


5. KOPDIZAINA SESIJA

Lektore: Līga Bērziņa

Atgriezeniskā saite skolā uzvedības jautājumu risināšanā

2023. gada 17. oktobrī,
plkst. 15:00-17:00

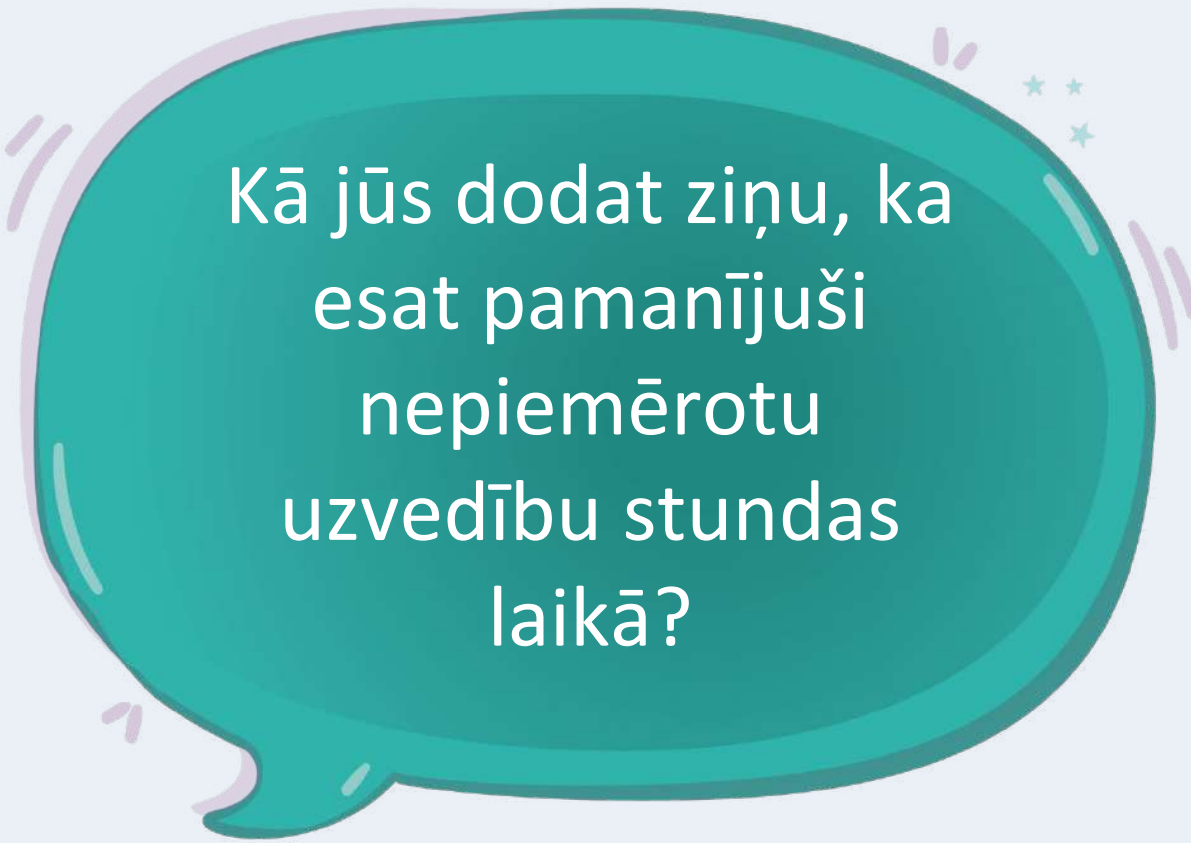


Miniet pirmos
agresīvas uzvedības
signālus

Verbālā agresija, eksplozivitāte

Bieži šie cilvēki ir iemācījušies, ka
agresīva rīcība atmaksājas

Pasīvā agresija



Kā jūs dodat ziņu, ka
esat pamanījuši
nepiemērotu
uzvedību stundas
laikā?

Tu nevari kontrolēt to, ko nesaproti

Saprotot, kā strādā metavēstījumi,
mēs varam saprast mehānismus,
kā tiekam sāpināti



Ko darīt?
Vāc datus!

Funkcionālā analīze

uzvedība.lv

datums _____ vārds _____ stunda _____

	1. stunda	starpbrīdis	2. stunda	starpbrīdis	3. stunda	starpbrīdis	4. stunda	starpbrīdis	5. stunda	starpbrīdis	6. stunda	starpbrīdis	7. stunda	starpbrīdis
PIRMDIENA														
OTRDIENA														
TREŠDIENA														
CETURTDIENA														
PIEKTDIENA														

