

uzvediba.lv

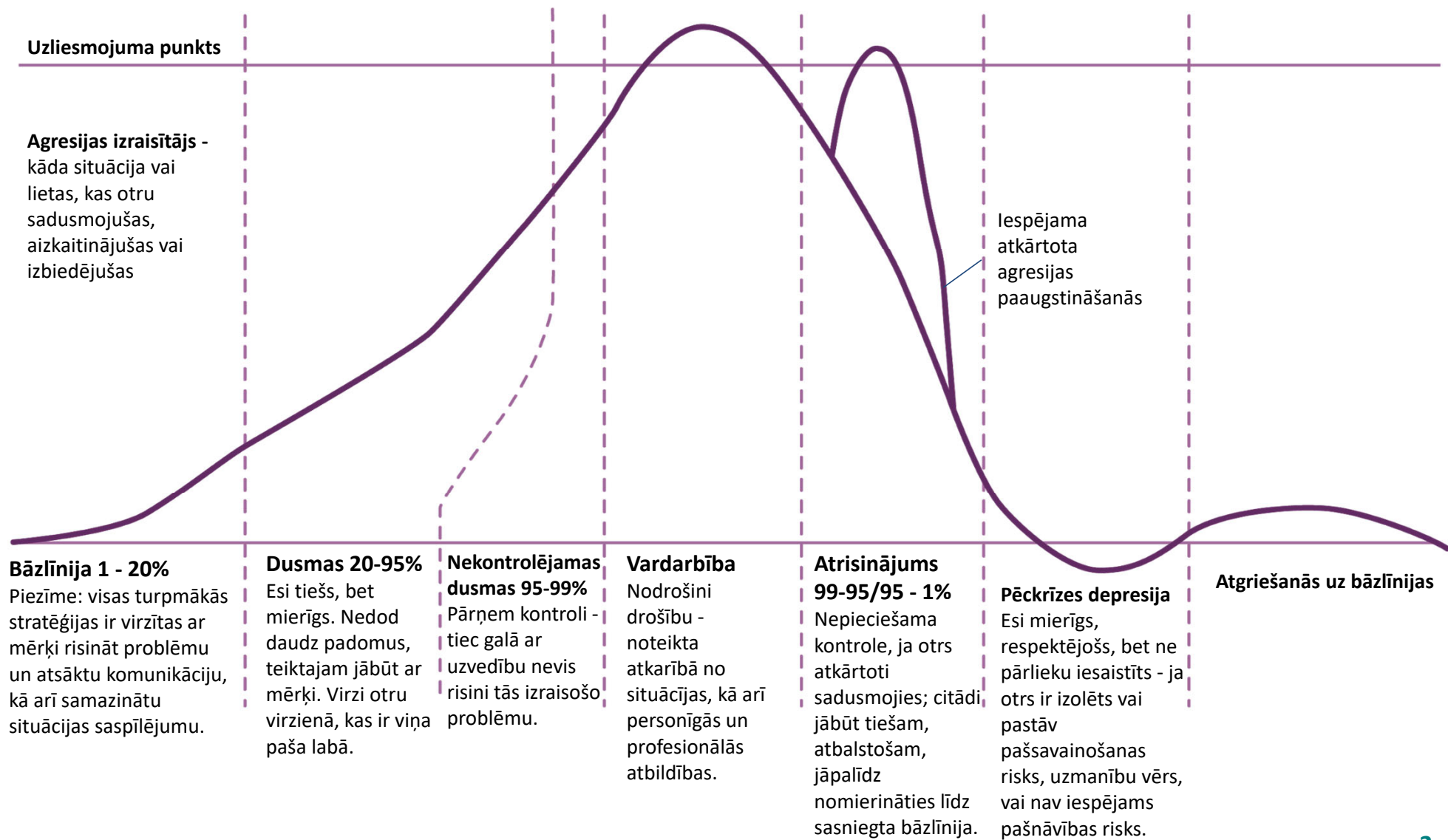
VEBINĀRS

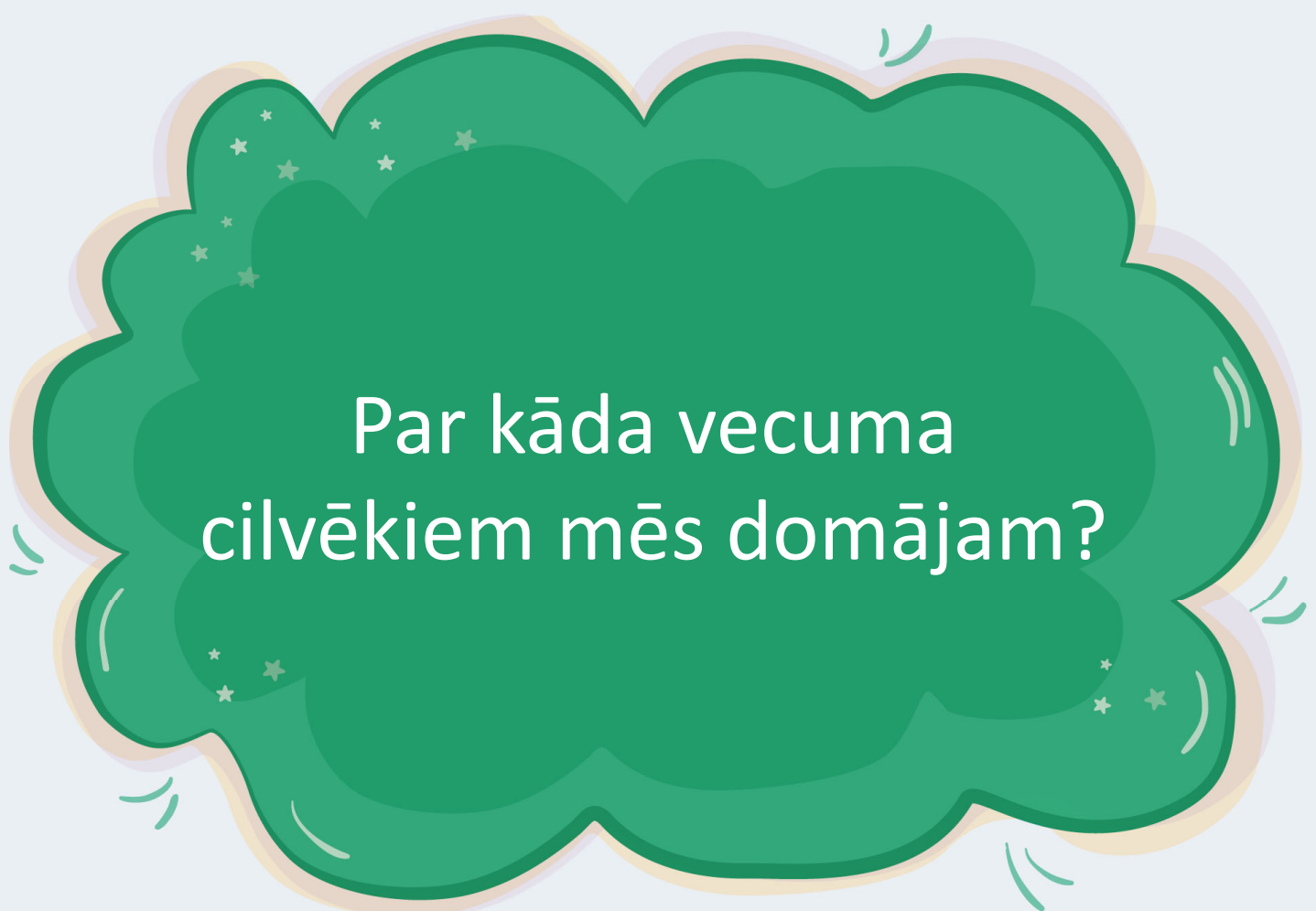
AGRESĪVA UZVEDĪBA

16:00 - 18:00

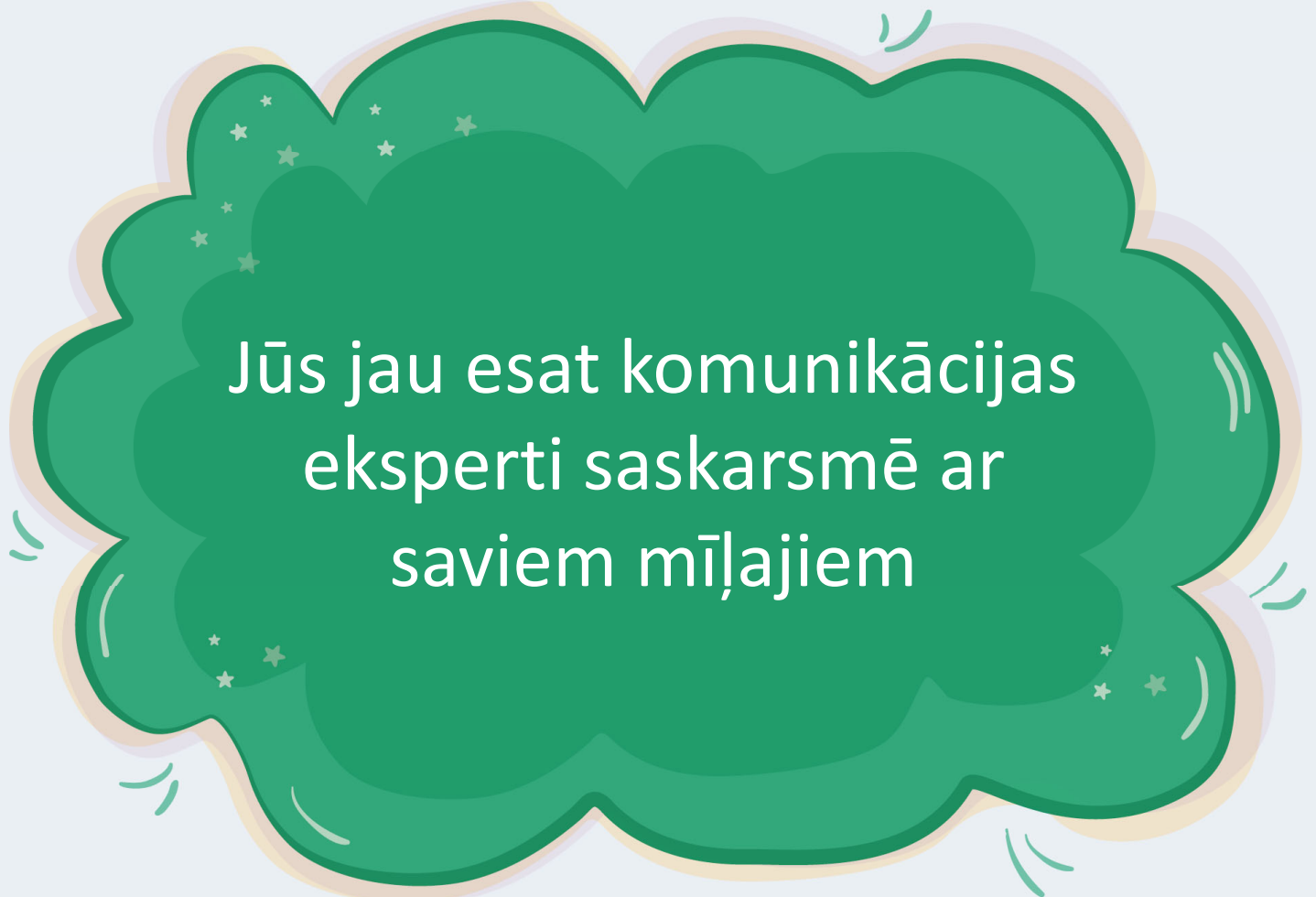
Līga Bērziņa







Par kāda vecuma
cilvēkiem mēs domājam?



Jūs jau esat komunikācijas
eksperti saskarsmē ar
saviem mīļajiem



Uzvedības funkcijas

Uzvedības funkcijas

Jebkurai uzvedībai, arī tādai, kas izskatās ļoti dīvaina vai neadekvāta, ir kāds iemesls vai cēlonis.

Ir palīdzīgi uz agresīvu uzvedību raudzīties kā uz **iemācītu uzvedību** – pat bērni, kuriem ir smagi attīstības traucējumi, agresīvi uzvedas nevis tāpēc, ka „viņi ir traki”, bet tāpēc, ka viņu pieredze ir iemācījusi, ka šāda uzvedība palīdz sasniegt kādu bērniem svarīgu mērķi, kuru bērni nespēj vai neprot sasniegt savādākā veidā

Uz mērķi orientēta uzvedība

Jaunākajai mānai ir momentāla agresija pret vecāko, tikko kā vecākā māsa pieskaras viņai vai cenšas samīļot. (Agresija ģimenē nav bijusi vispār). Toties kad agresijas lēkme jaunākajai mānai pāriet, pēc lieliem kliegšanas periodiem,

sākas mīlošanās un labas attieksmes periods. Pēc sādas uzvedības, arī vecākā māsa ir sākusi šādi reaģēt, tiesa gan ne tik daudz pret jaunāko māsu, bet pret vecākiem. Mājsēdes laiks šo visu ir sāsinājis.

