

uzvediba.lv

VEBINĀRS

KONFLIKTU RISINĀŠANAS PRASMES

16:00-18:30

Līga Bērziņa



uzvediba.lv

VEBINĀRS

Konfliktu
risināšanas
prasmes

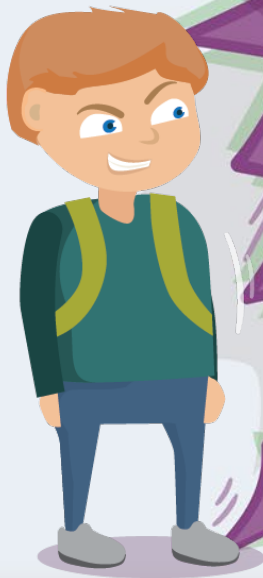
*Jautājumu
uzdošanai:*

www.sli.do

kods: **11378**



Ikdienas konflikti padara
bērnus stiprākus.
Ikdienas vardarbība –
pretējo



Atsevišķi konflikti nav vardarbība

Ķircināšana, pēkņša mantu dalīšana,
strīdi rotaļlaukumā ir normāla ikdiena



Vai strīdu mēs
uztveram kā galamērķi
vai kā ceļu?





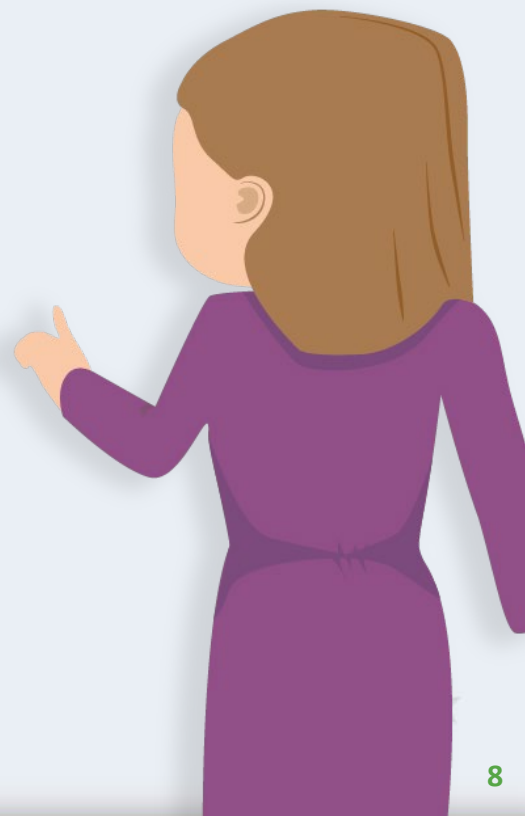
Ar konfliktiem mēs
sargājam robežas

Robežu veidi:

- Pienākumu;
- Laika;
- Ķermeņa izskata;
- Izvēles;
- Pieklājības;
- Kārtības;
- Personisko lietu;
- Attiecību;
- Komunikācijas;
- Emociju;
- Reliģijas;
- Atpūtas un privātās telpas;
- Materiāltehniskās bāzes;
- Inventāra;
- Dzimuma robeža;
- Dažādības;
- Drošības;
- Subordinācijas



- Gandrīz jebko, kas mūsu dzīvē nestrādā, var uzlabot, nospraužot robežas – draudzība, attiecības, darbs, enerģija, nauda utt.
- Šīs robežas nav redzamas, bet ar savu rīcību mēs tās graužam vai stiprinām.
- Robežas ir mūsu kompass un orientieri



Robežas mēs sargājam ar “Nē!”

- Robežu ignorēšana arī ir robežu pārkāpšana
- Ja mūsu “Nē” nav sadzirdēts, tas jāpasaka skaidrāk
- Ja “Nē” ir sadzirdēts, bet tiek ignorēts, iespējams, jūs tiekat izmantoti



Robežas visgrūtāk ir uzstādīt cilvēkiem, kuri:

- Nezina sevi labi
- Nav pārliecināti par sevi
- Baidās, ka robežu uzstādīšana sabojās attiecības
- Netic, ka viņiem ir tiesības
- Netic, ka viņi spēj ietekmēt citus



Aktivitātes, kā mācīt sargāt robežas

- Kopīgā telpa un privātā telpa?
- Kopīgās mantas un savas mantas?
- Individuālās aktivitātes
- Kopīgās aktivitātes
- Manas lietas, svešas lietas
- Diena/nakts
- Izstieptas rokas attālums
- Klusēšanas spēles



Citas aktivitātes robežu nospraušanai

- *Vai es varētu aizņemties no tevis*
- *Vai tu, lūdzu, varētu atdod?*
- *Vai tu, lūdzu, vari man palīdzēt?*
- *Kā es varu tev palīdzēt?*
- *Vai drīkstu pataustīt tavu jaku?*

Rotaļas, simulācijas, "Dusmu kontroles spēle" un "Mācīties. Draudzēties. Spēlēties"
"Ko darīt, ja..." spēle



Konfliktu risināšanai
un spējai neiekulties
konfliktos ir būtiski mācēt
pamanīt sociālos signālus



Spēja novērot un saprast
otra cilvēka ķermeņa valodu,
sejas izteiksmi, balss tembru
ir vissvarīgākā konfliktu
risināšanā!



Novērošanas spēles

- *Kā tu domā, uz kuru pusi mašīna brauks?*
- *Vai cilvēks ieies veikalā?*
- *Ko viņi darīs tālāk filmā?*
- Spiegu spēles
- *Uzmini, ko es iedomājos...*
- Spēlējiet novērošanas spēles “Kādus produktus kurš liks groziņā?”