-10 -9 -8 -7 -6 -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

F FIZISKĀ VARDARBĪBA **L** LIETU ATŅEMŠANA **E** EMOCIONĀLĀ VARDARBĪBA **A** AUTOAGRESĪJA **I** IGNOREŠANA **C** CITS

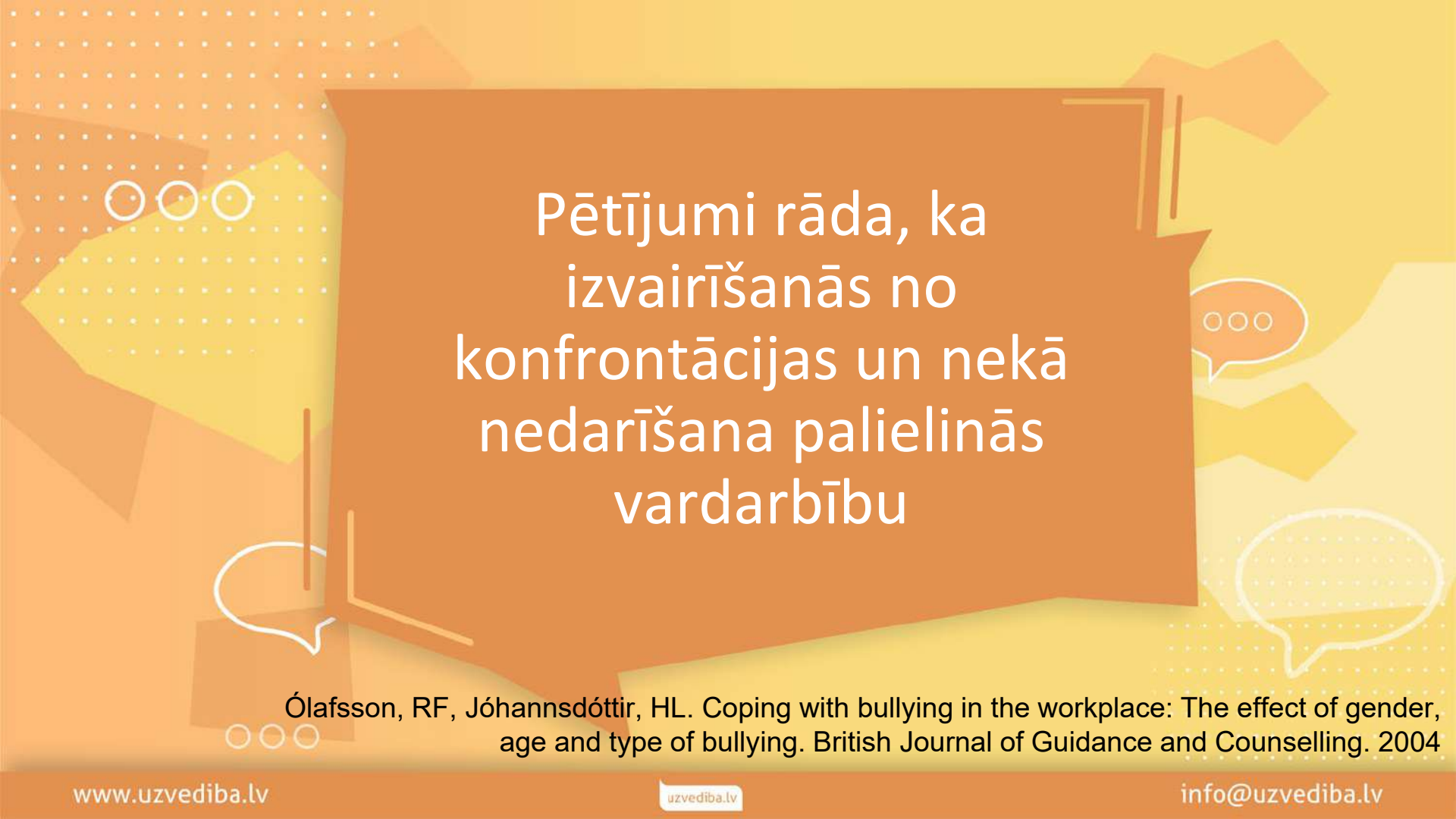
uzvedība.lv

datums _____ vārds _____ stunda _____

	PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA
1. stunda					
starpbrīdis					
2. stunda					
starpbrīdis					
3. stunda					
starpbrīdis					
4. stunda					
starpbrīdis					
5. stunda					
starpbrīdis					
6. stunda					
starpbrīdis					
7. stunda					
starpbrīdis					

-10 -9 -8 -7 -6 -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

F FIZISKĀ VARDARBĪBA **L** LIETU ATŅEMŠANA **E** EMOCIONĀLĀ VARDARBĪBA **A** AUTOAGRESĪJA **I** IGNOREŠANA **C** CITS



Pētījumi rāda, ka
izvairīšanās no
konfrontācijas un nekā
nedarīšana palielinās
vardarbību

Ólafsson, RF, Jóhannsdóttir, HL. Coping with bullying in the workplace: The effect of gender, age and type of bullying. British Journal of Guidance and Counselling. 2004

- Jebkurai uzvedībai ir mērķis un motivācija
Un uzvedību ietekmējošie faktori var būt dažādi un vairāki

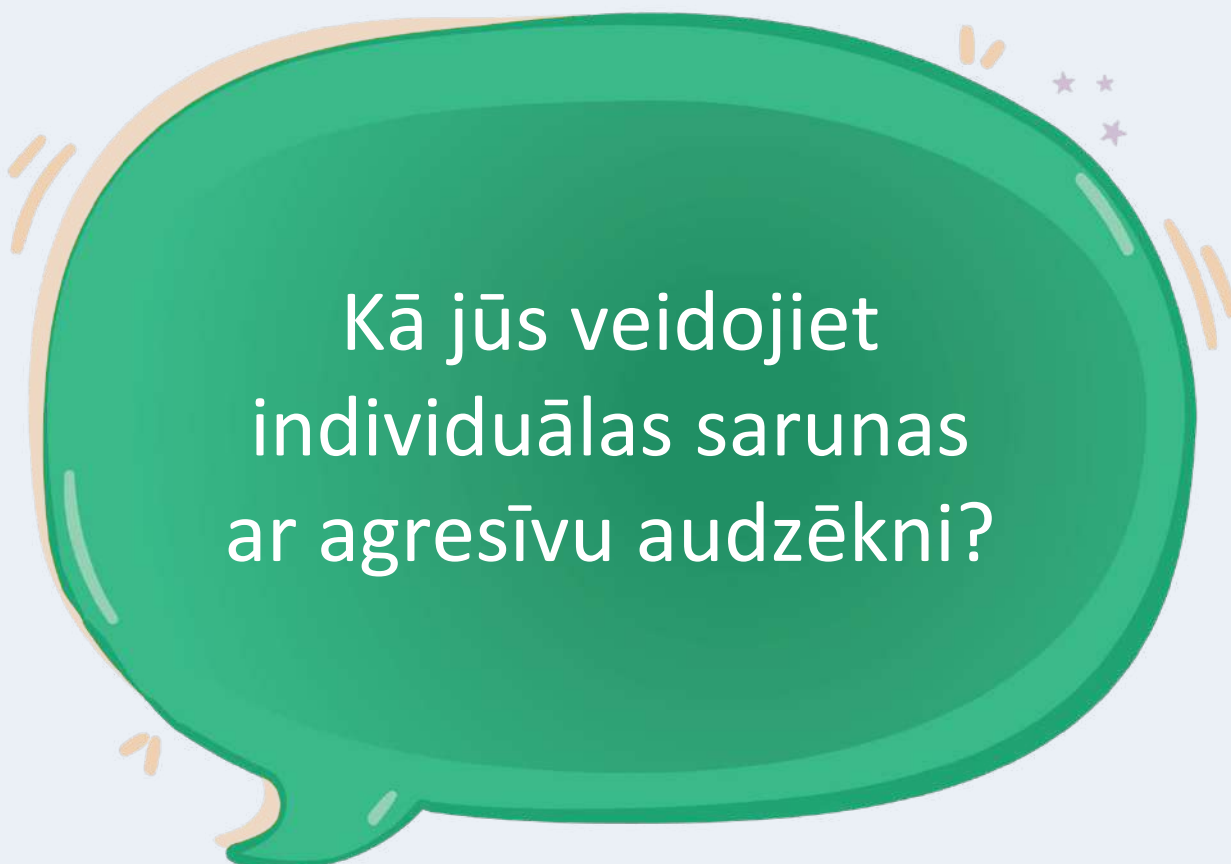


Ar kādām problēmām bērni saskaras?

