilu pirms došanās uz PII.

- Lai sekmētu Kirila sadarbības un komunikācijas prasmes, interesantās rotaļās ar Kirila mantām, tika iesaistīti arī citi bērni, sākumā viens, tad divu un tad jau veidojot lielākas grupiņas.
- Pašapkalpošanās prasmju apguve notiek lēni, Kirils patstāvīgi novelk un uzvelk sandales, prot novilkt savu apģērbu, pašlaik Kirilam notiek vērošanas process, kā to dara citi, tātad grupas biedri ir lielisks motivators, lai sāktu mēģināt pašam pašapkalpoties,

Paulīnes drošības izjūtas līmenis ir kāpies par 3 punktiem. Salīdzinot ar adaptācijas perioda sākumu (skatīt 13. attēlu un 14. tabulu).

13.attēls. Paulīnes drošības izjūtas līmeņa salīdzinājums par adaptācijas periodu PII



14. tabula. Paulīnes drošības izjūtas novērtējums pēc kritērijiem pētījuma noslēgumā

Kritērijs	Vērtējums	Autores novērojums
Atvadišanās no vecākiem	2 punkti	Pateicoties dotiem uzdevumiem no rīta, Paulīne drošāk atvadās no vecākiem. Kautrīgi gaida skolotājas uzdevumu, bet ļoti droši dodas to izpildīt.
Prasme izmēģināt jaunas darbības	2 punkti	Iesaistās skolotājas piedāvātajās spēlēs, patīk pētīt grāmatas, drošāk to dara skolotājas klātbūtnē, bet arī daži vienaudži nav traucēklis izziņāt.
Uzvedība pavadot dienu PII	2 punkti	Uzdevums pilda enerģiski, priecājas par paveikto. Ļoti novērtē skolotājas uzslavas.
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	2 punkti	Grupā izvietotās leļļu drēbes, gumijas zābaki, sandales un Montessori materiāli sekmējuši pašapkalpošanās prasmes. Labprāt velk apavus un jaku, mēģina to darīt pastāvīgi, bet nepieciešama pieaugušo palīdzība, jo kad neizdodas, sāk dusmoties un raudāt.

Iesaistīšanās rotaļās	2 punkti	Īpaši patīk rotaļas ar skandējamiem priekšmetiem. Rotaļās iesaistās, bet vēlas būt muzicētāja, ne dalībiece. Kopā ar skolotāju veido pāri. .
-----------------------	----------	--

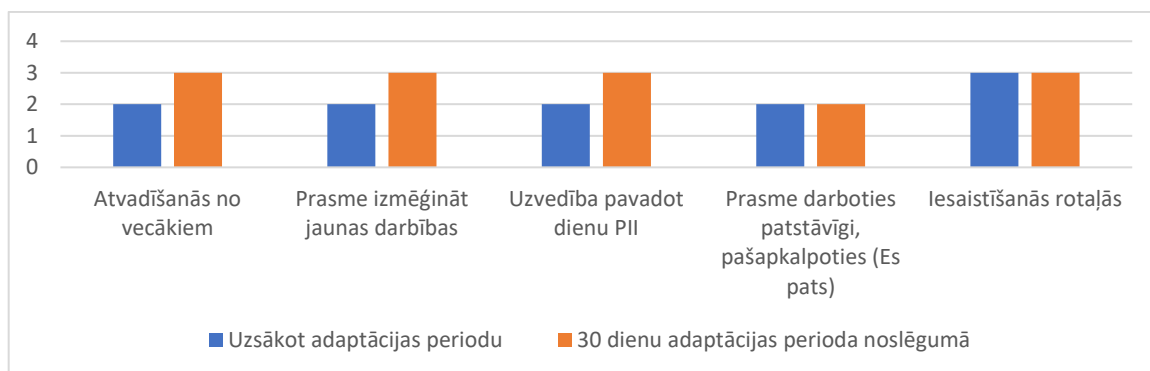
Autores secinājumi par Paulīnes drošības izjūtas sekmēšanu:

- Izmantojot muzikālos instrumentus un dažādus uzdevumus ar tiem, izdevās sekmēt atvadīšanos no vecākiem, jo Paulīne bija tik sajūsmināta par dotajiem uzdevumiem, ka grupā sāka doties ar prieku.
- Redzot, cik cieša veselīga saikne ir Paulīnei ar ģimeni, sekoja ierosinājums ģimenei izstaigāt grupu kopā ar Paulīni pirms brīvdienām, varēja novērot, cik aizrautīgi Paulīne rāda savu gultiņu, skapīti, vietu pie galda, mantas, tas parādīja, ka Paulīne grupā jūtas labi un adaptācija norisinās lēni, bet sekmīgi.
- Arī komunikācijas prasmes tika sekmētas caur Paulīnei uzdotajiem uzdevumiem, piemēram, pazvani zvaniņu, kad bērniem jānāk brokastīs vai pusdienās. Tas cēla arī pašapziņu, ka izdodas un var sadarboties ar skolotāju un grupas biedriem.

Gabriela PII apmeklēja tikai 2 nedēļas, pārējo laiku slimoja, tādēļ nepiedalījās turpmākajā adaptācijas procesā. Māte pieņēma ieteikumus no skolotājas puses, kā sagatavoties atkārtotai adaptācijai. Netika novērots nekāds progress saistībā uz drošības izjūtu, secināts, ka valodas barjera un mātes uztraukums, iespējams, ietekmējis progresu.

Klāvam noritējis ļoti veiksmīgs adaptācijas process. Jau uzsākot pētījumu Klāvam uzrādījās augsts drošības izjūtas līmenis, adaptācijas gaitā tas tikai uzlabojies, gala vērtējumā iegūstot papildus 3 punktus (skatīt 14. attēlu un 15. tabulu)

14.attēls. Klāva drošības izjūtas līmeņa salīdzinājums par adaptācijas periodu PII



15. tabula. Klāva drošības izjūtas novērtējums pēc kritērijiem pētījuma noslēgumā

Kritērijs	Vērtējums	Autores novērojums
Atvadīšanās no vecākiem	3 punkti	Droši dodas grupā un atrod sev interesējošo spēli vai nodarbi. Sadraudzējies ar grupas biedru, gaida viņa ierašanos.
Prasme izmēģināt jaunas darbības	3 punkti	Aicina savu jauno draugu izpētīt jaunās spēles un darboties ar tām. Abi kopīgi darbojas un palīdz viens otram.
Uzvedība pavadot dienu PII	3 punkti	Zinātkārs, enerģisks, iesistās visa veida nodarbēs ar visiem grupas biedriem vai ar savu draugu, kā arī labprāt veic individuālus uzdevumus kopā ar skolotāju.
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats)	2 punkti	Mēģina novilkt savu apģērbu patstāvīgi. Draugs jau ir apguvis pašapkalpošanās prasmes, tādēļ Klāvs uzmanīgi vēro un mēģina atdarināt. Nepieciešama pedagoga palīdzība apģērbties. Pie galda darbojas patstāvīgi, prot aiznest savus traukus.
Iesaistīšanās rotaļās	3 punkti	Iesaistās visa veida aktivitātēs, labprāt rotaļājas veidojot apli, sadodoties rokās, dejojot pie mūzikas mazās grupiņās vai pāri.

Autores secinājumi par Klāva drošības izjūtas sekmēšanu:

- Klāvam iepatikās PII, jo tika piedāvātas viņam interesējošas aktivitātes un temats. Tā kā ģimene ir sportiska un vecāki Klāvu raksturoja kā futbola fanu, ikdienā tika iekļautas spēles un rotaļas ar futbola vai citu sporta veidu elementiem. Klāvu tas aizrāva un viņš vēl vairāk atraisījās komunikācijai ar vienaudžiem un skolotāju.
- Klāva adaptācija notika ļoti strauji, jo viņu ikdienā pieskata aukle, viņam vecāku prombūtne neizraisa saspīlētas emocijas, jo tā nav sveša situācija.
- Adaptācijas progress pietuvojās pārējo bērnu, kuri PII jau apmeklē ilgāku laiku, līmenim, tādēļ viņš sāka iegūt draugus, komunicēt ar grupas biedriem, zinātkāri iesaistīties rotaļās un spēlēs.
- Vecāku mierīgā un pozitīvā attieksme sekmēja gan skolotāju darbību, gan Klāva pašsajūtu visas dienas garumā.

