

uzvediba.lv

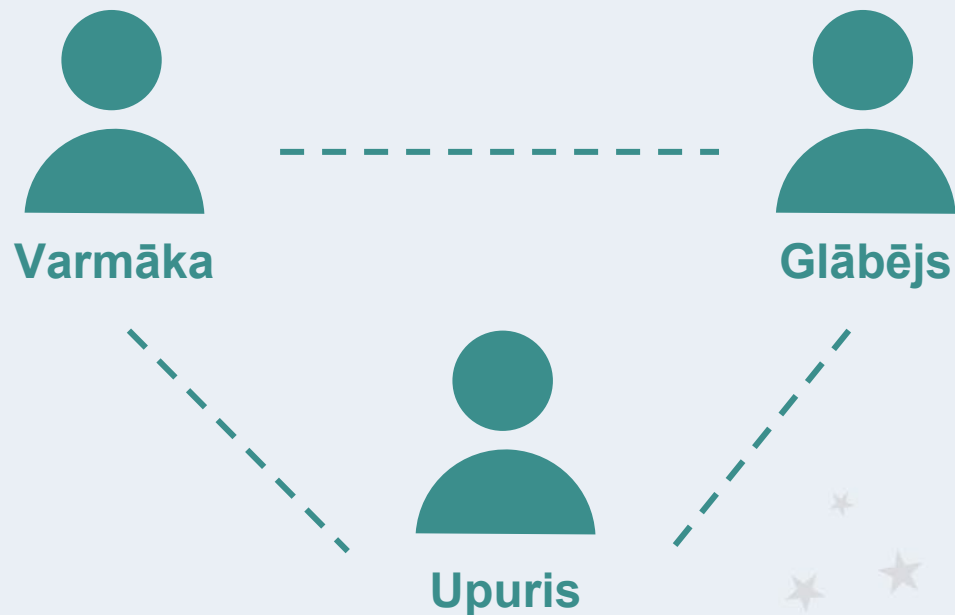
VEBINĀRS

ES TIKAI SKATĪJOS.
ACULIECINIEKU LOMA
TOKSISKA KLIMATA
VEIDOŠANĀ KLASĒ

11. martā



Daudzi teorētiķi
uzskata, ka grupu
dinamika labāk
raksturo situāciju
nekā vardarbības
trijstūris



Slee and Mohyla, 2007 ²

Kas vēl jāņem vērā bez vardarbības trijstūra

- Dažādas dalībnieku pozīcijas grupā
- Bērni var vienlaicīgi ieņemt divas vai pat visas trīs lomas
- Vardarbību nosaka sociālais konteksts
- Būtiska ir arī ģimenes loma un vērtību sistēma
- Fiziskais klimats skolā
- Emocionālais klimats skolā
- Komūnu struktūra skolā
- Vienaudžu ietekme



Svarīgs ir ne tikai
bērns, bet arī
uzvedības modeļi

Ar kādām problēmām bērni saskaras?

Kādās vidēs bērnam rodas problēmas?

Kādos diennakts, gadalaikos rodas problēmas?

Kādās situācijās?



Funkcionālā analīze

uzvediba.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** AUTOAGRESIJA **I** IGNORĒŠANA **C** CITS

uzvediba.lv

datums _____ vārds _____ stunda _____

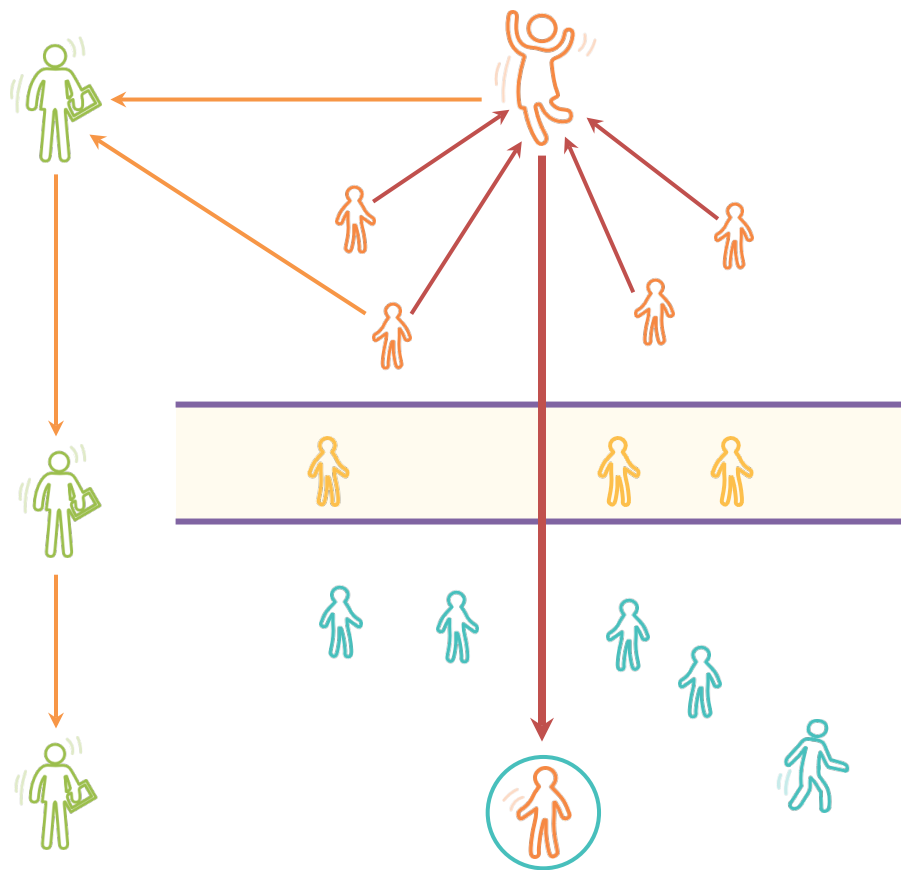
	PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA
1. stunda					
starpbrīdis					
2. stunda					
starpbrīdis					
3. stunda					
starpbrīdis					
4. stunda					
starpbrīdis					
5. stunda					
starpbrīdis					
6. stunda					
starpbrīdis					
7. stunda					
starpbrīdis					

-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** AUTOAGRESIJA **I** IGNORĒŠANA **C** CITS

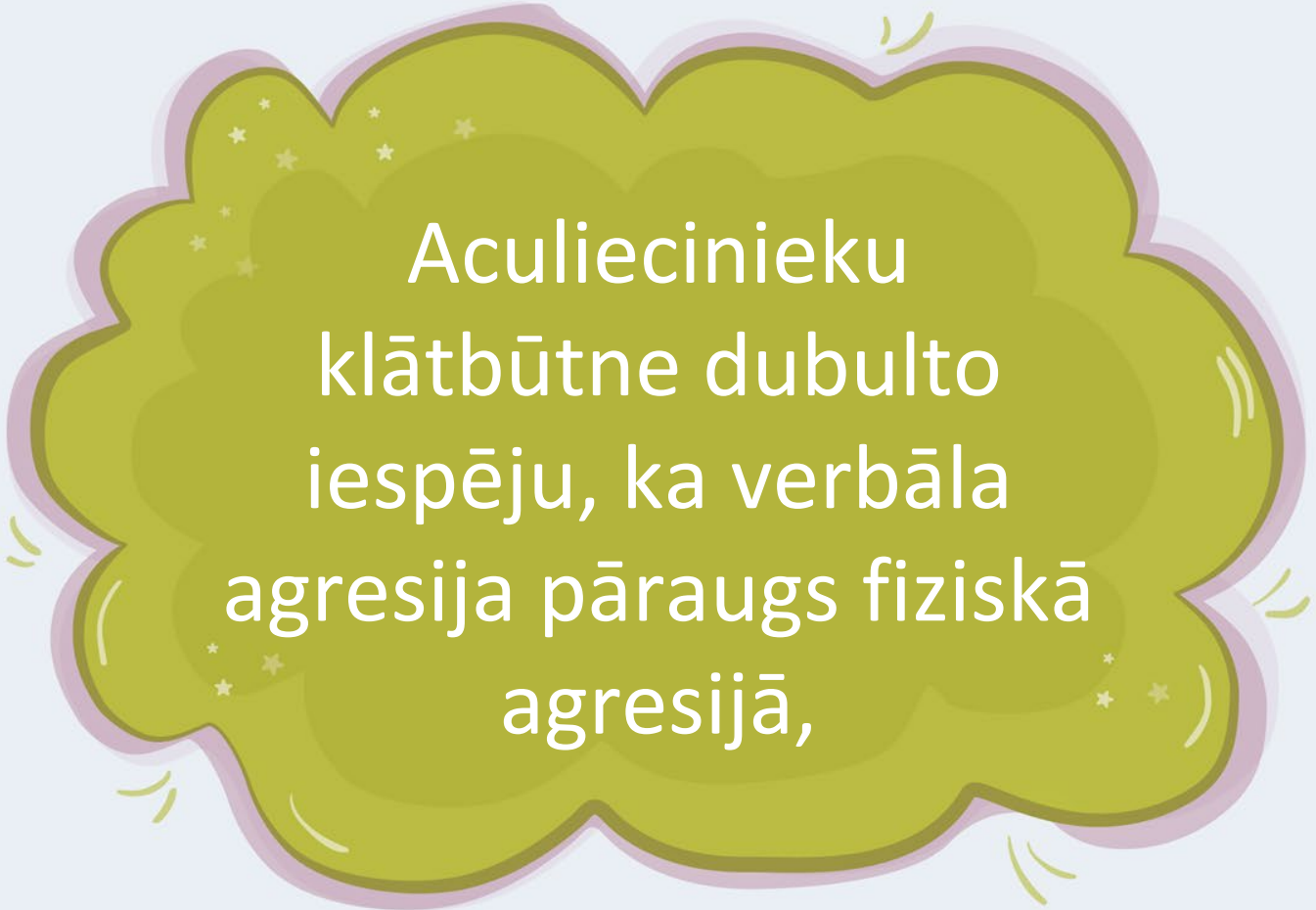
Zēns iesita
meitenei pa
seju!