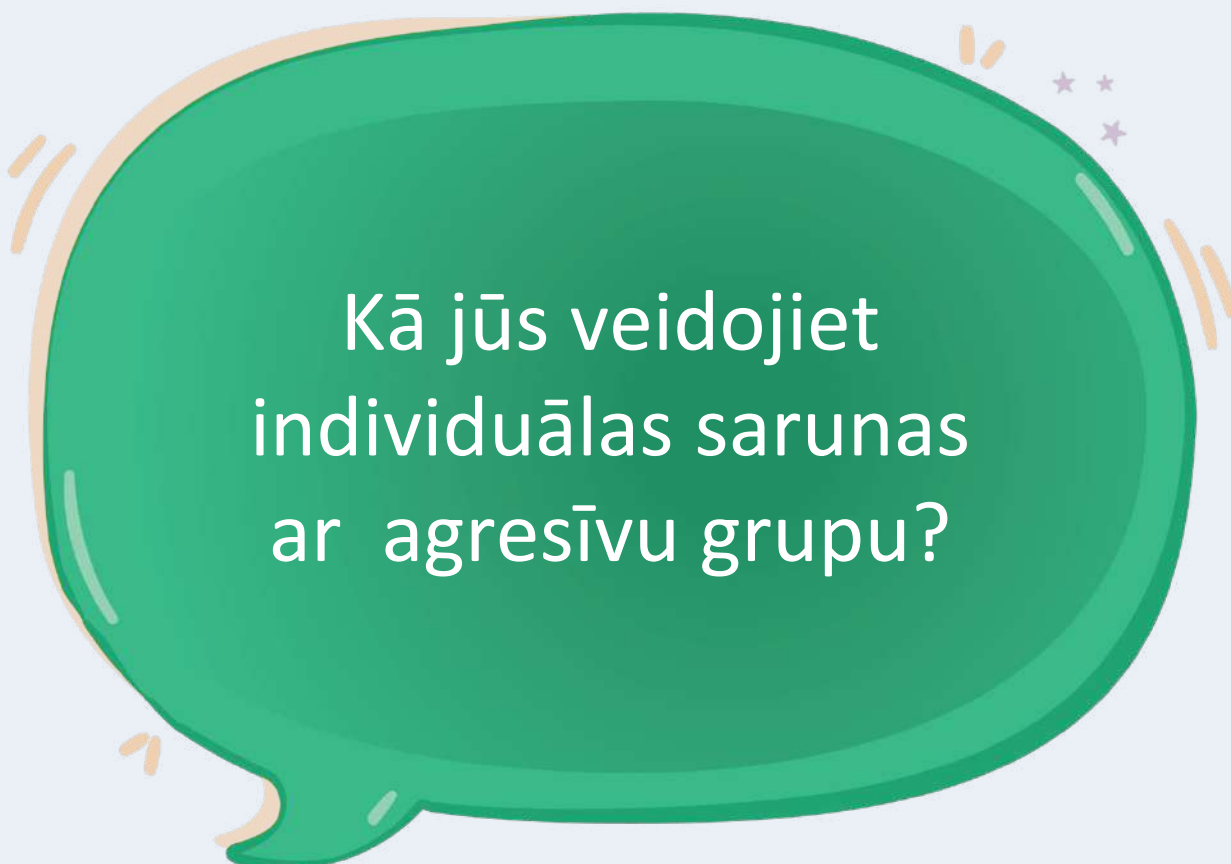
Kādās vidēs bērnam rodas problēmas?

Kādos diennakts, gadalaikos rodas problēmas?

Kādās situācijās?



Kā jūs veidojiet
individuālas sarunas
ar agresīvu audzēkni?



Kā jūs veidojiet
individuālas sarunas
ar agresīvu grupu?

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.





Sagaidi 15 reakcijas

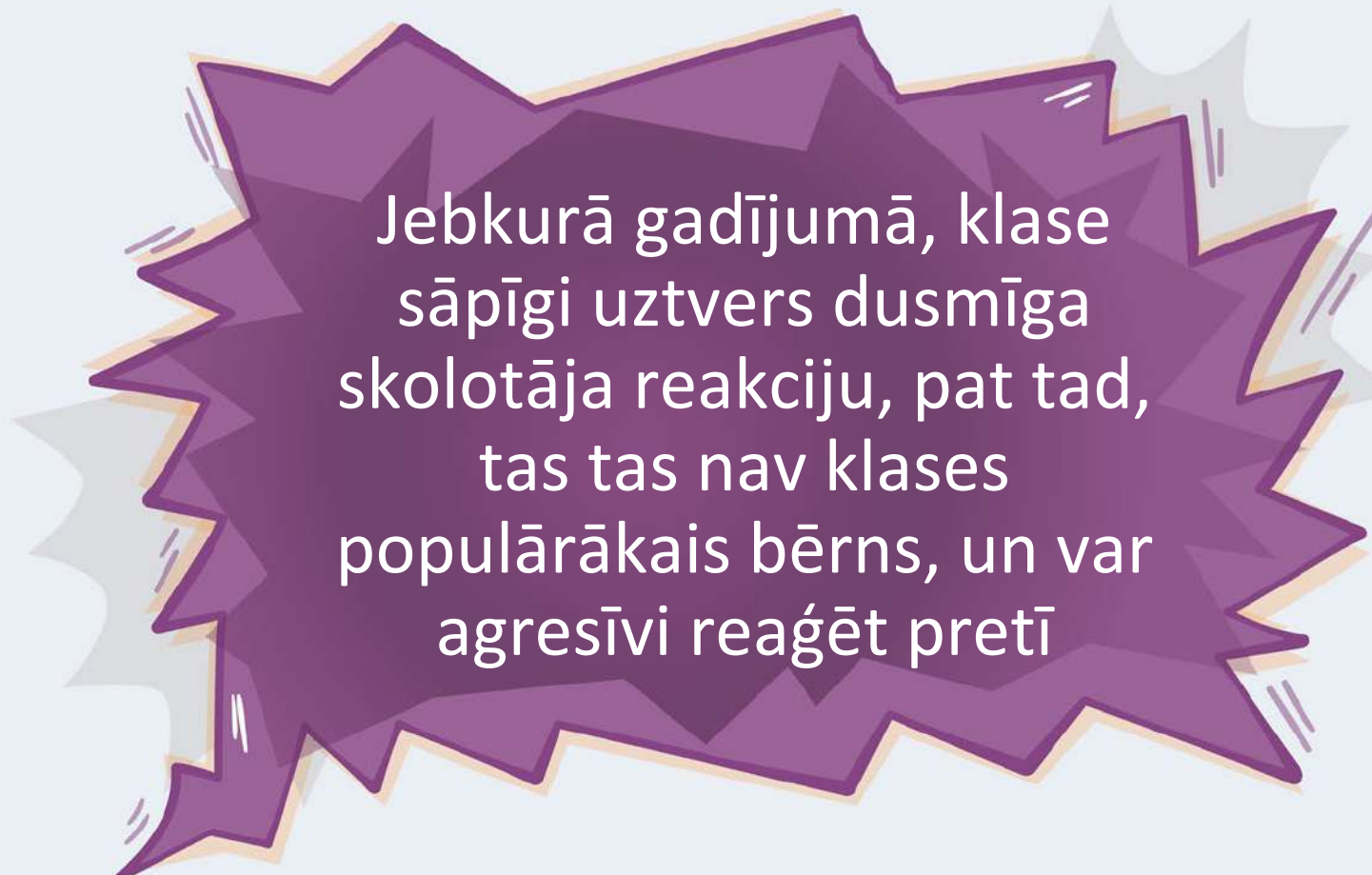
Sagaidi 15 reakcijas

1. Pārsteigums
2. Noliegums
3. Projekcija
4. Simpātijas
5. Trauksme
6. Draudi
7. Provokācija
8. Atlikšana
9. Panika
10. Aizsardzība
11. Apjukums
12. Diversija
13. Pretuzbrukums
14. Pazemošana un kauns
15. Upura spēlēšana

