

uzvediba.lv

VEBINĀRS

Kā sadarboties ar bērnu, kurš nesadarbojas?

16:00 - 18:30

Līga Bērziņa





 Un kāpēc vispār būtu jāsadarbojas, tas ir visstulbākais, kas var būt.

Patīk · Atbildēt · Ziņojums · 1 d.





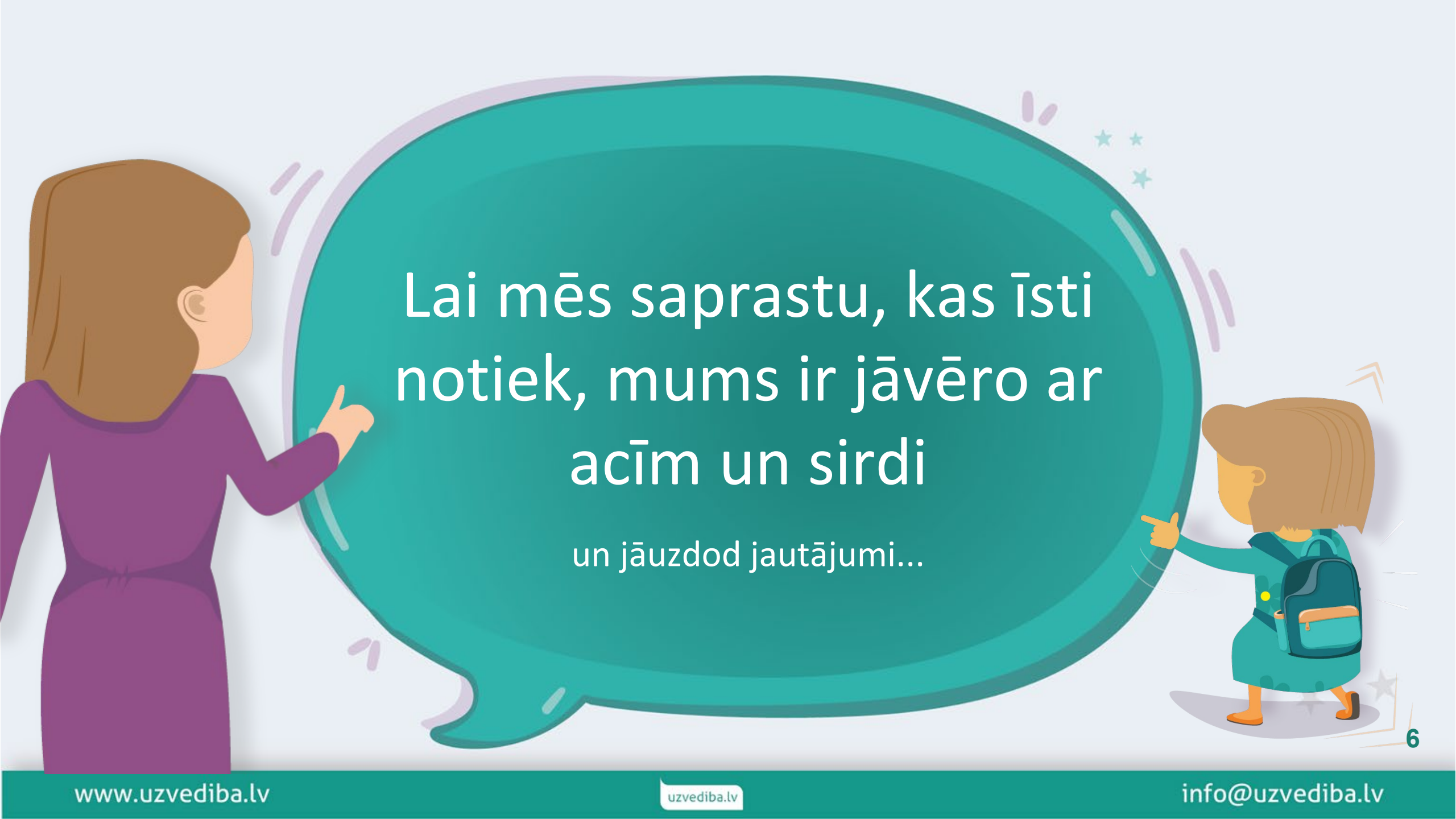
Lielākie izaicinājumi ir bērniem, kuriem:

- 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



Ir bērni, kuriem ir jā māca
matemātiski tās prasmes,
kuras mēs citi
iemācāmies intuitīvi



A woman with long brown hair, wearing a purple dress, stands on the left, pointing her right index finger towards a large teal speech bubble. On the right, a small child with short brown hair, wearing a teal dress and a blue backpack, also points their right index finger towards the same speech bubble. The speech bubble is large and rounded, with a white border and a drop shadow. Inside the bubble, the text is written in white. The background is a light blue gradient with some small decorative stars and lines.

Lai mēs saprastu, kas īsti
notiek, mums ir jāvēro ar
acīm un sirdi
un jāuzdod jautājumi...



Uzdod jautājumus –
jautājumi mūsos
turpina strādāt arī pēc
atbildes sniegšanas

Pēc jautājuma uzdošanas

- Iedod laiku apdomāt atbildi
- Nesteidzies ar saviem slēdzieniem un padomiem
- Nevērtē un nekritizē atbildes
- Ja vēlies kritizēt vai vērtēt, uzdod papildus jautājumus

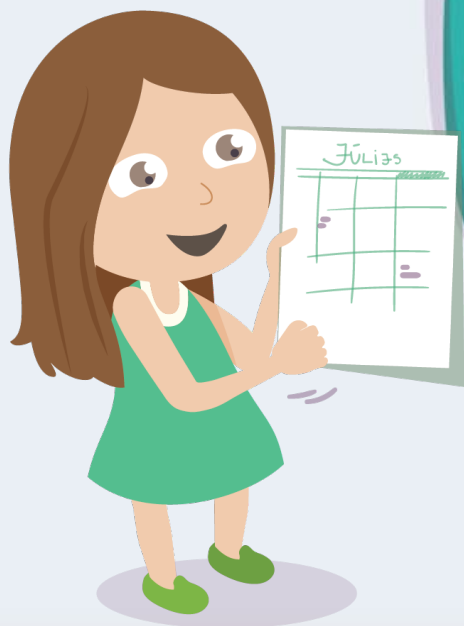


*”Kāda būtu tava
ideālā diena skolā vai
bērnudārzā?”*



*"Kas ir labākais, kas
šodien ar tevi notika?"*

*"Kas ir sliktākais, kas
šodien ar tevi notika?"*



*"Kas ir
labs draugs?"*



*“Kā sadarbošanās
izskatās, kā izklausās?”*



Sarakstiet dažādas lomas, kādas ir bērnam

- brālis vai māsa,
- dēls vai meita,
- mazdēls vai mazmeita,
- kaimiņš,
- rotaļu biedrs,
- klasesbiedrs, bērnudārza biedrs
- draugs,
- utt.