Izvērtējot kopējos rezultātus (skatīt 16. tabulu), autore secina, ka viegla adaptācija norit Annai un Klāvam un drošības līmenis ir sasniedzis augstāko vērtējumu,:

Vidēja adaptācija norit Oliveram, Kirilam un Paulīnei, sasniedzot maksimālo vidējā līmeņa drošības izjūtas vērtējumu;

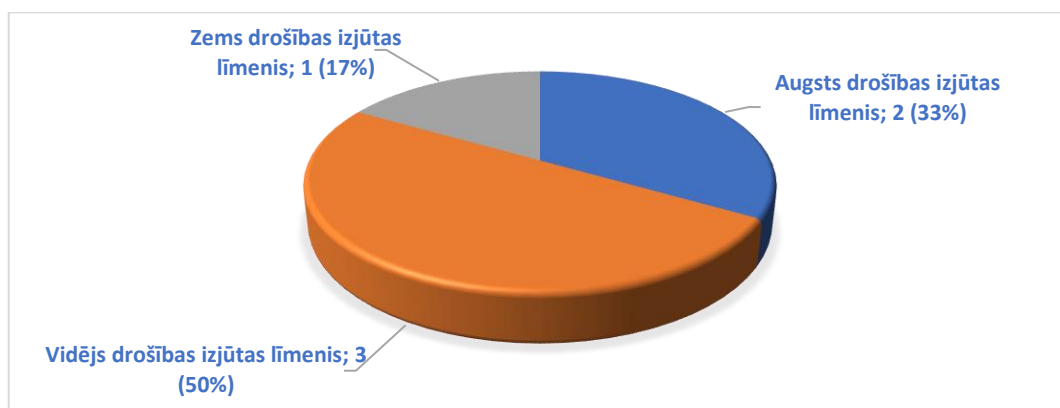
Smaga adaptācija norit Gabrielai, pirmajās 2 nedēļās uzrādot ļoti zemu drošības izjūtas līmeni un pēc tam pārtraucot adaptācijas procesu slimības dēļ.

16. tabula. Bērnu drošības izjūtas līmenis pētījuma nobeigumā

Kritērijs\Bērna vārds	Anna	Olivers	Kirils	Paulīne	Gabriela	Klāvs
Atvadīšanās no vecākiem (punkti)	3	2	1	2	1	3
Prasme izmēģināt jaunas darbības (punkti)	3	2	2	2	1	3
Uzvedība pavadot dienu PII (punkti)	3	2	2	2	1	3
Prasme darboties patstāvīgi, pašapkalpoties (Es pats) (punkti)	2	2	2	2	1	2
Iesaistīšanās rotaļās (punkti)	3	2	3	2	1	3
Iegūtie punkti	14	10	10	10	5	14
Adaptācijas līmenis	Augsts	Vidējs	Vidējs	Vidējs	Zems	Augsts

Pētījuma ievadā zems drošības izjūtas līmenis tik konstatēts vienam bērnam, vidējs drošības izjūtas līmenis četriem bērniem, augsts drošības izjūtas līmenis vienam bērnam. Salīdzinot ar pētījuma nobeigumā apkopotajiem datiem, drošības izjūtas līmenis pētījumā iesaistītajiem bērniem ir cēlies (skatīt 15. attēlu).