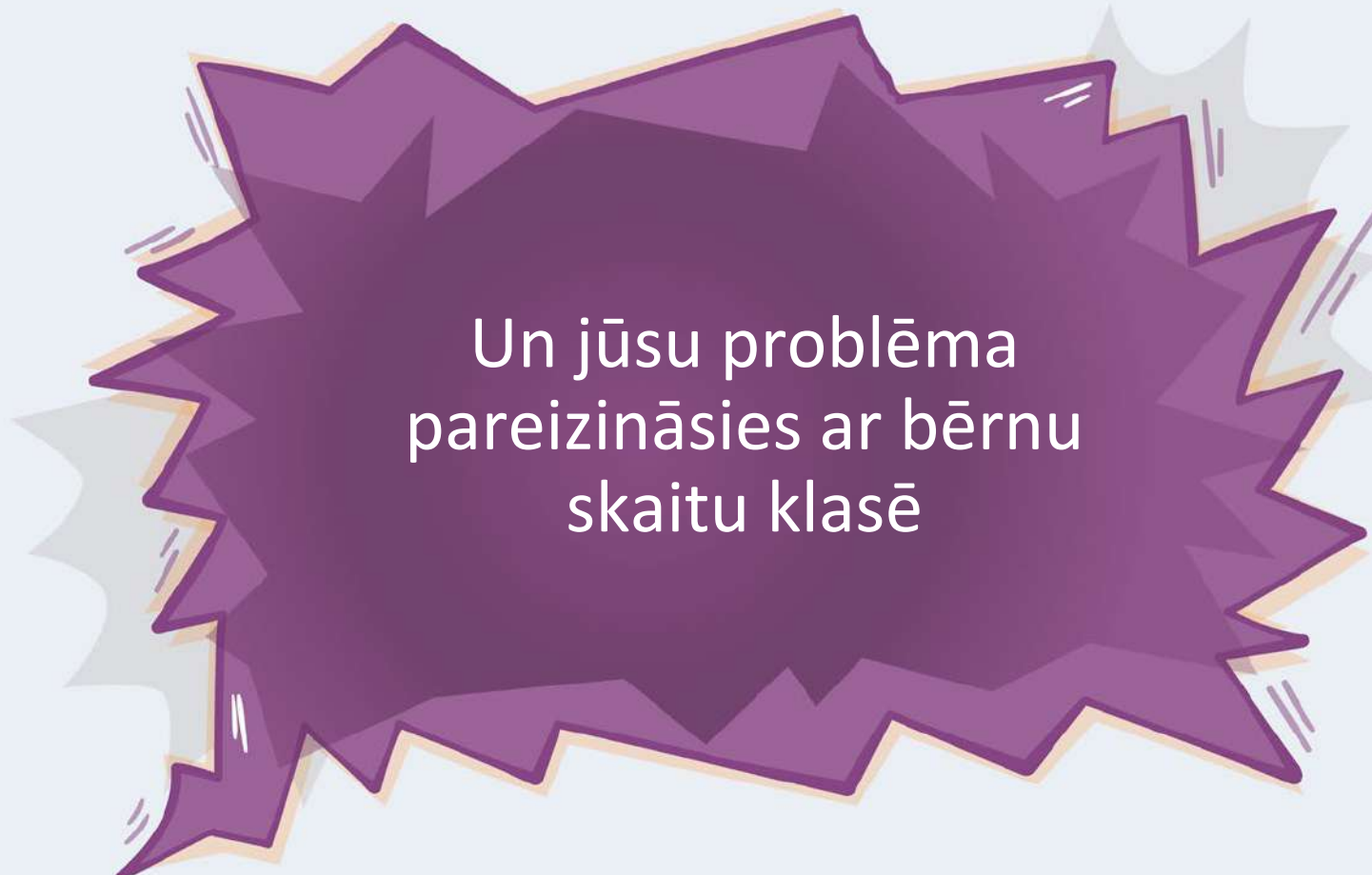


Kāda ir laba saruna ar
visu klasi?

- **Jūsu uzvedībai, reaģējot uz stundas pārtraukšanu ir jābūt mazāk traucējošai nekā paša traucētāja uzvedība.**
 - Ja 29 bērni strādā un viens sapņo, aizrādot skaļi, visi 30 pārtrauks strādāt
 - Nerunājiet ar kavētājiem klases priekšā, kamēr viņi ir pie durvīm utt.



Jebkurā gadījumā, klase
sāpīgi uztvers dusmīga
skolotāja reakciju, pat tad,
tas tas nav klases
populārākais bērns, un var
agresīvi reaģēt pretī



Un jūsu problēma
pareizināsies ar bērnu
skaitu klasē



Mēs ievērojam
noteikumus

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mēs pievēršam lielu
uzmanību mācībām

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīva
pasākumos ikviens
ir gaidīts

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīvā pieņemts
palīdzēt, kad kādam iet
grūtāk

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mēs esam jautri

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīvā nav
pieņemts meklēt
vainīgo