Skaidri formulējiet savas gaidas

- Kā mēs izturamies pret ikvienu ģimenes locekli (pienākumi, attieksme, valoda, mājas darbiņi utt.)
- Kā mēs izturamies pret savu veselību (higiēna, pārtika, apģērbs, miegs utt.)
- Kā klasesbiedrs (darba ieradumi, sekmes, mājasdarbu disciplīna, sadarbība)

*Šīs prasības un gaidas ar katru gadu pieaugs,
un tām ir jāpieaug atbilstoši bērna vecumam un spējām*





Robežas –
jo sarežģītāks ir bērns, jo
skaidrākas robežas ir svarīgi
nospraust

Aprunājieties, kādas ir labas lomas pazīmes un kādas ir pazīmes - murgs

Ideāls brālis →

Ideāls klasesbiedrs →

Ideāls dēls →

Ideāla komanda →

utt.

Brālis - murgs

Klasesbiedrs - murgs

Dēls - murgs

Komanda - murgs



Ideāla komanda

- Komanda izvirza mērķi
- Komanda sadala uzdevumus un saprot katra stiprās puses
- Komanda sadala lomas un saprot, ka lomas var būt mainīgas
- Komanda dalās ar informāciju
- Komanda saprot, kad tā ir produktīva un kad nav
- Komandā visu idejas tiek uzklausītas un respektētas
- Komanda risina domstarpības
- Komanda rēķinās, ka rezultāts var arī neizdoties
- Visi strādā vienam mērķim



Kas veido LABU
KOMANDU?

Tas ir
lielisks jautājums!
KOMANDAS DARBS
seko šiem
7 noteikumiem.

1. Jāizvirza
kopīgs mērķis

2. Katram
jāizdara savs
uzdevums

3. Uzklausi
komandas
biedrus

4. Iedrošini
komandas
biedrus

5. Dalies ar
savām domām

6. Risini
problēmas

7. Ja
nepiekrīti, dari
to ar savu



Kā risināt konfliktus?



<http://www.uzvediba.lv/draudzigai-klasei/>

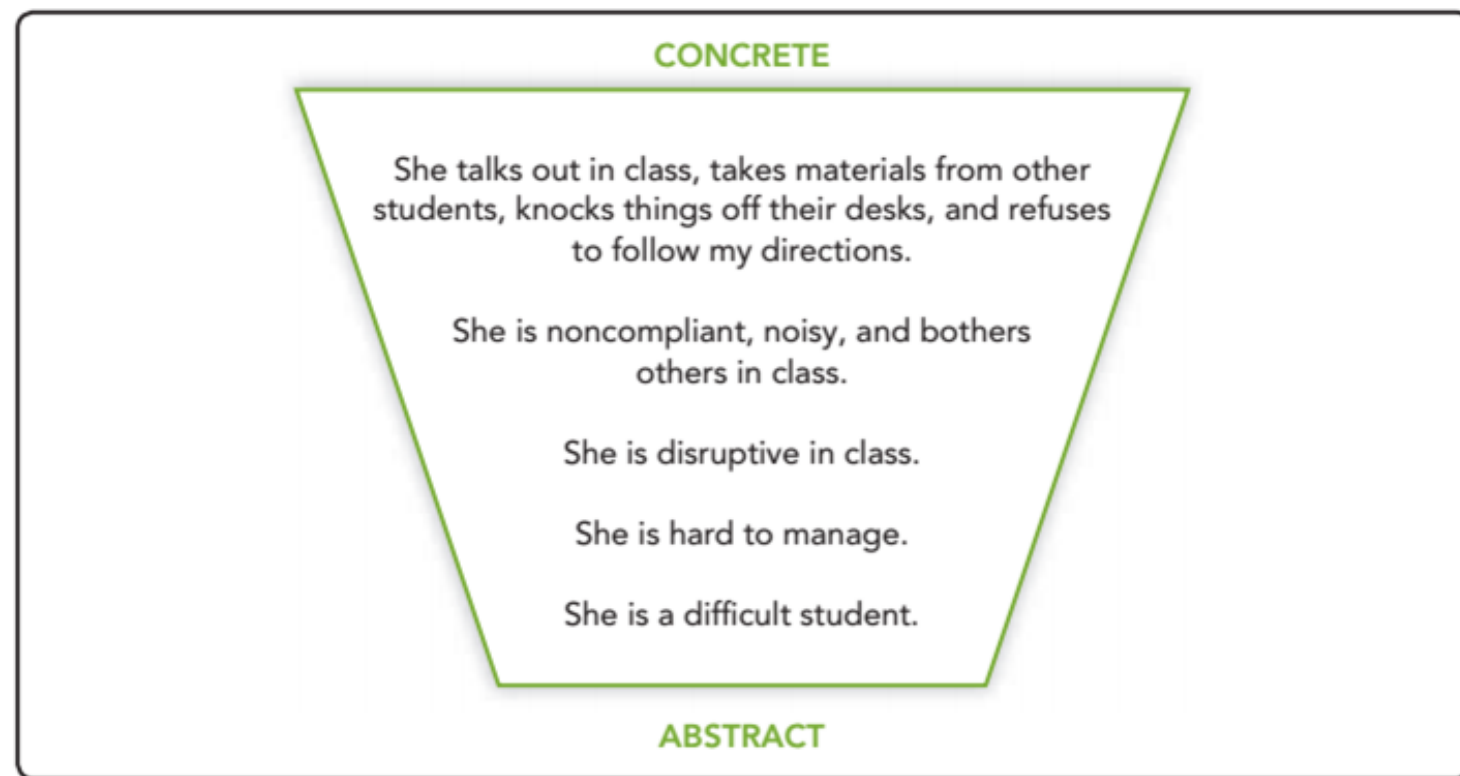
Saprotiet, kāds ir jūsu bērns

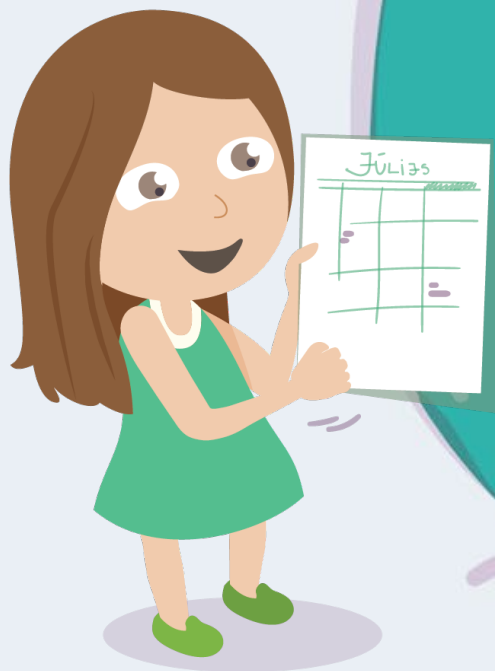
Uz mērķi orientēts vai uz pieredzi
orientēts, vai uz sevi orientēts



Pedagogiem - dodiet ļoti skaidru atgriezenisko saiti vecākiem

FIGURE 3.3 A sample feedback continuum: Abstract to concrete.





**Gaidas un noteikumi
ir jāvizualizē,**
jo bērniem var nebūt ne
mazākā priekšstata, ko no
viņiem grib

Vai bērnam ir vide,
kur viņš var redzēt un
var baudīt labu
sadarbību?