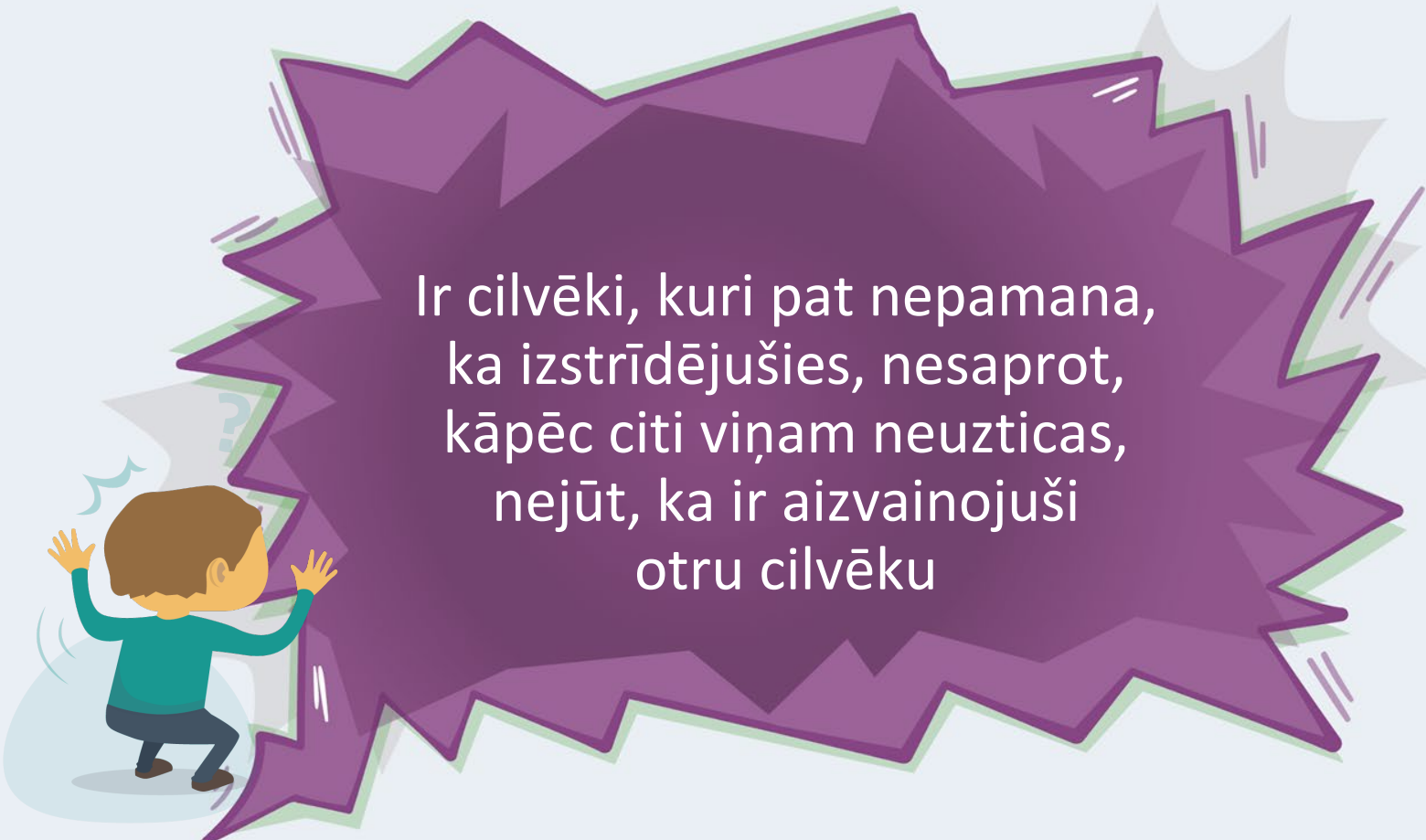
Lie to me



Jautājumu uzdošanai:

www.sli.do

kods: **11378**

A cartoon illustration of a young boy with brown hair, wearing a teal long-sleeved shirt and dark blue pants. He is standing on a light blue circular shadow, looking up with his hands raised towards a large, jagged purple starburst shape that dominates the center of the slide. The starburst has a green outline and contains white text. In the background, there are faint grey stars and motion lines around the starburst.

Ir cilvēki, kuri pat nepamana,
ka izstrīdējušies, nesaprot,
kāpēc citi viņam neuzticas,
nejūt, ka ir aizvainojuši
otru cilvēku

- *Tu esi pārāk jūtīgs*
- *Nevajag visu tik sāpīgi uztvert*
- *Es taču neko tādu nepateicu!*



Ir cilvēki, kuri nepārtraukti
iekuļas nepatikšanās un
piedzīvojumos, viņus
apzog utt.



Vērojiet, kā jūsu bērns
ienāk telpā, ko viņš
meklē, ko pamana,
ko vēro



**Svarīgi ir būt grupā
un svarīgi ir arī zināt
savu vietu grupā**

Svarīgāk par iekļaušanos
labā grupā ir svarīgi
iekļauties jebkur



Prāta teorija

(theory of mind)

Jautājumu uzdošanai:

www.sli.do

kods: **11378**

Būtiska prasme ir
pamanīt konfliktu pirms
tas ir sācies un pieņemt
izsvērtu lēmumu



A large green speech bubble with a purple outline and motion lines is the central focus. To its left, a boy and a girl are playing with a blue and white ball. The boy is jumping with his arms raised, and the girl is also jumping. There are several small grey stars scattered around the children and the speech bubble.

Vislabākie konflikti
ir tie, kuri
nav notikuši

Jautājums
no vecākiem:

Konflikti, kuri
atkārtojas kā rituāls
atkal un atkal



Ir bērni (un arī pieaugušie),
kuri viegli ievēl sevi
konfliktos, bet viņiem ir grūti
savi dabūt no tiem ārā bez
fiziskas vardarbības



Jautājums
no vecākiem:

Kāpēc brāļi/māsas savstarpēji
komunicē ar nejaukām, pat reizēm
nicinošām piezīmēm - "*tu jau tā
nevari*", "*tu esi sīkā*", "*nu un kas,
ka...*"? It kā būtu konstantas dusmas
uz māsu/ brāļi?