15. attēls. Bērnu drošības izjūtas līmenis pētījuma noslēgumā



Secinājumi

Veidojot pētniecisko darbu un pētot literatūru autore secina, ka:

1. Šajā vecumā bērniem vēl nav gūta pietiekama pieredze komunikācijā ar vienaudžiem un citiem pieaugušajiem, tad nonākot grupā rodas nedrošība, paliekot ilgāku laika posmu sev nepazīstamā vietā ar nepazīstamiem cilvēkiem. Šajā brīdī svarīga loma ir skolotājam, kuram jāpielāgojas katra bērna individuālajām vajadzībām, lai sekmētu bērna drošības izjūtu. Skolotājam darbā ar bērnu izmantot viņam interesējošas un pazīstamas lietas, priekšmetus, ļaujot darboties savā tempā.
2. Lai sekmētu bērna drošības izjūtu adaptācijas periodā, jāiesaistās gan vecākiem, gan pedagogam, kopīgi vienojoties par piemērotāko pieeju. Katram bērnam adaptācijas process norisinās savā tempā, tas atkarīgs gan no ģimenes stāvokļa, ģimenes attieksmes, gan no apstākļiem, kur bērns adaptējas.
3. Vecāki spēj „uzbūvēt” drošu pamatu bērniem, ja vien paši jūtas droši un atbildīgi. Bērns jūt vecāku attieksmi. Vecākiem jāpieskaņojas katrai dzīves situācijai, problēmai tā, lai netraumētu bērna drošību. Galvenais ir kontakts vecāku un bērna starpā, būt saprotošiem, runāt ar bērnu, dot tik ļoti nepieciešamos pieskārienus, kas bērnam rada drošības izjūtu, iedrošināt bērnu mēģināt vēl un nebaidīties riskēt.
4. Bērnam, tāpat kā pieaugušajam, ir dažādas vajadzības. Gan fiziskās vajadzības, gan vajadzība pēc pašapliecināšanās ir ļoti svarīgas, taču maziem bērniem primārā vajadzība ir būt drošībā, ja bērns to neizjutīs, tad nespēs pieņemt pasauli, nespēs pilnveidoties.
5. 3 gadu vecumā parādās arī vārdiņš „ES”, bērni arvien biežāk saka „Es pats/pati”, „Es gribu”, utt. Bērni vēlas kļūt patstāvīgāki un mēģina paši uzvilkt zābakus, aiznest traukus, noslaucīt galdu, palīdzēt mājas darbos cik vien iespējams. Galvenais vecākiem ļaut šo “Es” sajūtu apmierināt, lai veicinātu pašapziņu par labi padarītu darbu, turklāt bērns jau ir fiziski nobriedis, lai to visu pamēģinātu.
6. Interesu centri grupās atbalsta bērnu individualitāti, bērni jūtās brīvāki, grupā jūtama pētnieciska un izzinoša atmosfēra. Bērni darbojas ne tikai nodarbību laikā, bet arī brīvajā laikā, spēlējot savas mīļākās spēles, dodoties uz laukumiņu, kurā arī atrodas noderīgi materiāli, lai lietderīgi darbotos. Šāda pieeja strauji sekmē bērnu pašapkalpošanās spējas un reizē drošības izjūtu, jo bērni zina, ka par kļūdām nav jāuztraucas, ka pēc kļūdas seko skolotāja atbalsts un bērns var kļūdu atrisināt pats vai ar pieaugušā palīdzību.

