

## 2. KOPDIZAINA SESIJA

Lektori: Nikita Bezborodovs, Līga Bērziņa

# Kā izprast agresīvu uzvedību skolā?

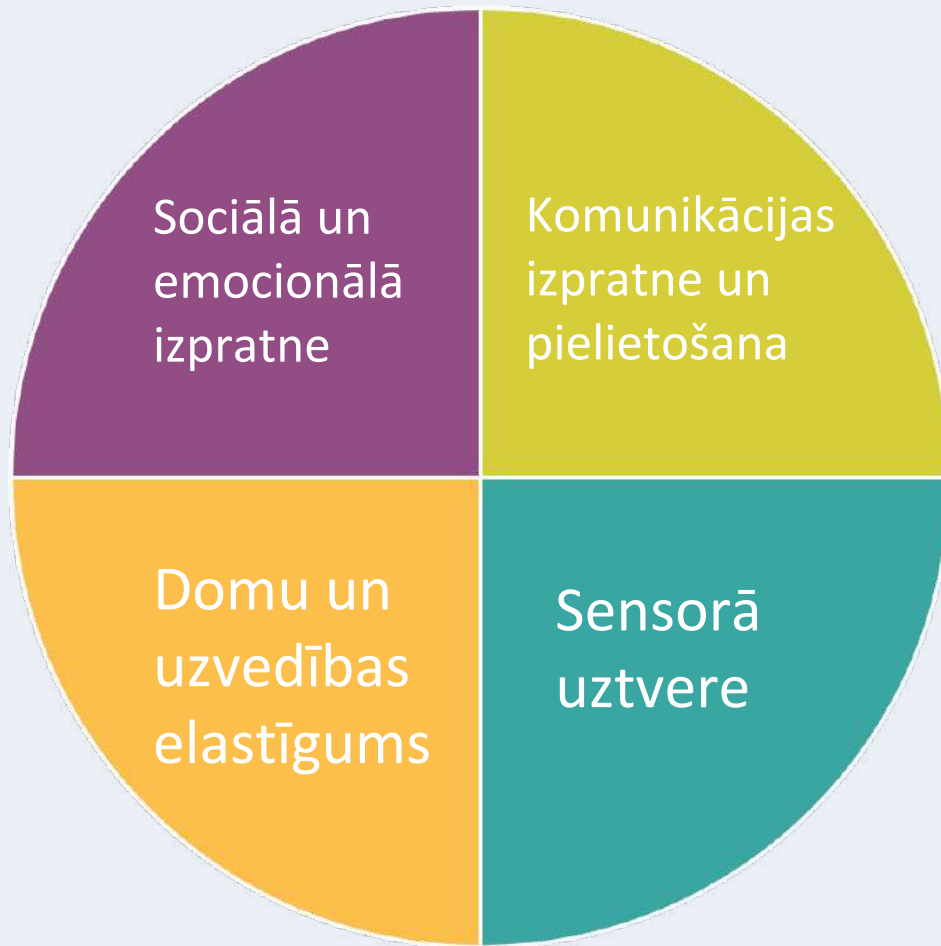
2023. gada 12. septembrī,  
plkst. 15:00–17:00