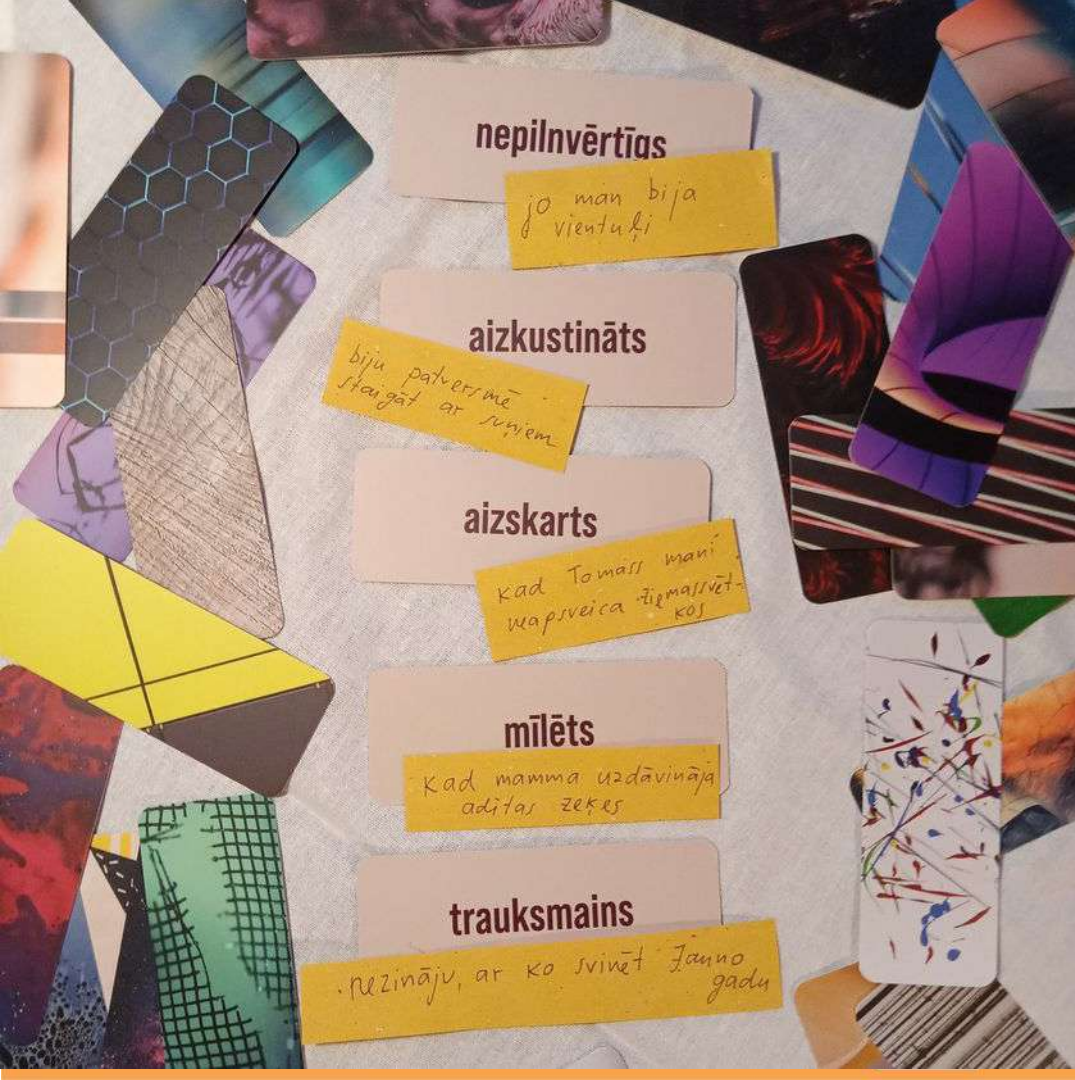
3 2 1 0 -1 -2 -3

Mums ir draudzīgas
attiecības ar citām
klasēm

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mēs zinām, ka par
mums nesmesies

3 2 1 0 -1 -2 -3



nepilnvērtības

jo man bija
vientuļi

aizkustināts

biju patversmē
staigāt ar saviem

aizskarts

Kad Tomāss mani
maprveica zīmāšvēt-
kos

mīlēts

Kad mamma uzdāvināja
adītas zēkas

trauksmains

nezināju, ar ko svinēt Jāno
gadu

- 10
- 9
- 8
- 7
- 6
- 5
- 4
- 3
- 2
- 1
- 0
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

LAIKS/ VIETA

SITUĀCIJA

CĒLONIS

SAJŪTAS ĶERMENĪ

KAS VARĒTU PALĪDZĒT?

KAS NEPALĪDZ?

uzvediba.lv

Kā mēs varētu mainīt teiktā nozīmi?

Kā es varu izvēlēties to **dzirdēt**?
Kā tu vari izvēlēties to **pateikt**?

Tu šajā kleitā izskaties resna!

Ko viņa vēlas
pateikt?



Es vēlos tev palīdzēt,
jo tu man esi svarīga
Man rūp tavs izskats
Vai tu vēlies teikt,
ka...

Kā to pateikt citādāk?



Un te bērni ir lieliski –

Kas notiek?

Tev ņem mantas nost?



Tevi kaitina?



Tev saka, ka lupatas virsū?



Smejas par tavu rokrakstu?



Ko teikt?

Ejam spēlēt kopā!

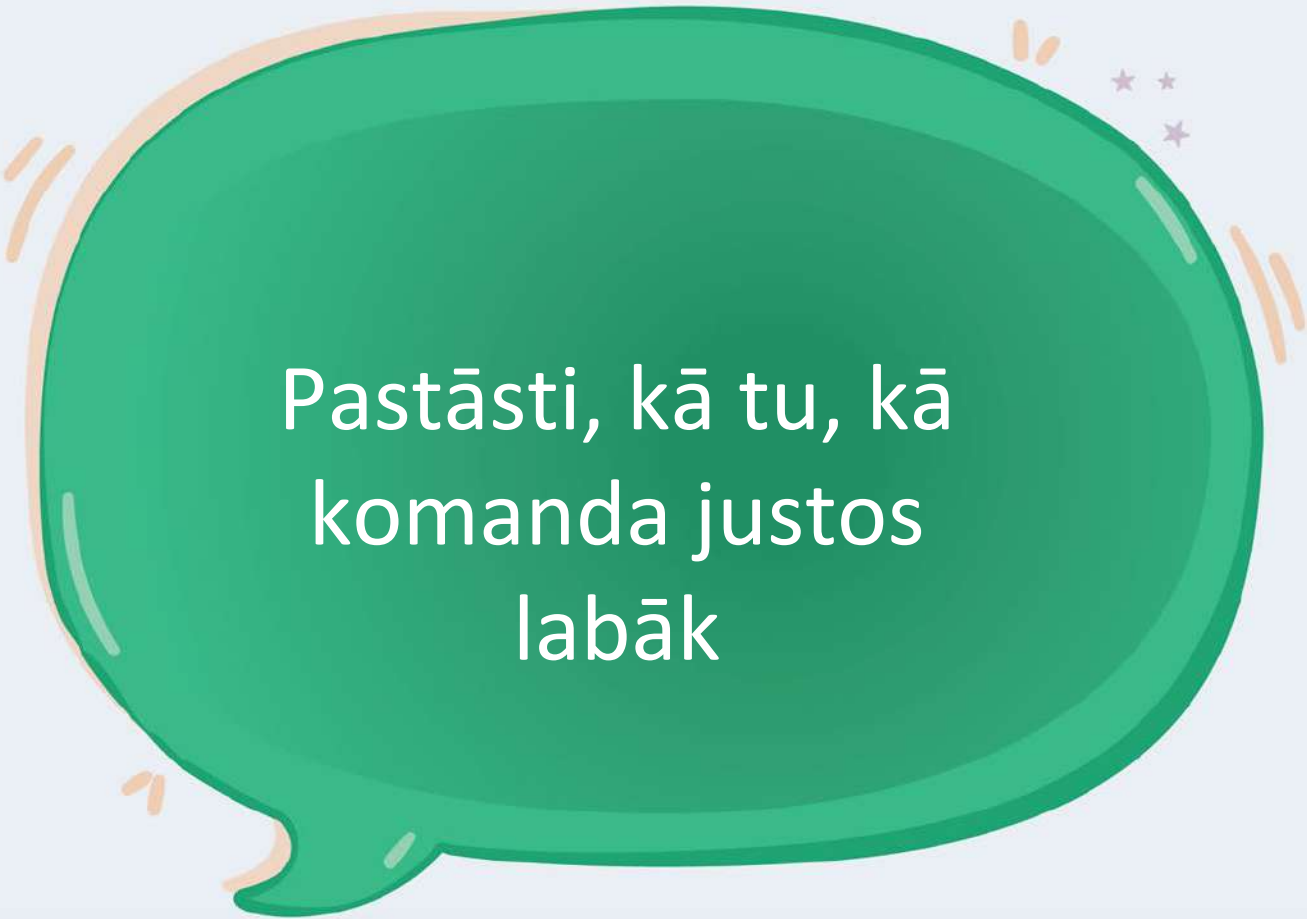
Es varu iedomāties, cik tu vientuļi jūties? Ko mēs varam kopā padarīt?

