

# Bērnudārza laiks

2-6 GADI

HEDVIG  
MONTGOMERY

*Barnehageårene*

HEDVIGA  
MONTGOMERIJA

# Bērnudārza laiks

Septiņi vienkārši soļi  
veiksmīgai bērnu audzināšanai



ZVAIGZNE ABC

155.4(035)  
Mo 445

**Hedvig Montgomery**  
**BARNEHAGEÅRENE**

Copyright © Hedvig Montgomery & Eivind Sæther, 2019



This translation has been published with the financial support of NORLA.  
Šis tulkojums tiek publicēts ar NORLA finansiālu atbalstu.

Grāmatu atbalsta  un 

No norvēģu valodas tulkojusi *Guna Gavare*

**Hedviga Montgomerija**  
**BĒRNUDĀRZA LAIKS**

Apgāda Zvaigzne ABC vadītāja VIJA KILBLOKA  
Projekta vadītāja *Meldra Āboliņa*  
Redaktore *Marta Ābele*  
Korektores *Diāna Graudiņa, Elīna Kola*

Apgāds Zvaigzne ABC, SIA,  
K. Valdemāra ielā 6, Rīgā, LV-1010. Red. nr. R-440.  
Jelgavas tipogrāfija

Šis ir ar autortiesībām aizsargāts darbs. Darba reproducēšana vai jebkāda cita neatļauta izmantošana ir autortiesību pārkāpums. Par autortiesību pārkāpšanu ir paredzēta atbildība Krimināllikuma 148. pantā. Saskaņā ar Autortiesību likuma 69.<sup>1</sup> pantu persona ir arī mantiski atbildīga par visiem zaudējumiem un morālo kaitējumu, kuru tā radījusi ar autortiesību pārkāpšanu.

© Tulkojums latviešu valodā, Guna Gavare, 2021  
© Izdevums latviešu valodā, Apgāds Zvaigzne ABC, 2021  
ISBN 978-9934-0-9262-6



# SATURS

Tavs bērns.....	7
Paveras pasaule.....	11

## SEPTIŅI SOĻI

1. Saikne.....	19
2. Lielās emocijas.....	33
3. Strādā ar sevi.....	53
4. Robežas un sekas.....	75
5. Sargā attiecības.....	93
6. Kad viss iet šķērsām.....	111
7. Ļauj bērnam vaļu.....	127

## LIELĀS TĒMAS

Bērnudārzs.....	140
Brāļu un māsu ģivīņi.....	155
Ēdiens.....	173
Miegs.....	183
Ekrāna laiks un sociālie mediji.....	193
Šķiršanās un bērnu dališana.....	202
Runā par visu.....	209
Kad ir īpaši grūti.....	220
Pateicība.....	230



# TAVS BĒRNS

Laika posmā no diviem līdz sešiem gadiem bērns piedzīvo milzīgas pārmaiņas. Jo vecāki kļūst bērni, jo lielākas ir atšķirības. Sākot skolas gaitas, daži bērni var patstāvīgi aiziet uz mājām un pagatavot sev pusdienas, savukārt citiem joprojām ir vajadzīga palīdzība tualetē. Daži nevar nosaukt nevienu burtu, bet citi jau lasa grāmatas. Tāpēc ir diezgan grūti pateikt, tieši kādā attīstības posmā atrodas tavš bērns, taču tas nav arī tik svarīgi. Būtiskākais ir tas, ka vienmēr jāmēģina saskatīt savu bērnu tādu, kāds viņš ir. Atšķirības ir lielas, tomēr tās drīz vien izlīdzināsies. Ja izdodas uztvert bērnu atbilstoši viņa pašreizējam attīstības posmam, vecāku uzdevums lielā mērā jau ir izpildīts.

Esmu devusi grāmatai nosaukumu “Bērnudārza laiks”.


To darīju, labi apzinoties, ka ne visi vecāki var vai izvēlas sūtīt

bērnus bērnudārzā. Ikdienas organizēšanas veidu ir apmēram tikpat daudz, cik ģimeņu. Tam, kāda ir tieši jūsu ģimene, patiesībā nav lielas nozīmes, kamēr vien varat atrast noteiktu dienas kārtību, kas der visiem. Ceru, ka grāmata sniegs zināmu sapratni un palīdzēs dot bērnam visu nepieciešamo šajā pārmaiņu laikā, kad virmo spēcīgas emocijas un iztēlei nav nekādu robežu.