7. Galvenie nosacījumi, uzsākot adaptācijas periodu PII, lai sekmētu bērna drošības izjūtas attīstību:
- Vecākiem jābūt mierīgiem, nedrīkst izrādīt satraukumu, runāt satrauktā tonī atvedot bērnu uz PII, nav nepieciešamības ilgi uzkavēties, bet tajā pašā reizē ir ļoti nepieciešams bērnam sniegt uzmanību un laiku. Tāpēc ir ļoti ieteicams no rīta, pirms PII apmeklējuma, nesteidzīgi pavadīt laiku kopā un nodarboties ar bērnam interesantām nodarbēm.
 - Vecākiem un pedagogam jāvēro, kā progresē bērna drošības izjūta, lai pielāgotu bērnam saudzīgāko režīmu. Svarīgi ir ievērot laika posma garumu, cik bērns pavada laiku PII pirmajās dienās. Ieteicams pirmajās dienās sākt ar 2 – 3 stundu apmeklējumu, ja nav novērojami bērnam lieli pārdzīvojumi, apmeklējuma garumu var pagarināt.
 - Bērnam jāļauj ņemt grupā līdzīgu kāda mīļlieta no mājām, lai radītu drošības izjūtu, jāļauj ar to gulēt diendusas laikā, kad bērniem parasti ir grūti iemigt, īpaši, ja PII apmeklējuma laiks pirmās dienas ir pagarināts līdz pilnai apmeklējuma dienai. Ja nepieciešams, bērnam var dot līdzīgu spilvenu vai sedziņu no mājām.
 - Vissvarīgākā ir emocionālā gaisotne grupā. Pedagogam un auklēm ir jābūt īpaši atbalstošām, fiziskie pieskārieni (apskāviens, rokās sadošanās, paņemšana klēpī) spēj ļoti pozitīvi ietekmēt bērna emocionālo stāvokli.
8. Autores izveidotie kritēriji ļāva sekmīgi novērot bērna drošības izjūtu adaptācijas procesā. Tika pierādīts, ka izveidojot katram bērnam individuālu pieeju, ņemot vērā bērna intereses, raksturu, kā arī vecuma īpatnības, ir iespējams bērnam vieglāk pārvarēt emocionālu nedrošību un vieglāk adaptēties PII. Autore uzsver, ka pamatā ir jābūt pedagoga un vecāku sadarbībai, lai palīdzētu bērnam. Tika pierādīts arī tas, ka bērna drošības izjūtas līmenis ir saistīts ar vecāku attieksmi, bērni skatās uz apkārtējo vidi, sabiedrību tik pat droši, cik vecāki. Bērni, kuriem jau bija saskarsme ar citiem pieaugušajiem un vienaudžiem bija vieglāks un īsāks adaptācijas periods nekā bērniem, kuriem nebija šāda pieredze.

Priekšlikumi vecākiem un pedagogiem

1. Lai sekmētu bērnu adaptācijas progresu nepieciešama cieša sadarbība starp skolotāju un vecākiem. Skolotājs nav vienpersoniski atbildīgs par progresu, vecākiem jāturpina grupā iesāktais, jāizmanto tās pašas metodes, jāmudina bērnu darboties, tādējādi nodrošinot bērnam vienotu pieeju un neraisa bērnam apjukumu, piemēram, grupā māca apvilkt sandales, bet vecāki mājās neļauj mēģināt vai pat aizliedz, šis process ir jāturpina arī mājās apstākļos.
2. Rotaļa ir vissvarīgākais instruments bērna attīstībai un drošības izjūtas veicināšanai, jo caur rotaļu pirmkārt, var piesaistīt bērna interesi kādai darbībai, otrkārt, tiek trenētas visas maņas, bērns attīstās, spēj vairāk izdarīt, jūtas gandarīts un vēlas izzināt vēl, treškārt, mierīgā, rotaļīgā gaisotnē ar pazīstamajiem tēliem bērnu nomierina, veicina drošības izjūtu.
3. Pielāgojot konkrētas darbības bērna vajadzībām un interesēm, adaptācijas process norit daudz veiksmīgāk un ātrāk. Svarīgi bērnu vērot un secināt, kas viņam nepadodas, kas būtu jāattīsta un vienlaikus jāskatās, kas bērnam interesē un caur bērnam interesējošām aktivitātēm jāpiedāvā attīstošas rotaļas, spēles.
4. Komunikācijas prasmes var attīstīt tikai tad, kad bērns iejutīsies vidē, tādēļ ir vērts bērnam neuzspiest draudzību un ļaut visam notikt savā tempā. Kad bērns būs atbrīvojies un iejuties jaunajā telpā, starp nepazīstamajiem cilvēkiem, bērns pats izveidos kontaktu ar citiem bērniem.
5. Uz bērna dusmām reaģējiet mierīgi, lai nesaasinātu situāciju. Uzklusiet bērna dusmas, labākajā gadījumā reaģējiet uz dusmām ar mīlumu, apskaujiet, tas liks bērnam sajūties vajadzīgam, saprastam, kā arī sekmēs nākotnē to, ka bērns nebaidīsies izstāstīt savus pārdzīvojumus un meklēs risinājumu.
6. Uzticieties bērnu spējām, ļaujiet pamēģināt, ļaujiet iesaistīties, ļaujiet ieteikt, jebkurš process var izvērsties daudz patīkamāks gan bērnam, gan skolotājam, gan vecākiem.