Primārie upuri

**Sekundārie upuri -
līdzzinātāji**



Aculiecinieku
klātbūtne dubulto
iespēju, ka verbāla
agresija pāraugs fiziskā
agresijā,

Richard Felson

10

Motivācija (mērķi) un taktika (komunikācija)

Kopumā var izdalīt 9 darbinieku grupas, un katrai no tām būs cita motivācija, rīcība komunikācijā.

- **Upuris** (provokatīvais, pasīvais, neelastīgais un/vai stingri apzinīgais)
- **Līdzzinātājs** (varmākas sabiedrotais, upura sabiedrotais, neitrālais)
- **Varmāka** (nejaušais, narcisistiskais, psihopātiskais)
- **Atriebējs**

Līdzzinātāju profili

- Varmākas atbalstītājs
 - pasīvie varmākas,
 - rokaspuīši,
 - sekotāji
 - Bandinieki (kuri vēlāk saprot, ka ar viņiem tomēr manipulēja)
- Upura atbalstītājs
- Klusais līdzāspastāvētājs

Līdzzinātāju veidi – varmāku sabiedrotie

- **Pasīvie varmākas** parasti piedalās vardarbībā, bet neuzņemas iniciatīvu. Parasti viņi paldzina vardarbību ar netiešiem ļaunprātīgiem soļiem
- **Aktīvie līdzzinātāji** atklāti nostāsies varmākas pusē un pastiprinās vardarbību
- **Sekotāji** pastiprinās vardarbību, palīdzēs varmākam nostiprināt viņa pozīcijas, bet izmantos pirmo iespēju, lai viņu gāztu
- **Bandinieki** tiek iesaistīti vardarbības tīklā, bet, redzot, ka ar viņiem manipulē, viņi parasti distancējas, pat atvainojas upurim

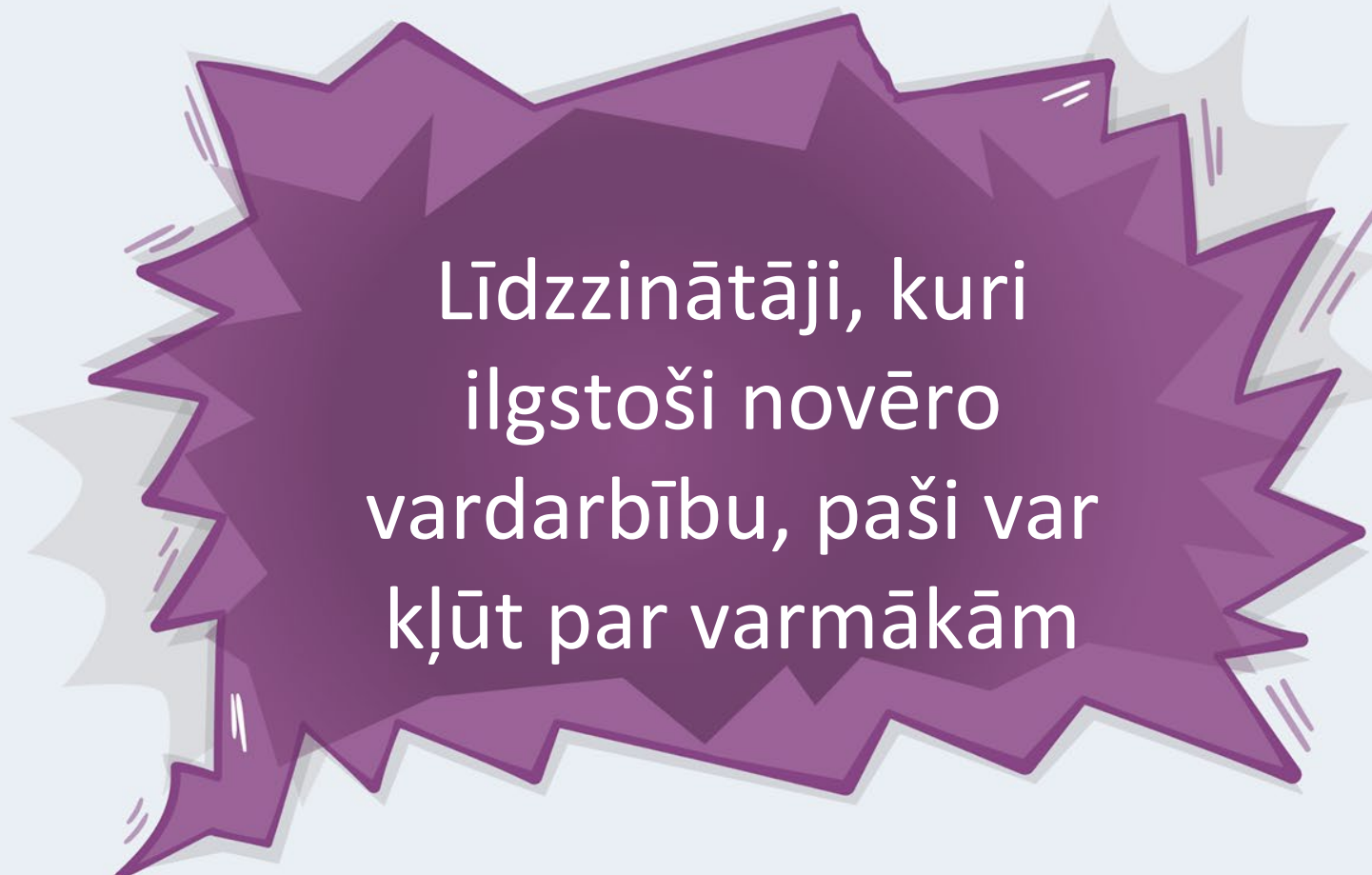
Līdzzinātāju veidi – upuru sabiedrotie

- **Aculiecinieki**, kuri nostājas upura pusē (parasti tā ir ļoti maza daļa, kas uzskata, ka vardarbība ir morāli nepareiza)
- **Seni upuru draugi**