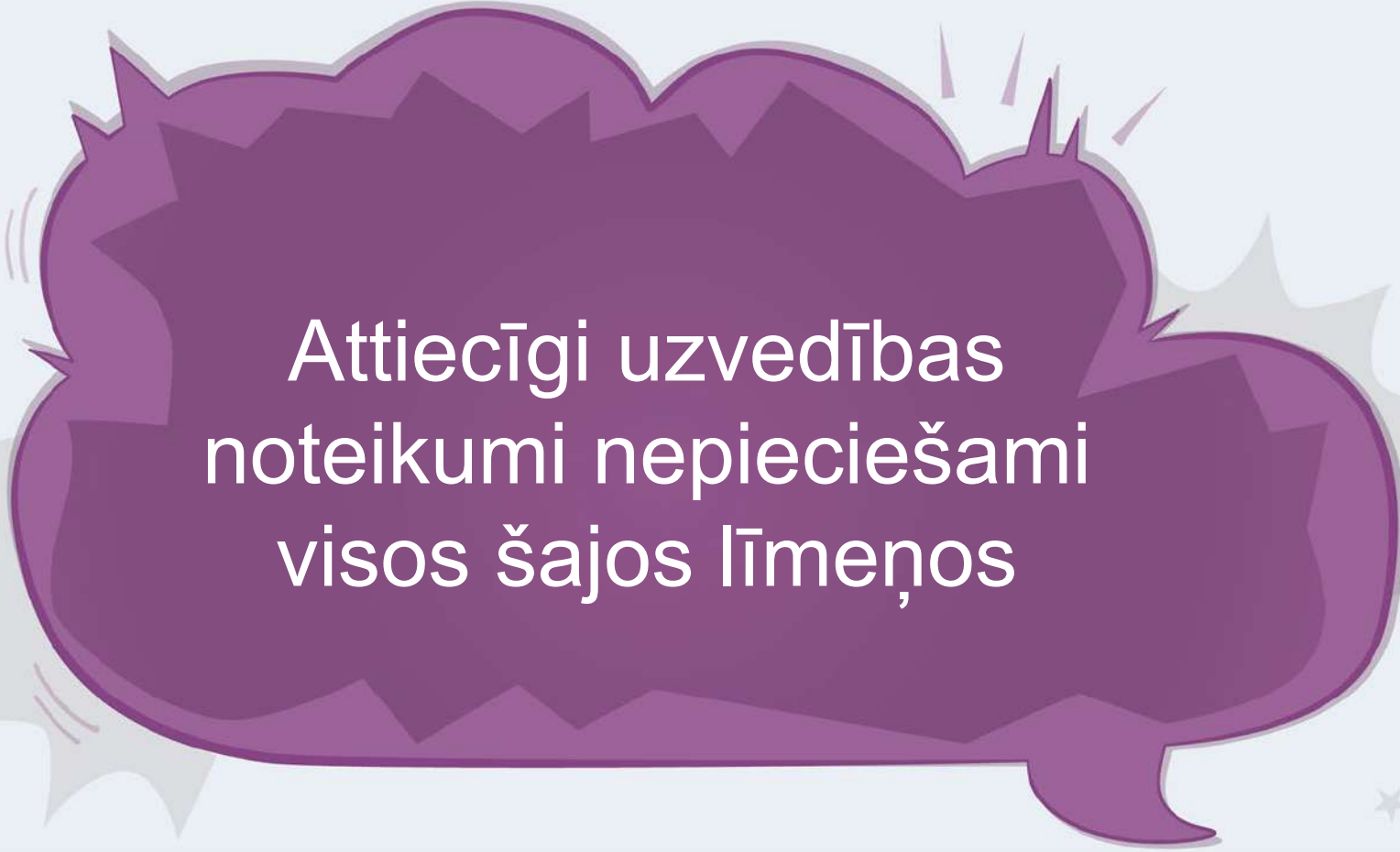


Kāpēc uzvedības  
noteikumi nestrādā?

- Tos neviens nelasa!
- Paši nav piedalījušies to veidošanā.
- Paši nav piedalījušies to veidošanā.
- iespējams nav sadzirdēti
- Bērni neizprot
- Nav saistoši skolēnam, pārlietu ierobežo
- Izstāsta skolotājs, to neuztver.
- bērni tos vienkārši neievēro.
- bieži jāatkārto
- nav konsekvences un pacietības no skolotāju puses
- To ir daudz un klašu stūros “nogrūsti”

- Tad kad bērniar skolotājiem runā par noteikumiem, ne visi skolēni tos uztver nopietni.
- Nav izpratnes par to, kāpēc tie vajadzīgi.
- tie ir nepārskatāmi un daudz
- PIEAUGUŠIE TO NEIEVĒRO, KO PRASA NO SKOLĒNIEM
- Mēs neviens neiedziļināmies iekšējās kārtības noteikumos.
- protests no bērnu puses!
- Noteikumi tiek veidoti garās frāzes, nevis usas konkrētās frāzēs
- Ja individuāli izskaidro, tad visu saprot!
- Pusaudžu vidū ir stilīgi noteikumus pārkāpt.
- Nav cēloņu-seku sakarības... Ne vienmēr pārkāpumam seko kāda darbība.
- Noteikumus liek lasīt pašiem un parakstīties par tiem, bet netiek pārrunāti, lai būtu izpratne.
- zaudējuši aktualitāti (piem., ir nemainīgi vairākus gadus, kaut arī bērni, piemēram, jau ir izauguši līdz ar to mainījušās viņu intereses)
- Impulsu kontroles grūtības
- noteikumi tiek pasniegti audzinošā un pārākuma tonī..





Attiecīgi uzvedības  
noteikumi nepieciešami  
visos šajos līmeņos

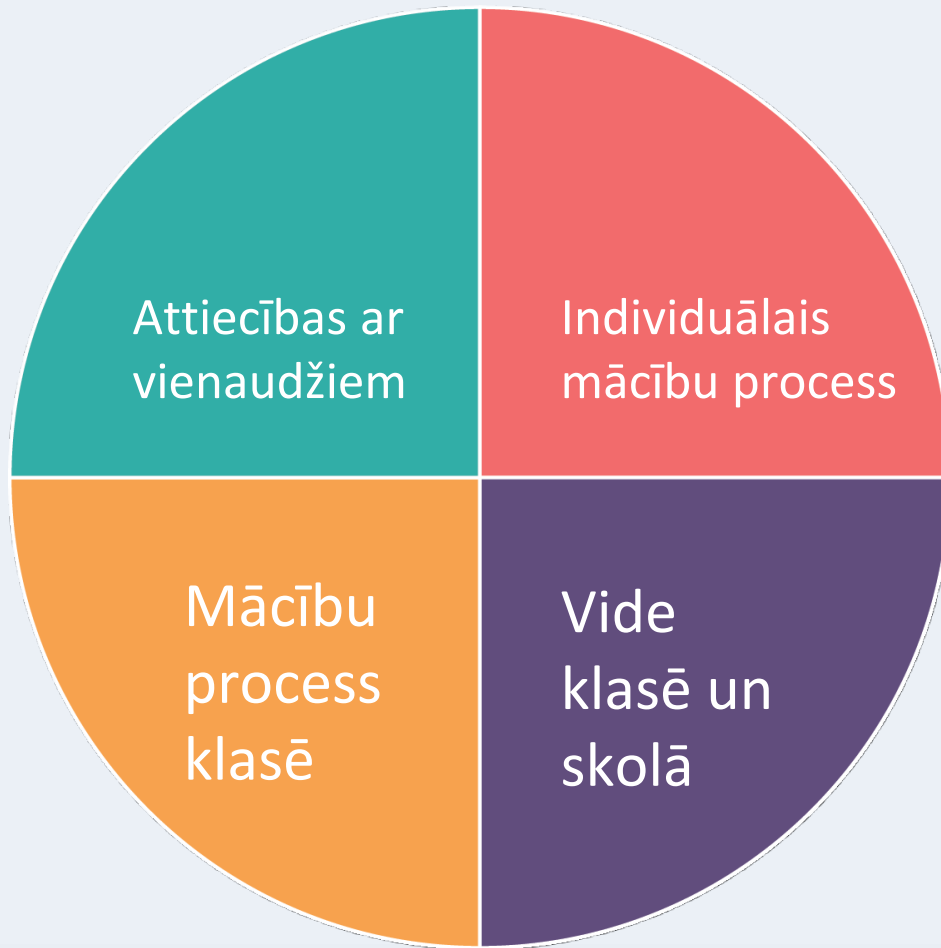
Ja ir problēmas ar  
sensoro uztveri,  
verbālās instrukcijas  
nestrādās!