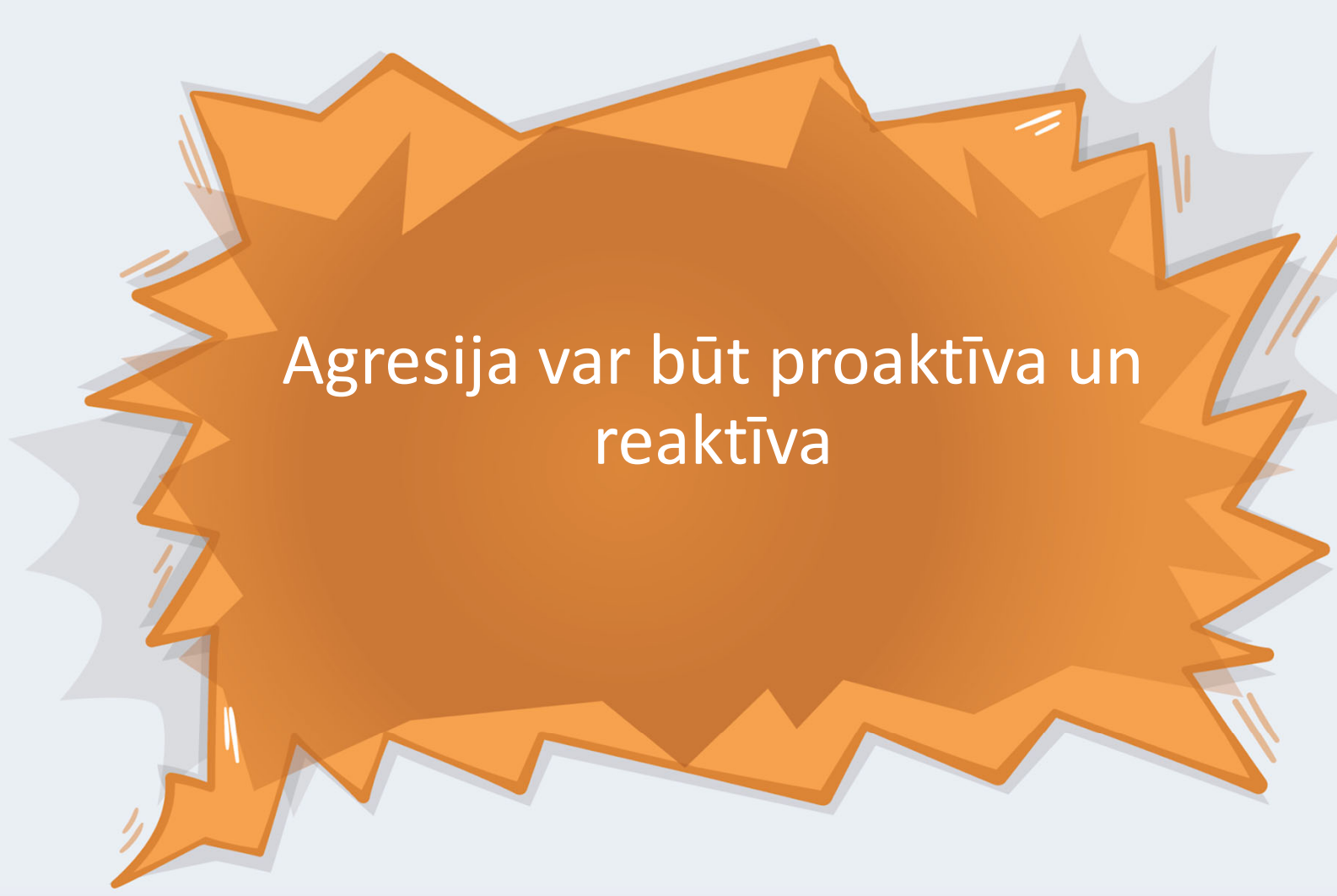
Pašstimulējošā uzvedība?

Jau ar iepriekšējo semināru par impulsivitāti ļoti palīdzējāt iesākt darbu ar mūsu 4,5 gadīgo puiku, kas dara pāri savai 1,5 g . māsiņai. Tomēr neatbildēts jautājums - kādēļ viņš tā priecājas, nodarot viņai sāpes? Un kā to ievirzīt pozitīvās sliedēs?

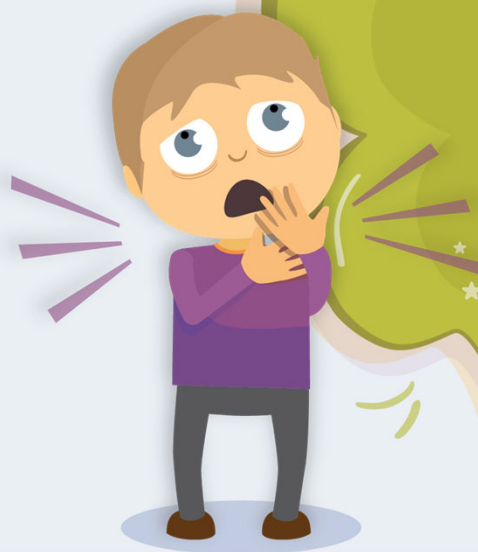
Izvairīšanās uzvedība

Un ir bērni, kas saprot, ka
viņi var panākt ļoti daudz ar
spēku, agresivitāti vai
ignoranci





Agresija var būt proaktīva un
reaktīva



Ja mēs varam paredzēt,
kad, kādos apstākļos,
kādas uzvedības
problēmas būs...

Ar kādām problēmām bērni saskaras?

Kādās vidēs bērnam rodas problēmas?

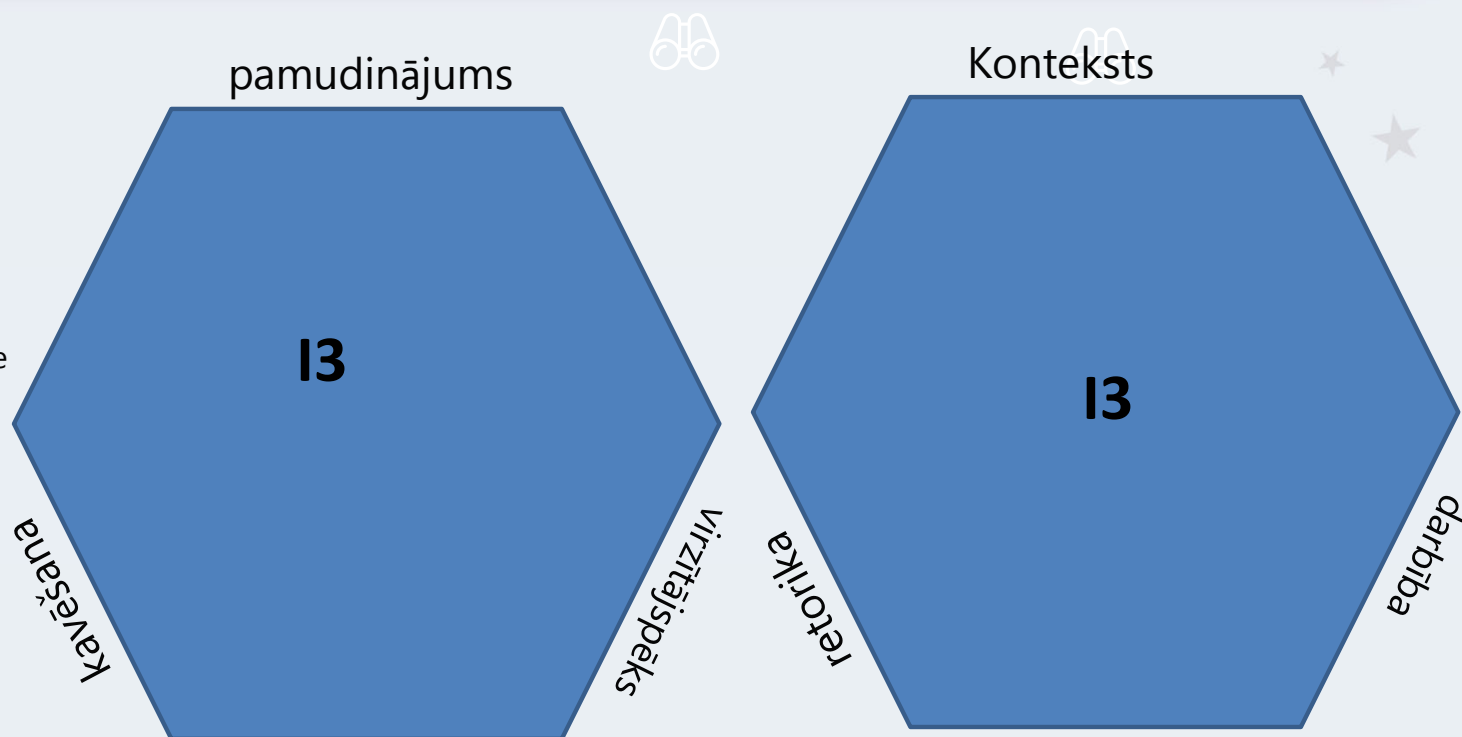
Kādos diennakts, gadalaikos rodas problēmas?

Kādās situācijās?



I-cube

3 procesi, par ko runā I3 teorija, ir pamudinājums (instigation), virzītājspēks (impellance) un kavēšana (inhibition). Pamudinājums sevī ietver tos pietuvinātos vides apstākļus, kas normatīvi pieprasītu agresīvu uzvedību (piemēram, provocācija). Virzītājspēks raksturo tos situatīvos vai dispozicionālos stimulus (piemēram, tieksme uz agresiju), kas ietekmē, cik spēcīgi ierosinātājā producējas vēlme uzvesties agresīvi. Kavēšana, savukārt, runā par to, cik spēcīgi situatīvie un dispozicionālie aspekti kavē vai nomāc agresijas ierosināšanos. (Finkel, & Hall, 2018)



Nereti mums izskatās, ka bērni
speciāli tā uzvedas. Bet mēs
vienkārši esam trenēti tā skatīties uz
lietām, un šī pieeja nepavisam
nepalīdz

Mēs kā pieaugušie jūtamies nerespektēti, pazemoti,
dusmīgi
Un tad parādās, kādi, kuri sāk mācīt «kā viņu nolikt pie
vietas», un mēs jūtamies kā slikti vecāki



Visšausmīgākais ir
tad, ja pieaugušajam,
kurš ir kopā ar bērnu,
ir identiskas grūtības



Pārmāci viņu! Tā bieži dzirdam, bet patiesībā, kas ir jāmāca domāšanas prasmes nomierināšanās prasmes, problēmu risināšanas prasmes utt.

Cilvēki, kuri ir dusmīgi, nav labākie padomdevēji, kas spēj ģenerēt praktiskus risinājumus.



Konfliktogēni (ierosinātāji)

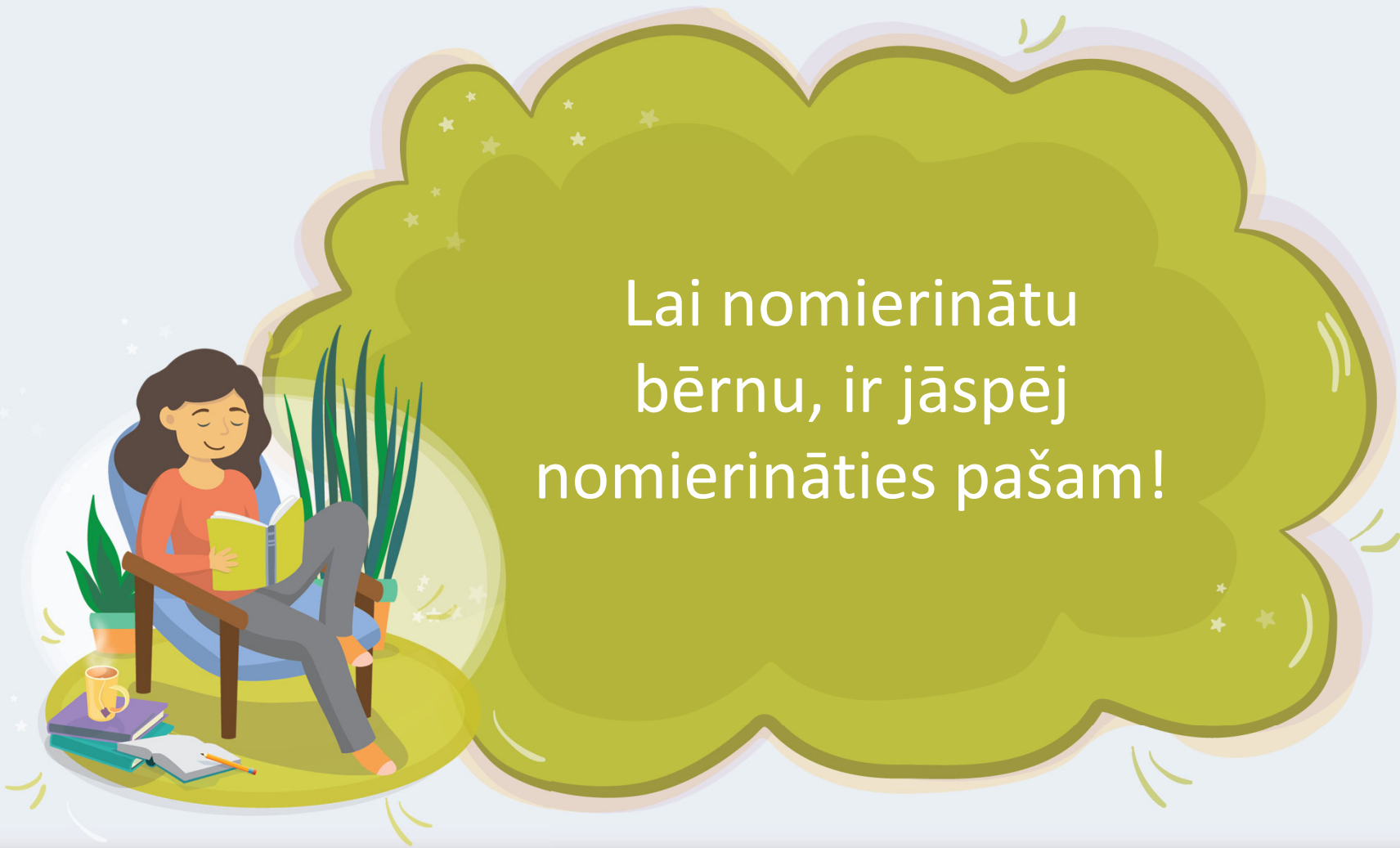
Aizliegumi
Aizskarošs humors
Aizskaršana
Antipātijas pazīmes
Apvainojumi
Attaisnošanās
Augstprātība
Autoritātes
Distance
Egoisms
Iebildumi
Ignorance
Ilga runāšana

Informācijas slēpšana,
Izsmiekls,
Kategoriskums
Kategoriskums,
Kontrole
Monotona atkārtošana
Negatīvs novērtējums
Nepateicība
Neuzmanība komunikācijā
Noguruma tēlošana
Noniecināšana
Noslēgtība
Pamācības

Parazītvārdi
Pavēles,
Paviršības
Pārākums
Pārtraukšana
Sačukstēšanās
Solījumu neturēšana
Specifiskas skaņas, balss
Spiešana
Vajadzību ignorēšana
Veiktā vērtības minimizēšana



<http://www.rms.lv/index.php/lv/>
http://www.rms.lv/veiksmigs_uznemejs/Files/File/buklets_LAT_1_DALIBNIEKIEM.doc



Lai nomierinātu
bērnu, ir jāspēj
nomierināties pašam!