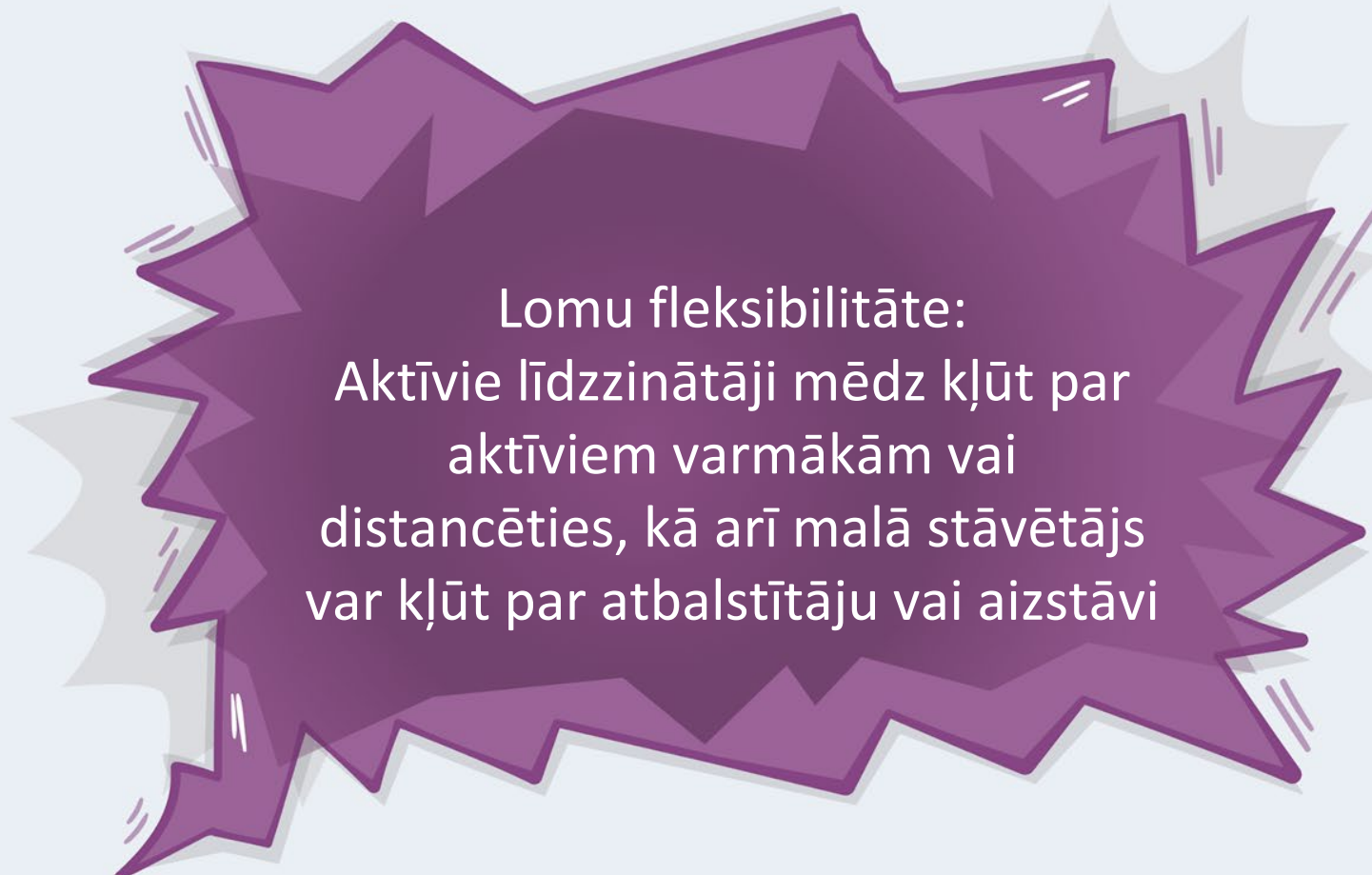
Līdzzinātāju veidi – neitrālie un klusie

- «neiesaistiet mani tajā visā!»
- «es esmu neitrāls»
- «Jums pašiem ar to jātiek galā»





Līdzzinātāji, kuri
ilgstoši novēro
vardarbību, paši var
kļūt par varmākām

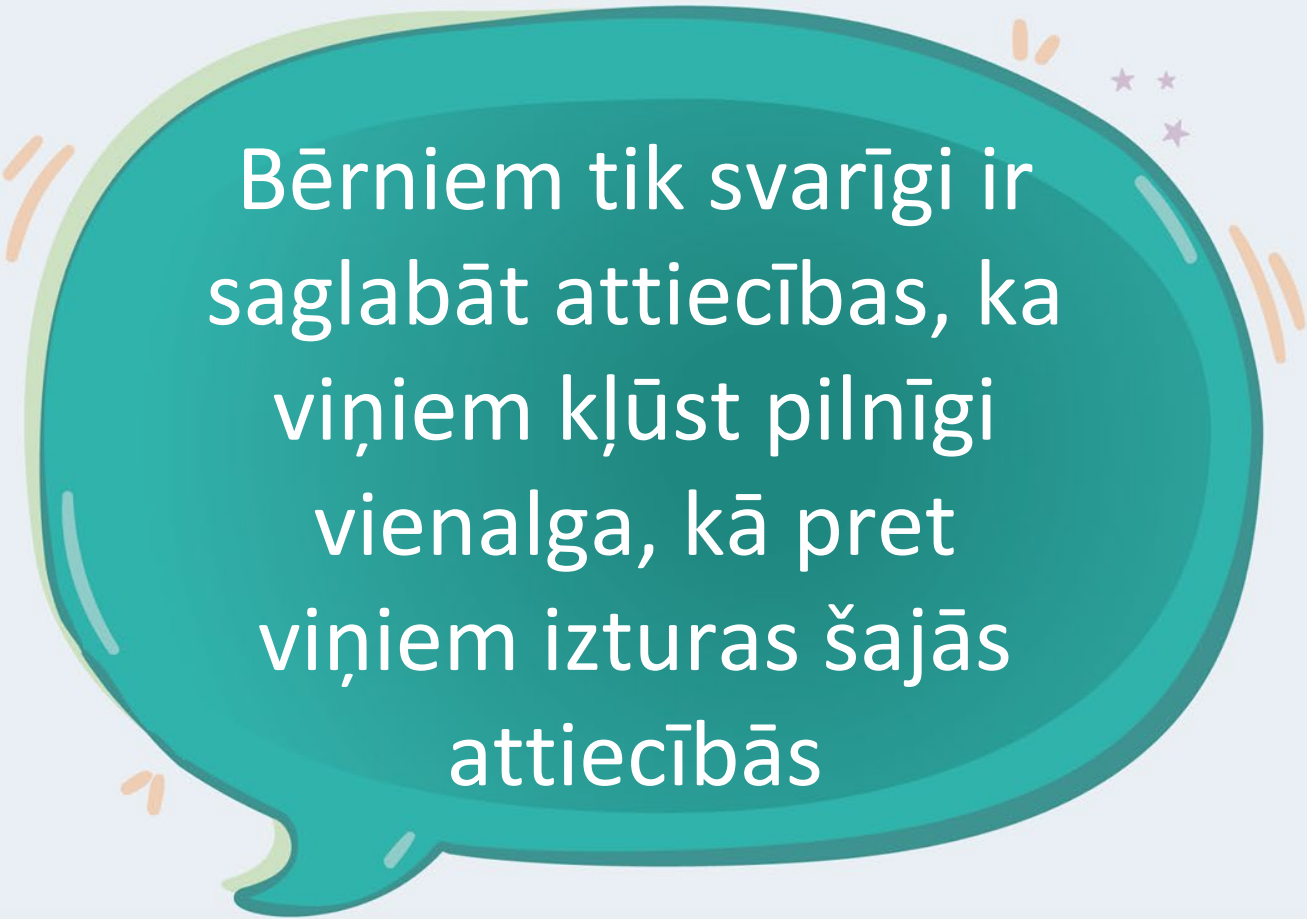


Lomu fleksibilitāte:
Aktīvie līdzzinātāji mēdz kļūt par
aktīviem varmākām vai
distancēties, kā arī malā stāvētājs
var kļūt par atbalstītāju vai aizstāvi