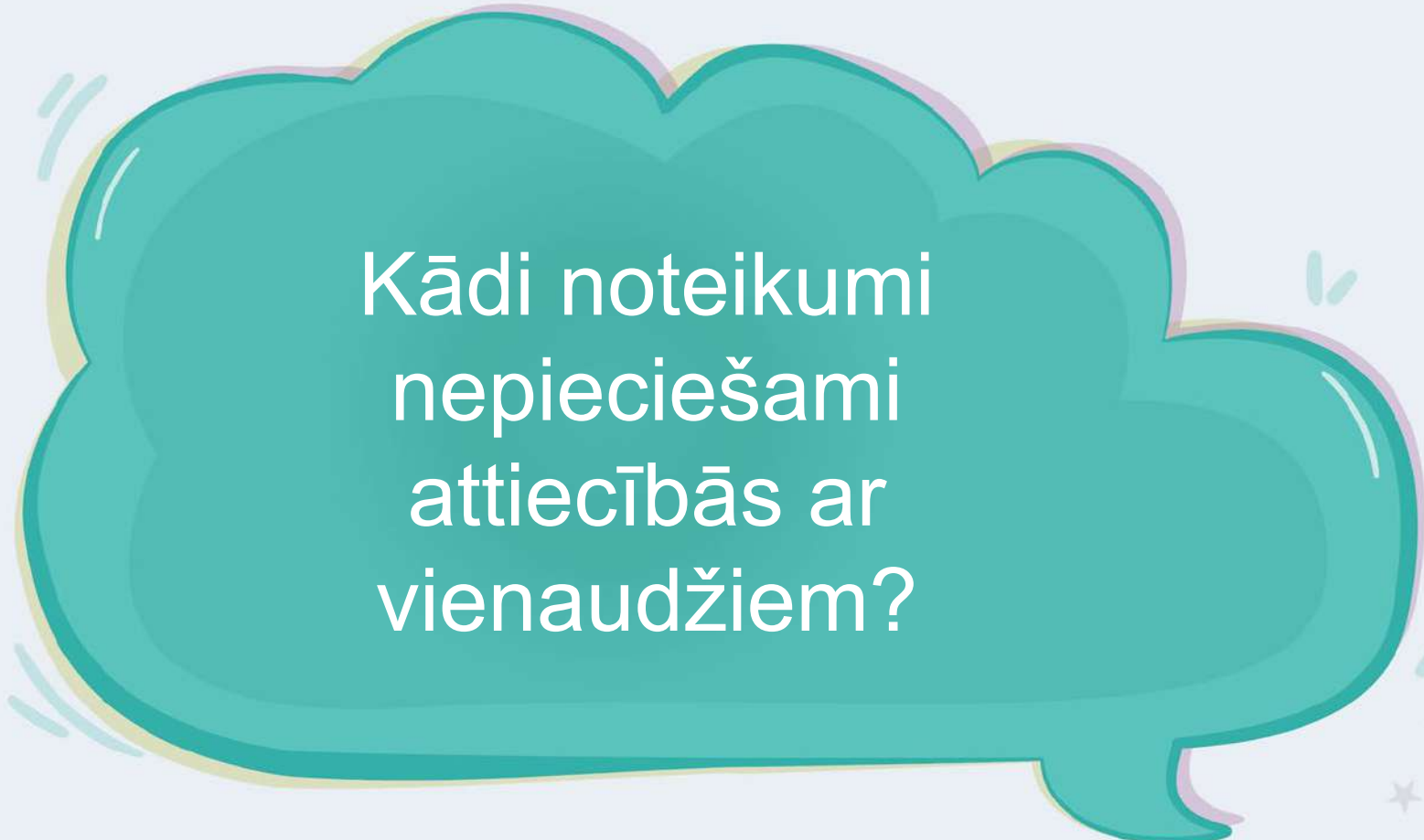
METAM ATKRITUMUS MISKASTĒ



NEMETAM NEKO UZ ZEMES







Kādi noteikumi  
nepieciešami  
attiecībās ar  
viensaudžiem?

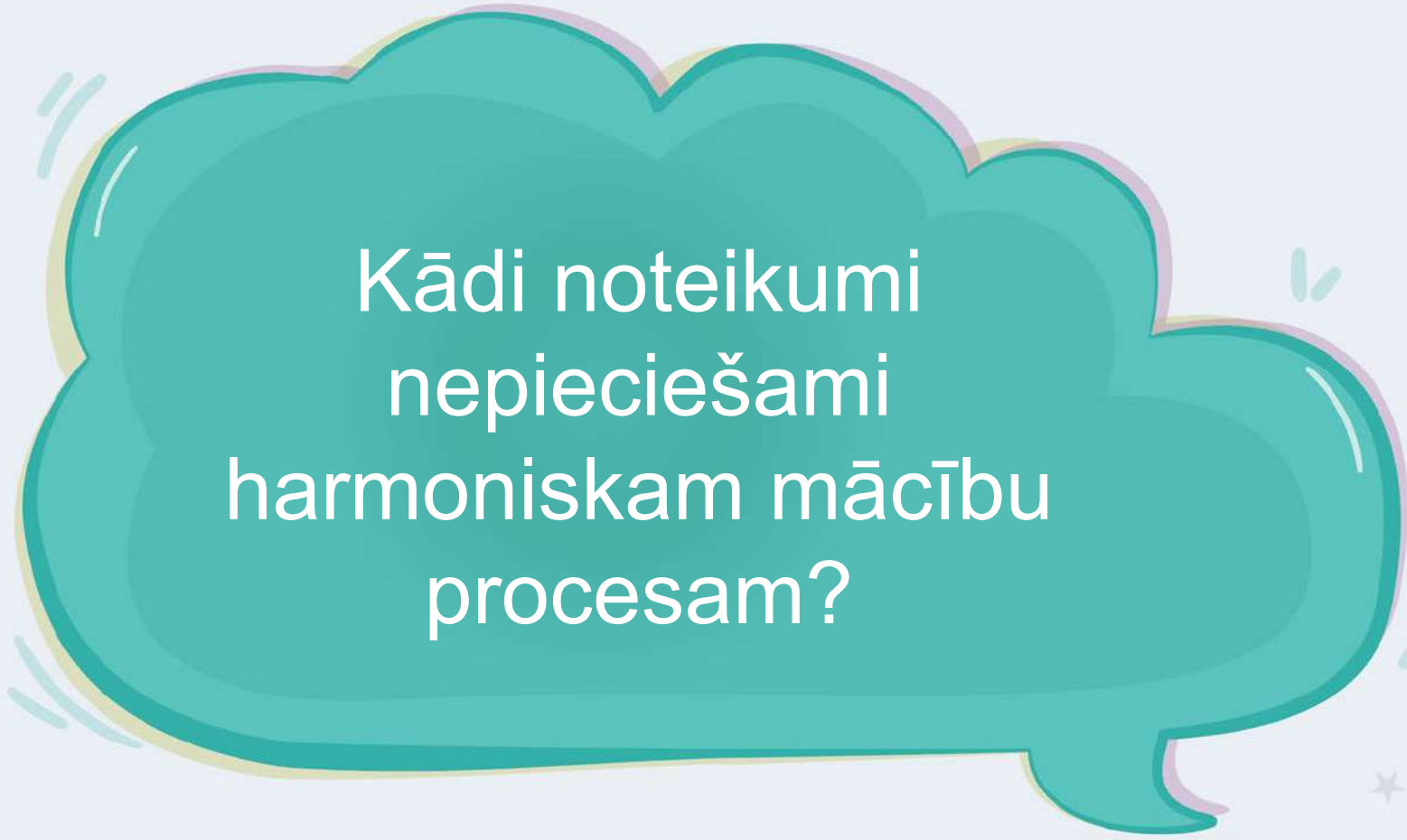
# Kādi noteikumi nepieciešami attiecībās ar vienaudžiem?