Dusmas arī ir komunikācija

- Lielākoties cilvēki pat lielās dusmās mēģina ar jums komunicēt
- Parasti cilvēki padod signālus, kad viņi paliek dusmīgi – balss, ķermeņa valoda, žesti utt.
- Bet ir cilvēki, kuri lēnām un klusām sevi sevī «uzvelk» līdz eksplozijai ar domu palīdzību

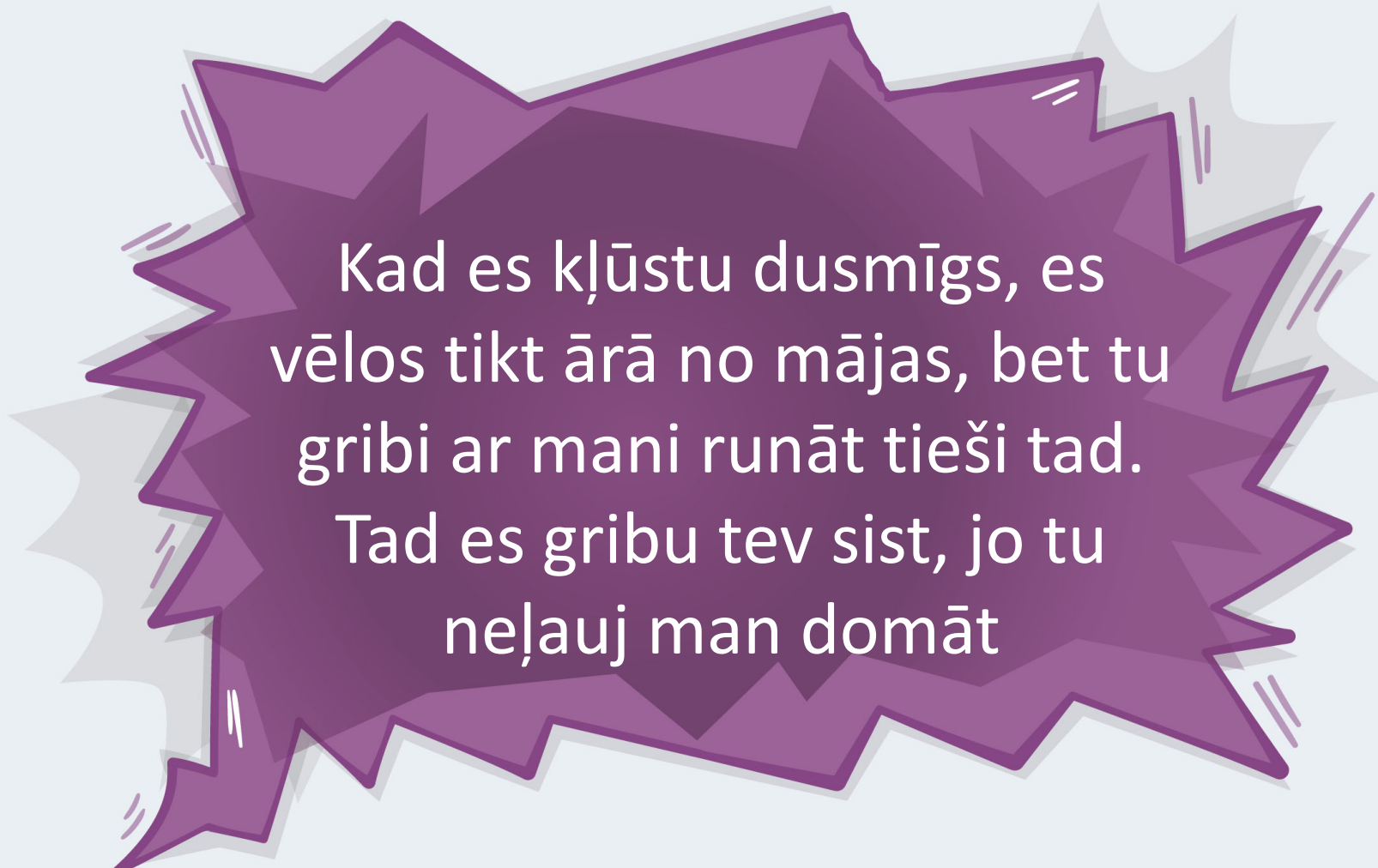
TĀPĒC IR BĪSTAMI ATSTĀT BĒRNU VIENU

Runājiet par savām un citu dusmām

- Vislabākais veids, kā novērst nākotnes incidentus, ir izrunāt pagātnes epizodes
- Sagaidi mierīgu brīdi, lai uzdotu jautājumus. Ja dusmas sākas atkal, nomierinieties un atgriežaties pie sarunas vēlāk
- Jautājumi palīdzēs saprast negatīvo emociju veidošanās algoritmus, kas var palīdzēt saprast jums bērnu un bērnam sevi
- Paskaidro, ka tu vēlies, lai bērns būtu laimīgs un mierīgs

Neiekrītiēt slazdos

- Cik reizes man tev ir jāstāsta!
- Man ir taisnība, tev nav taisnība
- Nepārtrauciet
- Neņemiet ārā fragmentus no sarunas un neattīstiet tos sev par labu
- Nepieķeraties vārdiem



Kad es kļūstu dusmīgs, es
vēlos tikt ārā no mājas, bet tu
gribi ar mani runāt tieši tad.
Tad es gribu tev sist, jo tu
neļauj man domāt

Konflikta uztvere

- Ir cilvēki, kuri vienkārši nespēj pieņemt, ka kāds viņiem nepiekrīt
- Viņi var uzskatīt, ka tu esi neieinteresēts vai pārāk stulbs, lai saprastu viņus
- Viņi tavu nespēju saprast viņus var interpretēt, ka tu uzskati viņus par stulbiem
- Ja tu viņiem nepiekrīti, viņi uzskata, ka tu liec šķēršļus viņu mērķiem
- Aizliegums var nozīmēt, ka viņu «pozīcija» ir apdraudēta, kas tiešā veidā ietekmē viņu paštēlu
- Nepiekrišana var nozīmēt, ka tu neizrādi «respektu» pret viņiem

Lielākie izaicinājumi ir bērniem, kuriem:

- Ir grūtības izveidot vairākus risinājumus vienai problēmai
- Ir grūtības senāku pieredzi attiecināt uz aktuāliem notikumiem
- Ir grūtības izvērtēt, kādas sekas izraisīs viņa rīcība
- Ir grūtības savas domas, bažas paust vārdos
- Ir izteikta “melnbaltā” domāšana
- Ir grūtības pārmaiņās vai noteikumos
- Grūtības pāriet no vienas idejas uz otru. Pat ja tā ir labāka

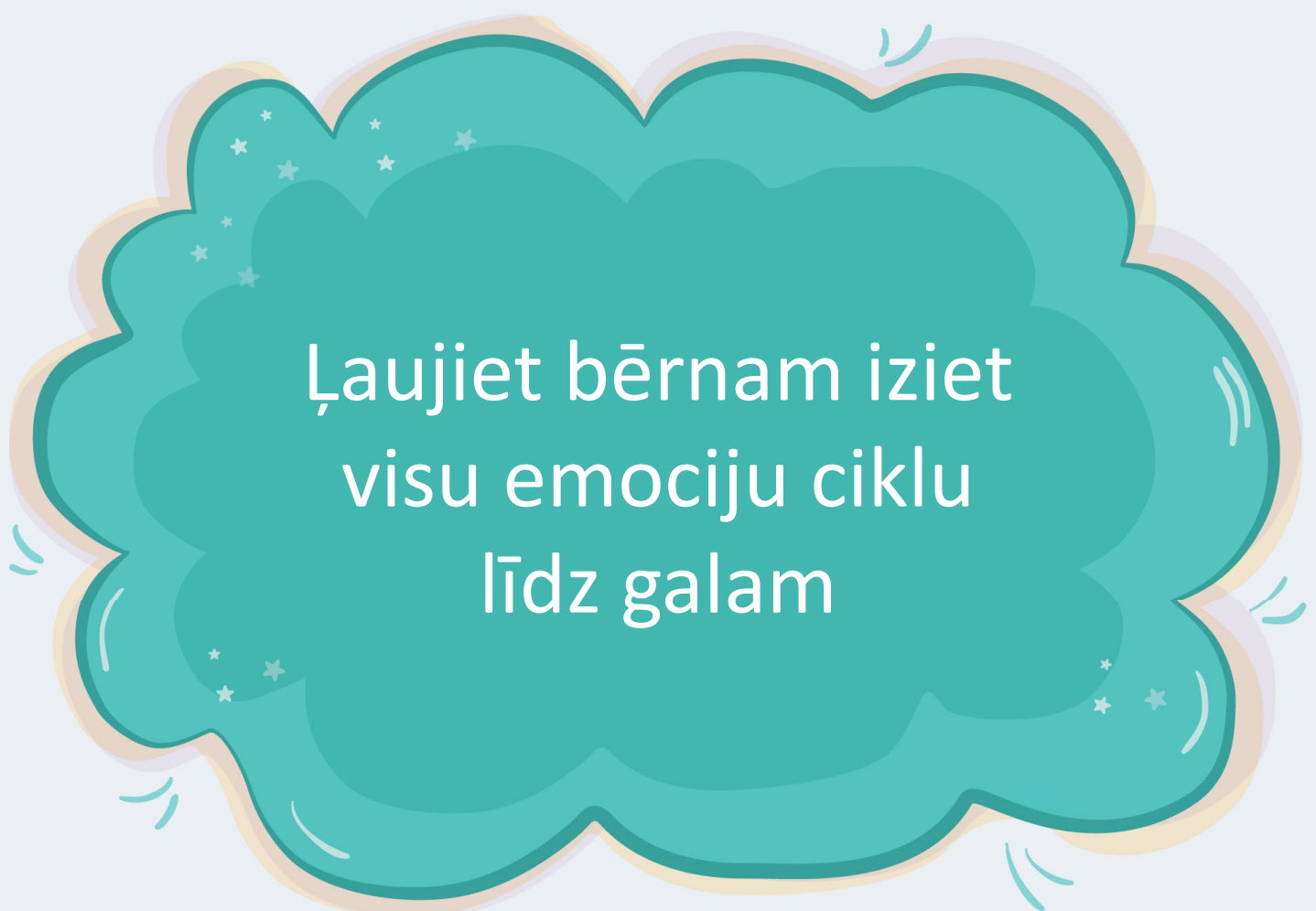




Saprotiet ierosinātājus

Jautājumu piemēri

- Kāda veida lietas vai rīcība padara tevi dusmīgu?
- Vai ir kaut kas, kas tevi ļoti sadusmo mājās?
- Kādas lietas tev liek slikti justies?
- Kas tev palīdz nomierināties?
- Tad kad tu paliec dusmīgs, kas tev palīdz nomierināties?
- Kā mums rīkoties tavos dusmu brīžos - labāk tevi atstāt vienu vai palikt ar tevi?
- Ko mums labāk darīt, kad tu esi dusmīgs, bet mēs nevēlamies strīdēties ar tevi?



Ļaujiet bērnam iziet
visu emociju ciklu
līdz galam

Skolotāja mani nogalinās

Es jūtos šausmīgi

Alise manī neklausās.
Neviens manī neklausās

Visi par mani smiesies

Neviens mani nemīl!

Neviens ar mani negrib draudzēties

Es izskatos kā muļķis

Māciet atšķirt
emocijas no
faktiem

Visas domas var tikt mainītas

Izdomājiet bailīgās domas līdz galam

Pajautājiet:

*Kas ir sliktākais,
kas var notikt?*

*Vai es esmu 100%
pārliecināts, ka tas
notiks?*

*Kāpēc es
domāju, ka
varu paredzēt?*

*Kā es vēl varētu
uz to skatīties?*

Es atkal visu sabojāju!