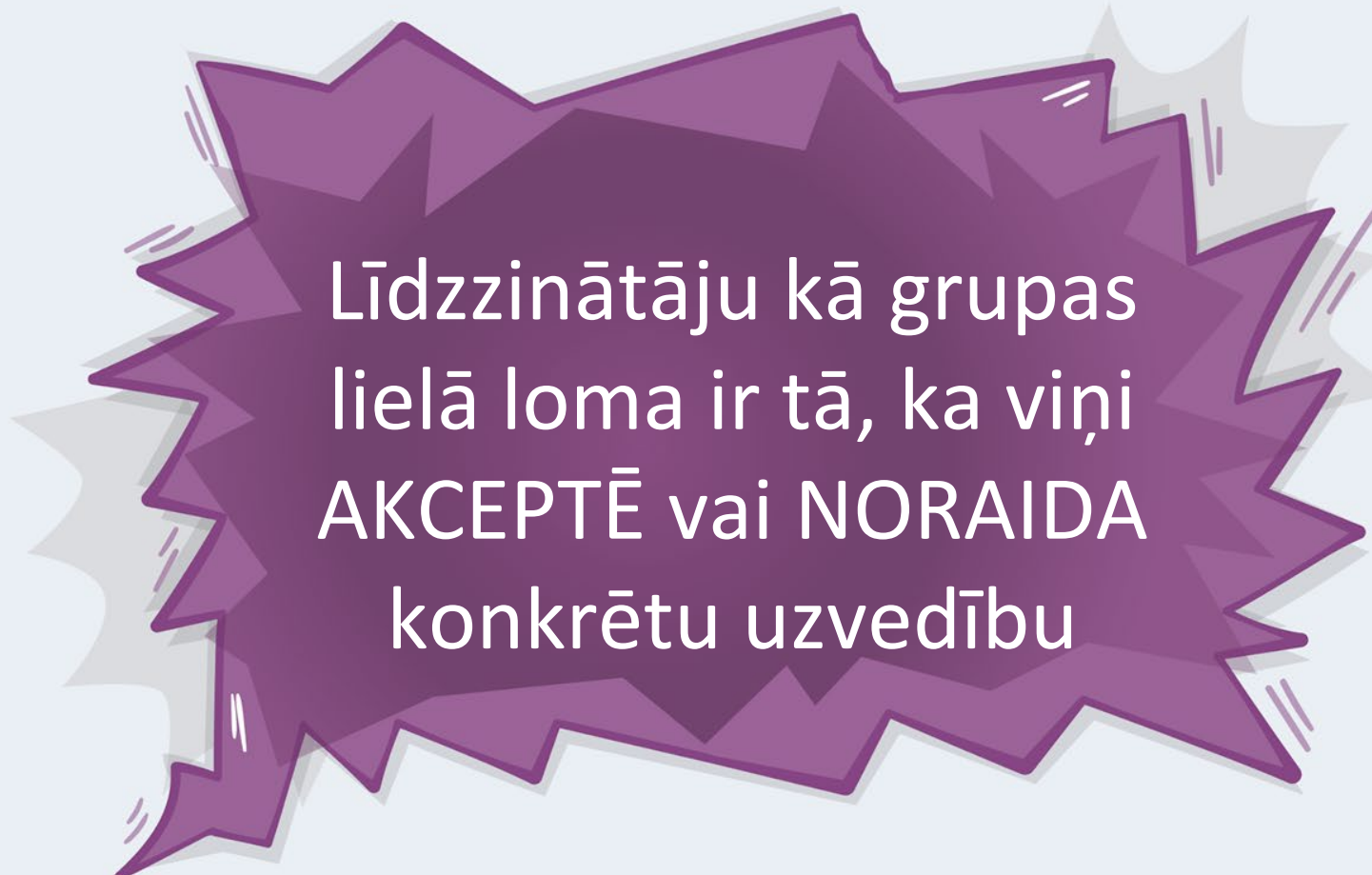


Bērniem daudz svarīgāk
ir iederēties JEBKUR
nekā iederēties
“labā” grupā



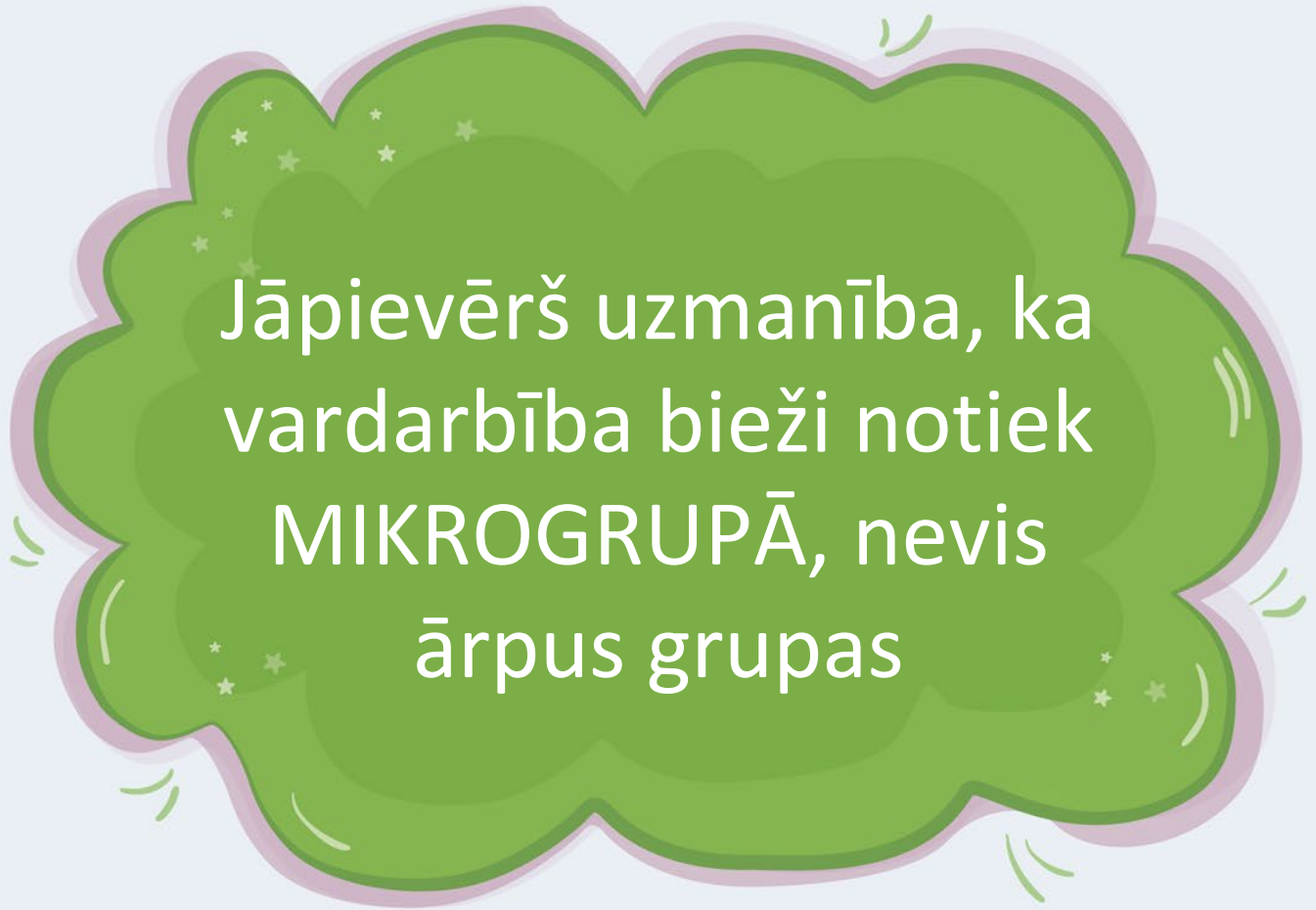


Bērniem tik svarīgi ir
saglabāt attiecības, ka
viņiem kļūst pilnīgi
vienalga, kā pret
viņiem izturas šajās
attiecībās



Līdzzinātāju kā grupas
lielā loma ir tā, ka viņi
AKCEPTĒ vai NORAIDA
konkrētu uzvedību