- Kādi noteikumi nepieciešami attiecībās ar vienaudžiem?
- Respektēt otra NĒ
- sadarbība, praktiski visu kopā ir jādara
- Privātās robežas ievērošana
- Cienīt citu atbildes - Nav pareizo vai nepareizo atbilžu, piem., kad izsakām viedokli
- esi lapns, atsaucīgs, tolerants
- Kad viens runā, citi klausās
- Izteikties par rīcību, nevis par cilvēku.
- Esi draudzīgs, saprotošs, nepārkāpt otra robežas
- leklautīties
- Savaldīt savas rokas, kājas un valodu
- Cienīt otru

- respektēt Nē,
- Nedari otram to, ko negribi lai dara tev
- sarunā ievērot principu līdzīgs ar līdzīgu
- Ja gribi pievienoties aktivitātei, sarunai - pajautā, sarunā ar grupu, kas jau darbojas.
- Tu vari būt dusmīgs, bet Tu nedrīksti citam darīt pāri
- ja nav nekā laba ko teikt, klusē.
- katru dienu dāvināsim savam blakussēdētājam iedomātu dāvanu, noruna būs tāda – dāvināsim kaut ko patīkamu un no visas sirds.”
- Uzņemties atbildību par saviem vārdiem un darbiem

# Ievēro elementāru pieklājību!

- sasveicināšanās, atņemt sveicienu, ja Tevi sveicina
- Tev nav tiesības otram pieskarties
- sasveicināšanās, paldies, lūdzu, atsveicināšanās
- savāc aiz sevis
- pacelt roku pirms runā, pateicība, palūdz, ja kas nepieciešams
- Pacelt roku, kad runa pieaugušie, skolēni klausās, nepārtrauc



Kādi noteikumi  
nepieciešami  
harmoniskam mācību  
procesam?

# Kādi noteikumi nepieciešami harmoniskam mācību procesam?

- Būt aktīvam, līdzdarboties.
- cienam vien otru
- Runāt pa vienam
- Nerunā no vietas
- pozitīva atmosfēra
- Pēc sevis atstāj sakārtotu darbavietu.
- Paceļam roku, kad gribam ko teikt.
- Runājam pa vienam.
- Sēžam savā vietā.
- Acis skatās, ausis klausās.
- NEBLĀUJ

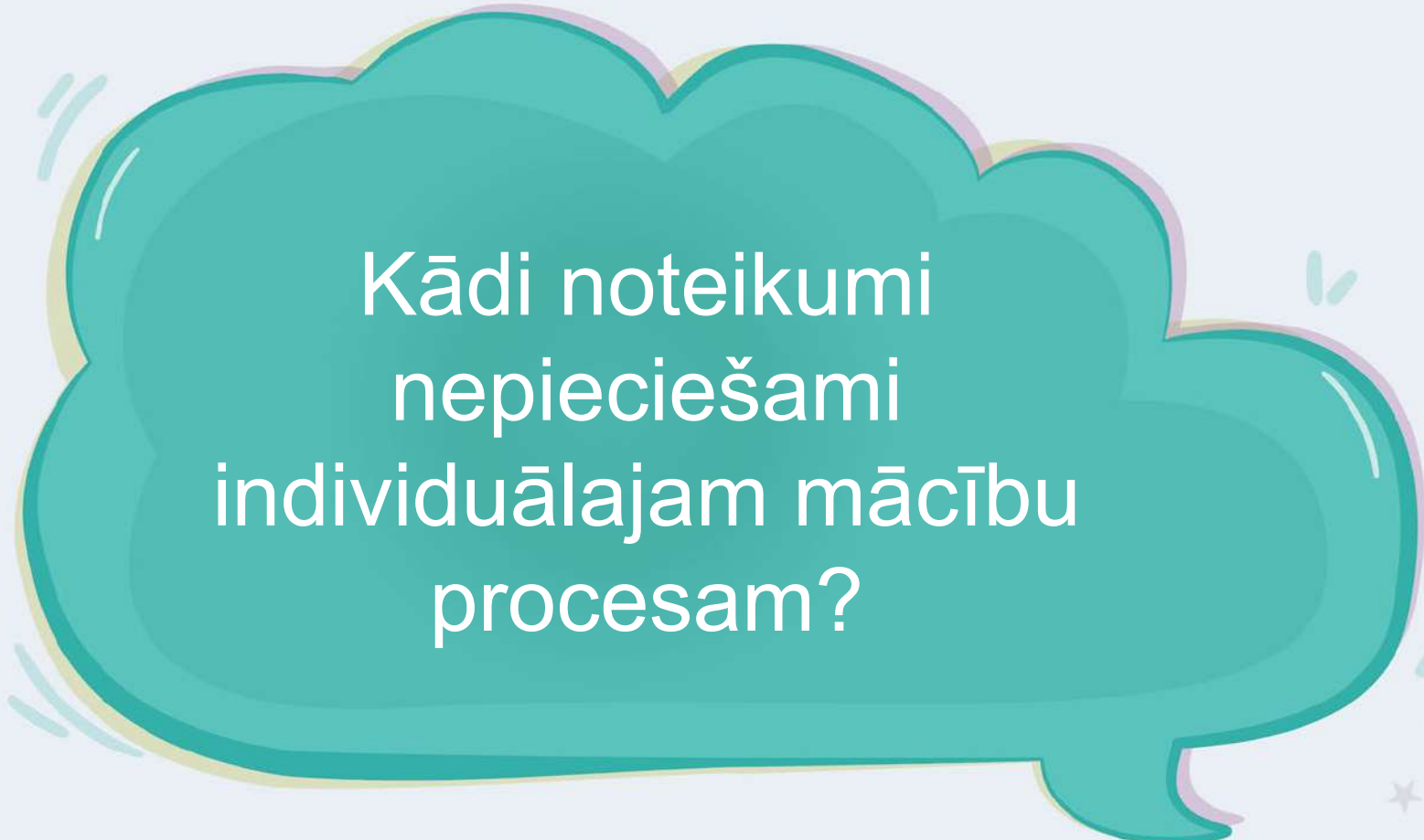
- Iesaisties! Klausies!
- nelietot telefonu
- Netraucē citus!
- Nerunāt, kad cits runa
- Būt aktīvam - veikt uzdevumus saistībā ar stundu; jautāt, atbild
- nenoniecināt otra viedokli, iesaistīties

