

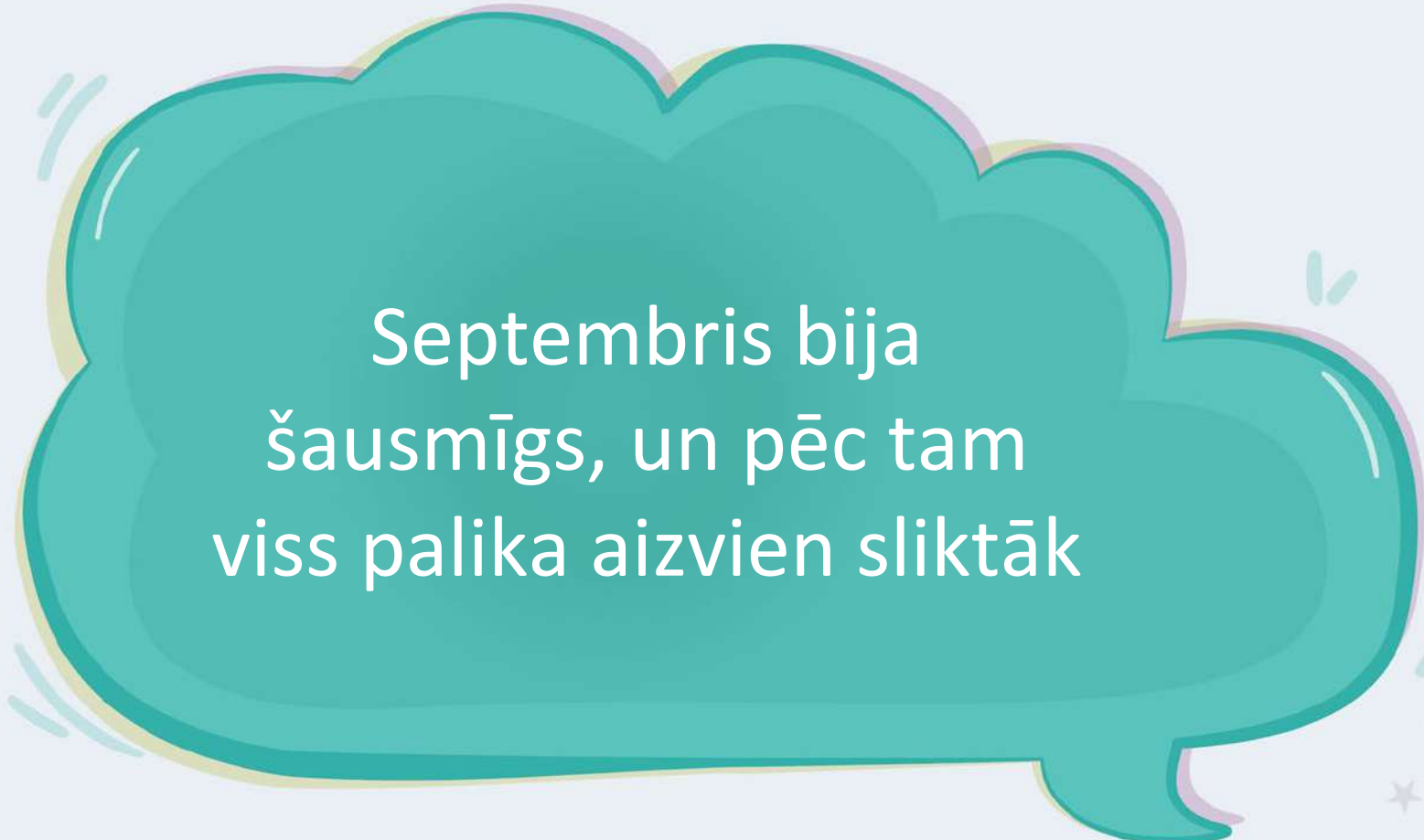
# 1. KOPDIZAINA SESIJA

Lektore: Līga Bērziņa

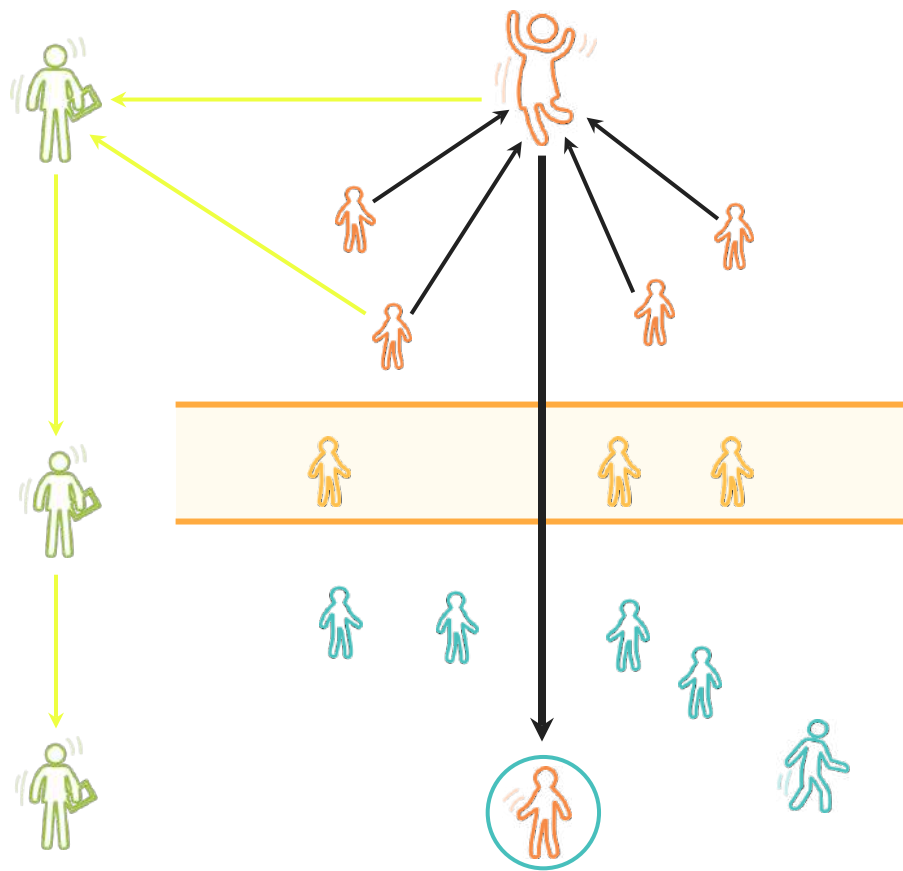
**Pirmās dienas skolā.**

**Atbalsts adaptācijas posmā un kā  
atpazīt pirmos vardarbības signālus?"**

2023. gada 5. septembrī,  
plkst. 15:00-17:00




Septembris bija  
šausmīgs, un pēc tam  
viss palika aizvien sliktāk