Jāpievērš uzmanība, ka
vardarbība bieži notiek
MIKROGRUPĀ, nevis
ārpus grupas

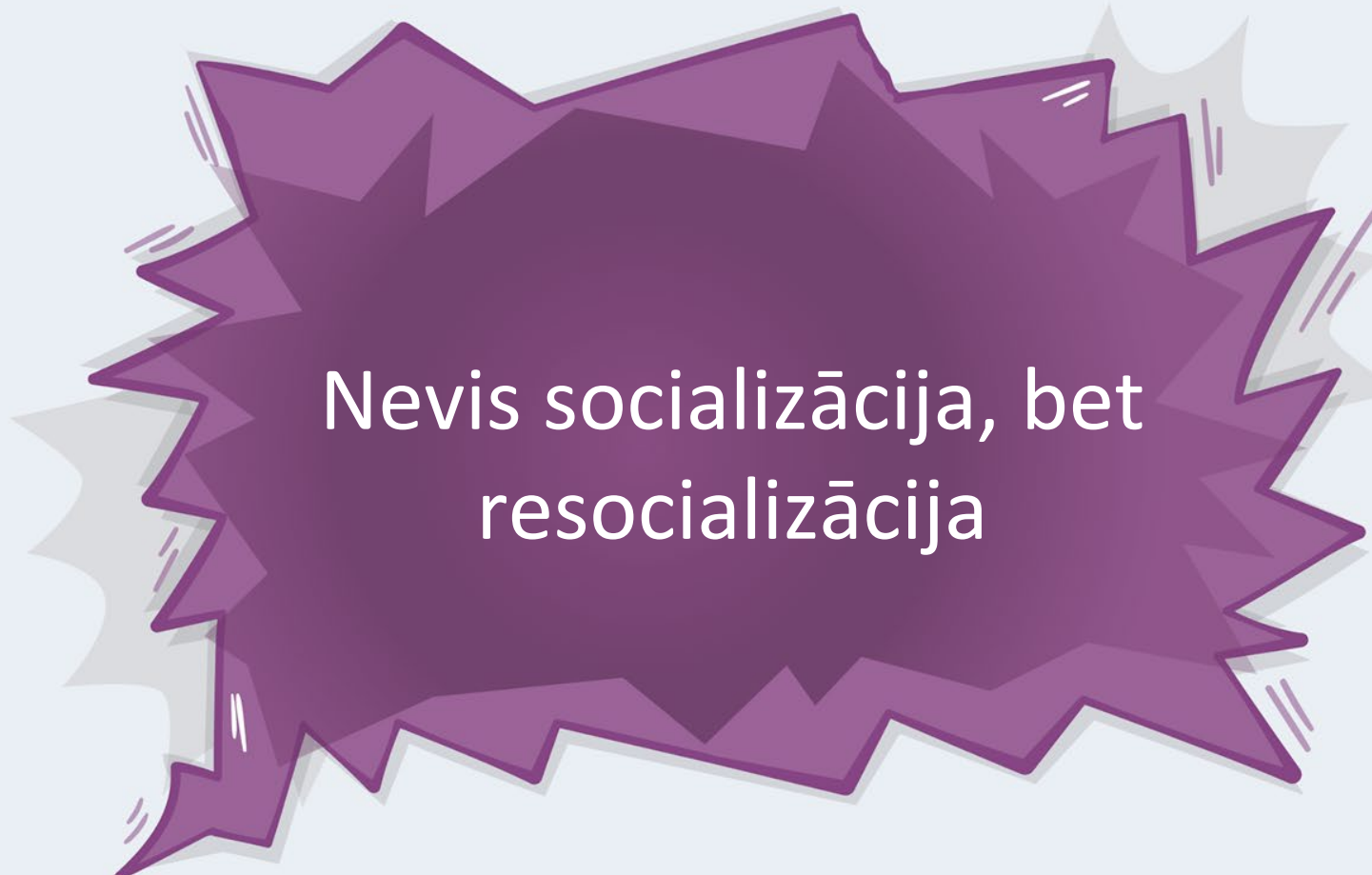
Lomas meiteņu klikē

- Lomas meiteņu klikēs ir ļoti sarežģītas, un to definēšana var būt ne tikai neproduktīva, bet arī kaitīga – tas var novest pie tā, ka meitenes dziļi identificējas tieši ar šo lomu, kas ietekmē viņu uzvedību



Lomas definē uzvedību

- Negatīvo lomu nosaukšana var būt ļoti palīdzīga intervences grupās, 
- Lai arī negatīvas lomas var viegli novērot, it īpaši malā stāvošie, tās nedrīkst dot kā iesaukas vai apzīmējumus, it īpaši no pieaugušo puses 
- Meitenēm ir jābūt iespējai šīs lomas noņemt, izdomāt, ar ko viņas vēlas asociēties
- Lomu nosaukšana var novest pie lomas fiksēšanās, kas definēs pozitīvo vai negatīvo sociālo spēku un ietekmi grupā, jo **loma definē uzvedību**



Nevis socializācija, bet resocializācija

Tehniķis

Mierinātājs

Atgādinātājs

Tiesnesis

Reportieris

Dizaineris

**Kārtības
uzturētājs**

Padomdevējs

Jokdaris

Aizstāvis

Inovators

Attīstītājs

Utt....

Hierarhija

- Parasti arī pašā grupā ir hierarhija. Tas automātiski satur daudzus riskus, jo tā pieprasa, ka pēc palīdzības jāgriežas grupā
- Nereti grupa iemāca, ka attiecības jā saglabā visiem spēkiem, neskatoties uz to, kā pret tevi izturas
- Varmākas ar neformālo varu un harizmu spēj apvienot toksiskā mikrogrupā personas, kuras citos apstākļos būtu pat aizstāvējušas upuri

- Cilvēki, kuriem ir piešķirtas lomas, parasti uzvedas ļoti atšķirīgi atšķirīgās sociālās situācijās, piemēram, agresors vienā un iztapīgais citā vidē
- Viņi var mainīt savu viedokli par darba uzdevumu dažādās vidēs

Nav nozīmes, vai grupā cilvēki izturas jauki viens pret otru.

- Nozīme ir grupas uzvedībai, brīdī, kad kāds grupā pārkāpj likumu vai ētikas normas.
- Kā grupa izturas pret cilvēku, kurš apšaubā kāda rīcību?
- Kā grupa izturas pret kādu, kurš ceļ trauksmi par notiekošo grupā?
- Kāda ir klusēšanas cena?
- Kāda ir kritiskās domāšanas cena?

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

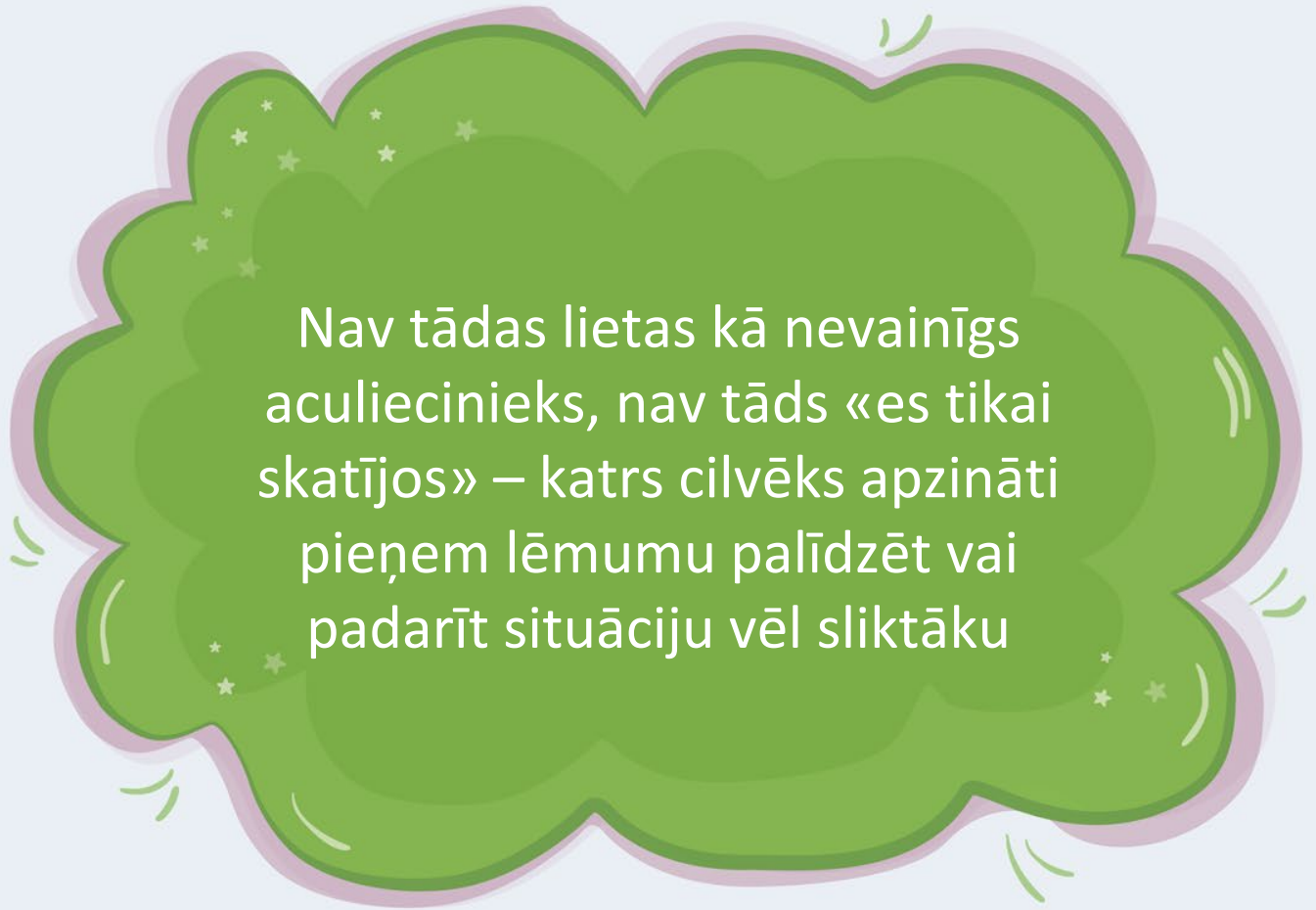


- *Es ar tevi nedraudzēšos,*
Es ar tevi draudzēšos, ja...
- Iesaukas
- *Ko tu lūri?*
- Piezīmes par izskatu, svaru, apģērbu
- *Sīkā, jauniņais*
- Sačukstēšanās
- Klusēšana un neskatīšanās virsū
- Pārtraukšana teikuma vidū, neļaušana pabeigt nevienu domu