Un tici man: šajā laikā vecāku darbs var izrādīties daudz grūtāks nekā agrāk.

Neatkarīgi no tā, vai ģimenē esi divatā ar bērnu vai arī esat divi pieaugušie ar veselu bērnu bariņu, kurā ir arī pusbrāļi un pusmāsas, – bērns ir kā atšifrējams kods. Ja tev ir vairāki bērni, tad ir jāatšifrē vairāki kodi un vienlaikus jāpanāk, lai bērni sadarbotos.





Tieši tev ir jāizveido ietvars, kurā jūs būsiet kopā, un tieši tev ir jāsargā svarīgā saikne jūsu attiecībās.

Lai kas arī notiktu turpmākajā dzīvē, ar visām rūgtajām asarām un bezbēdīgajiem smiekliem, nobrāzumiem un izlasītajām pasakām, un naktīm, kad neviens nedabū izgulēties, atceries šo:

tavam bērnam vajag *tevi*. Vairāk par visu pārējo.

Patīkamu lasīšanu!

Hedviga



# PAVERAS PASAULE

Bērnudārza laiks cilvēka dzīvē ir kā neticams ceļojums. No punkta, kurā redzam tikai pavisam tuvo un konkrēto, mēs mērojam ceļu līdz skatam bezgalībā. No mūsu mazās ģimenes līdz lielajai kopienai. No gandrīz nekā līdz visam. Šo gadu laikā tu redzēsi bērnu, kurš uzplaukst un sauc: “Es esmu gatavs!”

Divgadniekam šķiet, ka vislabākais pasaulē ir atdarināt pieaugušos, bet tikai dažus gadus vēlāk tu mājas patrepē atradīsi savu piecgadnieku, kurš jau lielā burukuģī gatavojas ceļot apkārt pasaulei un izmest enkuru pie Borneo.

Māju jumti paveras, sienas krīt, un zvaigznes pēkšņi ir rokas stiepiena attālumā. Šis neprātīgais ceļojums aicina visus bērnus. Kā maza sēkliņa tas mīt visos cilvēkos. Tas ir skaists solījums mums visiem – arī tev atvērsies Visums.

Nekas cits manī nevieš tādu ticību cilvēcei kā viens piecgadnieks. Kad bērns tuvojas šī ceļojuma beigām, viņam nepastāv nekādas robežas. Un tieši šeit, kur pāri galvai atvērušās debesis un zem kājām plešas jūra, caurredzama un spoža, lielā mērā veidojas tas cilvēks, par kādu viņš kļūs.

Viss, ko bērnam nepieciešams zināt par dzīvi, tiek sēts tieši šajos gados. Piecgadniekam nav apgriezti spārni, viņš ir pilnībā atvērts. Tāpēc nevajadzētu viņam teikt: “Tā tu nevari darīt” vai “Tas izklausās maz ticami”.

Nākotnē tāpat ir papildnam varbūtības teorijas uzdevumu, lietainu dienu un mazliet par sarežģītu mājasdarbu.

Ļauj, lai no sēkliņas izaug kaut kas liels, drosme un optimisms – tas, kas ir nepieciešams, lai veidotu pasauli kaut nedaudz labāku. Rotaļas un iztēle bērnam palīdzēs iemācīties būt kopā ar citiem, ievērot noteikumus un tiekties pēc kaut kā laba – un viņš redzēs, ka tad, ja tiek izdarīts viss nepieciešamais, patiešām var mazā kuģītī nokļūt līdz Borneo.

Dzīve bērņus māca ik uz soļa, it visā, ko viņi dara, it visā, ko pieredz, – tev ir tikai jāļauj viņiem to darīt, vajag paņemt viņus pie rokas, būt kopā uz kuģa klāja, ja vien tev to ļauj. Tieši tas, ko bērni tagad iemācās, palīdzēs tikt galā ar nākotnes neveiksmēm, sairstošām attiecībām, sapņiem, ko viņi reiz gribēs īstenot.

Varbūt viņiem tas izdosies, bet varbūt arī ne.

Tik un tā tev vajag būt kopā ar bērnu, kamēr viņš kļūst arvien patstāvīgāks – pārstāj izmantot autiņbiksītes, iemācās