Es priecājos, ka tu tik labi proti saskaņot krāsas

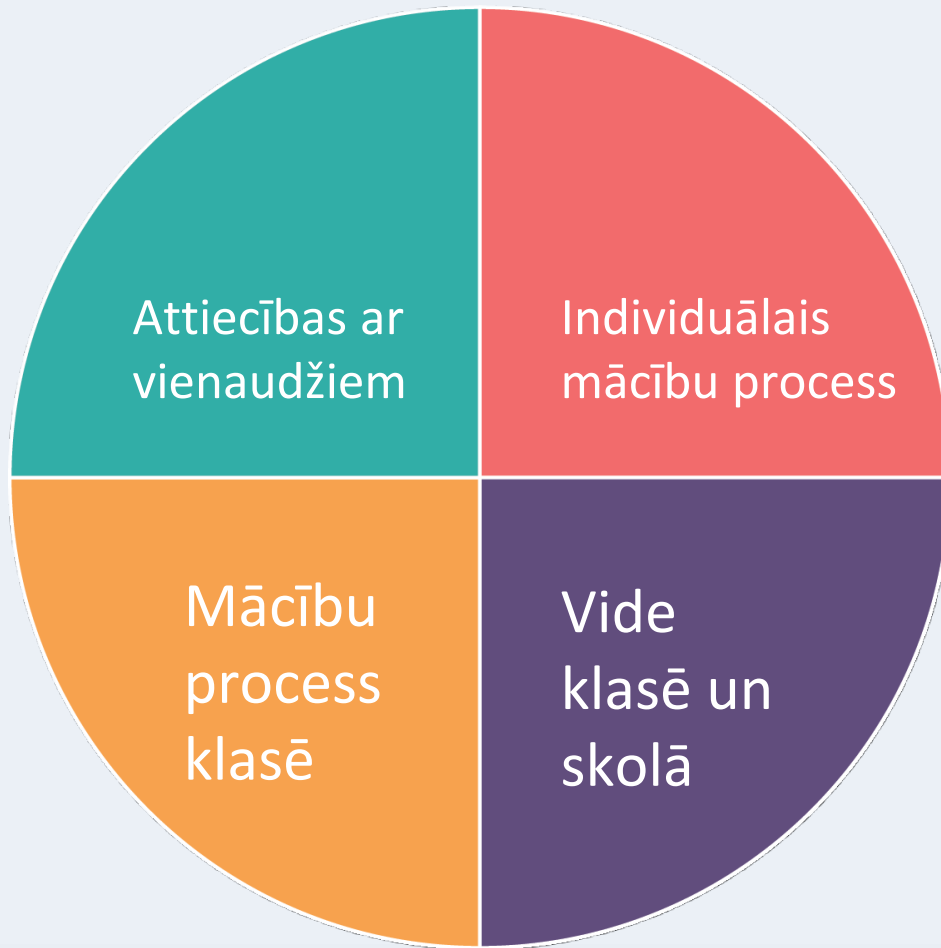
Cik tev labi izdodas pašam zīmēt!!!
Iedosi padomu, kā uzzīmēt...

Ko tu ar to domāji?

- Kad dialogs norit raiti, mēs saprotam (vai pieņemam, ka saprotam) viens otru
- **Ko tu ar to domāji?** – signalizē, ka vai nu mēs nesapratām vai arī sapratām pārāk labi teiktā nozīmi



Pastāsti, kā tu, kā
komanda justos
labāk



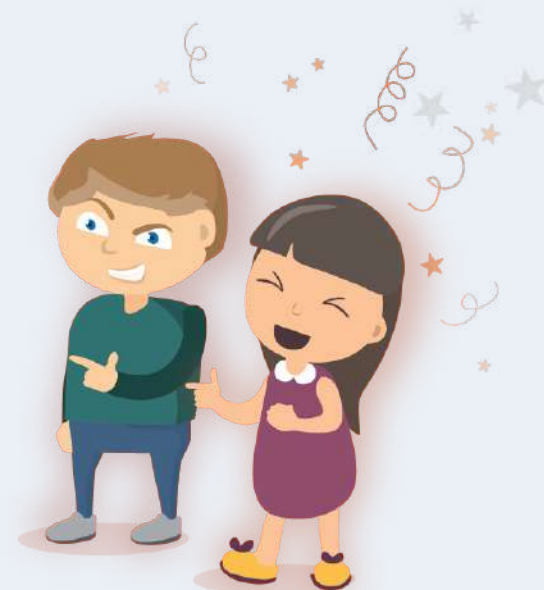
Neveselīgas vides pazīmes:

- 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



Nerakstītie noteikumi pēc “subordinācijas”

- Kurš drīkst runāt;
- Par ko drīkst runāt;
- Kā runāt;
- Kas ar ko runā;
- **Kas kolektīvā tiek uzskatīts par svarīgu informāciju, zināšanām un patiesību**



Pazīmes, kam jāpievērš uzmanība:

- Retorika vardarbībā, iesaukas
- Acu skatiens un noskaņojums. Ne vienmēr var ticēt, ka viss ok
- Noslēgšanās
- Stāsta, ka viņu bieži pārtrauc, neļaujot pateikt sakāmo līdz galam,
- Neparasti aktīvs vai gluži otrādāk - «*Viss ok*».
- Mainās sekmes, nespēja koncentrēties
- Mainās ķermeņa atrašanās telpā – daudz atrodas ārpus grupām, iešana gar sienām, sēdēšana malā, viens pats