KĀ to visu panākt klasē? visi  
nosacījumi tiek ignorēti...





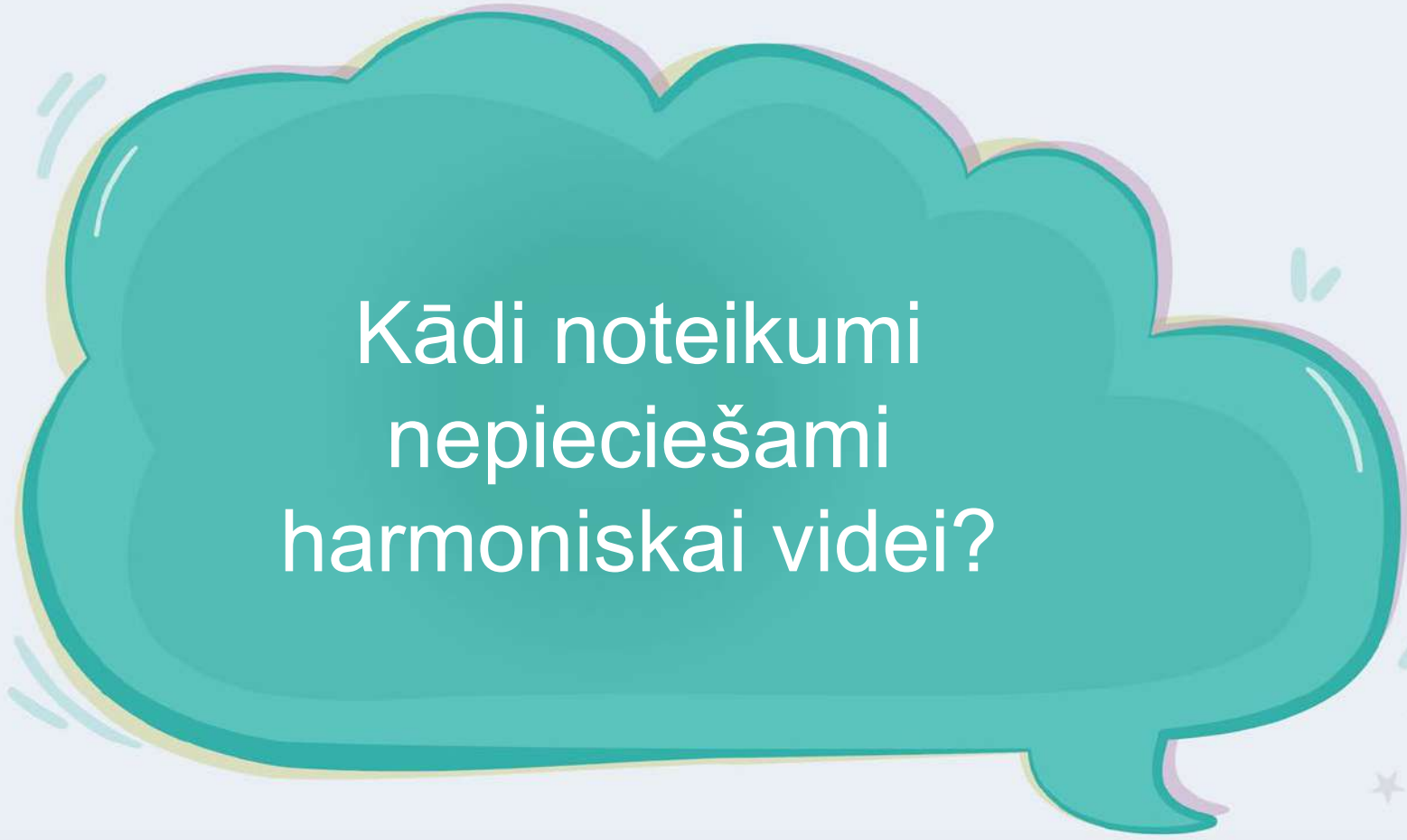
- Cieņa- kad runā skolotāja, klausāties skolotājā, kad runā klases biedrs - klausāties.



Kādi noteikumi  
nepieciešami  
individuālajam mācību  
procesam?