# 1.pazīme

## Acu skatiens



2.pazīme  
Ķermeņa atrašanās  
vieta telpā

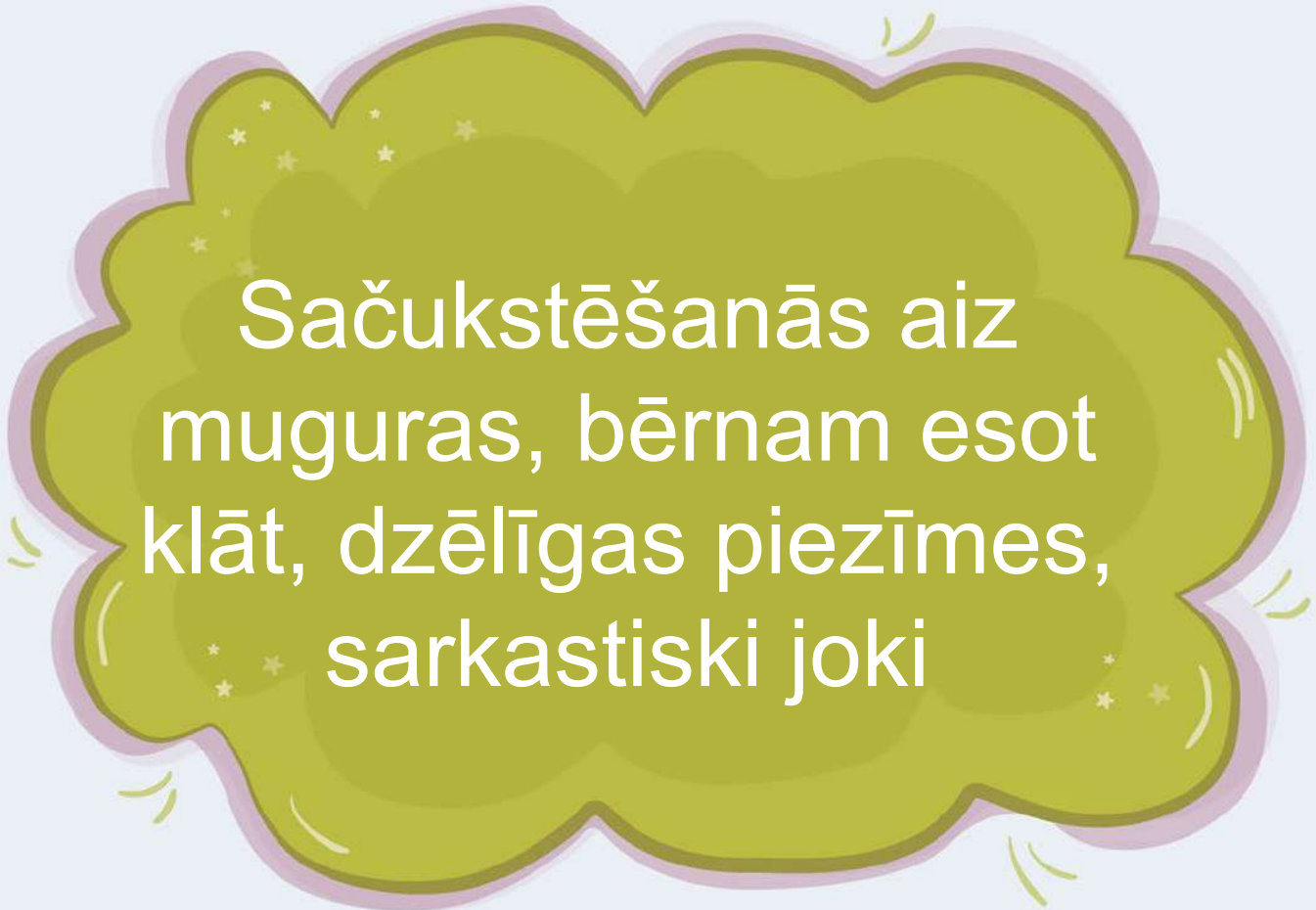


# 3. Pazīme

## Nenod roku sastājoties



# Audzēkni neizvēlas komandā



Sačukstēšanās aiz  
muguras, bērnam esot  
klāt, dzēlīgas piezīmes,  
sarkastiski joki





iesaukas



# Apsaukšanās



Ignorēšana



# Baumas, intrigas



# Fiziska vardarbība



draudēšana