**Labas sadarbības
prasmes,
arī ļoti atšķirīgu bērnu,
var pasargāt no
izstumšanas un pat
vardarbības**



- Jo zemāka būs cilvēka iespēja kontrolēt situāciju, jo augstāks būs stresa līmenis
- Bez veselīgas kontroles sajūtas bērni jutīsies bezspēcīgi un pārsātināti un bieži kļūs pasīvi vai noraidoši
- Ja bērniem aizliedz izdarīt jēgpilnas izvēles, pastāv liels trauksmes un pašdestrukcijas risks.



Uzvedības
problēmas ir
signāls!



Bērnus nereti pārņem
spēcīgas emocijas, un
ir viegli tās sajaukt ar
pasīvu agresiju,
ignoranci utt.



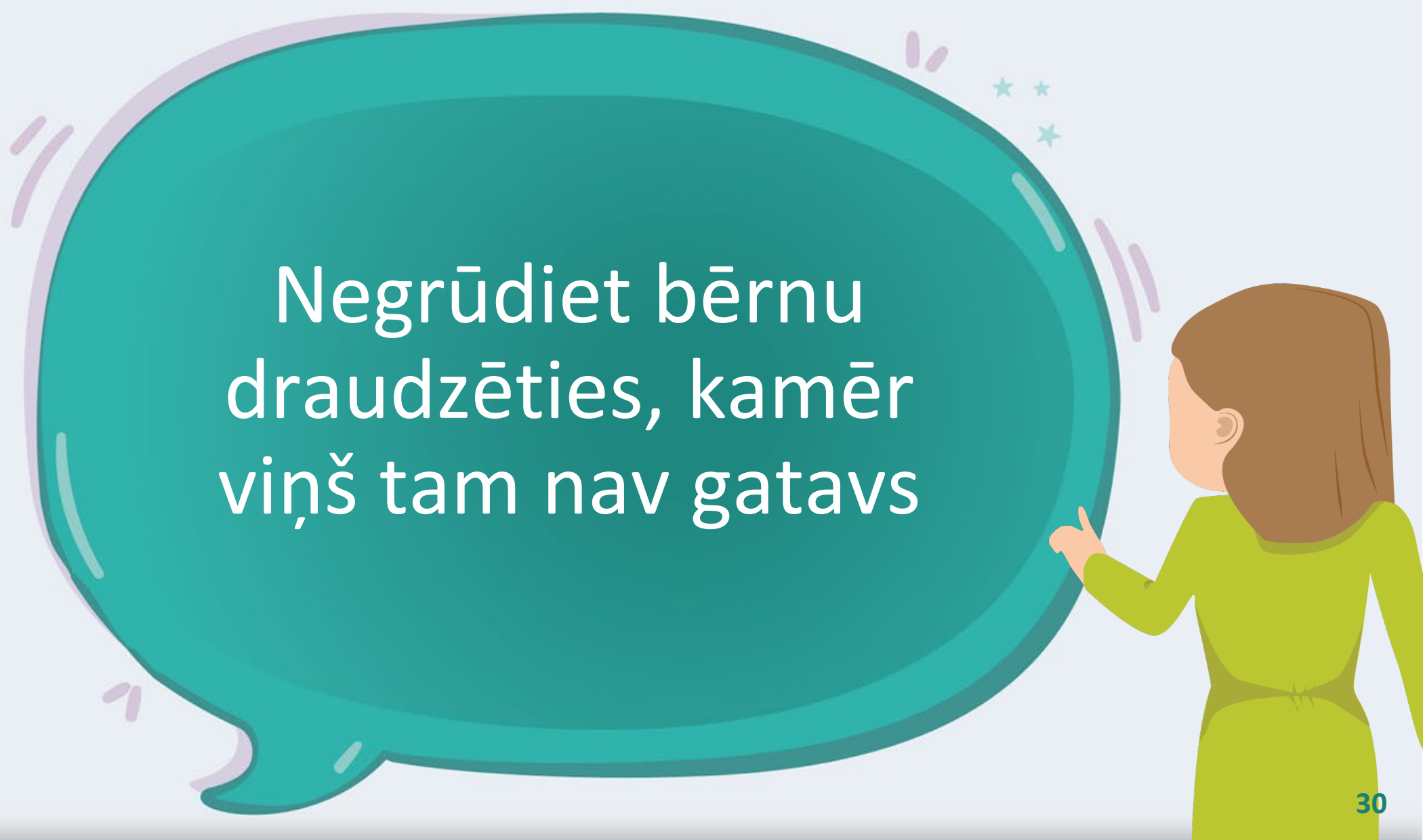
Kas traucē sadarboties bērnam?

- Kautrīgums
- «Prāta teorijas» neizpratne
- Nefleksibla domāšana
- Vecumam neatbilstošas prasmes vai prasības
- Grūtības izprast sociālos signālus
- Piemērotu uzvedības modeļu trūkums
- Impulsu kontroles trūkums
- Nespēja domāt ilgtermiņā
- Opozicionāla uzvedība un izteikta negativitāte



Kautrīgums





Negrūdiet bērnu
draudzēties, kamēr
viņš tam nav gatavs

Kautrīgums

- Kautrīgiem bērniem vienkārši nepieciešams vairāk laika
- Iekšējie dialogi var palīdzēt
 - *Es tikšu ar visu galā, man tas izdosies, man tas vienmēr ir izdevies, izdosies arī šoreiz*
- Parādiet, kā jūs cīnāties ar nepārlicinātību un kautrīgumu. Modelējiet savas situācijas dzīvē
- Saproti, kas sniedz bērniem drošības sajūtu, kas veido piederības sajūtu



Kā trenēties pārvarēt kautrīgumu?

- Spēlējiet lomu spēles - *kā sasveicināties, kā stādīties priekšā, kā pastāstīt par sevi, kā izteikt un saņemt komplimentus, kā būt draudzīgam*
- Aiciniet draugus ciemos, dodieties pie draugiem
- Iedrošini, bet neveic spiedienu
- Esat paši sociāli
- Izvēlaties piemērotas aktivitātes, kur var iesaistīties daudzi - ziepju burbuļu pūšana, zīmēšana, galda spēles, bumba
- Palīdzi saprast bērna stiprās puses
- Saki, ka ir OK kautrēties. Akceptē to



Kā mācīties teikt komplimentus?