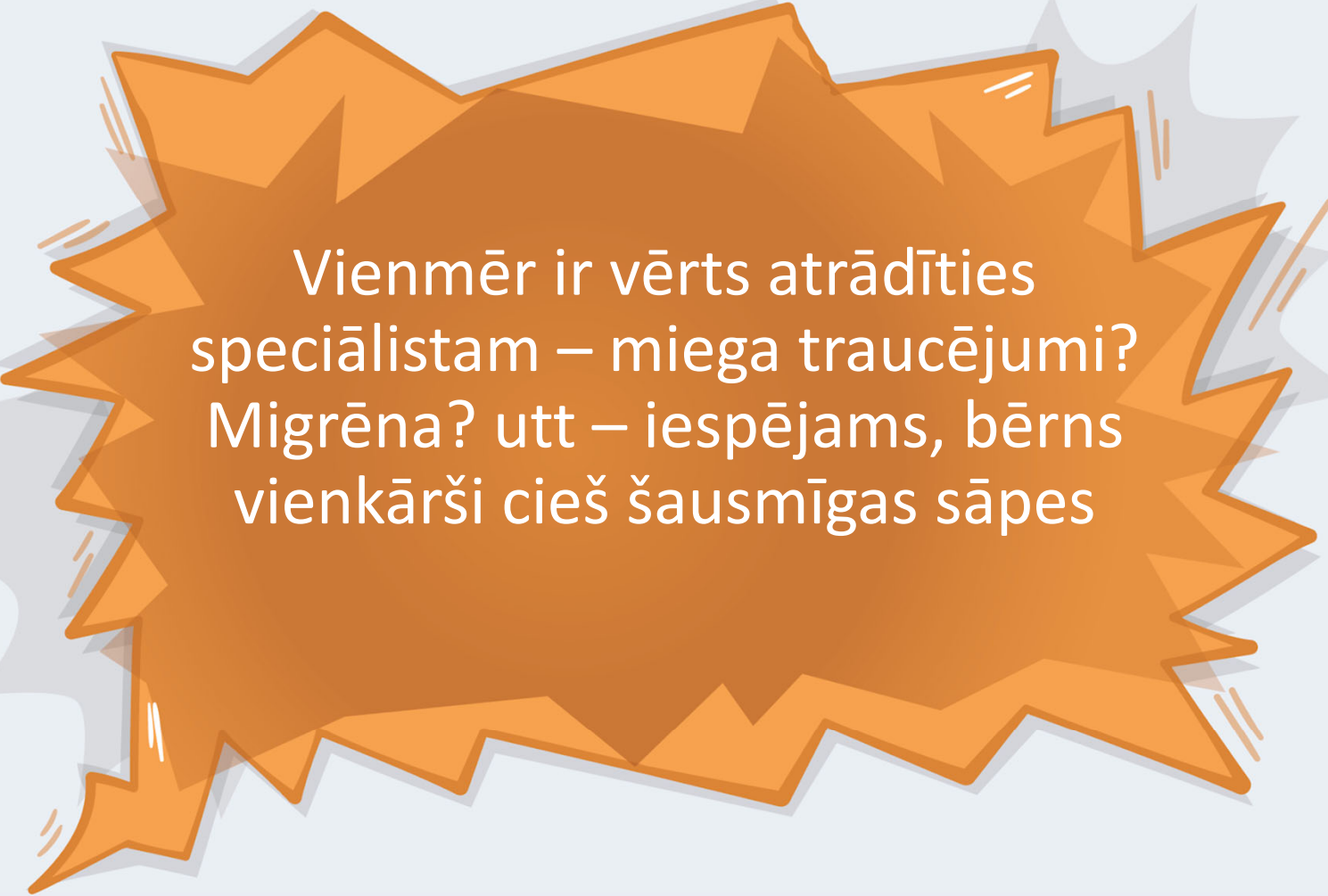
- Impulsu kontrolei nav korelācijas ar intelektu, darbaspējām, atmiņu
- Daudzi bērni ļoti pārdzīvo savu impulsivitāti
- Bīstami kļūst tajā brīdī, kad bērni zaudē ticību, ka spēj kontrolēt savu uzvedību



NEVIENMĒRĪGA ATTĪSTĪBA

- Ir piecpadsmitgadīgi tīņi, kuru impulsu kontroles prasmes ir divgadnieka līmenī
- Nereti uzvedības problēmas tiek jauktas ar komunikācijas prasmju trūkumu
- Mums katram var trūkt kādas prasmes, un nekad nav par vēlu tās veidot



A large, multi-pointed orange starburst shape with a dark orange center and a lighter orange outer ring. It has a jagged, hand-drawn appearance with some motion lines around it. The text is centered within this shape.

Vienmēr ir vērts atrādīties
speciālistam – miega traucējumi?
Migrēna? utt – iespējams, bērns
vienkārši cieš šausmīgas sāpes



SKILL, NOT WILL!

Trenējam prasmes!

Faktori, kas mazinās agresijas epizodes

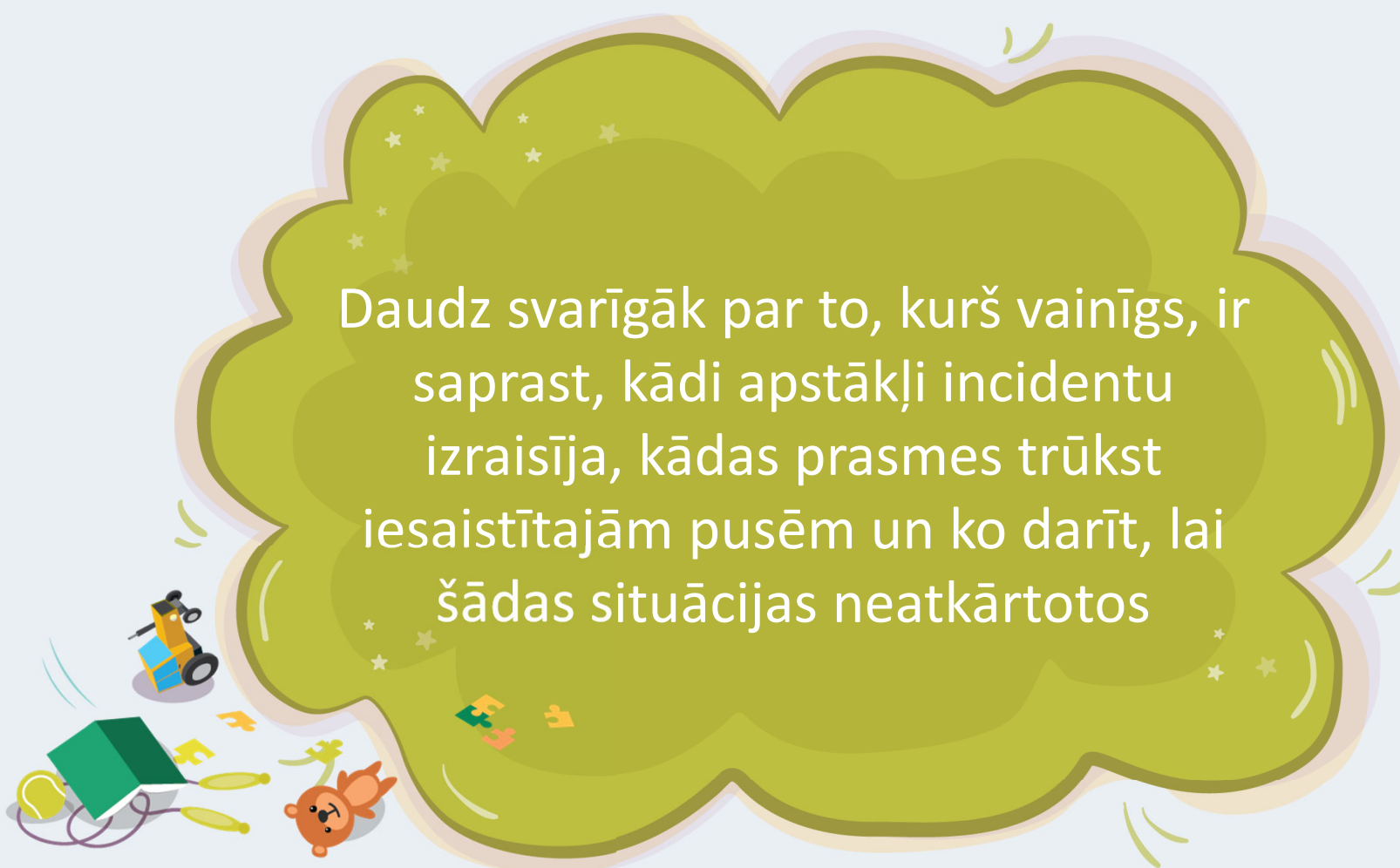
- Piedāvāriet izvēles iespējas
- Sniedziet vizuālo atbalstu
- Veidojiet precīzu ikdienas rutīnu
- Precīzas instrukcijas un norādes «Ko darīt, ja...»
- Veidojiet drošu vidi kļūdām
- Veiciniet prasmju attīstīšanu
- Māciet paškontroles prasmes
- Māciet nomierināšanās prasmes
- Pozitīvi apgalvojumi, afirmācijas, Sarunu apļa spēle
- Samaziniet sensoros kairinājumus

Kas rada opozicionālu uzvedību?

- Viņi nekad nav dzirdējuši: «*Nē!*»
- Konsekvenču trūkums uzvedības problēmu gadījumā
- Vecāki uzskata, ka visi citi vainīgi pie bērna problēmām
- Vecāki nodrošina, lai bērni labi jūtas par visu, ko viņi dara
- Zemas vai neesošas prasmes risināt savas problēmas, jo visas problēmas atrisina vecāki
- Bērnam nav iespēju garlaikoties, jo vecāki visu laiku cenšas viņu izklaidēt
- Kad bērns paliek destruktīvs, vecāks kļūst ignorants vai uzbrūk ikvienam, kurš cenšas bērnu disciplinēt
- Izlaists un bez pienākumiem un bez brieduma novērtēt savas privilēģijas



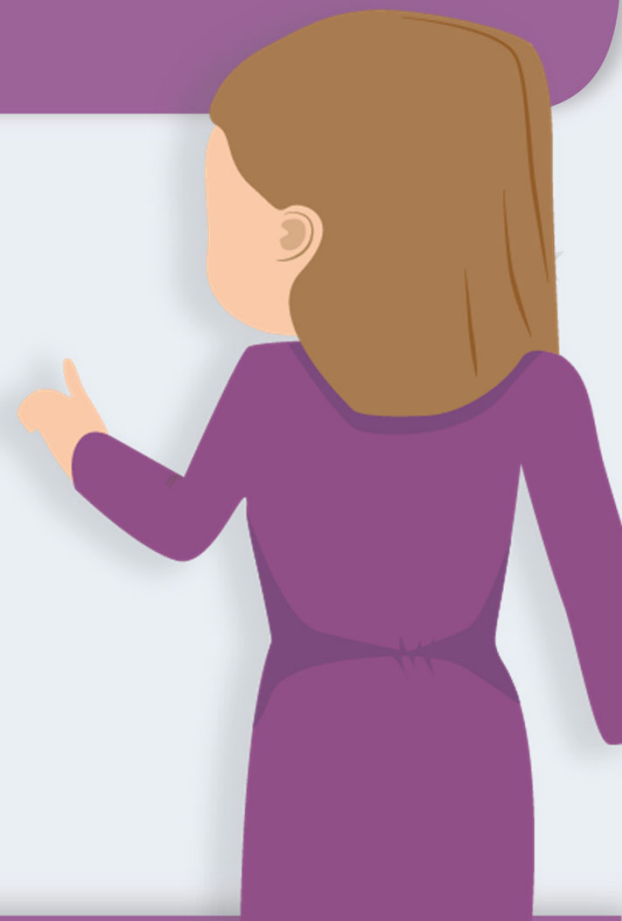
Walls, Scott. Oppositional, defiant & Disruptive Children and Adolescents: Non-Medication Approaches for the Most Challenging ODD Behaviors .



Daudz svarīgāk par to, kurš vainīgs, ir
saprast, kādi apstākļi incidentu
izraisīja, kādas prasmes trūkst
iesaistītajām pusēm un ko darīt, lai
šādas situācijas neatkārtotos

Modelēšanas prasmes

- Spoguļošana – ir bērni, kuri labi atspoguļo mūsu pašu frustrāciju un nepacietību
- Mums pašiem ir jāspēj formulēt, kas ar mums notiek un transformēt enerģiju konstruktīvā gultnē
- Risināsim problēmas ienākošo problēmu secībā



DISCIPLĪNA

Disciplīna māca vērtības, sniedz orientierus, rada drošības sajūtu

Disciplīna ir par spēju pamanīt gan negatīvo, gan pozitīvo bērna uzvedībā

RUNĀJIET ĪSI

Galvenais, lai viņš neraudātu
Uzej augšā, paņem savas lietas, ko ēdīsi vakariņās, neaizmirsti
jaku, uzmanīgi kāp pāri somai, kāpēc tev atkal istaba
nekārtībā? Es taču tev teicu paņemt jaku!!!