Izmantotā literatūra

1. Adams, C. C. (2015, 20. janvāris). Do Your Children Feel Emotionally Safe? *Huffpost*.
https://www.huffingtonpost.com/cathy-cassani-adams/do-your-children-feel-emo_b_6180976.html
2. Bakisa, A. (1999). *Mans bērns nebaidās un paļaujas uz sevi*. Rīga: AlbertsXII
3. Bellows, A. (2016). Understanding Your Toddler's Emotional Moods. *Psychcentral*.
<https://psychcentral.com/lib/understanding-your-toddlers-emotional-moods/>
4. Bērnu tiesību aizsardzības inspekcija (2008). Metodiskie ieteikumi darbā ar bērniem. Vecumposmu attīstības īpatnības bērniem. *Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcija*.
http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska_palidziba/metodiskie_ieteikumi_darba_ar_berniem/?doc=818
5. Boulbijs, Dž. (1998). *Drošais pamats*. Rīga: Rasa ABC.
6. Brūvere, L. (2018). Raksturīgais katram bērna vecumposmam.
Bērnam droša bērnība. 47 – 49
7. Chicot, R. (2016). Cognitive development in toddlers. *Essential parent*
<https://www.essentialparent.com/lesson/cognitive-development-in-toddlers-2249/>
8. Damškalne, K. (2010, 9. septembris). Droša piesaiste starp vecākiem un mazuli.
Māmiņu klubs. <http://www.maminuklubs.lv/mazulis/20120827-drosa-piesaiste-starp-vecakiem-un-mazuli/>
9. Damškalne, K. (2010, 29. jūlijs). Mīlestības sinonīms- lutināšana. *Māmiņu klubs*
<http://www.maminuklubs.lv/mazulis/20120827-milestibas-sinonims-lutinasana/>
10. Dandzberga, I. (2016, 15. februāris). Neredzamās saites – bērna emocionālās piesaistes veidi, kas veido pasaules uztveri. *Māmiņu klubs*
<http://www.mammamuntetiem.lv/articles/34545/neredzamas-saites-berna-emocionalas-piesaistes-veidi-kas-veido-pasaules-uztveri/>
11. Dzintere, D., Stangaine, I. (2005). *Rotaļa – bērna dzīvesveids*. Rīga: RaKa.
12. Dzintere, D., Stangaine, I. (2007). *Rotaļa – bērna dzīves prasmju sekmētāja*. Rīga: RaKa.