DRAUDZĪBAI UN SADARBĪBAI



uzvediba.lv



Uzdodiet jautājumus

- *Kā tu jūties, kad ir tava kārtā runāt, dot idejas?*
- *Kā tu jūties, kad komanda liek lielas cerības uz tevi?*
- *Kas tavā komandā tiek sadzirdēts un kāpēc?*
- *Kā būtu iespējas dot vārdu arī klusākajiem bērniem?*
- *Kādās situācijās tev ir vislielākā trauksme?*
- *Kas palīdz nomierināties tev?*
- *Kas palīdz nomierināties tavai grupai?*



Sociālā trauksme, jeb sociālā fobija



Sociālās trauksmes biežākās izpausmes

**Nepamatotas bailes, apdraudējuma sajūta no sabiedrības.
Sociālās fobijas raksturīgākās pazīmes:**

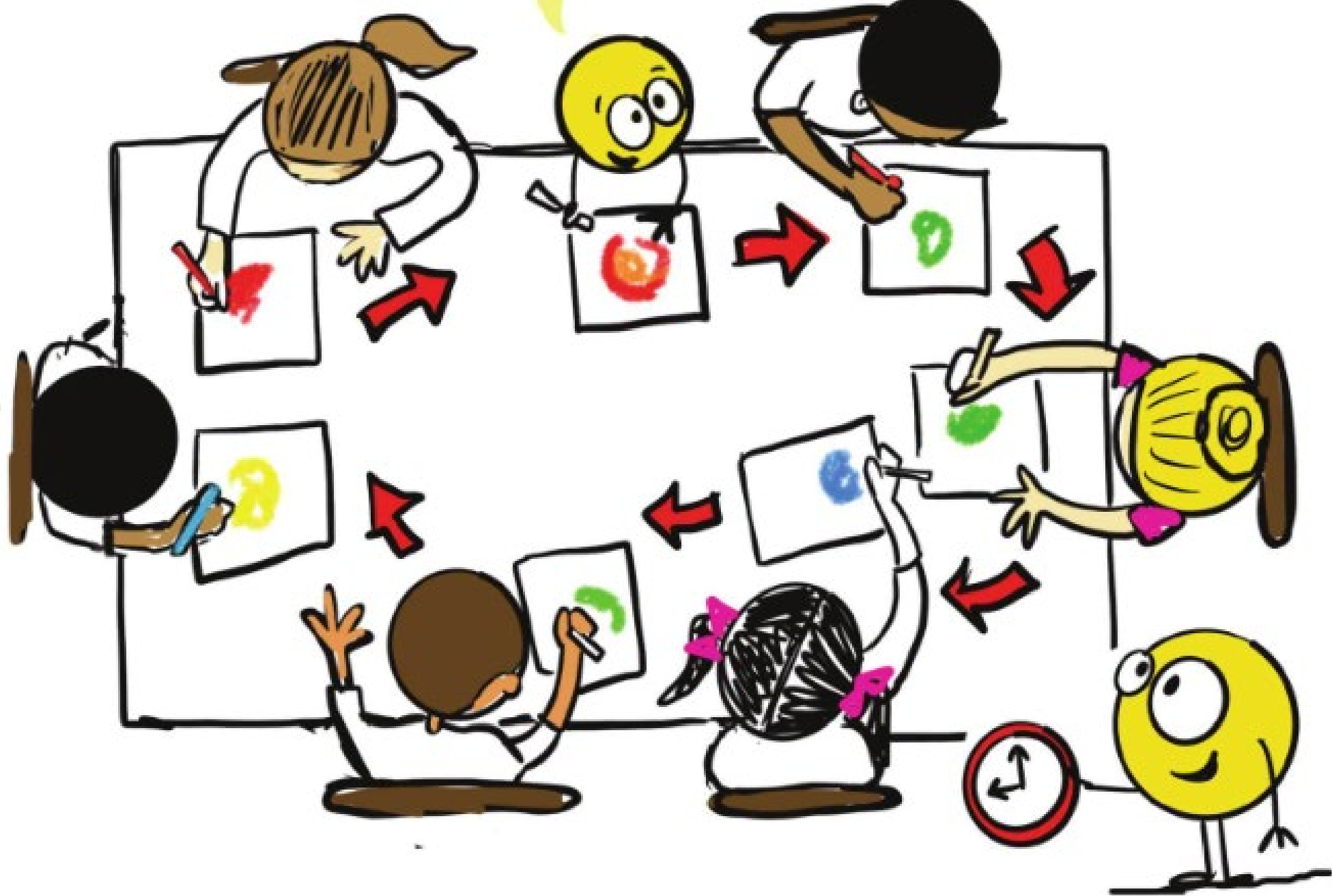
- bailes no kritikas, bailes no kritiskas nopētīšanas;
- bailes uzstāties, aizstāvēt viedokli;
- nespēja rakstīt citu cilvēku klātbūtnē;
- nespēja skaļi lasīt citu cilvēku klātbūtnē;
- nespēja apmeklēt sabiedrisko tualeti;
- bailes, nepatika pusdienot, ēst ārpus mājas.

Sociālā trauksme nav kautrīgums, slinkums



«Prāta teorijas» neizpratne





Nefleksibla domāšana





Maziniet perfekcionismu

- Nesalīdzini sevi ar citiem, nesalīdzini bērnu ar citiem
- Runā par savām kļūdām, neizdošanos
- Stāsti stāstus no savas bērnības, jaunības mācību un treniņu, kļūdu un mēģinājumu posma
- Māci nomierināšanās un domāšanas stratēģijas



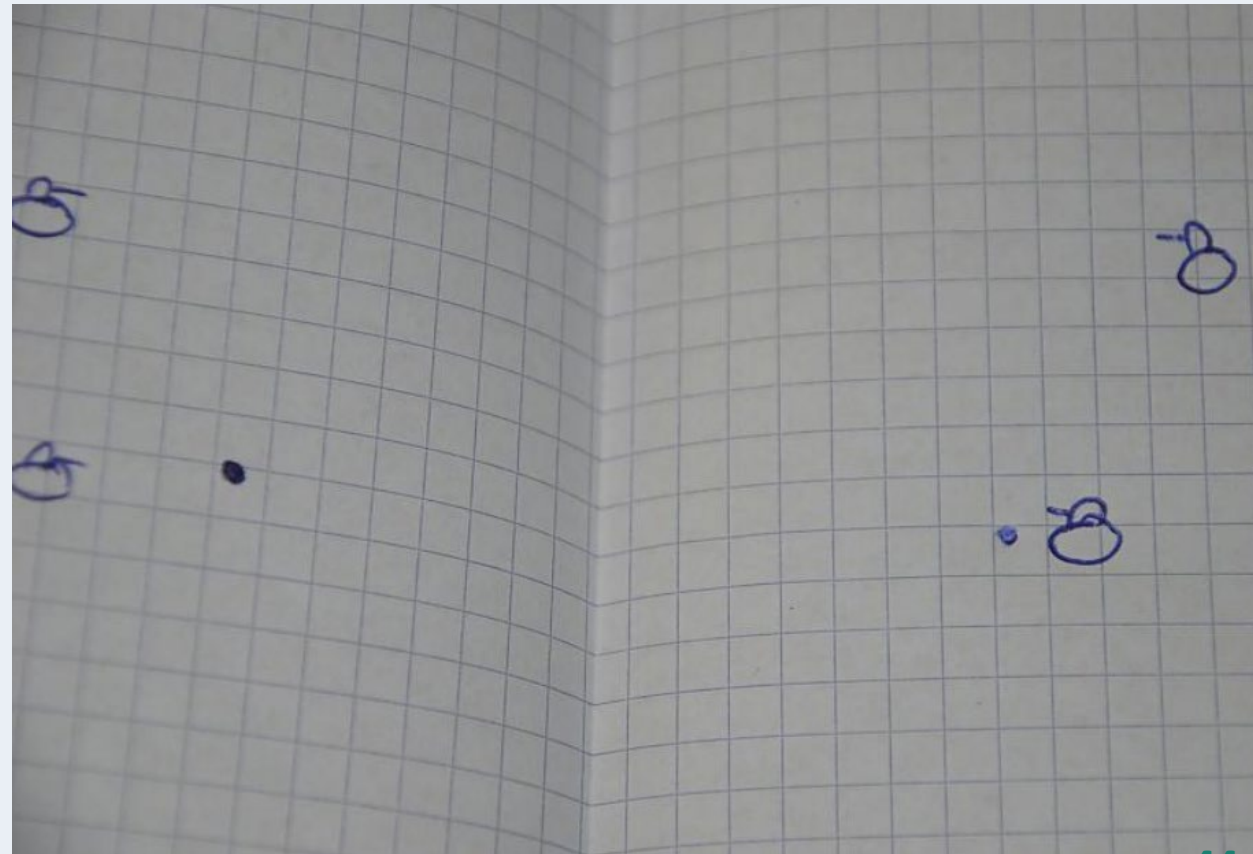
Vecumam neatbilstošas prasmes vai prasības