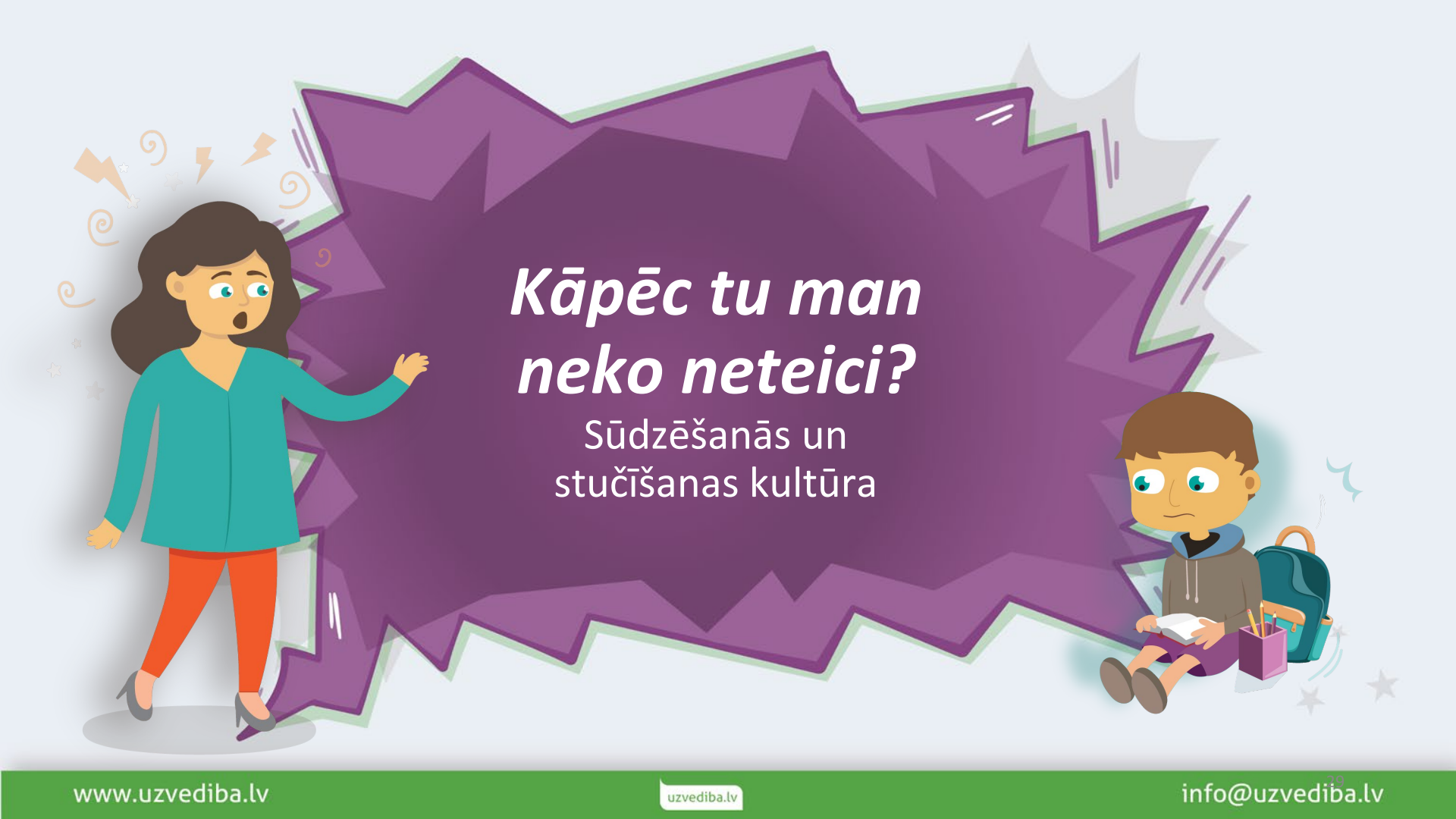
Vēstījuma funkcijas, vēstījuma mērķi

- Vai bērni sāk strīdēties tikai vecāku klātbūtnē?
- veids, kā pievērst vecākam uzmanību
- Bērni strīdās tikai mājās vai arī ārpus mājas
- Kā jūs kā vecāki reaģējat - strīds eskalējas vai jūs iedodat datoru, lai viņi beidzot apklust?
- Varbūt bērnam ir nopietns savstarpējs notikums, kuru viņš nespēj, nemāk vai viņam nav iespēju konstruktīvi izrunāt?

Jautājumu uzdošanai:

www.sli.do

kods: **11378**

The illustration features a woman on the left and a boy on the right, both looking towards a large, jagged purple starburst shape in the center. The woman has dark hair, wears a teal long-sleeved shirt and orange pants, and has a surprised expression. The boy has brown hair, wears a grey hoodie and purple shorts, and looks sad. He is sitting on the ground with a blue backpack and a pink pencil case. The background is light blue with some faint stars and swirls. The text is centered within the purple starburst.

Kāpēc tu man neko neteici?

Sūdzēšanās un
stučīšanas kultūra

Konfliktsituācijas

- **Kāda tipa konflikti tie ir?** (mantu dalīšana, savstarpējās sacensības, sensorie konflikti utt.)
- **Kurās vidēs rodas konflikti?** (tikai mājās, skolā nekas)
- **Kādos diennakts laikos rodas konflikti?**
- **Kādās situācijās?** (ejot ārā no mājas, pie pusdienu galda, kad istabas jākārto utt.)



Ja konflikti ir
paredzami, palīdz
«Strīdēšanās kalendāri»



«Abi labi» pieeja nestrādās

- Jums kā pieaugušajiem ir jāiesaistās, ja redzat, ka kāda puse netiek galā ar situāciju
- Ja uzliksiet atbildību uz abu pleciem, vājākais klusēs, un jums būs ilūzija (kas reizēm ilgst pat 40 gadus), ka konfliktu nav, jo vājākais vienkārši atkāpsies



Jautājums
no vecākiem:

Ja brāļiem maza vecuma starpība,
ir nemitīga konkurence par
uzmanību. Kuram pirmajam būs
konfekte utt... tas mani kā
mammu TĀ iztukšo. Kā to novērst?
Esmu mēģinājusi rindas kārtībā,
pieraksta tabuliņas veidā, izlozi...

Ļaujiet bērniem strīdus novest līdz galam

- Ļaujiet noticēt, ka pastāv labas attiecības pēc strīdiem
- Slavējiet bērnus tad, kad viņi uzvedas labi, nevis kad strīdas



Māsu un brāļu pamatlikumi

- Pārtrauciet «*Kurš pirmais?*»
- Apbalvojiet komandas darbu, pat, ja šī komanda ir pret jums
- Nesalīdziniet! Neļaujiet to darīt citiem
- Ļaujiet strīdēties – tas dod ticību, ka strīdi ir atrisināmi
- Konflikti var kļūt par ieradumu.
Sadarbība - arī



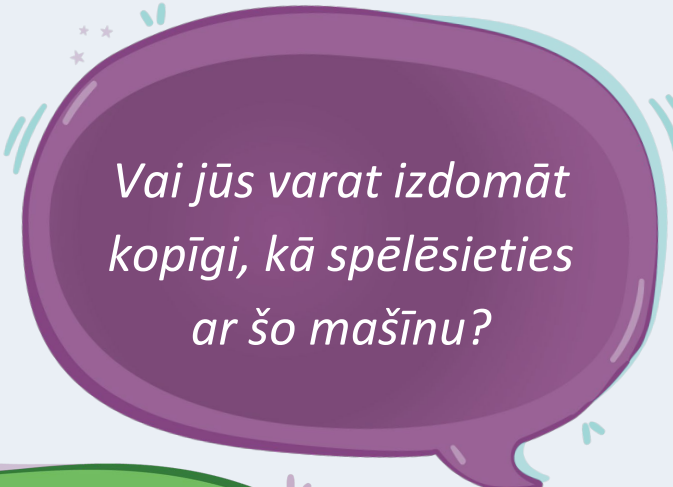
Metavēstījumi

Jautājumu uzdošanai:

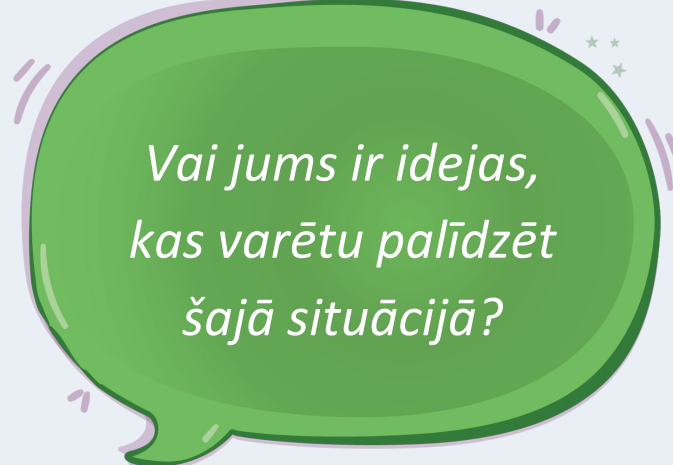
www.sli.do

kods: **11378**

- Vai jūs uzklausāt abas puses strīdā?
- Vai jūs ļaujat strīdam attīstīties līdz galam?
- Vai pārrunājiet, par ko bija strīds un kā nepieļaut šādu situāciju atkārtošanos?



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



Vai jums ir idejas, kas varētu palīdzēt šajā situācijā?

Ja jūs nonākat posmā «Atkal sākas!»

- Lai gan ģimenes parasti atpazīst šos modeļus, tomēr tos nav nemaz tik viegli lauzt
- Nelietojiet frāzes “*Cik var?*”, “*Atkal tas pats*”, “*Kāpēc jūs nevarat kā visi citi?*”
- Rūpīgi ieklausieties, ko jūs par saviem bērniem stāstiet citiem



Jautājums
no vecākiem:

Kā apturēt bērna bubināšanu
ikdienā ("*viss slikti*", "*ne ar īsto kāju
no gultas izkāpu*", "*brālis ne tā
paskatījās uz mani*"), kā to novērst,
lai neizvēršas konfliktā gan ar
vecākiem, gan bērniem savstarpēji?

Ja mēs gribam citiem
kaut ko iemācīt, svarīgi
ir parādīt labu piemēru
(modelēšana).



- Ko bērns var iemācīties no tevis, redzot, kā tu risini sarežģītas situācijas?
- Ko tu vēlētos, lai bērns iemācās no tevis?



- Vai mēs paši kā pieaugušie varam mazās lietās pateikt: “Nē”?
- Kā mēs pasakām – “Nē”?
- Vai mēs varam izteikt mazus lūgumus?
- Mēs gaidām, kad “sakrāsies” vai tomēr risinām situācijas pirms tās eskalējas?



**Taupīt enerģiju –
tas nozīmē nevis
nesatrīdēties, bet meklēt arī
jaunus enerģijas avotus**



Konfliktēšanas higiēna lieliem un maziem

- Problēmas risiniet tur, kur tās rodas - neveidojiet koalīcijas
- Nerunājiet par savām nesaskaņām ar citiem bērniem, lai formētu viņu viedokli
- Ir atšķirība starp “Kašķīgs cilvēks” vai “Man ir strīds ar šo cilvēku”



Nerisniet konfliktus bērnu vietā

Vai tev ir kāds
klasesbiedrs, ar
ko aprunāties
par šo?

Vai tev ir idejas,
ko par šo situāciju
teiktu klases
audzinātāja?

Vai šādas
situācijas jau
ir bijušas?

Kā tās
atrisinājās?

Kā tu domā, kas
būtu labākā un
sliktākā ideja
šajā situācijā?

Vai tev ir
idejas, kā citi
atrisina šādas
situācijas?

Ko tu darītu
pedagogu
vietā?

Ko
baumotāju
vietā?

Vai tu būtu
gatavs
mēģināt?



UZRAKSTI SITUĀCIJAS

VAI GRIBU
ATTIECĪBAS AR ŠO
CILVĒKU UZLABOT,
VAI TOMĒR NĒ?

KĀ ES RĪKOJOS KONFLIKTA GADĪJUMĀ?

ES SLĒPJOS	ES UZBRŪKU	ES RISĪNU
☐ IGNORĒJU NOTIEKOŠO	☐ KLIEDZU	☐ ATVAINOJOS
☐ SLĒPJU SAVAS JŪTAS	☐ SITU	☐ JAUTĀJU PALĪDZĪBU
☐ SŪDZOS	☐ DRAUDU	☐ MEKLĒJU KOMPROMISU
☐ TĒLOJU, KA RAUDU	☐ STRĪDOS	☐ IZUNĀJOS
☐ KLUSĒJU UN IZLIEKOS, KA NEKAS NAV NOTICIS	☐ SAKU, KA NEKAS NAV NOTICIS	☐ MEKLĒJU RISINĀJUMU
☐ PIEKĀPJOS	☐ SITU KĀJAS PRET ZEMI	☐ UZKLAUSU
☐ TENKOJU	☐ CĒRTU DURVIS	☐ SAGLABĀJU PIEKĻĀJĪBU
☐ PARĀDU ATTIEKSMI AR SAVU ĶERMENI	☐ APVAINOJU CITUS	☐ UZSĀKU SARUNU
☐ ATKLĀJU NOSLĒPUMUS	☐ DAUŽU PRIEKŠMETUS	☐ RUNĀJU TIEŠI
	☐ ŠANTAŽĒJU/ MANIPULĒJU	☐ ESMU GODĪGS
	☐ MELOJU	☐ UZKLAUSU OTRU

KĀDOS GADĪJUMOS
VARĒTU IZMANTOT
IZVAIRĪŠANĀS TAKTIKU?

KĀDOS GADĪJUMOS
VARĒTU IZMANTOT
UZBRUKŠANAS TAKTIKU?

KĀDOS GADĪJUMOS
VARĒTU IZMANTOT
RISINĀŠANAS TAKTIKU?

SLIKTI ATRISINĀTS KONFLIKTS

 LABI ATRISINĀTS KONFLIKTS

DAŽREIZ ARĪ TAS JĀPIENĒM,
KA OTRS NEVĒLAS SITUĀCIJU
ATRISINĀT, BET VISPIRMS
JAUTĀ SEV:

KĀ JŪTOS ES,
UN KĀ JŪTAS
OTRS?