# Kādi noteikumi nepieciešami individuālajam mācību procesam?

- Sagatavoti cita tipa uzdevumi, par to pašu tēmu
- Uzdevumu diferencēšana
- Vairāk paskaidrot
- Vizuālais atbalsts vairāk
- Dažādas vietas dažādās stundās
- Vizuālās norādes, mazajās klasēs ar kustībām/ķermeni parādu - mutīte ciet/ austiņas vaļā
- Pārrunāt, izrunāt un izspēlēt
- Klusi pilda savā tempā, darbs tiek ievākts, komentēts, vērtēts, tiek sniegta atgriezeniskā saite. Vienmēr
- Individuālais mācību darbs - pielāgots katram, atkarībā no ieteiktā , piem. atzinība,



Kādi noteikumi  
nepieciešami  
harmoniskai videi?

# Kādi noteikumi nepieciešami harmoniskai videi?

- Klusa balss
- Sakārto savu vietu!
- Skolā pārvietojos lēnām
- organizēt klusuma brzus
- Estētika
- Īpašas vietas, kur bērns var darboties vai atpūsties
- Skolas daļa - brīva no mobilajiem telefoniem
- Klusuma starpbrīdis
- Iespēja iegūt pietiekami lielu personīgo telpu.. Svaigs gaiss.
- Prieka aplis uz grīdas uzzīmēts, kuram pietrūkst, var tajā pastāvēt kādu brīdi 😊
- atļaujos darba procesa brīžos fonā uzlikt klusināti relaksācijas mūziku. Ir klases, kas to jau prasa, saka, ka tas radot "foršu atmosfēru"

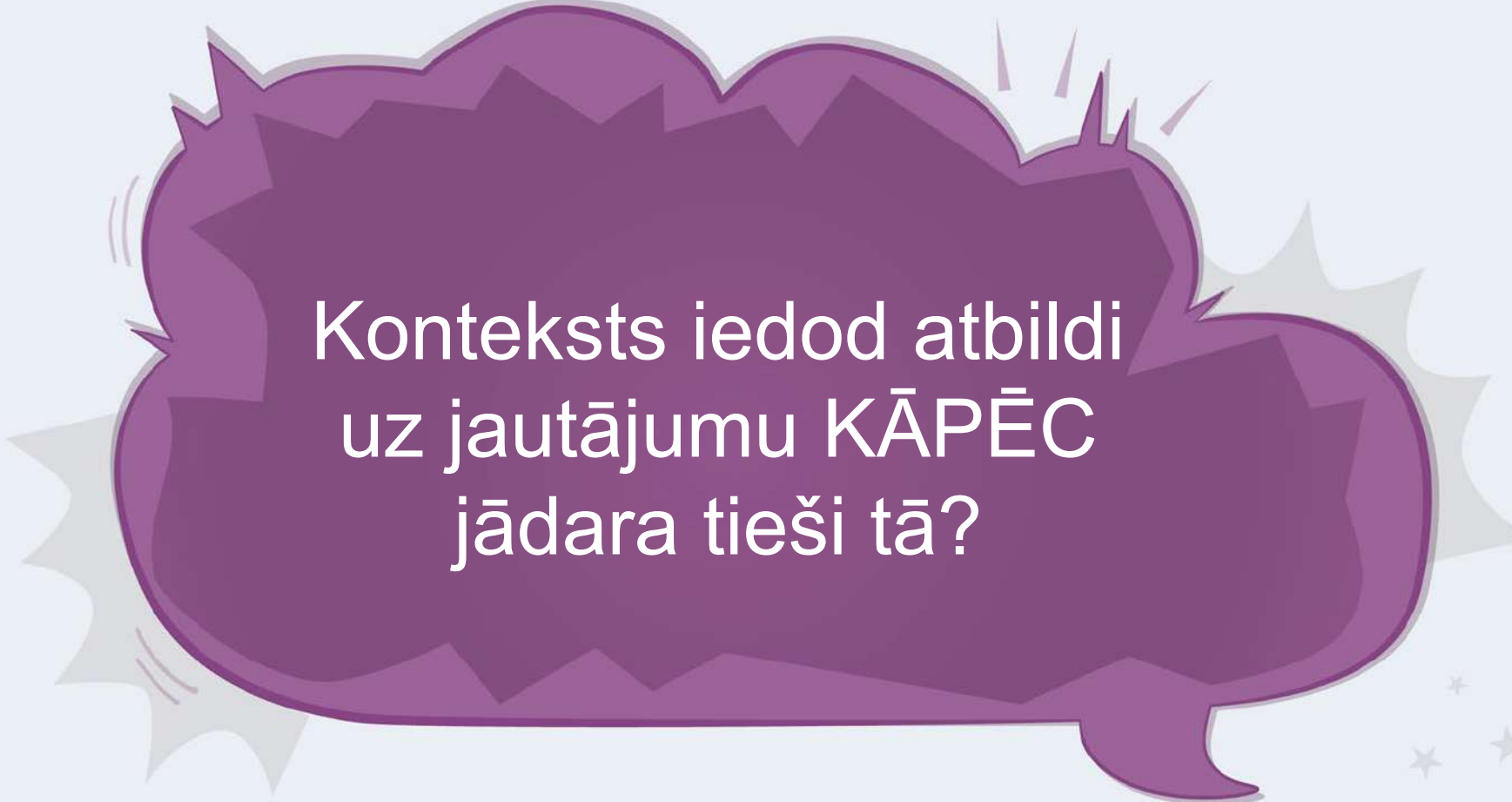


Būtiska ir bērna spēja  
izprast kontekstu

# Konteksta izpratne

- Pārmaiņu konteksts
- Spēja izprast cilvēku uzvedību
- Spēja izprast sociālo mijiedarbību
- Spēja izvēlēties sociāli piemērotu uzvedību
- Spēja izprast jokus





Konteksts iedod atbildi  
uz jautājumu **KĀPĒC**  
jādara tieši tā?



# Kontekstu veido sarunas

- RĪCĪBA (ko tas nozīmē?)
- PIEMĒRI (kādos brīžos ir svarīgi šo noteikumu ievērot?)
- IETEKME (kā tas ietekmē mācību procesu un/vai savstarpējās attiecības)?
- SEKAS (kā tas apdraud mūsu un citu drošību un veselību?)
- ALTERNATĪVAS (kā mēs varējām labāk rīkoties? kā mums rīkoties, ja kāds cits pārkāpj šo noteikumu?)