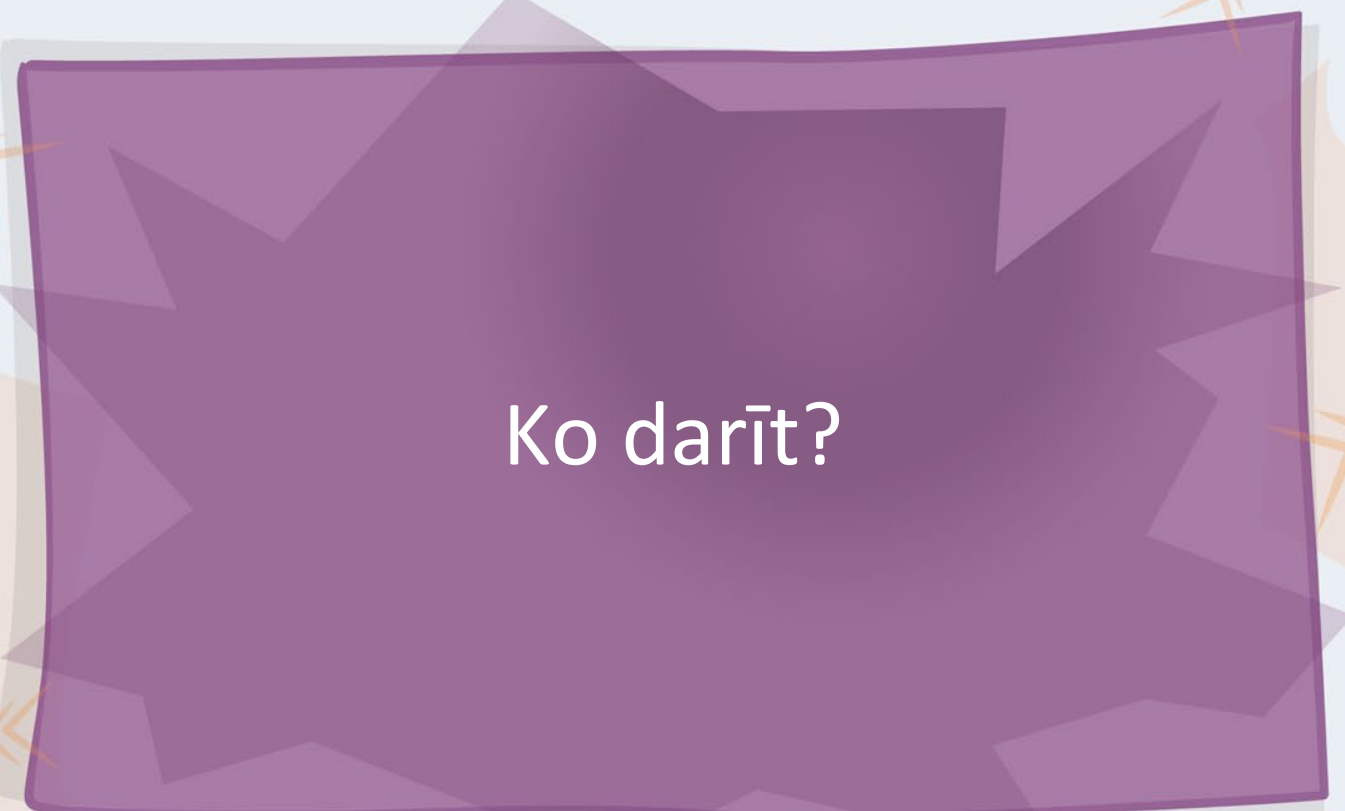


Ja bērns slikti panes
vientulību, garlaicību,
viņam izslēgšana no bara
nozīmē sociālu nāvi.