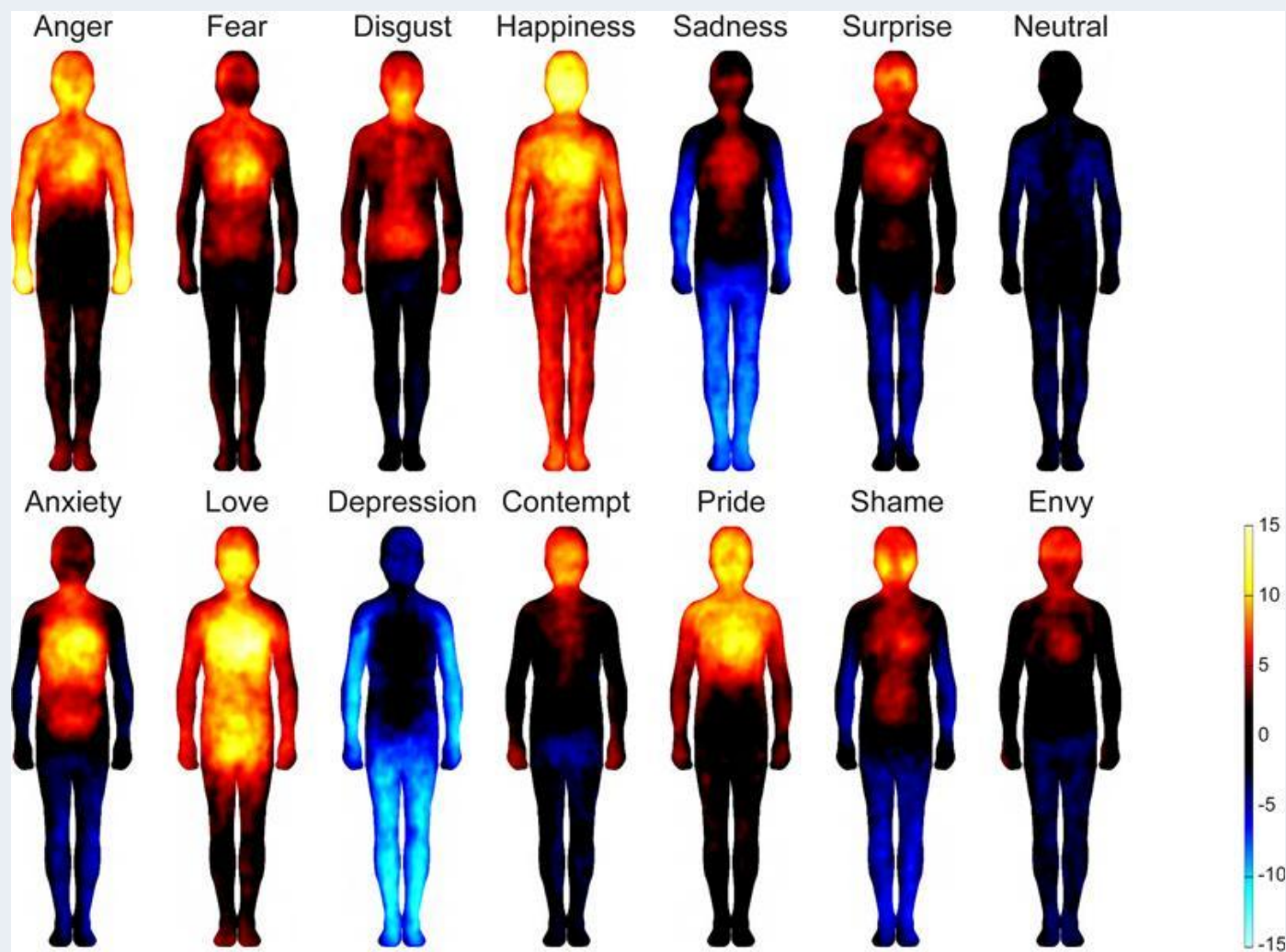
**Fokuss ir ne tikai kontrolēt
trauksmi un dusmas,
bet arī apgūt jaunas,
veiksmīgākas stratēģijas
situāciju risināšanai**

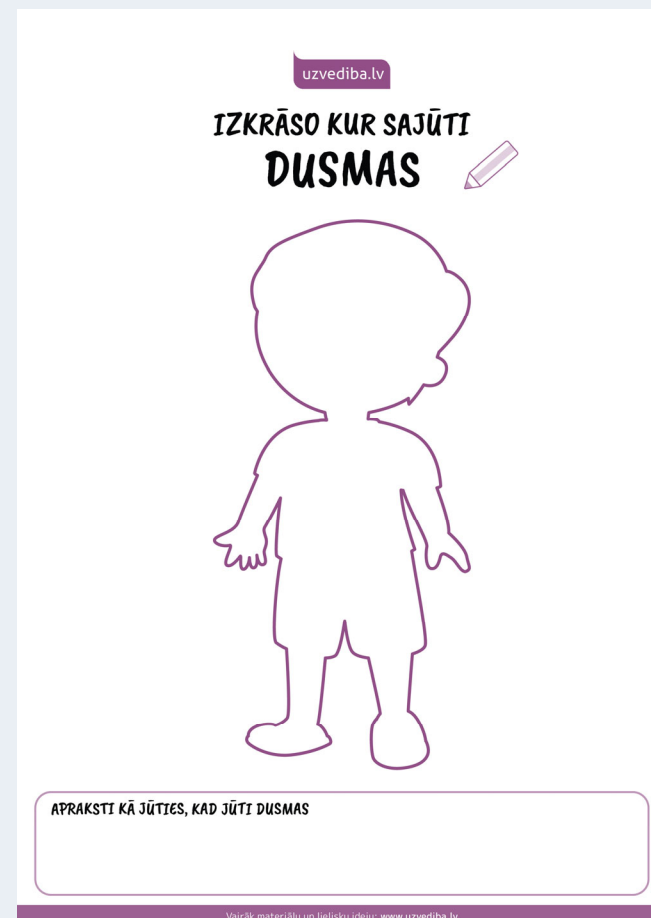
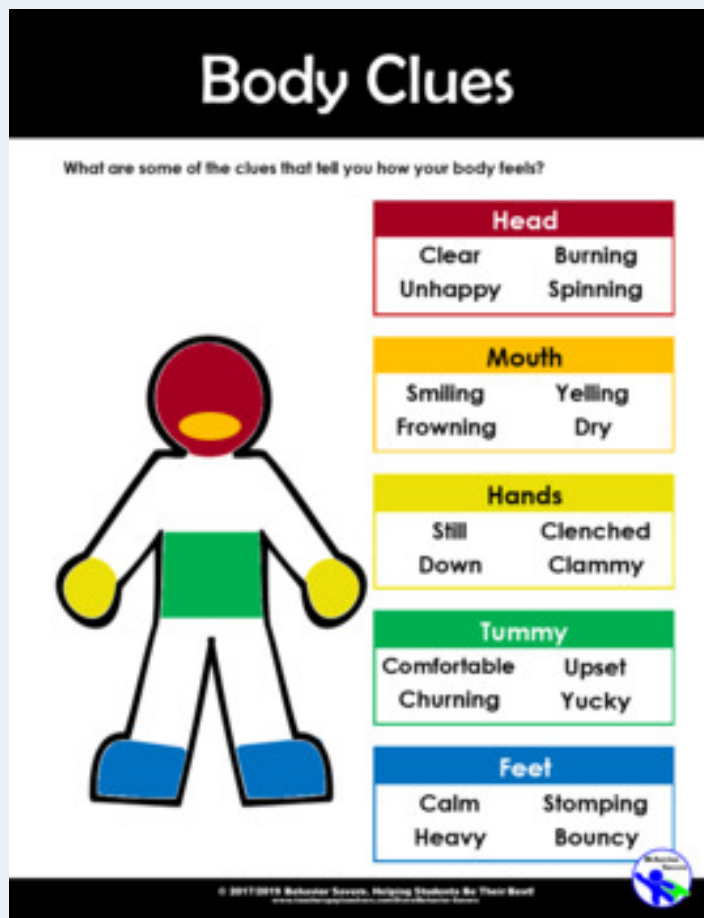


Bērniem ar impulsu
kontroles grūtībām ir lieli
izaicinājumi atpazīt gan
savas, gan citu cilvēku
emocijas



Emociju kartēšana ķermenī





- <https://www.teacherspayteachers.com/Product/The-Way-I-Feel-Feelings-in-Our-Body-PreK-2-No-Prep-Lesson-Activities-3000512>
- <https://www.pinterest.com/pin/547820742147605198/>

Māciet nosaukt emocijas vārdā



aizkaitināts

drošs

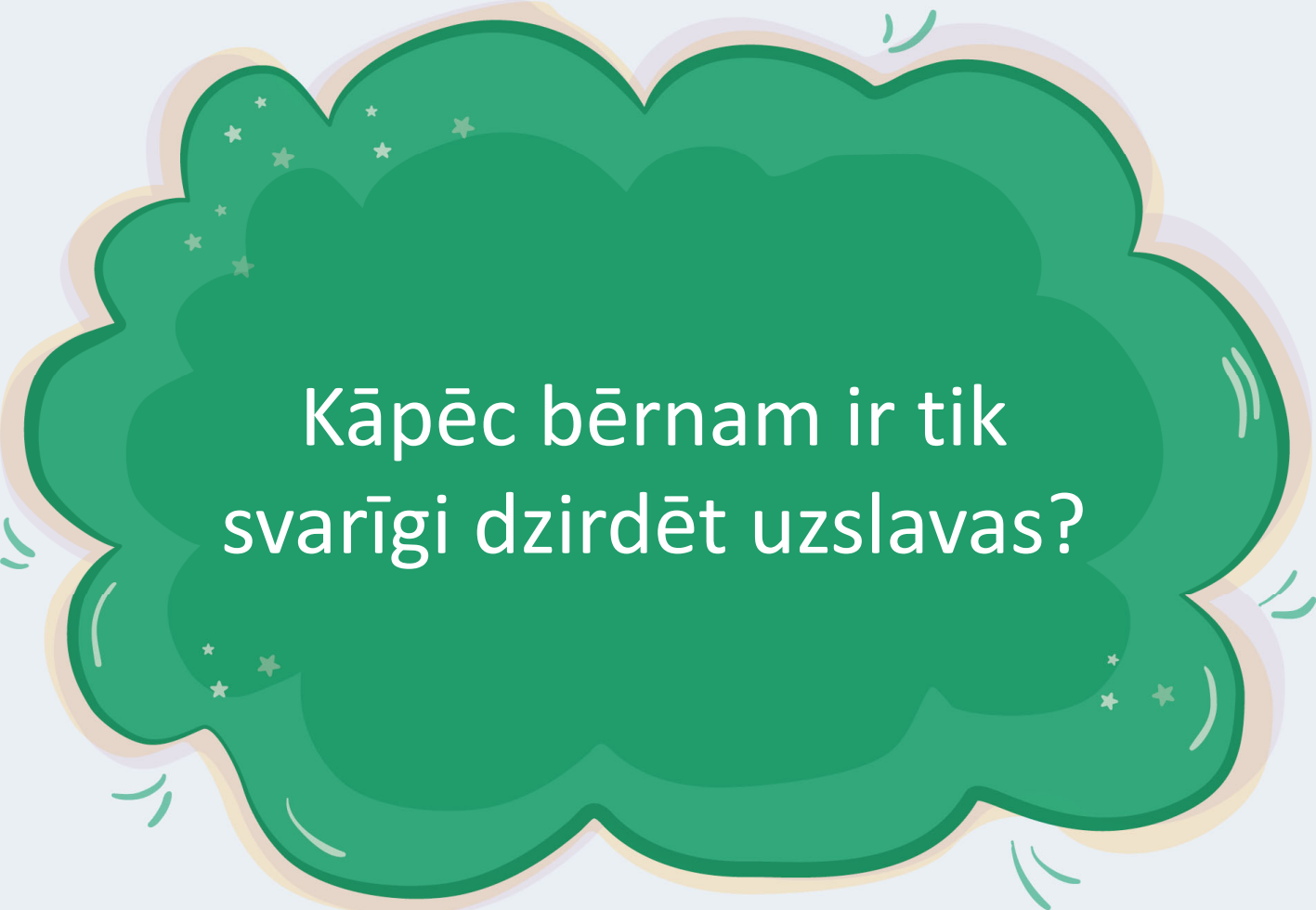
iedvesmots

aizvainots

Pamaniet katru brīdi, kad bērns savaldās

- Paldies, ka paturēji dusmas pie sevis
- Es zinu, cik tu esi dusmīgs
- Paldies, ka pateici savas dusmas ar vārdiem!
- Paldies, ka neiesiti mammai vai māšai
- Es zinu, kā tu jūties!





Kāpēc bērnam ir tik
svarīgi dzirdēt uzslavas?

A cartoon illustration of a young girl with dark hair, wearing a green shirt and a teal dress, crying with her mouth wide open. To her right is a large, green, cloud-like speech bubble with a white outline. The bubble contains text in Latvian. The background is light blue with small white stars and colorful swirls. The girl is surrounded by small white stars and colorful swirls.