VAI ABIEM
SITUĀCIJA IR
SKAIDRA?

? ? KĀ ES RĪKOJOS KONFLIKTA GADĪJUMĀ?

uzvediba.lv

ES SLĒPJOS	ES UZBRŪKU	ES RISINU
☐ IGNORĒJU NOTIEKOŠO ☐ SLĒPJU SAVAS JŪTAS ☐ SŪDZOS ☐ TĒLOJU, KA RAUDU ☐ KLUSĒJU UN IZLIEKOS, KA NEKAS NAV NOTICIS ☐ PIEKĀPJOS ☐ TENKOJU ☐ PARĀDU ATTIEKSMI AR SAVU ĶERMENI ☐ ATKLĀJU NOSLĒPUMUS	☐ KLIEDZU ☐ SITU ☐ DRAUDU ☐ STRĪDOS ☐ SAKU, KA NEKAS NAV NOTICIS ☐ SITU KĀJAS PRET ZEMI ☐ CĒRTU DURVIS ☐ APVAINOJU CITUS ☐ DAUZU PRIEKŠMETUS ☐ ŠANTAŽĒJU/ MANIPULĒJU ☐ MELOJU	☐ ATVAINOJOS ☐ JAUTĀJU PALĪDZĪBU ☐ MEKLĒJU KOMPROMISU ☐ IZUNĀJOS ☐ MEKLĒJU RISINĀJUMU ☐ UZKLAUSU ☐ SAGLABĀJU PIEKLĀJĪBU ☐ UZSĀKU SARUNU ☐ RUNĀJU TIEŠI ☐ ESMU GODĪGS ☐ UZKLAUSU OTRU
KĀDOS GADĪJUMOS VARĒTU IZMANTOT IZVAIRĪŠANĀS TAKTIKU?	KĀDOS GADĪJUMOS VARĒTU IZMANTOT UZBRUKŠANAS TAKTIKU?	KĀDOS GADĪJUMOS VARĒTU IZMANTOT RISINĀŠANAS TAKTIKU?

Jautājumu uzdošanai:

www.sli.do

kods: **11378**



Kā bērns var atpazīt
savu stresu un kā viņš
signalizē, ka ir stresā?





Māciet bērnam – tas ka
mana sirds dauzās,
elpa paliek strauja, tas
nenozīmē, ka es
esmu briesmās

Body Clues

What are some of the clues that tell you how your body feels?



Head

Clear	Burning
Unhappy	Spinning

Mouth

Smiling	Yelling
Frowning	Dry

Hands

Still	Clenched
Down	Clammy

Tummy

Comfortable	Upset
Churning	Yucky

Feet

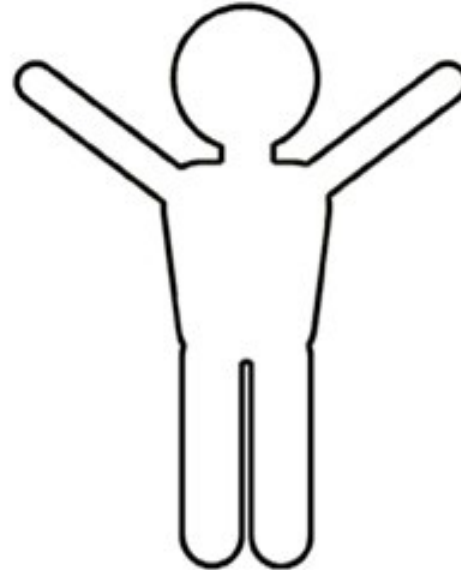
Calm	Stomping
Heavy	Bouncy

© 2017/2018 Behavioral Science, Building Students By Their Words
www.teacherspayteachers.com



Where Do I Feel?

We can recognize emotions by feeling them in our body.
Color in where you feel each emotion.



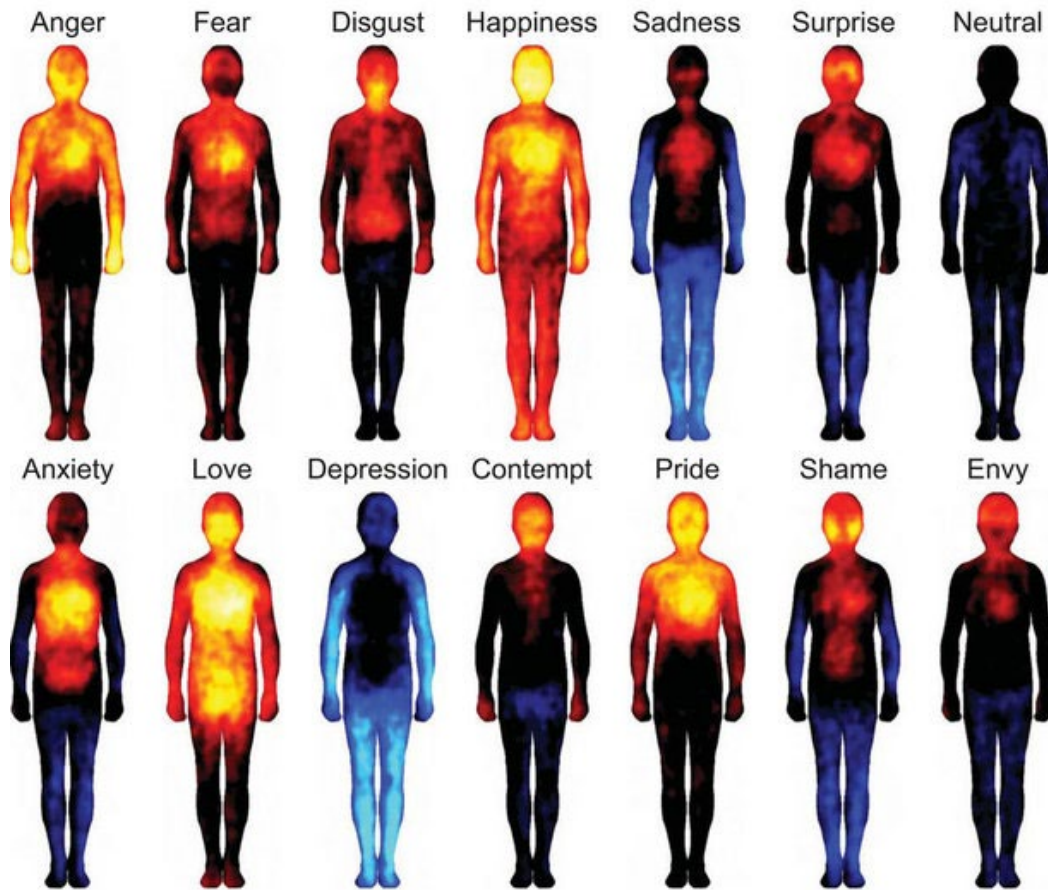
Color:

Sadness	Happiness	Fear	Anger	Love
---------	-----------	------	-------	------

Therapeutic.com © 2012

- <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/>

Kur emocijas parādās ķermenī?