- Nespēja lūgt palīdzību
- Sajūta, ka viss jā dara vienam pašam
- Domas
 - *Tikai vārguļi lūdz palīdzību,*
 - *Tikai vārguļi padodas utt.*



Būvējiet lielus projektus, kur nepieciešams lūgt citu palīdzību

- Spēlējiet zīmēšanas spēles kopā <https://spoki.lv/spele/Speles-uz-papira-jeb-ko-tavi-senci/795330/1/2>
- Gigi bloks
- Zīmēšana uz tapešu ruļļiem
- Sienu apkrāsošana

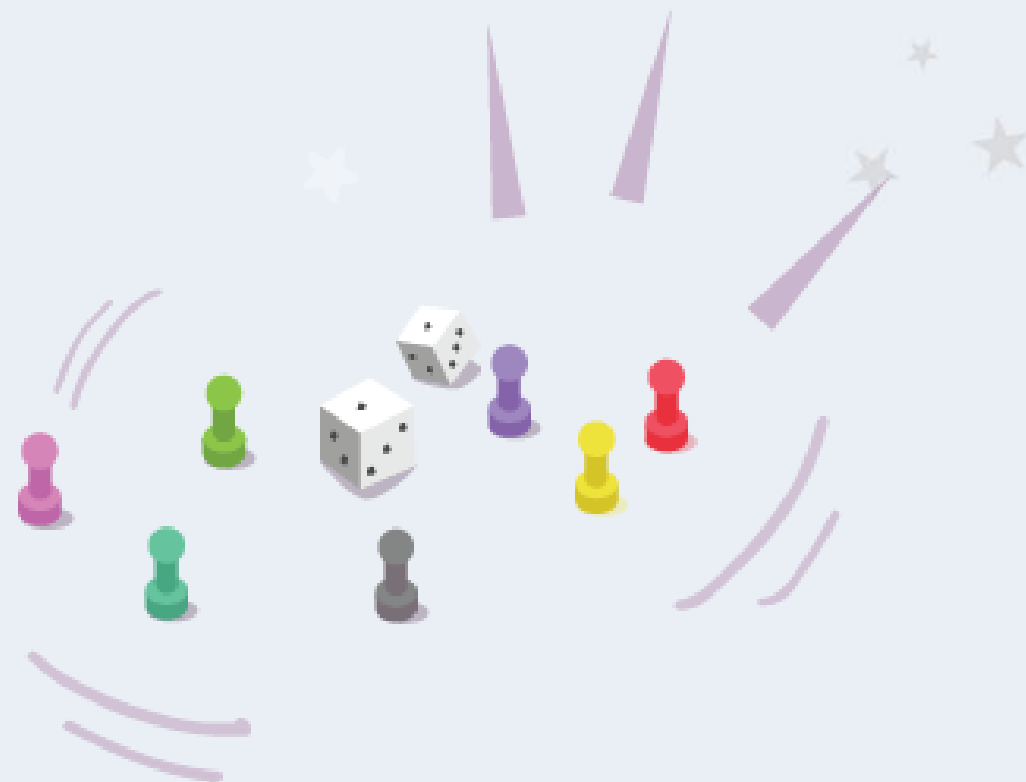


Saraksti lietas, ko tu
gribētu darīt kopā un
palūdz bērnam
izveidot šādu pašu
sarakstu



Spēlējiet kopā spēles

- Kāršu spēles, Uno, Duraku, Sabotierus utt.
- Stratēģiskās spēles - Katanu, Vilcienus, Pandemic utt.
- Videospēles!!!



Grūtības izprast sociālos signālus



Kā mācīt saprast sociālos signālus?

- Pievērsiet uzmanību, ja redzat neparastu uzvedību filmās, multenēs utt.
- Ja bērns saka: “*tas uzvedas dīvaini, izskatās dīvaini*”, pavaicājiet, kas viņaprāt ir šis “dīvainums”?
- Lielākoties tie ir smieklīgi nevietā, nepiemērota ķermeņa valoda, dīvains ģērbšanās stils, netīri mati utt.



Kā mācīt saprast sociālos signālus?

- Trenējaties uzturēt acu kontaktu
- Vēro bērna ķermeņa valodu *“Es redzu, ka tu smaidi. Par ko tu domā pašlaik?”*
- Kopā vērojiet ķermeņa valodu
- Miniet cilvēku nodomus, tālāko rīcību
- Spēlējiet spēles “ko darīt, ja” par uzvedību dažādās situācijās
- Pievērs uzmanību citu cilvēku balss tonim
- Praktizējiet dialogus kopā. Spēlējiet lugas, izvēlaties grāmatu tekstus, kur ir daudz sarunu, spēlējiet dialogu spēles
- Izspēlējiet ikdienas situācijas un neparastus notikumus



Piemērotu uzvedības modeļu trūkums



Modelējiet, kā parādīt sadarbību

- Nospraust robežas
- Vienoties par darāmajiem darbiem
- Lūgt
- Piekāpties
- Atvainoties un pieņemt atvainošanos
- Vienoties par kopīgu mērķi
- Darīt kopā sarežģītas un vienkāršas lietas - kārtot māju, vārīt zupu, cept piparūkas, velt sniegavīru utt.





*“Man atkal viss
jādara vienai!!!”*

Tad, visticamāk, jūsu komandas darba
modelēšanas prasmes kā pieaugušajam
ir jāpilnveido

Impusu kontroles grūtības



- 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



Impulsu kontroles trūkums

- Nepacietība
- Citu pārtraukšana pusvārdā
- Baumu izplatīšana par citiem
- Nespēja glabāt noslēpumus
- Nespēja citiem iedot uzvaras laurus, paslavēt citus



Grūtības saprast grupas dinamiku

Tukmana aplis



A large teal speech bubble with a white outline is the central focus. To the left, a girl with brown hair in a ponytail, wearing a purple shirt and shorts, is running towards the bubble with her arms outstretched. To the right, a group of five children are looking at the bubble. One boy in the foreground has a surprised expression. The background is light blue with some faint stars and motion lines.