13. Džeja, R. (2010). *Lai bērni būtu laimīgi*. Rīga: Zvaigzne ABC.
14. Gailuma, S. (2002). *Mazbērna adaptācijas īpatnības pirmsskolas izglītības iestādē*. Rīga: „Izglītības solī”.
15. Gazala, Š. (2009). *Laimīgais mazulis*. Rīga: Zvaigzne ABC.
16. Geske, R. (2005). *Bērna bioloģiskā attīstība*. Rīga: RaKa.
17. Healthwise Staff (2015). Preschoolers: Building a Sense of Security. *Grow by web md*
<https://www.webmd.com/parenting/tc/preschoolers-building-a-sense-of-security-topic-overview>
18. Jozauska, K. (2012). Droša pasaule bērniem. *Palīgs vecākiem*.
<http://paligsvecakiem.lv/2012/07/drosa-pasaule-berniem/>
19. Kājiņa, D., Aunīte, I. (2006). *Kā izprast bērnu?* Rīga: Izdevniecība „Pētergailis”.
20. Kondrova, A. (2010). Kognitīvo procesu sistēma. Palīgmateriāls skolotājam. Vārdnīca. Uzdevumi. *ProfIzgl.* <http://profizgl.lu.lv/mod/resource/view.php?id=21736>
21. Krasnova, A. (2006, 23. maijs). Bērna fiziskā attīstība.
Medicine.lv https://medicine.lv/raksti/berna-fiziska-attistiba_99519
22. Mierkalne, D. (2012). Kas ir bērnu 3 gadu krīze un kā to pārdzīvot vecākiem. *Mammām un tētiem*. <http://www.mammamuntetiem.lv/emuars/22970/kas-ir-bernu-3-gadu-krize-un-ka-to-pardzivot-vecakiem/>
23. Morin Amy (2013, 5. marts). The Emotional Needs of Toddlers. *Mom.com*
<https://mom.me/toddler/6267-emotional-needs-toddlers/>
24. Naptime Academy (2016). What It Really Means When Children Start Crying at Preschool. *Naptime Academy*
<https://naptimeacademy.com/2016/10/18/what-it-means-when-children-start-crying-at-preschool/>
25. Piažē, Ž. (2002). *Bērna intelektuālā attīstība*. Rīga, Pētergailis
26. Plotnieks, I. (1988). *Psiholoģija ģimenē*. Rīga, Zvaigzne
27. Puškarevs, I. (2001). *Attīstības psiholoģija*. Rīga: IU RaKa

28. Reņģe, V. (2000). *Psiholoģija. Personības psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne ABC
29. Rīgas Stradiņu Universitāte (2021). Pētniecības terminu vārdnīca. *RSU.lv*
<https://www.rsu.lv/petniecibas-terminu-vardnica/noverosana>
30. Skujiņa, V. (2000). *Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca*. Rīga: Zvaigzne ABC.
31. Špalleka, R. (1998). *Māmiņ, vai tu mani mīli?* Rīga: Preses nams.
32. Špona, A. (2006). *Audzinašanas process teorijā un praksē*. Rīga: RaKa
33. Svence, G.(1998). *Personības attīstības psiholoģija*. Ievas Kalves datorsalikums
34. Taube, I. (2015, 20.novembris). Par sevi pārliecināts un drošs bērns – neērts sabiedrībai un vecākiem. *Mammām un tētiem*. <http://www.mammamuntetiem.lv/articles/33799/par-sevi-parliecinats-un-dross-berns-neerts-sabiedribai-un-vecakiem/>
35. Tēzaurus.lv (2021). *Tēzaurus.lv*. <https://tezaurus.lv/saruna:1>
36. Vahere, B. (2007, 11.oktobris). Drošības izjūta. *Apollo*
<http://apollo.tvnet.lv/zinas/drosibas-izjuta/366088>
37. Vigotskis, L. (2002). *Domāšana un runa*. Rīga: Eve
38. Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania (2003). Kādas ir bērna galvenās vajadzības. *Sargtorņa bibliotēka*. <https://wol.jw.org/lv/wol/d/r49/lp-lt/102003922>
39. Zande, D. (2012, 7. janvāris). Mēs augam! Viss par 2 līdz 3 gadus vecu bērnu pārmaiņām. *Māmiņu klubs*. <http://www.maminuklubs.lv/pirmsskola/20120827-mes-augam-viss-par-2-lidz-3-gadus-vecu-bernu-parmainam/>
40. Žeigurs, A. (2014). Kā attīstās bērna domāšana no dzimšanas līdz skolas vecumam un kas to ietekmē? *Bērnu ārsts*. <http://www.bernuarsts.lv/ka-attistas-berna-domasana-no-dzimsanas-lidz-skolas-vecumam-un-kas-to-ietekme/>

Pielikumi

1.pielikums. Vienošanās ar PII vadītāju par pētījuma veikšanu



LATVIJAS UNIVERSITĀTE
PEDAGOĢIJAS,
PSIHOĢIJAS UN
MĀKSLAS FAKULTĀTE

Lūdzu atļaut veikt pētījumu par tematu "Jaunākā pirmsskolas vecuma bērnu drošības izjūtas attīstība sekmīgai adaptācijai pirmsskolas izglītības iestādē" Jūsu vadītajā iestādē. Mans bakalaura darba mērķis ir izziņāt bērnu drošības izjūtas attīstību pirmsskolas izglītības iestādē adaptācijas procesā, kā arī izstrādāt kritērijus, plānu un secinājumus par drošības izjūtas veicināšanu.