# Neveselīgas vides pazīmes

- Citu pārtraukšana, neļaušana izteikties
- Sūdzēšanās un stučīšanas kultūra
- “Kapeņu” stāsti
- Stipras iekšējās mikrogrupas
- Naidīga jauno biedru sagaidīšana
- Veiksmes piesavināšanās
- Vardarbības atbalstīšana, vardarbīgi joki un komunikācija



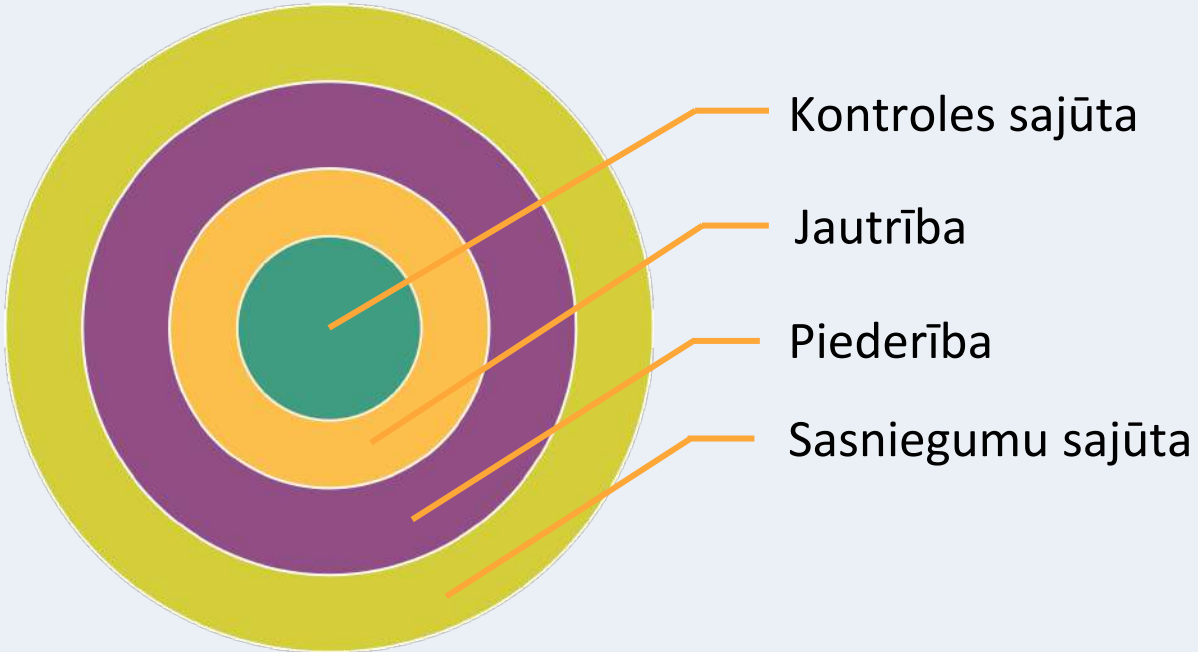
# Uzvedības problēmas visbiežāk rodas bērniem, kuriem ir grūtības ar:

- Elastīgu pieeju
- Adaptācijas prasmēm
- Spēju tolerēt frustrāciju
- Spēju risināt problēmas





# Bērnu pamatvajadzības



# Jautrība

- Bērniem ir svarīgi smieties. Ja stundas būs nopietnas, viņi tik un tā atradīs, par ko smieties.
- Ir bērni, kuriem ir grūtības ģeneralizēt, un tāpēc viņi var nespēt apstāties stāstīt jokus



# Sasniegumu sajūta

- Bērni klases priekšā neteiks, “Es nesaprotu”, ja viņam ir vieglāk pateikt “Tas uzdevums ir stūlbs”
- Jo dziļāk atpalicis bērns jutīsies, jo vairāk viņš var censties rehabilitēt sevi citu acīs ar sarežģītu uzvedību



# Piederības sajūta

- Bērniem ir svarīgi iederēties kaut kur
- Par piederības sajūtu viņi ir gatavi maksāt ļoti augstu cenu
- Jūsu bērniem ir jāprot draudzēties ar harmoniskiem bērniem. Ja viņiem tas neizdosies, viņi draudzēsies ar jebkādiem bērniem



# Kontrole

Kas vienam izskatās kā nekontrolējama uzvedība, otram var būt kontroles iegūšanas uzvedība

Ir bērni, kuriem ir izteikta bezspēcības sajūta

- *Man tik un tā nekas nesanāks*
- *Es esmu lūzeris, idiots*
- *Citi par mani ir labāki*
- *Es neko nevaru, nesaprotu un labāk mirstu nost nekā kaut ko mācos*
- *Es nevaru, es negribu*



Kur sēdināt bērnu?

# Kā sēdināt bērnus klasē?

- Ir vērts salikt bērnu vārdus uz galdiem
- Pēc interesēm
- Pēc aptaujas rezultātiem
- Pa pāriem pēc vērtībām
- Pēc mācīšanās stiliem
- Pēc auguma
- Citiem jautriem veidiem

# Miljons piezīmju? Sarunas ar bērnu

- Pavaicājiet, kāpēc ir svarīgi mācīties?
- Pavaicājiet, kā mācīšanās “izskatās”, “izklausās”, kā “jūtas”
- Pavaicājiet, kas bērniem ir svarīgi skolā un attiecībās ar klasesbiedriem
- Pavaicājiet, kas palīdz mācīties un kas traucē mācīties



# Veidojiet paši droši vidi

- Nemiet vērā ne tikai fizisko, bet arī emocionālo vidi
- Sagatavojiet bērnus pārmaiņām un ko darīt pārmaiņās
- Piedāvājiet droši vidi bērniem, kuriem viegli veidojas sensorā pārslodze
- Nesodiet bērnus par uzvedību, kas patiesībā ir traumas simptomi



# Kopīgi apzņiet riskus

- Veidojiet kopīgu skolas drošības karti – noskaidrojiet, kur bērns jūtas visdrošāk un kur – visnedrošāk
- Veidojiet kopīgu situāciju karti

# Nejautājiet, kāpēc viņi tā dara, vaicājiet:

- Kā palīdzēt tev pārtraukt tā rīkoties?
- Kas varētu tev palīdzēt?
- Kas notika tavās smadzenēs konkrētajā situācijā?
- Kas notika pirms tam un pēc tam?

# Kopīgi modelējiet situācijas un veidojiet lomu spēles

- Ko darīt, ja nevari atrast savu penāli
- Ko darīt, ja nevari atrast savu klasi
- Kā uzvesties dusmu brīžos
- Ko darīt, ja tevi pagrūž
- Ko darīt, ja esi uztraucies utt.



- Darba uzdevumus izskaidrojiet soli pa solim;



# Skolas bieds – cīņa ar garlaicību starpbrīžos

Vizualizējiet plakātus –  
ko darīt starpbrīžos?



# Murgs ar nosaukumu mājasdarbi...

reizēm ir vērts sazītot ar *ni* un mācīties ko  
uz priekšu nākamajai dienai



PALDIES!



# Literatūras avoti

- Ablon, J. Stuart. Changeable . Penguin Publishing Group
- Arnold P. Goldstein, The Prepare Curriculum: Teaching Prosocial Competencies Revised by Arnold P. Goldstein, Research Press, 1999
- Hallowell, Edward M.. Driven to Distraction, Knopf Doubleday Publishing Group. Harvey, Pat. Parenting a Child Who Has Intense Emotions, New Harbinger Publications.
- Lutgen-Sandvik, Pamela. Adult Bullying—A Nasty Piece of Work: Translating a Decade of Research on Non-Sexual Harassment, Psychological Terror, Mobbing, and Emotional Abuse on the Job, ORCM Academic Press