- **Konflikts** - tā ir apmainīšanās ar viedokļiem un informāciju par situāciju, nevis par personībām
- Ja tev paaugstinās puss, tu jau sāk iesaistīties emocionālajā mijiedarbībā - paņem pauzi!



Kontakta cikls konfliktā



Kontakta cikls

- Pirmskontakts
- Kontakta sākums
- Kontakts
- Kontakta noslēgums
- Pēckontakts

*Ko es teikšu
sev pirms
situācijas?*

*Ko es teikšu
sev situācijas
laikā?*

*Ko es teikšu
pēc tam?*

Pirmskontakts

Jautājumu uzdošanai:

www.sli.do

kods: **11378**

MAN IR PROBLĒMA!!!!

Problēmas pazīmes



57

Pirmskontakts

- Risks – “pārgatavošanās”
- Ir cilvēki, kuri:
 - Priekškontaktu novilcina
 - Priekškontaktu saīsina

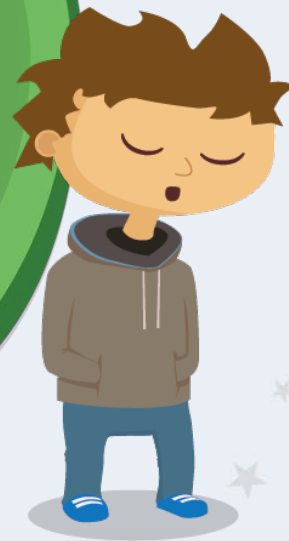


Pirmskontakts – pirms uzsāc sarunu

- Piemērotas vieta
- Piemērots laiks
- Nomierināšanās
- Balss un ķermeņa valodas nozīmīgumu
- Sarunas mērķi



Sarunu nevajag uzsākt,
kamēr abas puses ir
emocionāli saspringtas.
Laiks, lai nomierinātos
un apdomātos, var
būt noderīgs.



Kontakta sākums

Jautājumu uzdošanai:

www.sli.do

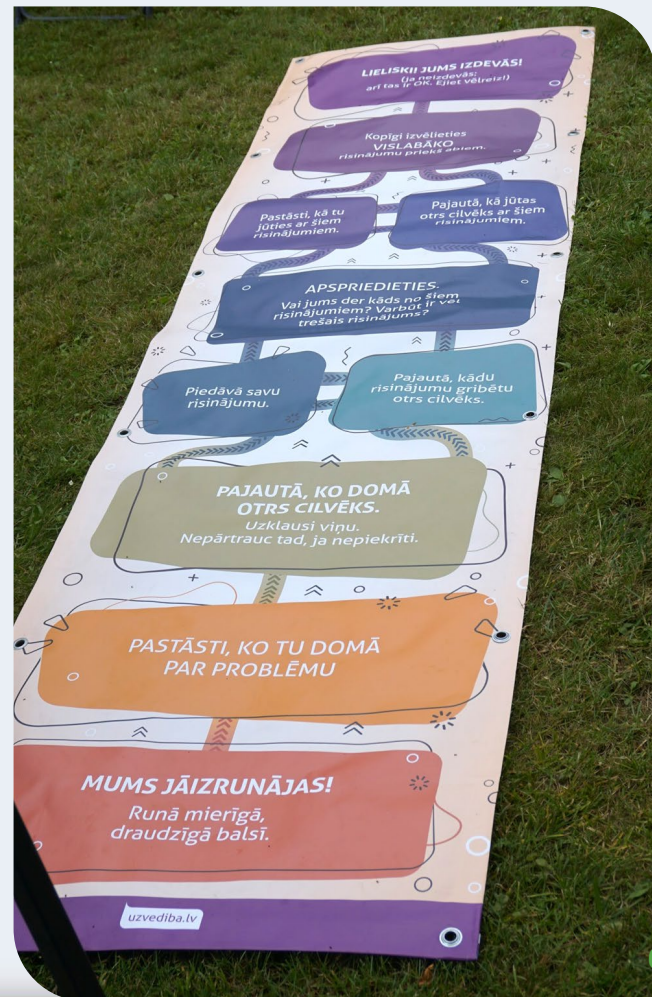
kods: **11378**

Kontakta sākums – Kā tu uzsāksi sarunu?

- **Kādi būs tavi pirmie vārdi?**
 - *Man ir dilema, un es vēlētos aprunāties ar tevi*
 - *Vai varu aprunāties ar tevi par vienu problēmu?*
 - *Es vēlos zināt, ko tu domā par...*