Apliecinu, ka pētījumā iegūtie dati būs pilnībā anonīmi, kā arī esmu sagatavojusi izglītojamo likumiskajiem pārstāvjiem informāciju par brīvprātīgu izglītojamo piedalīšanos pētījumā par drošības izjūtas attīstību adaptācijas periodā.

01.09.20. (Datums)

(L. Vēze)

Piekrītu pētījuma veikšanai PII.

(vadītājas paraksts)



Vēstule vecākiem

Labdien! Esmu LU Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultātes programmas „Pirmsskolas, sākumskolas skolotājs” 5. kursa studente Laura Vēze. Bakalaura darba „Jaunākā pirmsskolas vecuma bērnu drošības izjūtas attīstība sekmīgai adaptācijai pirmsskolas izglītības iestādē” izstrādes ietvaros, vēlos lūgt jūsu atbalstu pētījuma veikšanai, akceptējot iespēju strādāt ar jūsu bērnu. Mērķis ir novērot bērnus, kuri tikko uzsākuši pirmsskolas gaitas pirmsskolā, konstatēt šo bērnu emocionālo drošības līmeni adaptācijas posma sākumā un adaptācijas posma noslēgumā, konstatēt, kādi apstākļi un darbības sekmē bērna drošības izjūtas līmeni un veicina vieglu adaptāciju. Bakalaura darba pētījumā bērnu vārdi tiks mainīti, pētījums norisināsies 5 nedēļas (30 dienas). Uzsākot pētījumu, būs nepieciešams raksturojums par ģimeni un bērnu.

Sīkākai informācijai par pētījumu, kā arī ja vēlaties iepazīties ar sava bērna pētījuma gaitu vai rezultātiem, lūdzu, sazinieties ar mani zvanot 20320266.

Piekrītu/nepiekrītu (attiecīgo pasvītrojiet) mana bērna dalībai pētījumā „Jaunākā pirmsskolas vecuma bērnu drošības izjūtas attīstība sekmīgai adaptācijai pirmsskolas izglītības iestādē”.

Paraksts/Atšifrējums

GALVOJUMS

Es, Laura Vēze, apliecinu, ka bakalaura darbs izstrādāts atbilstoši zinātniskās ētikas principiem.

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

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

Darba autors

Laura Vēze
(vārds, uzvārds)

(paraksts)

Datums: 15.11.2021.

IZZIŅA PAR AIZSTĀVĒŠANU

Kvalifikācijas darbs / **Bakalaura darbs** / (atbilstošo pasvītrot)

LU Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultātē

Ar savu parakstu apliecinu, ka darbs izstrādāts patstāvīgi.

Darba autors: Laura Vēze
(vārds, uzvārds, paraksts)

Rekomendēju darbu aizstāvēšanai.

Darba zinātniskais vadītājs:

(akadēmiskais amats, zinātniskais grāds, vārds, uzvārds, paraksts)

Darbs iesniegts LU Kuldīgas filiālē

Biroja administratore _____ **Jana Roze** _____ . 20____.
(paraksts) (paraksta atšifrējums) (datums)

Kvalifikācijas darbs / **Bakalaura darbs**

Pārbaudījuma komisijas 20 ____ . gada _____ sēdē, protokola

Nr. _____

Vērtējums

(vērtējums ballēs)

(vērtējums vārdiem)

Valsts pārbaudījuma komisijas priekšsēdētājs

(akadēmiskais amats, zinātniskais grāds, vārds, uzvārds)

(paraksts)