Ja bērni paši izstrādās  
uzvedības noteikumus,  
tas palielinās iespēju,  
ka viņi tos ievēros par  
80%

# Noskaidrojam, kāds

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

# Labā skolēna pazīmes

- Skolēni sadalās mazākās grupās un definē draudzīga skolēna pazīmes
- Labas skolas pazīmes
- Laba pedagoga pazīmes
- Izcilas stundas pazīmes

Ideāla klase/klase - murgs

# Rūpīgi pārdomājam kontekstu

- Lietot aizliegumu?
- Lietot pozitīvus apgalvojumus?
- Lietot Nē
- Lietot nenoteiksmi vai mēs?



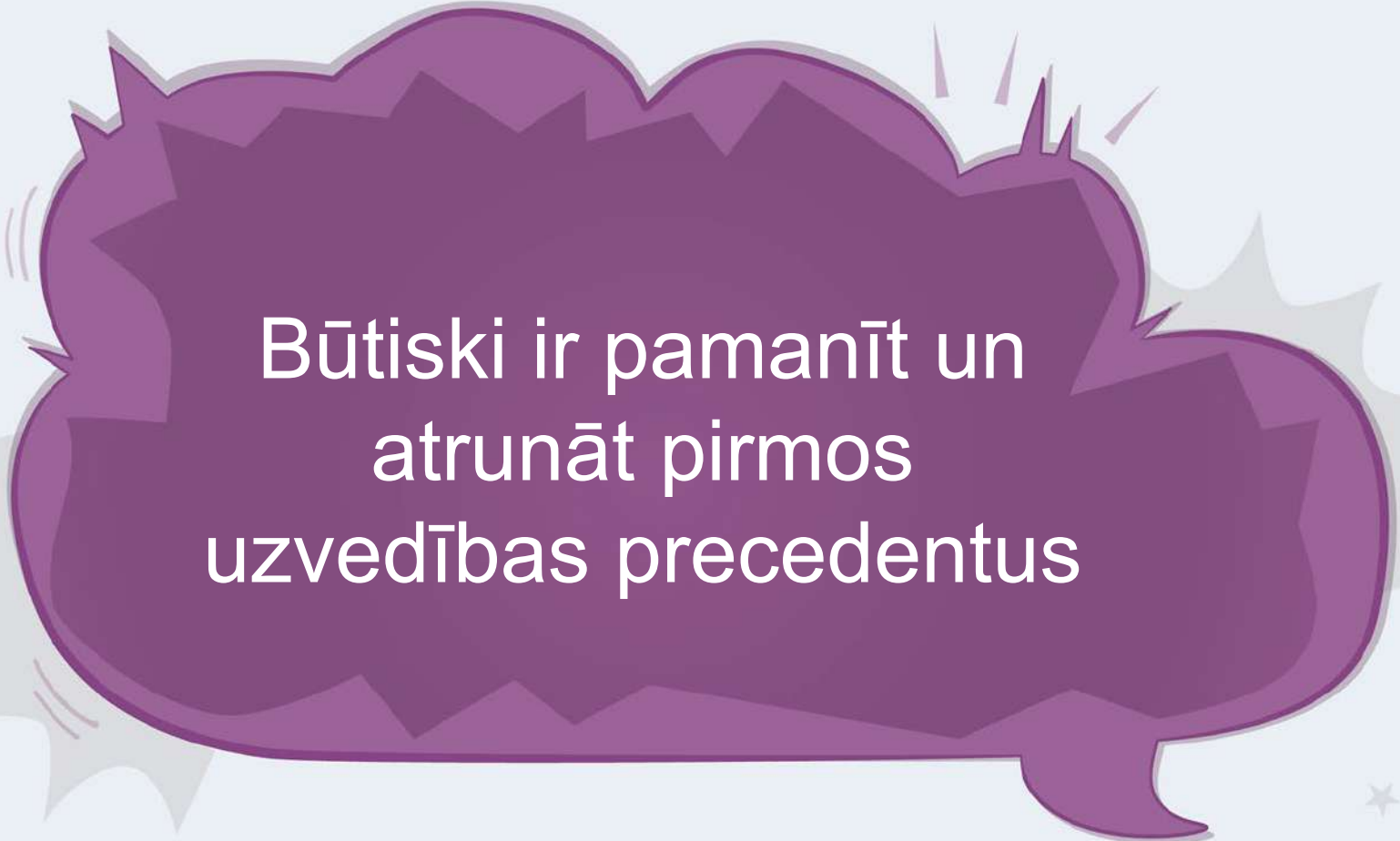
ĻAUJAM CITIEM RUNĀT



NEPĀRTRAUCAM CITUS

# Kopīgi apzņiet riskus

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



Būtiski ir pamanīt un  
atrunāt pirmos  
uzvedības precedētus





Vienojieties, kas ir  
draudzīgi un kas - nav



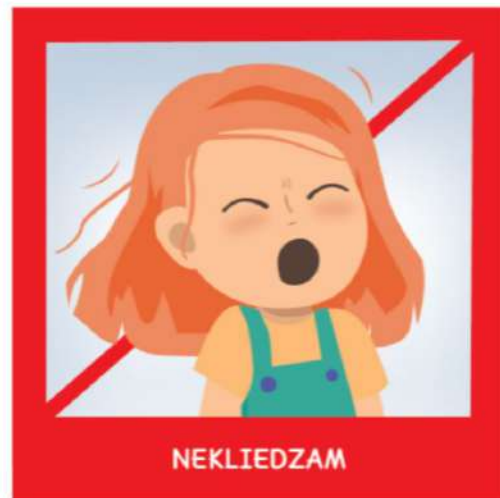
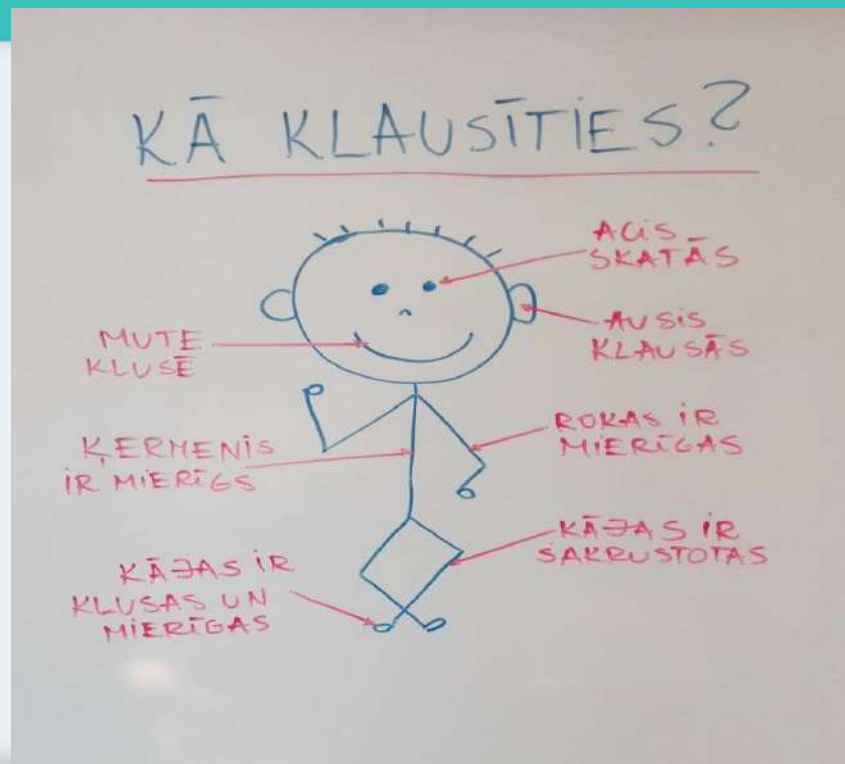
# Vienojieties par svarīgākajiem noteikumiem kopā

LIELISKS KLASĒSBIEDRS	
<b>IR</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• LAIPNS</li><li>• IZPALĪDZĪGS</li><li>• DRAUDZĪGS</li><li>• ATBILDĪGS</li></ul>	<b>NAV</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• RUPĒŠ</li><li>• NEĒAUKS</li><li>• NEPACIETĪGS</li><li>• SLINKS</li></ul>
<b>DARA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• NEAPRŪNĀ CĪTUS</li><li>• PALĪDZ CĪTIEM</li><li>• DALĀS</li><li>• CĪTĪGI STRĀDĀ</li><li>• CĪENA CĪTUS</li></ul>	<b>SAKA:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• "PALDIES."</li><li>• "LŪDZU!"</li><li>• "KĀ VARU PALĪDZĒT?"</li><li>• "PIEDOD..."</li></ul>

DARBS GRUPĀS	
<b>IZSKATĀS</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>• VISI STRĀDĀ</li><li>• VISI SADARBOJĀS</li><li>• VISI IR IZPALĪDZĪGI</li><li>• NEVIENS NEIET ĀRĀ NO KLASĒS (ĒA NAV ĀRKĀRTĀS SĪTUĀCĪĒĀ)</li></ul>	<b>IZKLAUSĀS</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>• RUNĀĒĀM MIERĪGI UN KLUŠI</li><li>• RUNĀĒĀM PAR UZDEVUMU</li><li>• NEBLĀUĒĀM</li><li>• ĒĀ IR ĒĀVTĒĒJUMS, PACĒĒĀM ROKU</li></ul>