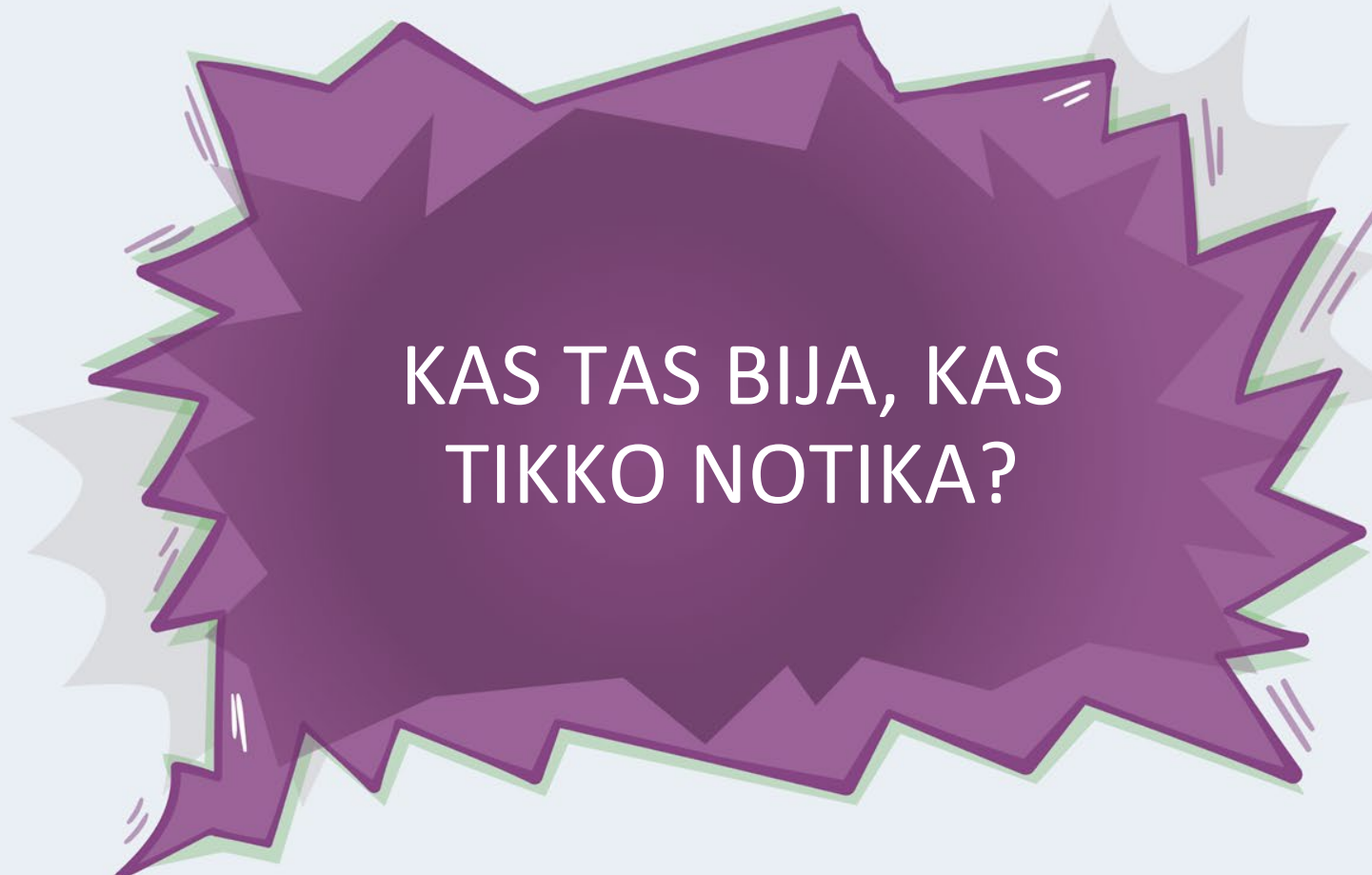
Kontakts



Sarunas nākamais solis - **problēmas aktualizēšana**

- *Es saprotu, ka tu esi dusmīga uz mani*
- *Es redzu, ka tu esi dusmīga uz mani un nepiekrīti nekam, ko es saku*
- *Vai mēs varētu aprunāties par strīdu starpbrīdī?*
- *Kā tu domā, kā tas viss attīstīsies tālāk?*
- *Es vēlētos zināt tavas domas par mūsu strīdu no rīta*





KAS TAS BIJA, KAS
TIKKO NOTIKA?

Ejam dziļāk - uztvere ir realitāte

- *Vai tu varētu pastāstīt vairāk, kā tu redzi situāciju?*
- *Vai vari psatāstīt, kāpēc tev šķiet tik svarīgi...*
- *Kas liek tev tā domāt, tā teikt?*
- *Kāpēc tu domā, ka viņa domāja, teica, darīja tieši tā?*
- *Tavuprāt, kāpēc viņa tā atbildēja?*
- *Vai ir vēl kādas citas hipotēzes?*
- *Kas tevi visvairāk uztrauc šajā sarunā?*



Dusmu kontroles spēles algoritms



Parasti cilvēkiem nav
drosmes novest
strīdu līdz galam



Ja nepiekrīti:

- *Atļauj man tev līdz galam nepiekrīst*
- *Vai es saprotu tevi pareizi*
- *Es neesmu drošs, ka visam piekrītu,
ko tu teici*
- *Tu teici, ka es nezinu visus faktus.
Vai vari pastāstīt, lūdzu sīkāk?*
- *Tas nebija tas, ko es teicu*



Pretošanās vienaudžu spiedienam

- *Varbūt citreiz*
- *Paldies, šoreiz nē*
- *Nē, paldies!*

*“Ja viņi leks pa logu ārā, tu arī leksi?”
nemaz nav palīdzošī*



Kontakta noslēgums

- *Paldies par sarunu!*
- Kopsavilkums
- Problēmu vai pasākumu risinājumi
- Nākotnes iztēlojums
- Jautājumi
- Apgalvojumi un metaforas



Sarunas noslēguma frāzes

- *Paldies, ka man pastāstīji par šo*
- *Paldies par tavu godīgumu.*
- *Paldies par tavu atklātību, man būs, par ko padomāt.*
- *Vai ir vēl kas tāds, kas varētu palīdzēt mums nesastrīdēties?*



Pēckontakts

Kvalitatīva šķiršanās
ir kvalitatīvas
satikšanās sākums



Māciet un mācieties no kļūdām

- *Kas izdevās, kas neizdevās?*
- *Ko varēja darīt savādāk?*

**Ļaujiet mazos daudzumos bērnam
saskarties ar pagātni**





Nekad nav viens
noteikts veids, kā
atrisināt konfliktu

Jautājumu uzdošanai:

www.sli.do

kods: **11378**



Kompromisi ir
būtiska attiecību
sastāvdaļa!

Jautājums
no skolotājiem:

Vecākajā pirmsskolas grupā
ir bērns, kas regulāri, katru
dienu provocē gan citus
bērnus, gan personālu.



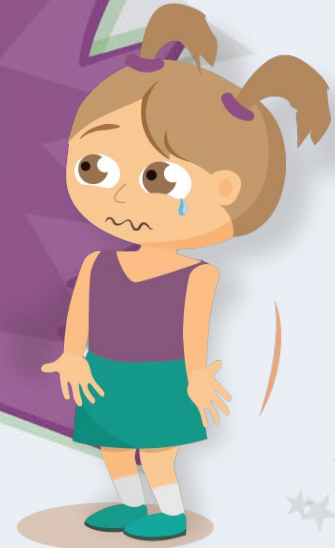
Ir milzīga atšķirība, vai
provocētājs ir septiņus
vai četrus gadus
vecs bērns



- Nebaidies izdiskutēt ar bērnu, kas notiek rotaļu laukumā. Nebaidies runāt par kaitināšanu – tā tu nenobiedēsi bērnu
- Pat ļoti mazi bērni spēj atšķirt, kad un kā citam bērnam tiek darīts pāri



Bērnā neizdodas uzturēt
draudzīgas attiecības
ar vienaudžiem...