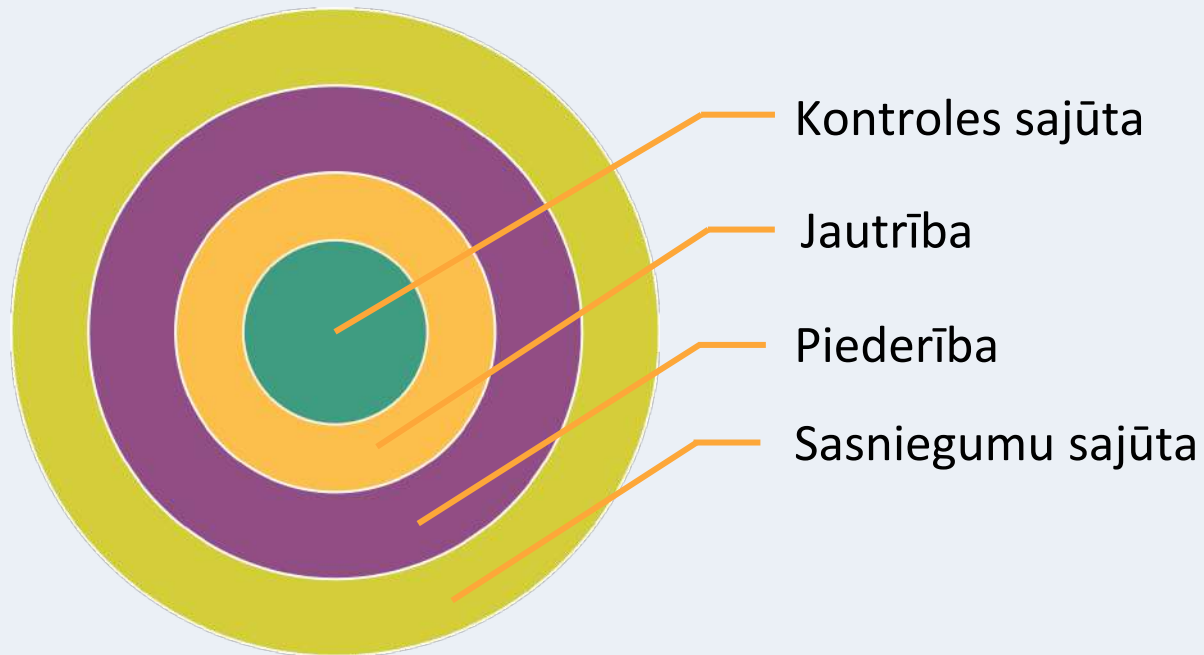
Brīdinājuma signāli retorikā

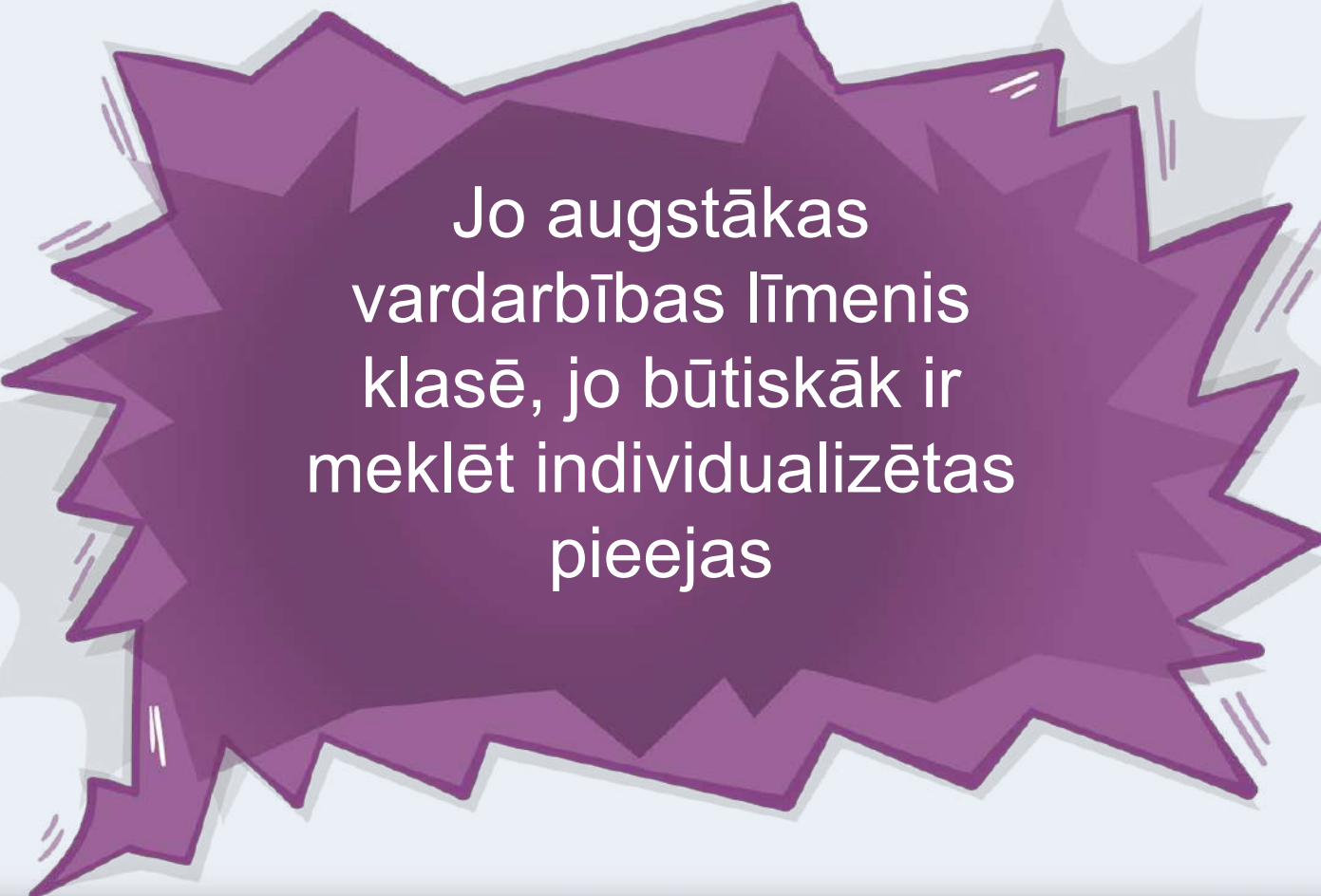


- *Es ar tevi nedraudzēšos,*
Es ar tevi draudzēšos, ja...
- Iesaukas
- *Ko tu lūri?*
- Piezīmes par izskatu, svaru, apģērbu
- *Sīkā, jauniņais*
- Sačukstēšanās
- Klusēšana un neskatīšanās virsū
- Pārtraukšana teikuma vidū, neļaušana pabeigt nevienu domu



Bērnu pamatvajadzības





Jo augstākas
vardarbības līmenis
klasē, jo būtiskāk ir
meklēt individualizētas
pieejas



3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīva pasākumos ikviens ir gaidīts

3 2 1 0 -1 -2 -3

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīvā pieņemts palīdzēt, kad kādam iet grūtāk

3 2 1 0 -1 -2 -3

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mēs esam jautri

3 2 1 0 -1 -2 -3

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīvā nav pieņemts meklēt vainīgo

3 2 1 0 -1 -2 -3

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mums ir draudzīgas attiecības ar citām klasēm

3 2 1 0 -1 -2 -3

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mēs zinām, ka par mums nesmesies

3 2 1 0 -1 -2 -3

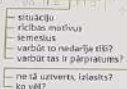
NOMIERINĀŠANĀS STRATĒGIJAS

DARĪT CITAS LIETAS, KAS IEPIECINA



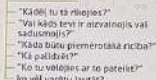
DOMĀŠANĀS STRATĒGIJAS

CENSTIES IZPRĀST



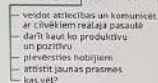
SASKARSME PRĀSMJU STRATĒGIJAS

JAUTĀT



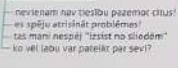
RĪCĪBAS STRATĒGIJAS

"PASAUĻĒ IR SVARĪGĀKAS LIETAS"



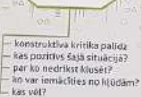
NOMIERINĀŠANĀS STRATĒGIJAS

IZMANTOT POZITĪVUS APGALVOJUMUS PAR SEVI



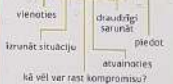
DOMĀŠANĀS STRATĒGIJAS

IKVIENS VAR KĻŪDĪTIES



SASKARSME PRĀSMJU STRATĒGIJAS

MEKLĒT KOMPROMISU



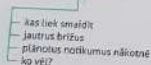
RĪCĪBAS STRATĒGIJAS

IZDARĪT KAUT KO LABU



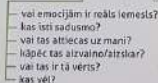
NOMIERINĀŠANĀS STRATĒGIJAS

ATCERĒTIES PATĪKAMUS NOTIKUMUS



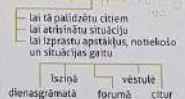
DOMĀŠANĀS STRATĒGIJAS

SAPRĀST, KAS ĪSTI SATRAUC



SASKARSME PRĀSMJU STRATĒGIJAS

UZRAKSTĪT SAVU PIEREDI



RĪCĪBAS STRATĒGIJAS

KONTROLĒT LAIKU



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.