***Ļauj bērnam iziet pilnu
emociju ciklu.
Nepārtrauc to ar ekrāniem,
saldumiem, draudiem,
uzmanības novēršanu
Neminimizē notikušo***

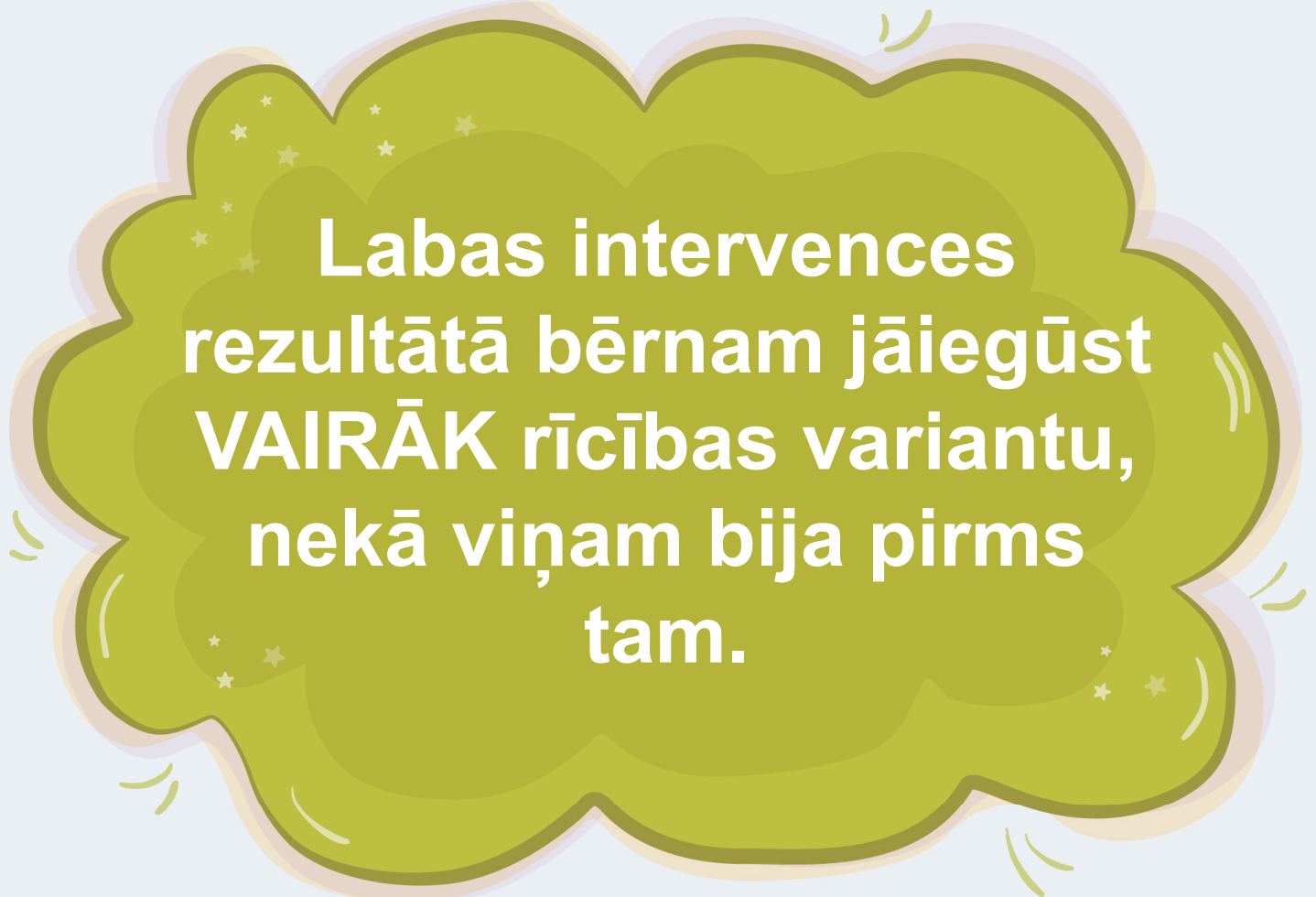
Acu skatienu nozīme



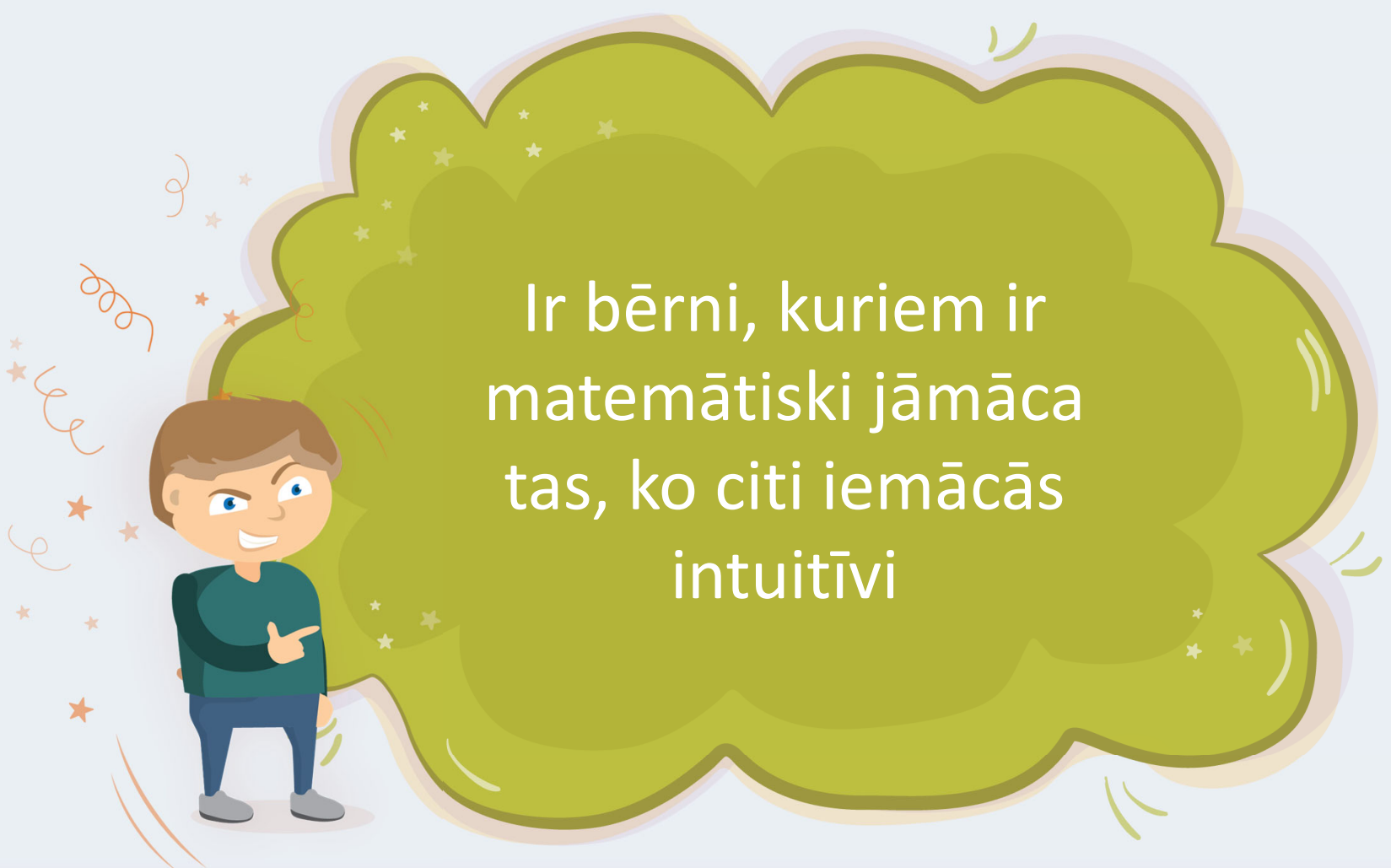
Sods:

- neiemāca jaunu pozitīvu uzvedību;
- var iemācīt jaunus agresīvas uzvedības modeļus;
- tas, ko pieaugušais uzskata par sodu, var nebūt bērnam sods.





Labas intervences
rezultātā bērnam jāiegūst
VAIRĀK rīcības variantu,
nekā viņam bija pirms
tam.

A cartoon illustration of a young boy with brown hair, wearing a green long-sleeved shirt and blue pants, pointing his right index finger towards a large, irregular green speech bubble. The bubble has a white outline and contains white text. The background is light blue with some small stars and swirls. The entire image is set against a white background.

Ir bērni, kuriem ir
matemātiski jā māca
tas, ko citi iemācās
intuitīvi

MĀCĪTIES. DRAUDZĒTIES. SPĒLĒTIES





ES NOMIERINĀŠOS!



Atcerēšos
kaut ko patīkamu.

ES DRAUDZĒŠOS!



Vienosimies.

ES RUNĀŠU!



Izrunāšos ar audzinātāju.

ES RĪKOŠOS!



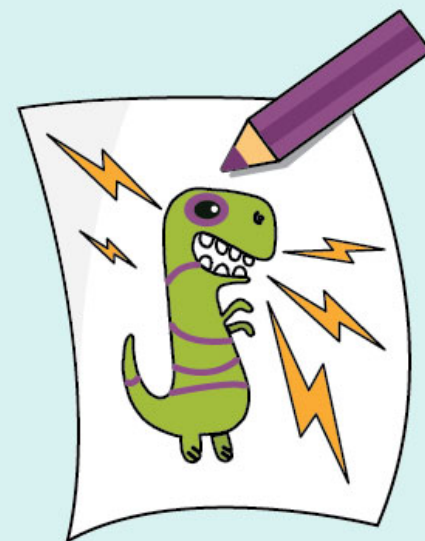
Darīšu kaut ko citu.



Nomierināšanās

Izkustēšanās
Uzmanības novirzīšana
Mīļākā nodarbošanās
Pašrefleksijas mācīšana

ES NOMIERINĀŠOS!



Es uzzīmēšu savas dusmas.



Domāšana

- Mums impulsīviem bērniem var būt divi atšķirīgi un pat pretēji redzējumi, abi var būt pareizi.
- Šādus bērnus var apburt ar burvju trikiem, rēbusiem – netici tam, ko redzi.



- Impulsīviem bērniem ir grūtības ar primārajām un sekundārajām emocijām – viņi ne tikai reaģē uz notikumiem, bet viņi reaģē arī uz savām emocijām un rīcību
- Mums ir maza ietekme uz pirmo reakciju, bet mēs varam kontrolēt savas domas un attieksmi, jo mēs paši to veidojam.
- Mēs sekundārās emocijas iemācamies paši, un mums tās iemāca vide.

Māciet bērnam pozitīvus domāšanas modeļus

- Saudzīgi uzklausiet viņu, pieņemiet viņu emocijas un vērojumus.
- Ja bērns saka "*Ar mani neviens nevēlas spēlēties*", neatbildiet ar "*Muļķības - tev tikai tā liekas!*", bet gan pavaicāji, kāpēc viņam tā šķiet. Tas mācīs viņam vērot grupiņu, vērot citu noskaņojumu, spēlēšanās stilu, racionalizēt savas sajūtas.
- Meklējiet kopīgi iemeslus - "*Varbūt mana spēle citiem nešķiet interesanta*", "*Varbūt viņi bija tik aizrāvušies, ka nemaz nepamanīja mani*", "*Varbūt es nesapratu spēles noteikumus*", "*Varbūt jāmeklē cita pieeja, kā pievienoties spēlei*".



Domāšanas stratēģijas

ES DOMĀŠU!

"Vai manām dusmām
ir reāls iemesls?"



ES DOMĀŠU!

"Es padomāšu,
kas man varētu
palīdzēt."



ES DOMĀŠU!

"Ja saglabāšu mieru,
man būs vieglāk šo
problēmu atrisināt."



ES DOMĀŠU!

"Es pārdomāšu
dažādus variantus,
kā varētu risināt šo
situāciju."