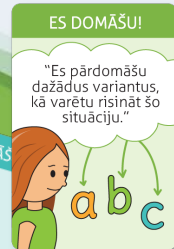
Ģeneralizācija

Ir bērni, kuri sastrīdas ar citiem savā galvā

- Viņi pieņem, ka citi ir dusmīgi un reaģē uz viņiem jau tā
- Viņi pieņem, ka citiem ir jāspēj nolasīt viņu vēlmes no acīm
- Viņi uzvedas pasīvi agresīvi un izprovocē citus



Spēles un aktivitātes



- “Jā, bet...” spēle
- “Ne jā ne nē, ne balts, ne melns”
- Mājas no krēsliem
- “Stāstu turpināšanas” spēle
- “Jo darīt, ja..” spēle
- “Auksts. Silts. Karsts. Deg”
- Paslēpes





Kopīgas zīmēšanas spēles

- Atrodi trīs labas lietas, par ko paslavēt
- Zīmē zīmējumu pēc kārtas – katrs piezīmē vienu elementu

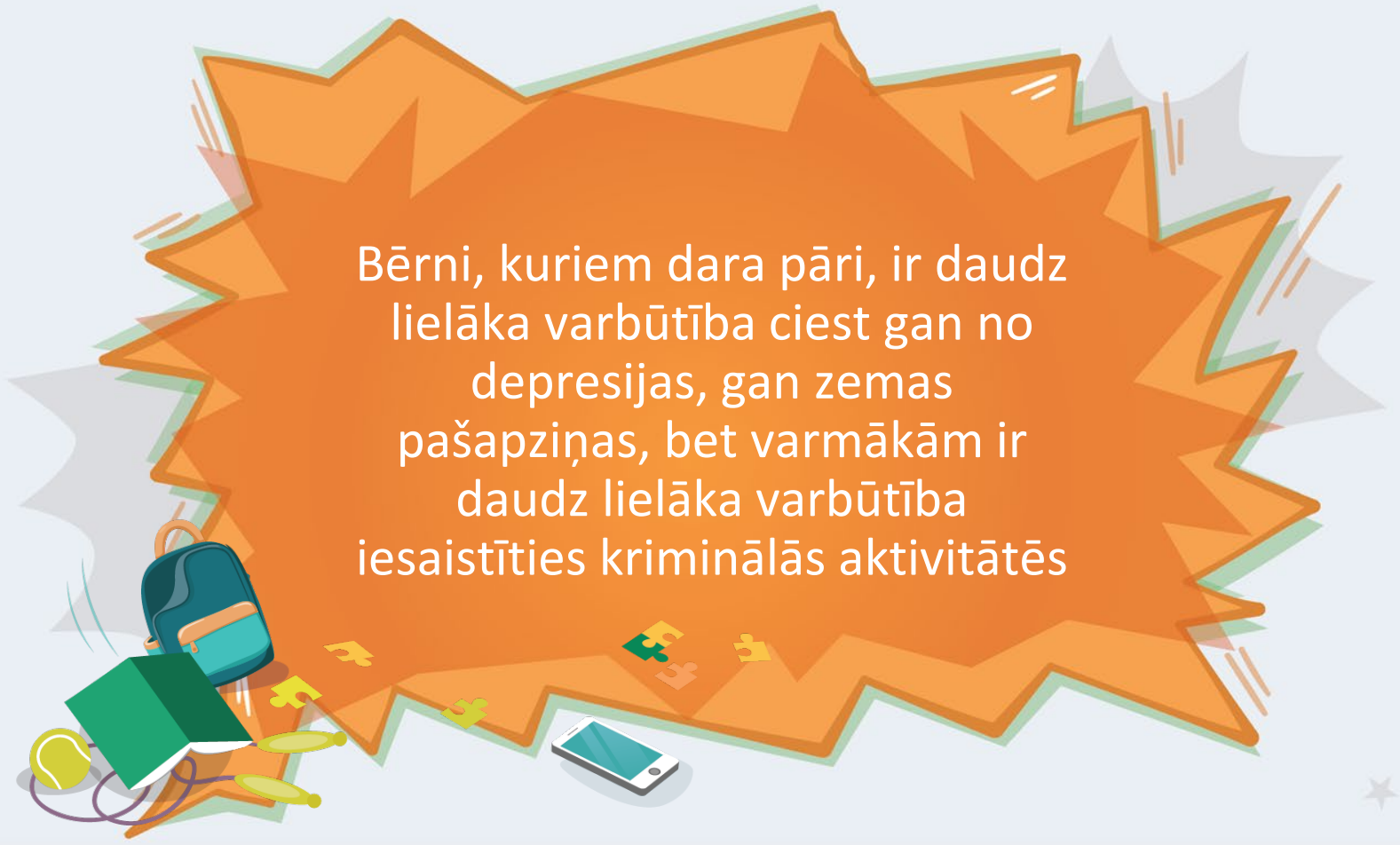


Izspēlējiet veidus, kā
konfrontēt varmāku



Ja bērns nejūtas droši,
viņam ir tiesības baidīties
un tiesības nestāties
vienam pretī varmākam
vai varmāku grupai





Bērni, kuriem dara pāri, ir daudz
lielāka varbūtība ciest gan no
depresijas, gan zemas
pašapziņas, bet varmākām ir
daudz lielāka varbūtība
iesaistīties kriminālās aktivitātēs



A cartoon illustration of a boy and a girl jumping joyfully. The boy, on the left, has brown hair and is wearing a teal shirt and purple shorts, giving a thumbs up. The girl, on the right, has brown hair in pigtails and is wearing a purple dress, with her arms raised. They are surrounded by a large, green, cloud-like shape with a scalloped edge. Inside this shape, the word 'Paldies!' is written in large white letters, and below it is a URL. Small white stars and motion lines are scattered around the children and the central shape.

Paldies!

<http://www.uzvediba.lv/metodologija/>

uzvediba.lv

VEBINĀRS

Konfliktu risināšanas
prasmes

Jautājumi un atbildes



Avoti

- Carpenter, Deborah. The Everything Parent's Guide to Dealing with Bullies: From playground teasing to cyber bullying, all you need to ensure your child's safety and happiness Adams Media. Kindle Edition.
- 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; 2013
- Greene PhD, Ross W.. The Explosive Child . Harper Paperbacks
- Mitchell, Barbara. The Conflict Resolution Phrase Book, Career Press.
- Cohen, Lawrence J.. The Opposite of Worry . Random House Publishing Group.