<b>ĒĀVS DARBS</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>• PĪĒĒT UZDEVUMU</li><li>• SADARBOTĒS</li><li>• KĒĒSĒTĒS</li><li>• MĒĒĒTĒS</li><li>• STRĒĒĒT ĒĀVĒ VIĒĒĒ</li></ul>	<b>SKOLOTĒĒĒS DARBS</b>  <ul style="list-style-type: none"><li>• ATBĒĒĒT UZ ĒĀVTĒĒJUMĒM</li><li>• ĒĒĒĒĒT KO ĒĒĒĒĒ</li><li>• PALĒĒĒĒT</li><li>• KĒĒSĒTĒS UN MĒĒĒTĒS NO ĒĒĒM!</li></ul>

# Kā uzvesties klasē?

- Balss tonis
- Vārdu izvēle
- Saturs



# Izvairieties no vispārīgiem terminiem

- Ja bērni raksta – būt draudzīgiem, pavaicājjiet, ko tas nozīmē?
- Kas ir komandas darbs?
- Ko tas nozīmē:
  - izturēties pieklājīgi
  - būt jaukiem vienam pret otru
  - palīdzēt utt.



# Kopīgi meklējam situācijas, kas bērnus visvairāk uztrauc “Ko darīt, ja...” spēle

- Kā uzvesties dusmu brīžos
- Ko darīt, ja tevi pagrūž
- Ko darīt, ja esi uztraucies utt



# Atrunājiet un vizualizējiet sarežģītākās situācijas

## 7 IDEJU PLAKĀTI POZITĪVAI UZVEDĪBAI

uzvediba.lv

Vizuāls uzskates  
līdzeklis ar ieteikumiem  
un padomiem rīcībai  
saspringtās situācijās,  
lai veicinātu skolēnu  
saskarsmes prasmes un  
spēju izprast sociālās  
situācijas.



Sīkāka informācija:  
↓  
uzvediba.lv  
↓  
metodoloģija  
↓  
plakāti







Apziniet «Karstos  
punktus» skolā

# Precīzs rīcības plāns “Karstajiem punktiem”

- Ieiešana klasē
- Stundas sākums
- Materiālu, burtnīcu izdalīšana
- Galda sakārtošana pēc radošajiem darbiem
- Palīdzības lūgšana
- Pārslēgšanās starp aktivitātēm
- Ko darīt, ja darbiņš pabeigts ātrāk
- Ko darīt, ja tu kavē
- Ko darīt, ja skolotāji kavē
- Grupu darbs
- Mājasdarbu iesniegšana
- Klases darbu, ieskaīšu iesniegšana
- Iešana pie tāfeles
- Iešana pusdienās utt



## Dusmas skolā?



## Dusmas mājās?



Risinājumi ir dažādi!





# 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?



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