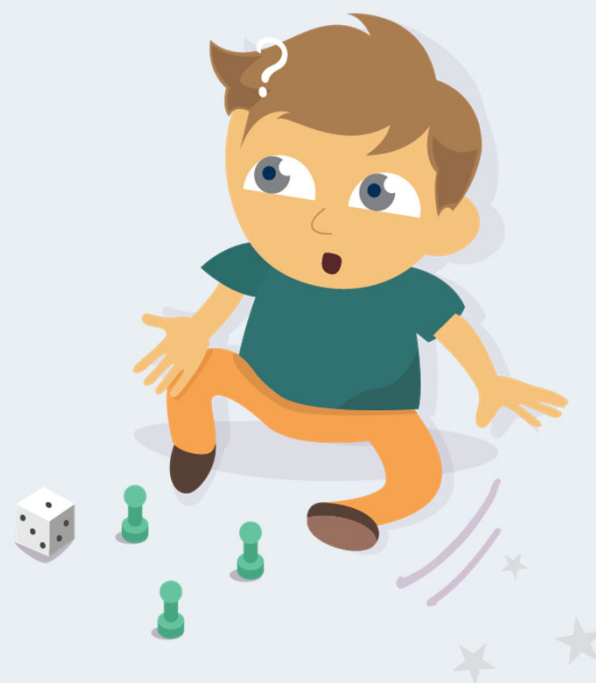


Pozitīvā minimizēšana



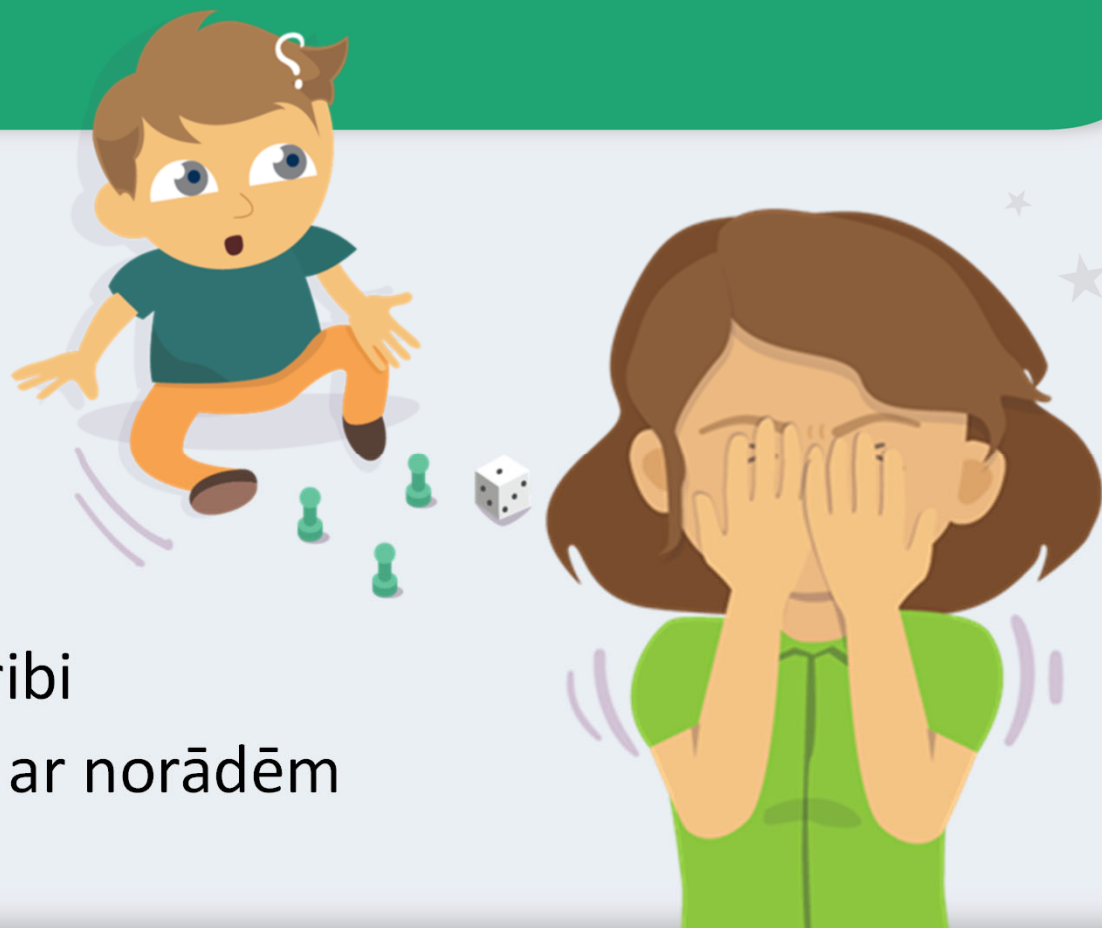


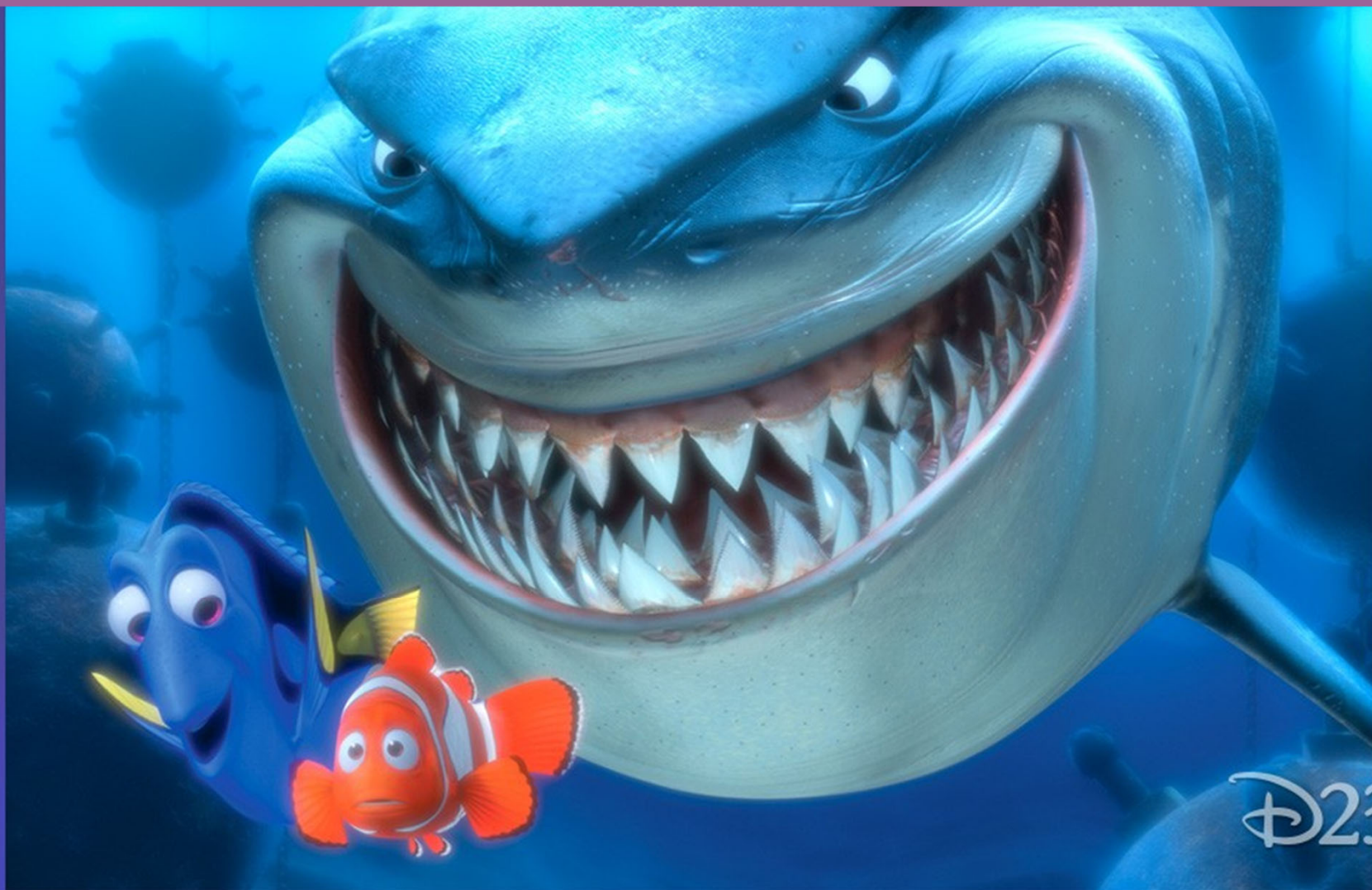
- **Māciet bērnam zaudēt!** Ir bērni, kuriem ir grūti zaudēt, jo mājās vecāki ir ļāvuši uzvarēt visās galda spēlēs, lai tikai nesāpinātu bērnu.
- Zaudēt ir jāmācās, bet vislabāk to mācīties pamazām. Jo mazāk bērns spēlēs spēles, jo vairāk vecāki ļaus viņam uzvarēt, jo šausmīgāks bērnam liksies katrs zaudējums. Tāpēc uzvariet laiku pa laikam bērnu, cieniet viņa sarūgtinājumu, mieriniet, ļaujiet viņam uzvarēt un atkal uzvariet viņu.



Jūsu ieteiktās spēles:

- Alias
- Dixit
- Stāstu kauliņi
- Izlaušanās spēles
- Piedošanu mistērija
- Še, Tev dālderis, pērc, ko gribi
- Bagātību meklēšana mājās ar norādēm





D23.com
© Disney

www.uzvediba.lv

uzvediba.lv

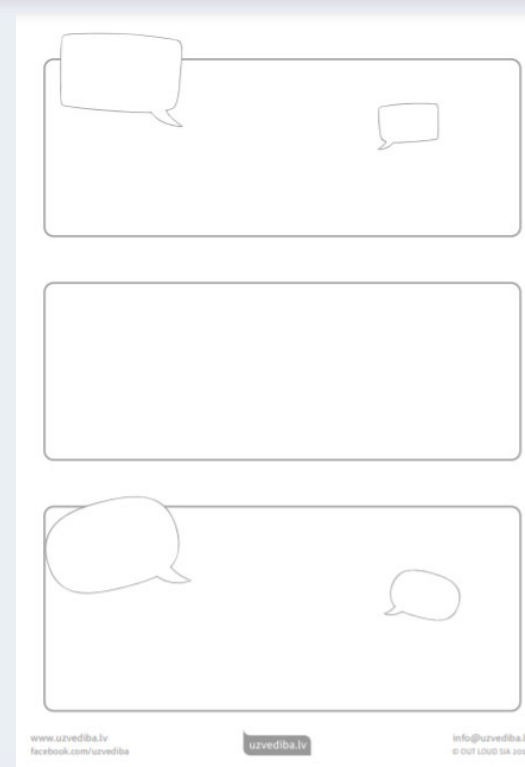
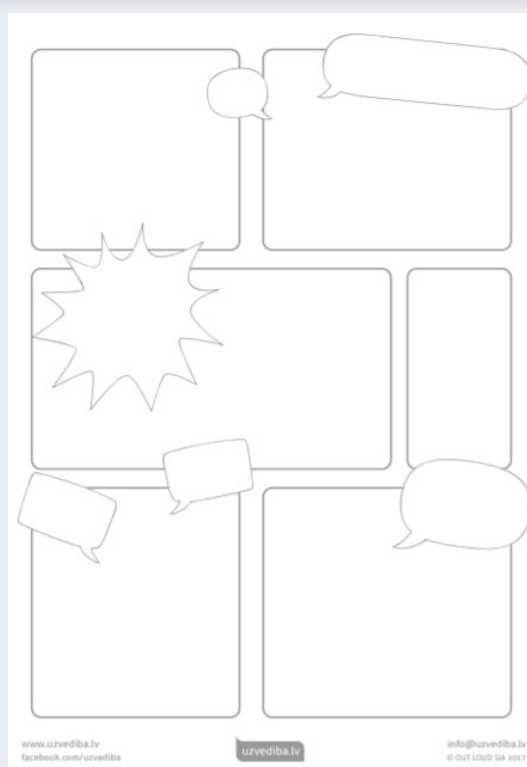
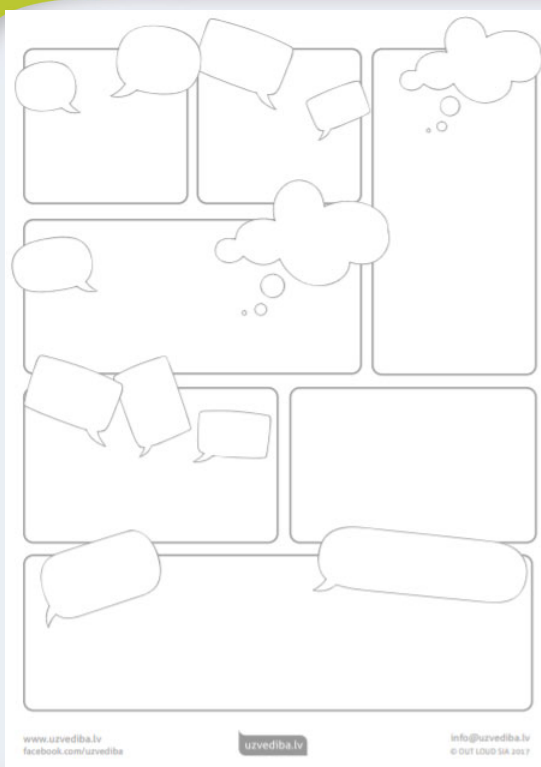
info@uzvediba.lv

Domāšanas stratēģijas

- Prāta teorija
- Kur viņi dosies? Uzmini, kas tur iekšā?
- Orientēšanās sacensības un citas aktivitātes
- Dark Stories



Komiksi, dialogu logi



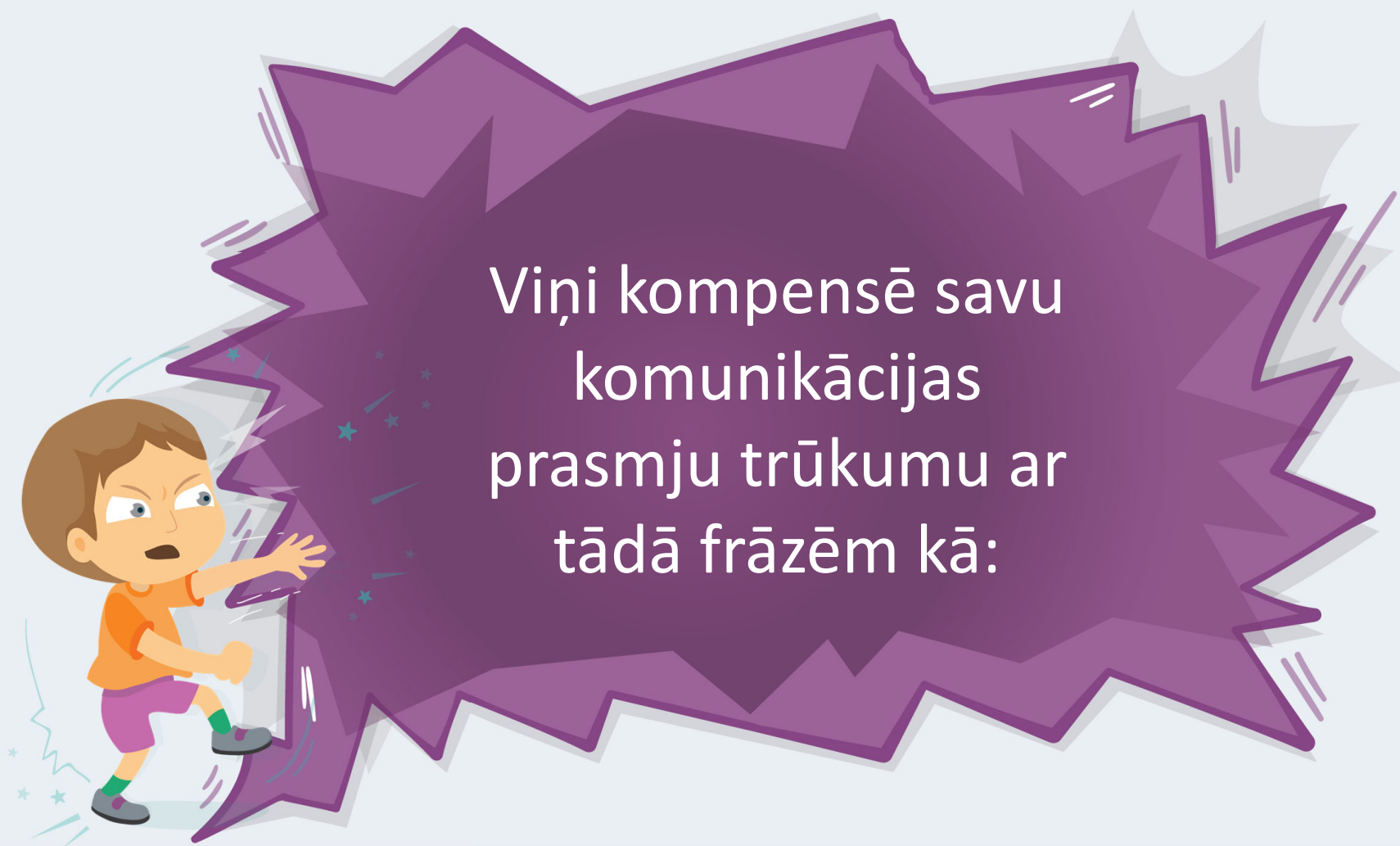
Sarunāšanās



Šo bērnu vārdu krājumā nav šādu frāžu

- Atvaino, nedzirdēju
- Man nepieciešama pauze
- Es nesaprotu
- Es pašlaik nevaru runāt
- Kaut kas ir noticis
- Es esmu noguris
- Man jāpadomā