Ja bērns jutīs, ka var ietekmēt
vienu jomu, viņš var gūt
sajūtu, ka var ietekmēt arī
citus dzīves aspektus.
Un **laiks** ir viens no tiem.

Kam pedagogs iedod varu un autoritāti?



Tehniķis

Mierinātājs

Atgādinātājs

Tiesnesis

Sirdapziņas
balss

Reportieris

Ledlauzis

Kārtības
uzturētājs

Padomdevējs

Dizaineris

Jokdaris

Drošais
plecs

Aizstāvis

Attīstītājs

Utt....

Inovators

Veiciniet to, ka bērni
palīdz citiem bērniem –
konsultē, dalās, rūpējas
(vismaz 10 min. dienā)



Neliels vienaudžu
spiediens ir
nepieciešams, lai jūsu
bērns ieietu dušā,
saķemmētu matus.



Bērniem, kuriem ir grūtības veidot jaunas draudzības, pielāgoties pārmaiņām, kuri ir riska grupā attiecībā uz sociālo izolāciju, ir daudz lielāka iespēja ciest no negatīva vienaudžu spiediena.



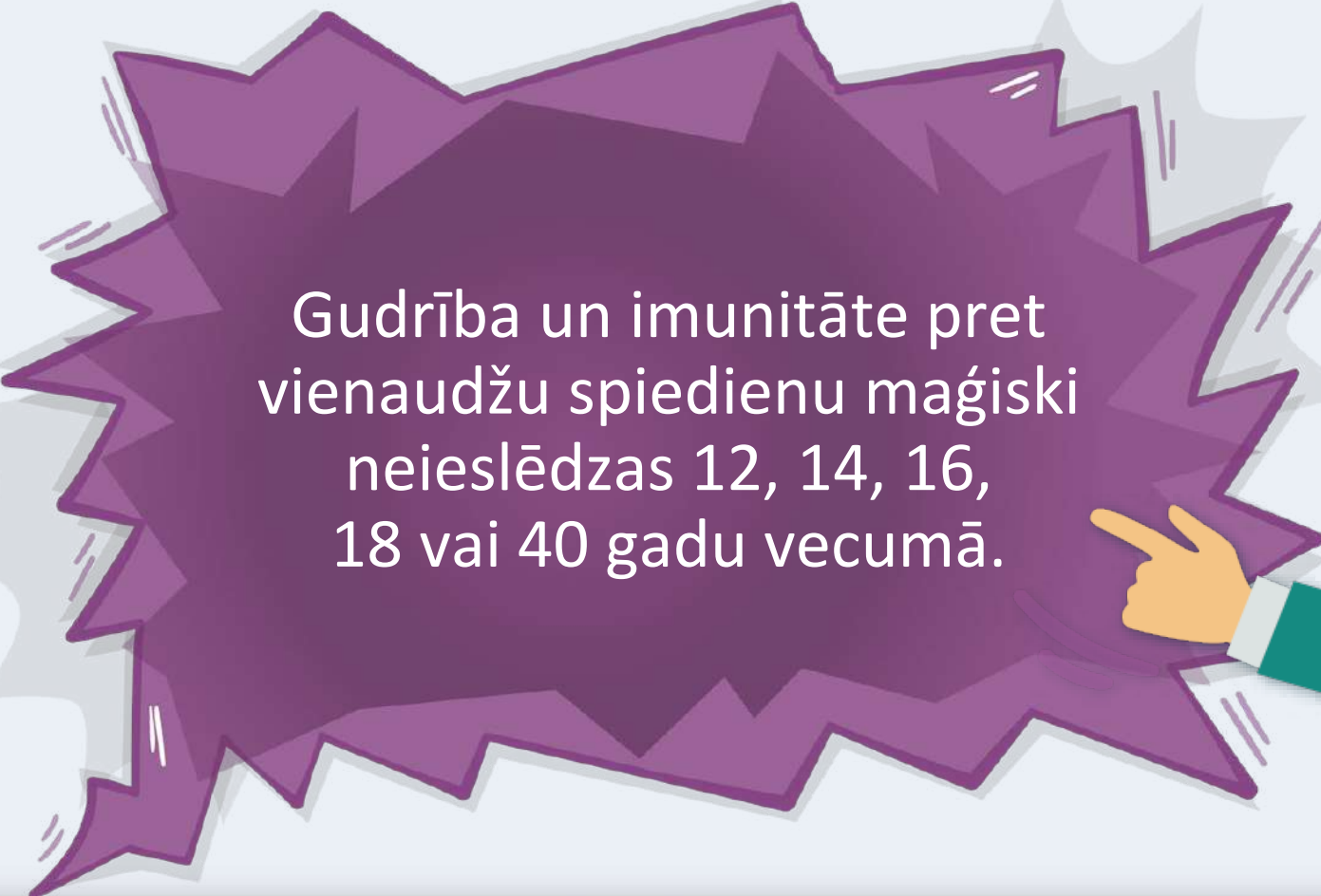
Kā vispār atpazīt
vienaudžu
spiedienu?



Negatīvs spiediens

- Vienošanās izolēt kādu;
- Noruna izturēties nejauki pret kādu;
- Aicinājums bastot vai veikt kādu citu neētisku rīcību;
- Spiediens zagst;
- Spiediens smēķēt, lietot alkoholu utt.





Gudrība un imunitāte pret
vienaudžu spiedienu maģiski
neieslēdzas 12, 14, 16,
18 vai 40 gadu vecumā.

PĀRTRAUCIET SALĪDZINĀT!

Iedodiet bērnam ietekmes un
atbildības jomas ģimenē.



Sniedziet pozitīvos apstiprinājumus

- ❑ Pamaniet labās lietas un pasakiet;
- ❑ Parādiet, ka palīdzēšana citiem ir būtiska lieta;
- ❑ Akceptējiet bērna pārmaiņas gan ķermenī, gan personībā;
- ❑ Dodiet iespējas bērnam ietekmēt citu cilvēku dzīves.



Vienaudžu spiediens un vardarbība

- Bērns vairāk nevelk savas mīļākās bikses, jo draugi par viņu smiesies?



*ĪSTI DRAUGI
PIEŅEMS TEVI
TĀDU, KĀDS ESI.*

Vārdi nav tas, kas palīdzēs, bet



*Tev nav jākļūst par
to, kas tu neesi, lai
citi tevi novērtētu.*

Ja bērns slikti panes
vientulību, garlaicību,
viņam izslēgšana no bara
nozīmē sociālu nāvi.





Avoti

- Frank, Robert H.. Under the Influence . Princeton University Press., 2020
- Fagell, Phyllis L.. Middle School Matters. Hachette Books., 2019
- Borba, Michele. End Peer Cruelty, Build Empathy: The Proven 6Rs of Bullying Prevention That Create Inclusive, Safe, and Caring Schools . Free Spirit Publishing. Kindle Edition.
- Leman, Dr. Kevin. Planet Middle School. Baker Publishing Group. Kindle Edition.
- Pascuas, Catherine. Social Skills Handbook for Autism: Activities to Help Kids Learn Social Skills and Make Friends. Edx Autism Publishing., 2017

- <https://cf.ltkcdn.net/teens/files/2251-Statistics-on-Peer-Pressure-infographic-v2a.pdf>