**Apmeklējiet ballītes,
ja arī bērns uzvedas dīvaini.**

Apmeklējiet interešu pulciņus, kolektīvu
saiešanas ar ģimenēm

Grūtības saprast savu lomu grupā

- Ko bērnam nozīmē popularitāte?
- Kā bērns veido savu autoritāti grupā?
Kāpēc tieši tā?
 - Pavaicā – *Kas ir klases populārākie bērni? Kāpēc viņi ir tik populāri? Ko viņi tādu dara?*
 - *Ar ko tu vēlētos draudzēties? Kāpēc? Ar ko viņi draudzējas? Kāpēc?*



Lomas grupā

- Pastāstiet bērnam, ka lomas ir dažādas
- Sadarbības stili ir dažādi - izvairīšanās, konkurējošais, pielāgošanās, iekļaujošais un kompromisu
- Māciet bērnam, ka lomas ir dažādas, nevis tikai līderis un sekotājs, bet arī sarunu vedējs, komunikators, eksperts, klauns utt.



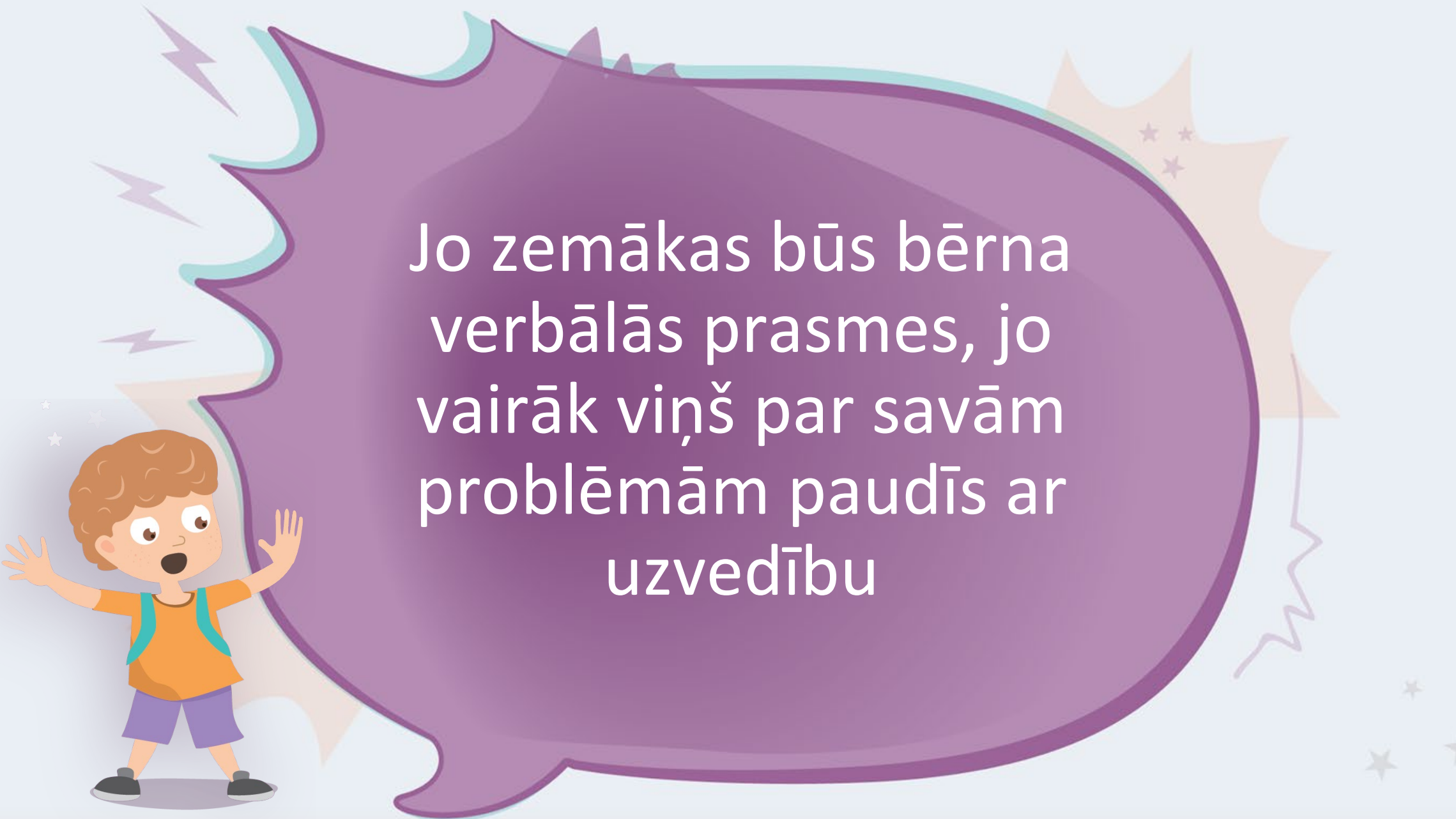
Jautājiet

- *Kāda ir tava loma šajā grupā?*
- *Kas ir vajadzīgs, lai grupa būtu veiksmīga?*
- *Kas tev traucē izpildīt uzdevumus?*
- *Ko tu nākamreiz darītu citādāk?*



Varbūt bērnam ir
grūtības saprast
verbālas instrukcijas?





Jo zemākas būs bērna
verbālās prasmes, jo
vairāk viņš par savām
problēmām paudīs ar
uzvedību



Nespēja domāt
īstermiņā un ilgtermiņā

Izteikti opozicionāla uzvedība



Ir bērni, kuri ātri
iemācās, ka uzvesties
slikti ir izdevīgi



Kas rada opozicionālu uzvedību?

- Disfunkcionāla un/vai haotiska ģimenes dzīve
- Ģimenē ir vai ir bijušas atkarību problēmas
- Vājas, mainīgas, nekonsekventas robežas bērna audzināšanā
- Vide, kur šāda uzvedība ir laba izdzīvošanas stratēģija
- Garīgās veselības problēmas ģimenes loceklim vai pašam bērnam
- Piesaistes problēmas
- Trauksme un depresija
- Traumatiski notikumi