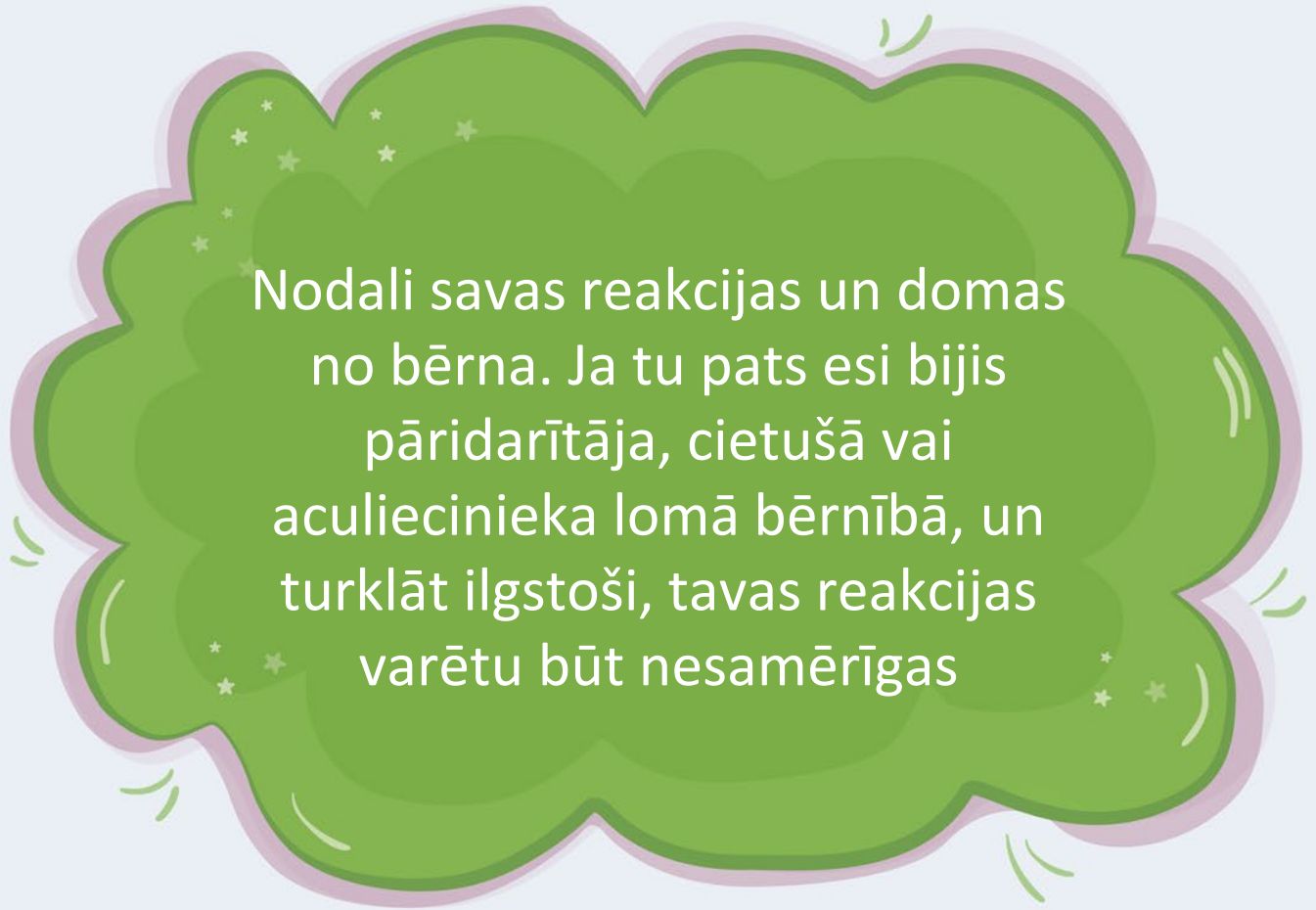




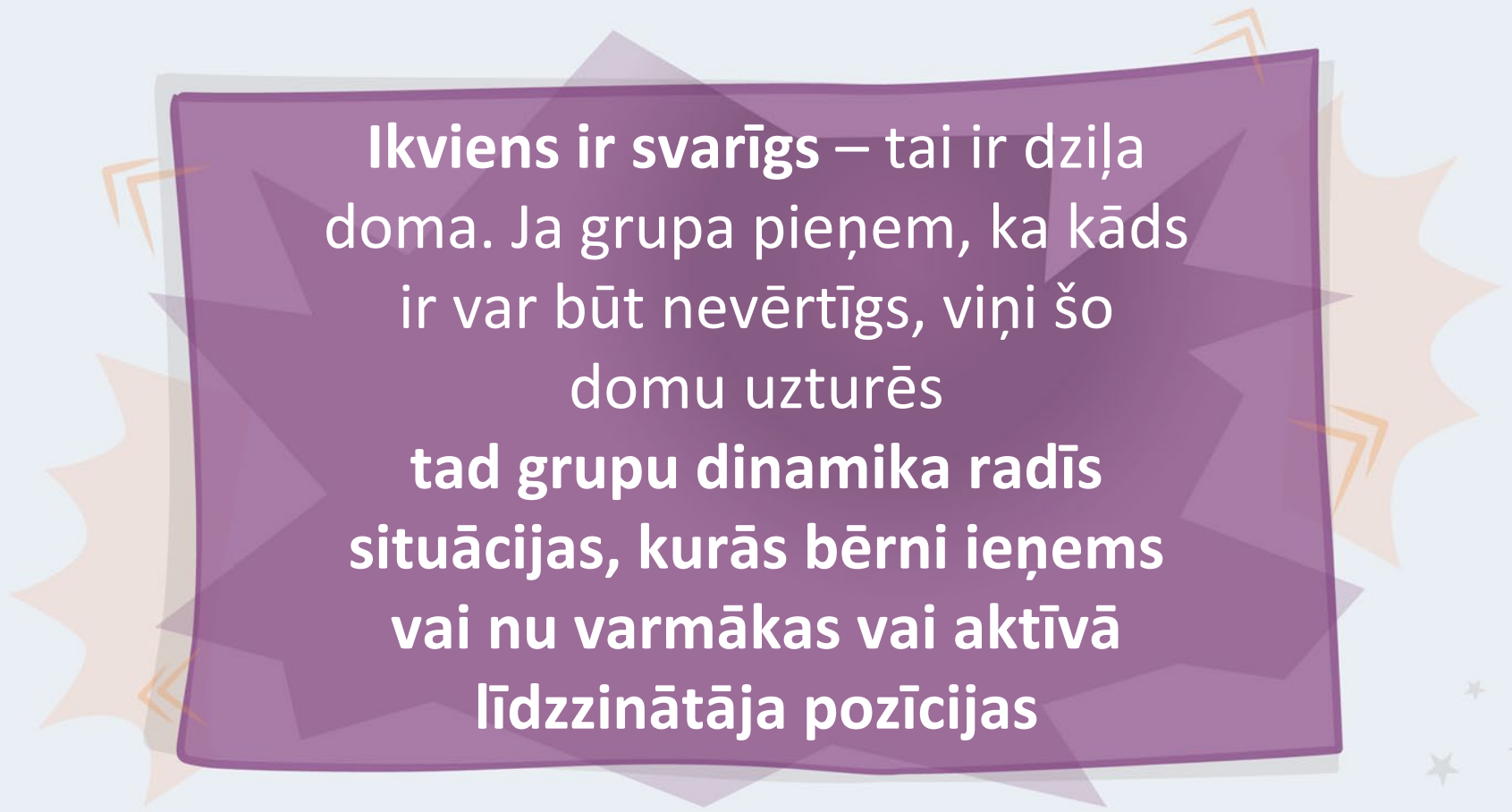
Nav tādas lietas kā nevainīgs
aculiecinieks, nav tāds «es tikai
skatījos» – katrs cilvēks apzināti
pieņem lēmumu palīdzēt vai
padarīt situāciju vēl sliktāku



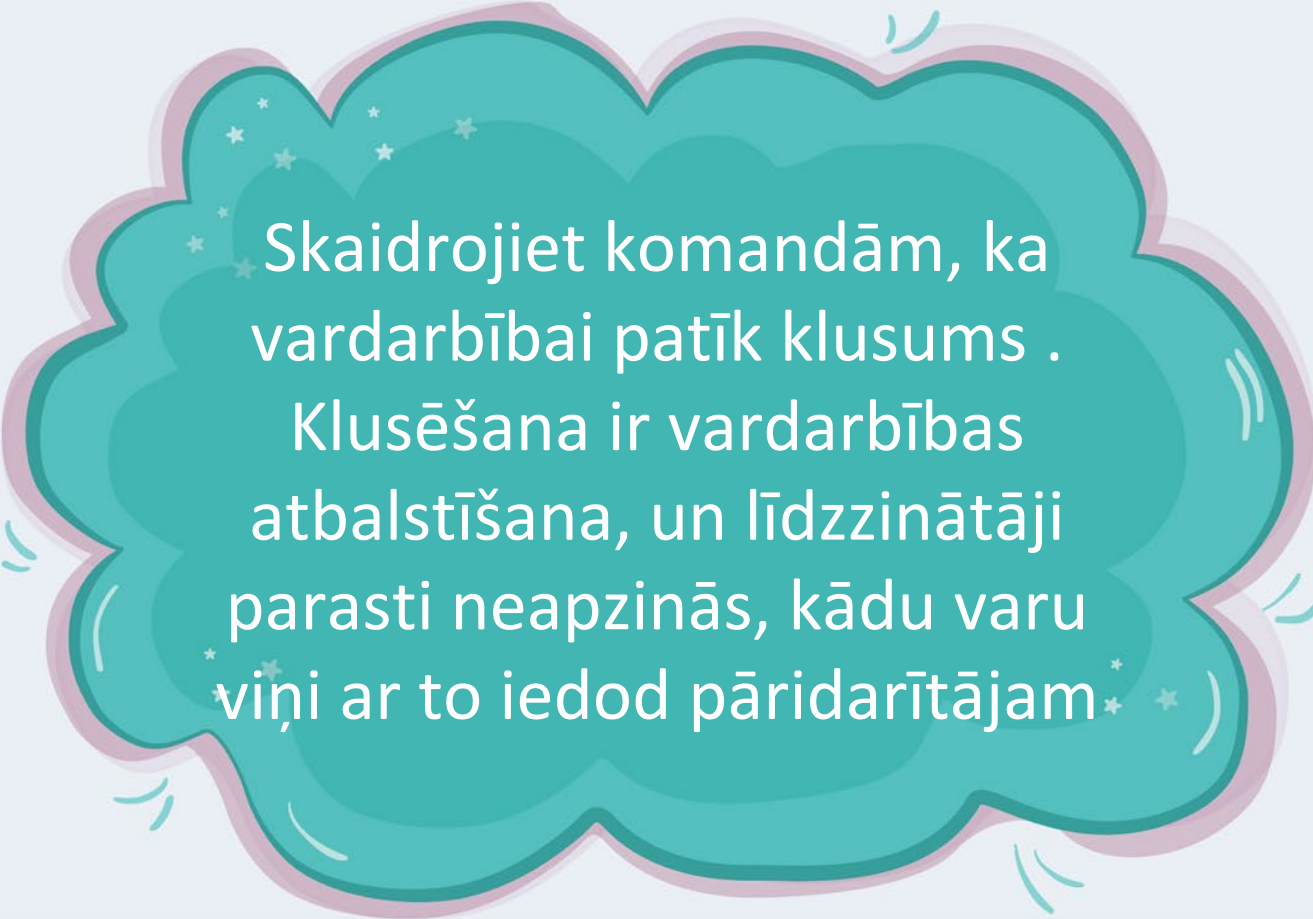
Ko darīt?