Viņi kompensē savu
komunikācijas
prasmju trūkumu ar
tādā frāzēm kā:

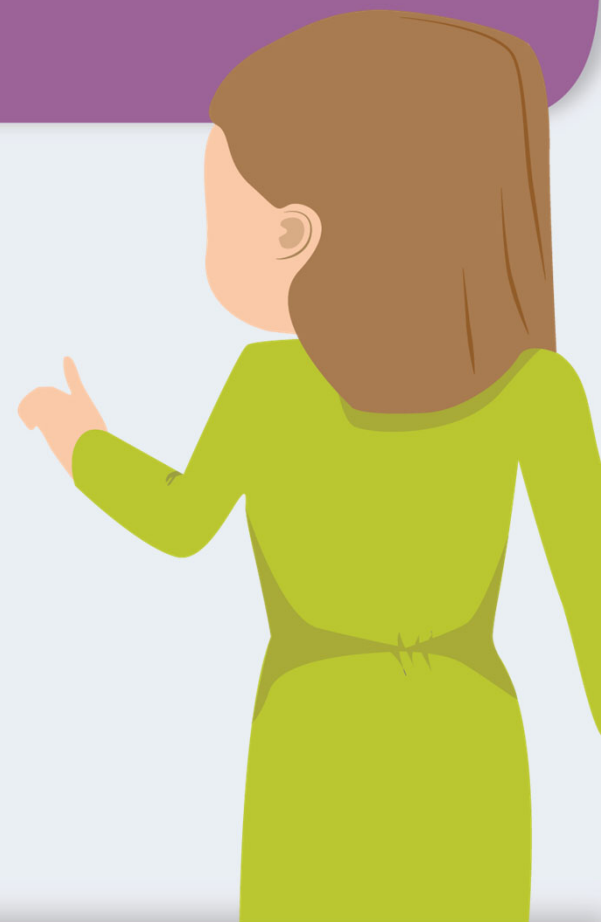
Bet viņiem var būt

- Ej...
- Aizveries..
- Es tevi ienīstu...
- Tas uzdevums ir stulbs
- Nē
- Idioti
- F*** You
- Man vienalga



Sarunāšanās

- Saki to ar vārdiem!
- Runājiet iespējami ilgi par vienu priekšmetu
- Zīmējiet zīmējumu diktātus. Arī jūs – pieaugušie
- Neprasiet uzreiz atbildēt. Pagaidiet 45 sekundes un lieciet arī citiem gaidīt «Viņam ir nepieciešams laiks»



Stāstu metode

- Stāstiet stāstus, kā jūs atrisinājat savas problēmas
- Lasiet priekšā veiksmīgus dialogus
- Izmēģiniet dažādas lomu spēles



Spēja vienoties

“Vai jūs varat izdomāt kopīgi, kā spēlēsieties ar šo mašīnu?”

“Vai tev ir idejas, kas varētu palīdzēt šajā situācijā?”

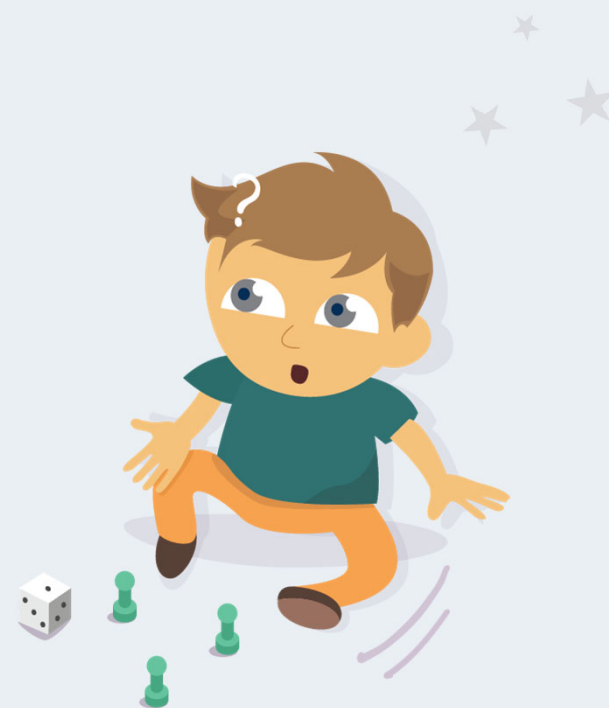


Prasme nosaukt
problēmas vārdā ir un
nosaukt savas sajūtas
ir svarīgākais solis
risināšanas procesā



Pārformulējiet, lūdzu, “Es formā”

- Es baidos, ja kāds runā ļoti skaļi
- Man nesanāk aizsiet kurpes
- Esmu ļoti noguris
- Es baidos, ka kāds salauzīs manu mašīnu utt.



- Sarunāšanās prasmes tieši korelē ar mūsu spēju tolerēt frustrāciju un mūsu spēju risināt problēmas
- Jo zemākas ir bērna verbālās prasmes, jo vairāk viņš par savām problēmām paudīs ar uzvedību





Rīcības stratēģijas

Rīcības stratēģijas

- Sauciet savas darbības vārdā

Nenāciet strauji klāt, neko nesakot, ir bērni, kas ātras kustības bez paskaidrojuma var uztvert kā apdraudošas un just bailes, ka kāds viņam nodarīs pāri (īpaši bērni ar ārkārtēju vardarbības pieredzi). Piemēram, sakiet: „es tagad pienākšu un parādīšu tev, kā labāk šo uzdevumu veikt” vai „es tagad piecelšos, aiziešu līdz skapim un paņemšu baltu papīru”.

**SAVU DARBĪBU NOSAUKŠANA VĀRDĀ PALĪDZ VISIEM ŠAJĀ SITUĀCIJĀ
IESAISTĪTAJIEM JUSTIES MIERĪGĀK**

Prognozējiet savas darbības

- Veidojiet plānus
- Savlaicīgi informējiet par izmaiņām (arī pirmsskolas vecuma bērnus, arī bērnus ar garīgās attīstības traucējumiem. Arī dzīvesbiedrus!.) **Arī pozitīvām pārmaiņām.**
- Stāstiet, ka ir pārmaiņas, kuras nevaram paredzēt
- Runājiet īsi
- Sniedziet precīzus paskaidrojumus
- Strukturējiet bērna brīvo laiku



Pārsteigums!

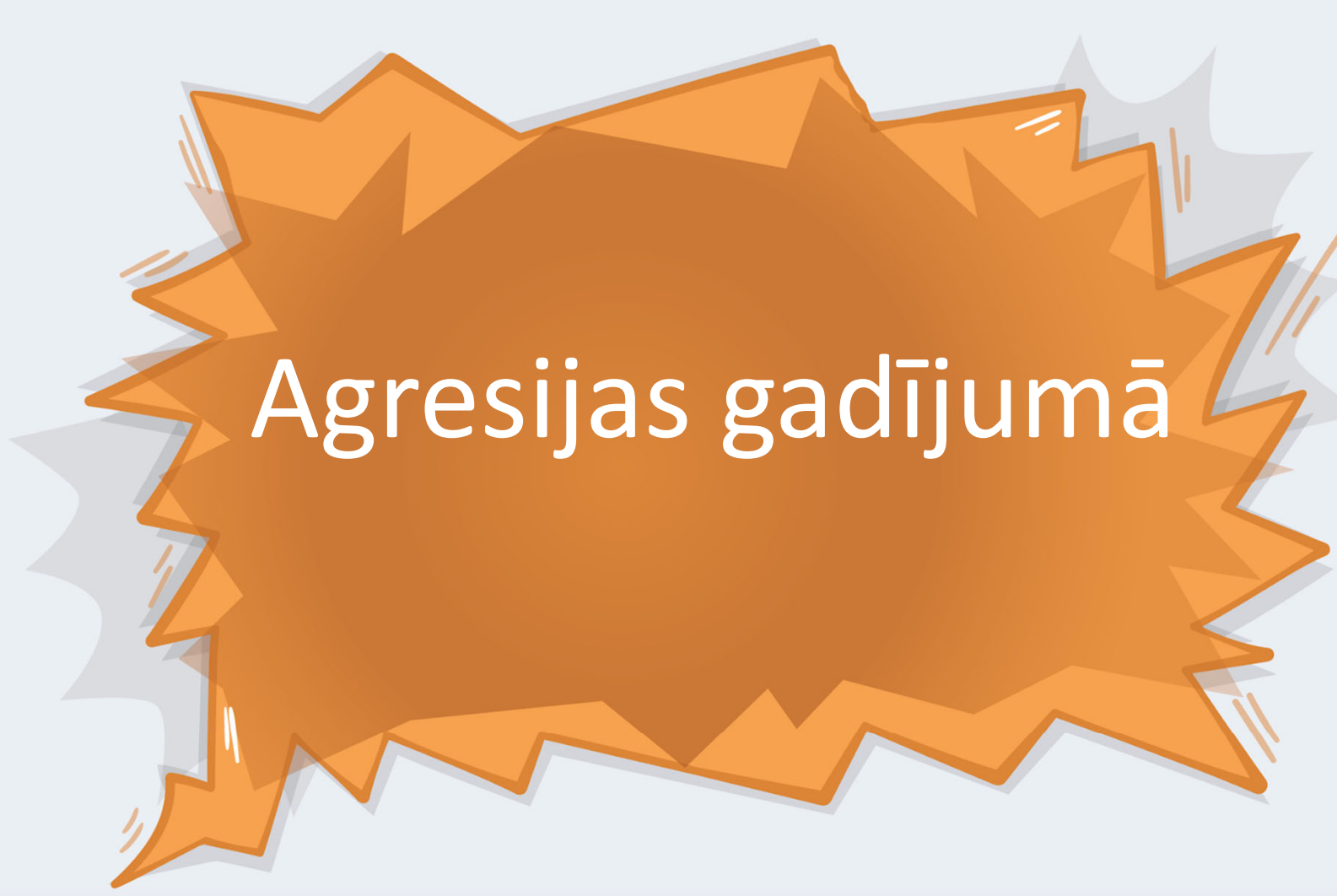
Rīcības stratēģijas

- Zvaigznītes, uzlīmes, pat maksājumi strādās ļoti īsu brīdi, jo bērni sapratīs ātri, ka ar viņiem manipulē
«Kad tu man atņem datorlaiku, es gribu uzvesties vēl sliktāk»
- Ārējie motivatori ir lieliski uzvedības maiņai un ieradumu veidošanai īstermiņā, bet...
- Ja bērns prasa «Kas man par to būs», motivācijas sistēmas ir jāpārskata

Rīcība

- Ejam, ejam, stop
- Mācāmies apturēt laiku
- Ejam atpakaļgaitā
- Rakstām ar kreiso roku
- Spēlējam spēles ar aizsietām acīm
- Ripinām LED bumbu tumsā
- Diena/nakts
- Visas lēnās spēles
- Sudoku, labirinti, krustvārdu mīklas, puzzles





Agresijas gadījumā

Agresijas gadījumā

- Reaģējiet savaldīgi
- Izvairieties no acu kontakta
- Izvairieties no pieskaršanās
- Respektējiet privāto telpu
- Nespiediet bērnu stūrī
- Nestāviet tieši pretī
- Neizceliet sevi, vislabāk apsēdieties. Jāspēj apsēsties, kad agresora spriedze pieaug
- Runājiet mierīgi
- Nogaidiet
- Novirziet uzmanību
- Izmantojiet humoru

- 🧱 Ļauj bērniem pašiem galā tikt ar savu frustrāciju
- 🧱 Palīdzi bērniem ģeneralizēt – veidot abstrakcijas no konkrētām problēmām
- 🧱 Diskutējiet kopā par globālām problēmām – no bērnudārza situācijām līdz globālajai sasilšanai
- 🧱 Palīdzi saskatīt pozitīvo arī drūmās situācijās



Nosaucam kādu prasmi un sadalam sīkākās prasmēs

Kā problēmu risināšanas prasmi
varētu sadalīt sīkākās prasmēs?

Efektīva rīcības stratēģija agresīvas uzvedības gadījumā:

- Balstīta uz novērtējumu un izpratni
- Visaptveroša
- Izglītojoša
- Apsteidzoša un preventīva
- Labvēlīga vide, kas samazina agresijas iespējamību
- Ilglaicīga un nepārtraukta
- Reālistiska
- Fokusējas uz sistēmām
- Secīga un konsekventa gan attiecībā uz vecākiem kā komandu, gan plašāk
- Tas ir dzīvesveids!



JAUTĀJUMI UN ATBILDES

Literatūras saraksts

- Ablon, J. Stuart. Changeable . Penguin Publishing Group
- Amdur, Ellis. In the Eye of the Hurricane: Skills to Calm and De-escalate Aggressive & Mentally Ill Family Members . Edgework Books. 2011
- Arnold P. Goldstein, The Prepare Curriculum: Teaching Prosocial Competencies Revised by Arnold P. Goldstein, Research Press, 1999
- Greene PhD, Ross W.. The Explosive Child . Harper Paperbacks, 2014
- Harvey, Pat. Parenting a Child Who Has Intense Emotions, New Harbinger Publications. 2017
- Himelstein, Sam. Trauma-Informed Mindfulness With Teens: A Guide for Mental Health Professionals. W. W. Norton & Company. 2020
- Walls, Scott. Oppositional, defiant & Disruptive Children and Adolescents: Non-Medication Approaches for the Most Challenging ODD Behaviors . PESI Publishing & Media, 2016