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

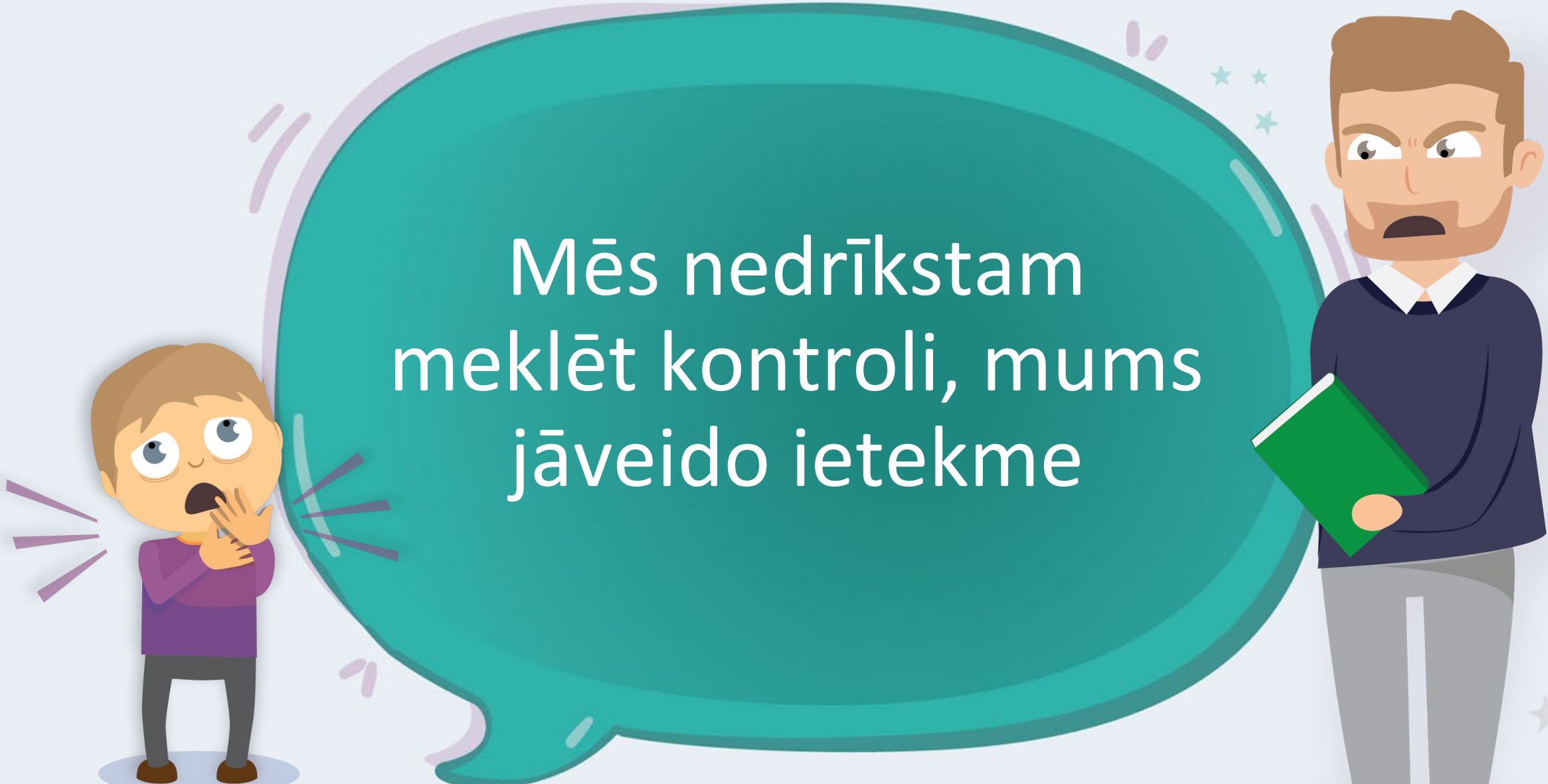
Kas rada opozicionālu un narcisistisku uzvedību?

- Viņi gandrīz nekad nav dzirdējuši “Nē!”;
- Konsekvenču trūkums uzvedības problēmu gadījumā;
- Vecāki uzskata, ka visi citi vainīgi pie bērna problēmām;
- Pieaugušie nodrošina, lai bērni labi jūtas par jebko, ko dara viņu bērni;
- Zemas vai neeksistējošas prasmes risināt savas problēmas, jo tās risina pieaugušie;
- Bērnam nav iespēju garlaikoties, jo pieaugušie visu laiku cenšas viņu izklaidēt;
- Kad bērns paliek destruktīvs, pieaugušie ignorē to vai uzbrūk ikvienam, kurš cenšas bērnu disciplinēt;
- Izlaists bērns bez pienākumiem un bez brieduma novērtēt savas privilēģijas.

Brīdinājuma signāli

- *Tu man neatgādināji par peldēšanu!*
- *Tu man nepateici, ka būs ieskaite!*
- *Skolotāja nepateica, ka...*
- *Tu man neieliki sporta drēbes!*
- *Tu to gribēji, tāpēc es tā darīju*
- *... ir vainīgs manās sliktajās atzīmēs,*
- *kļūdās, tajā, ka es neizdarīju...*
- *Man tik un tā nekas nesanāks!*
- *Es esmu lūzeris, idiots ...*
- *Citi par mani ir labāki*
- *Tu man neatgādināji par*
- *Es neko nevaru, nesaprotu un labāk mirstu nost nekā kaut ko mācos*
- *Es nevaru, es negribu*

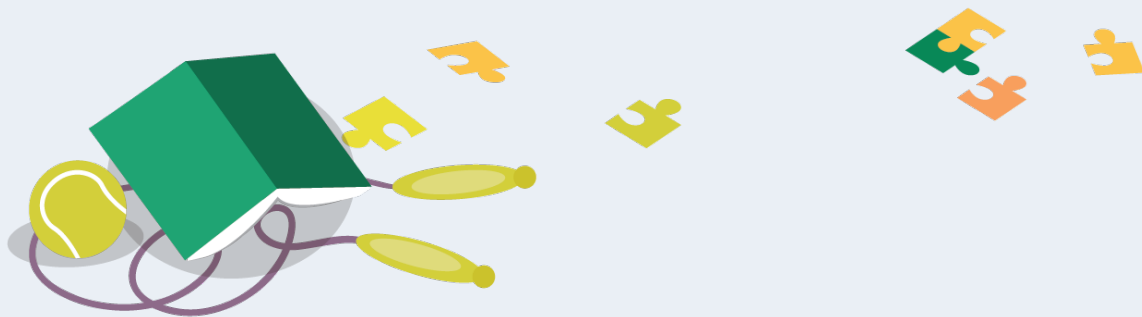


An illustration featuring a large teal speech bubble in the center. To the left of the bubble is a small boy with brown hair, wearing a purple long-sleeved shirt and dark pants, looking surprised with his hands near his mouth. To the right is a man with brown hair and a beard, wearing a dark blue sweater over a white collared shirt and grey pants, holding a green book. The background is light blue with some faint stars and motion lines around the characters and the bubble.

Mēs nedrīkstam
meklēt kontroli, mums
jāveido ietekme

Bērni, kuri ir sodīti par
daudz, centīsies
pierādīt, ka neviena
sodu sistēma nestrādā
uz viņiem

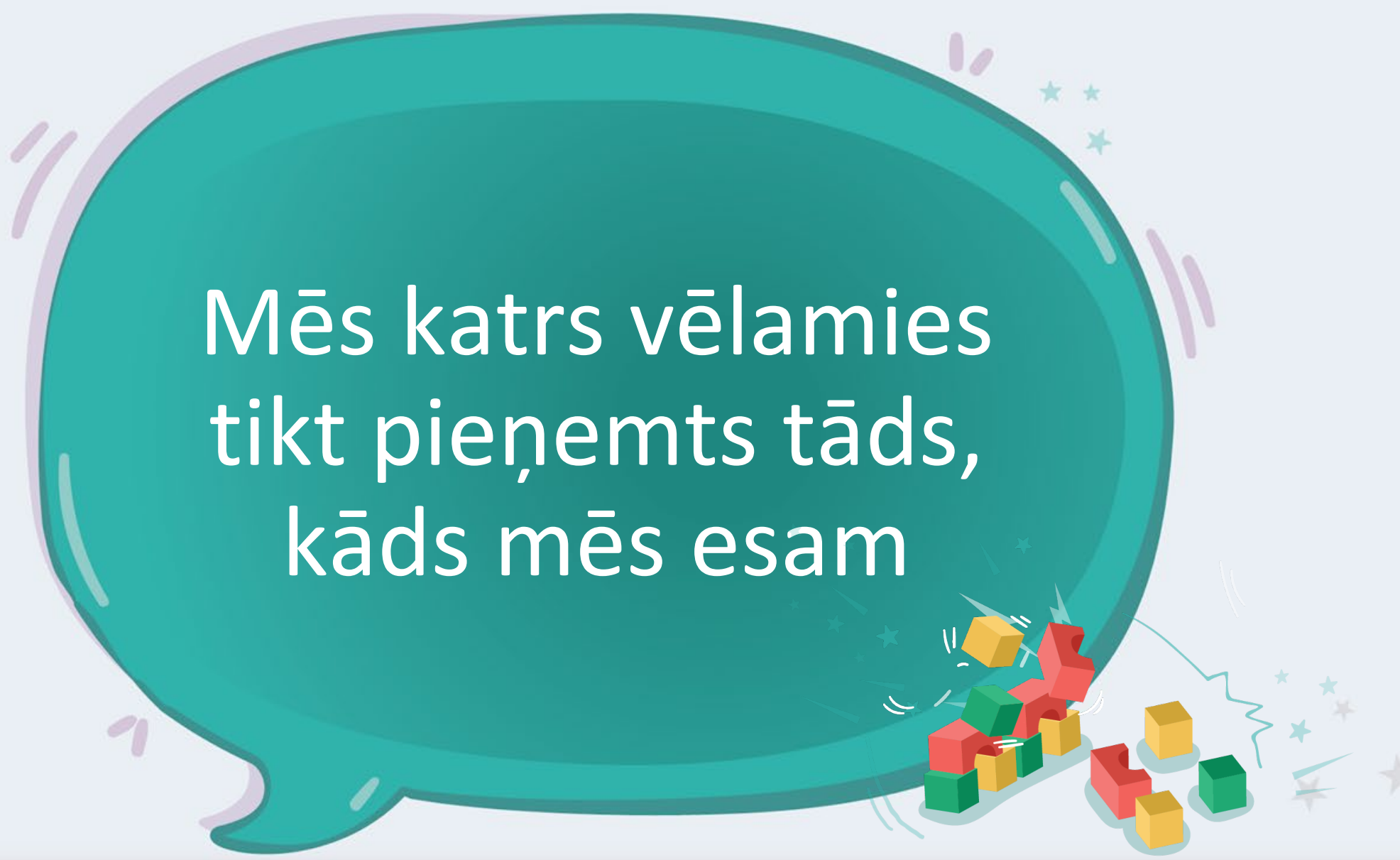




Kādas prasmes nepieciešamas
bērnām, lai viņš labi sadarbotos?



- **Fleksibilitāte un atvērtība jaunām idejām** (arī tad, ja tās nav viņa idejas)
- **Klausīšanās prasme** (arī tad, ja sarunu biedrs šķiet kaitinošs, dumjš, garlaicīgs vai citi bērni saka, lai ar viņu nedraudzējas)
- **Spēja lasīt neverbālo komunikāciju** (tas palīdzēs saprast, kurās grupās bērns nav vēlams, kur viņu uztver pozitīvi, saprast mirkli, viņa ir par daudz un kad nepieciešama viņa palīdzība).
- **Atvērta un pozitīva neverbālā komunikācija** (ir bērni, kuri izskatās dusmīgi, nobijušies, skumji, neieinteresēti, vienaldzīgi, nedraudzīgi, kaut tādi nav)
- **Atvērta un pozitīva verbālā komunikācija.** Ir bērni, kuri nav intelektuāli jaudīgākie, bet viņu klātbūtnē citiem raisās idejas, jo viņi spēj pastiprināt labo citos. Arī tad, kad paši zaudē.
- **Impulsu kontrole** (spēja nepārtraukt citus pusvārdā, noklausīties līdz galam, neraut vēlamo mantu ārā no citu rokām utt.)
- **Spēja saprast cita cilvēka perspektīvu** (kāpēc viņi dara tieši tā un ne citādāk), spēja respektēt to, ka cits var domāt citādāk, rīkoties citādāk. Tāir īstena nākotnes līdera īpašība
- **Spēja paust savu viedokli un spēja pastāvēt par sevi.** Darbojoties grupā spējai skaidri paust savas idejas, spēt pastāvēt par tām ir nozīme. Jo ir bērni ar lieliskām idejām, bet nespēju skaidri formulēt tās
- **Spēja domāt ilgtermiņā.** Spēja saprast, ka "tagad vai nekad" nestrādā grupu darbā. Ka reizēm ir gudri piekāpties, kaut citu redzējums varbūt nav vislabākais. Spēt atbalstīt arī citu idejas.



Mēs katrs vēlamies
tikt pieņemts tāds,
kāds mēs esam

VEBINĀRS

Kā sadarboties ar bērnu,
kurš nesadarbojas?

Jautājumi un atbildes



Jautājums
no vecākiem:

Kā palīdzēt sadarboties bērnam,
kurš ir pašpietiekams ar sevi? Šim
bērnam nav svarīgs citu viedoklis, jo
viņš pilda pats uzdevumus savā
ātrumā, viņu nesatrauc, ja citi tos
jau ir veikuši. Bērns ir mazrunīgs
un noslēgts.





Jautājums
no vecākiem:

Zēns bieži protestē pret to, ko nevēlas,
sakot "*Mammu, es Tevi nemīlu*" vai
draudot - "*tad es Tevi nemīlēšu.*" Arī
skolotājam un citiem. Neiet mazumā.
Uz šo atbildu - "*Man vienalga, ko Tu saki*",
jo mācu atbildēt, kad kāds viņu kaitina,
sakot apvainojumus lai neraud, bet izrāda
vienaldzību.
Nezinu, vai tomēr atbildu pareizi...



Literatūras avoti

- Greene, Ross W.. Raising Human Beings: Creating a Collaborative Partnership with Your Child . Scribner.
- Walls, Scott. Oppositional, defiant & Disruptive Children and Adolescents: Non-Medication Approaches for the Most Challenging ODD Behaviors .
- Marilyn, Friend. Interactions (What's New in Special Education) Pearson Education. Kindle Edition. 2016
- Miller, Rory. ConCom: Conflict Communication A New Paradigm in Conscious Communication . Unknown. Kindle Edition.
- Alber, Diane A Little SPOT of Teamwork: A Story About Collaboration And Leadership, Amazon.com, 2020

Interneta resursi

- <http://www.lailasprakse.lv/trauksme/sociala-trauksme-sociala-fobija>
- <https://spoki.lv/spele/Speles-uz-papira-jeb-ko-tavi-senci/795330/1/3>