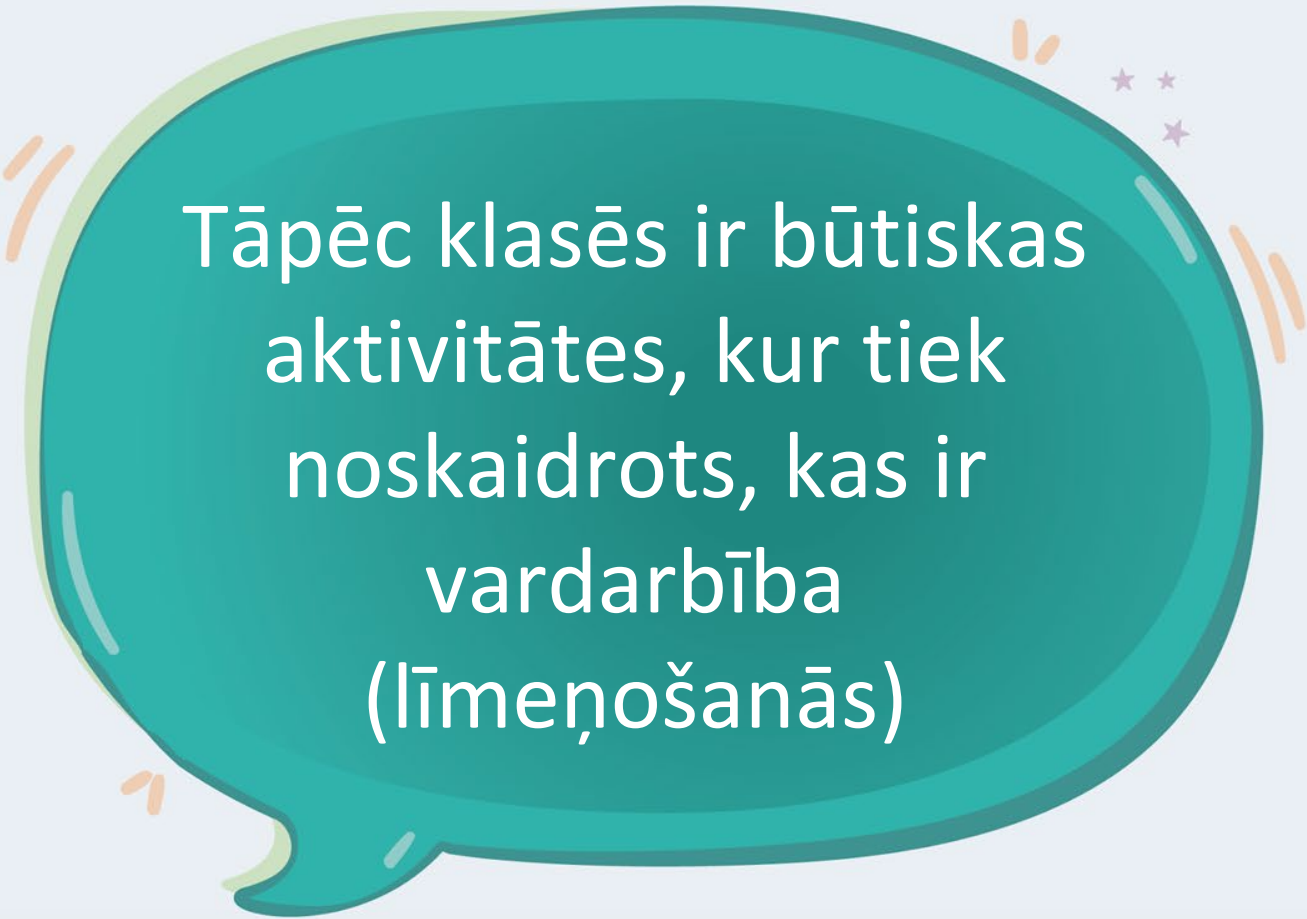
Nodali savas reakcijas un domas
no bērna. Ja tu pats esi bijis
pāridarītāja, cietušā vai
aculiecinieka lomā bērnībā, un
turklāt ilgstoši, tavas reakcijas
varētu būt nesamērīgas



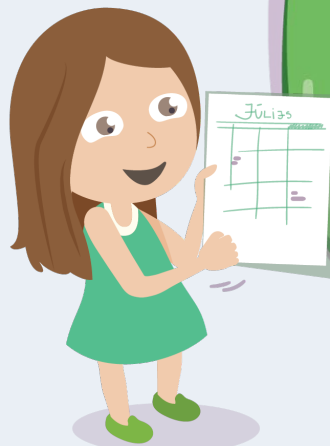
**Ikviens ir svarīgs – tai ir dziļa
doma. Ja grupa pieņem, ka kāds
ir var būt nevērtīgs, viņi šo
domu uzturēs
tad grupu dinamika radīs
situācijas, kurās bērni ieņems
vai nu varmākas vai aktīvā
līdzzinātāja pozīcijas**



Skaidrojiet komandām, ka
vardarbībai patīk klusums .
Klusēšana ir vardarbības
atbalstīšana, un līdzzinātāji
parasti neapzinās, kādu varu
viņi ar to iedod pāridarītājam



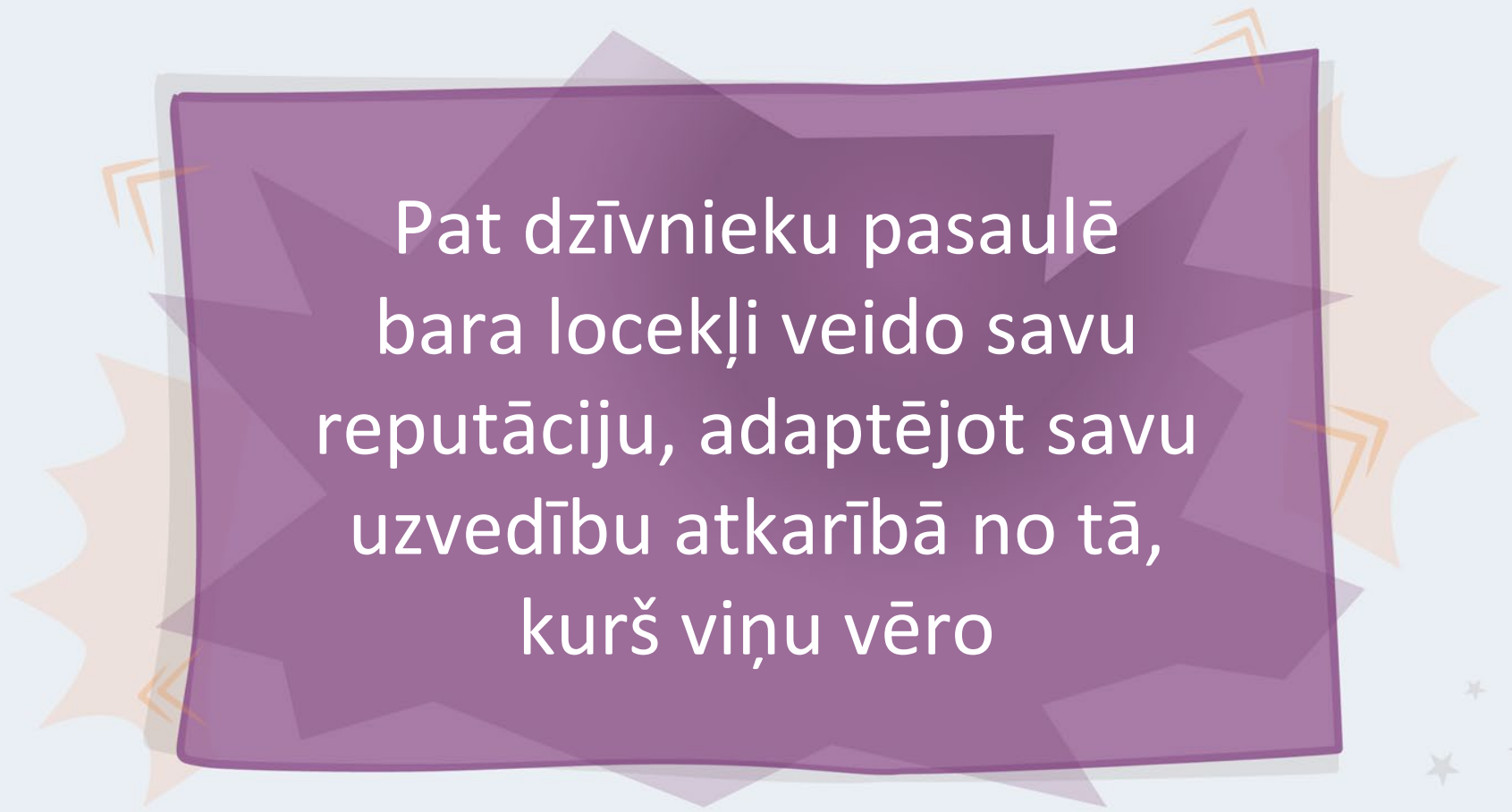
Tāpēc klasēs ir būtiskas
aktivitātes, kur tiek
noskaidrots, kas ir
vardarbība
(līmeņošanās)



**Lai bērni ievērotu
noteikumus, pirmkārt,
vajadzīgs, lai
noteikumi būtu.**



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 nesmsiesies 3 2 1 0 -1 -2 -3



Pat dzīvnieku pasaulē
bara locekļi veido savu
reputāciju, adaptējot savu
uzvedību atkarībā no tā,
kurš viņu vēro

Radiet drošu vidi

- Anonimitāte – anonīmas aptaujas, sūdzību kastītes
- Individuālas sarunas
- Klases klimata pētījumi
- Saglabājiēt konfidencialitāti gadījumu izskatīšanā



Kā radīt drošu atmosfēru?

- Kļūdīšanās kultūra
- Konfliktēšanas kultūra. Laužam mītus, ka
 - Konflikts ir nedrošs (pasaki paldies un nodrošini konfidencialitāti un pozitīvu atgriezenisko saiti)
 - Konflikti un debates ir zemē nomests laiks (risiniet ātri)
 - Konflikts tikai sabojās attiecības (Respektē citus viedokļus)

Veidojiet sarunas par to, kas patiešām notiek klasē

- Būs cilvēki, kas minimizēs notiekošo
- Būs cilvēki, kam būs maza nojausma, kas notiek organizācijā grupās un ārpus tām
- Cilvēki ārpusē parasti ļoti skaidri redz mikrogrupu dinamiku, bet cilvēki mikrogrupās reti nojauš savu ietekmi un reti interesējas par notiekošo ārpusē



Kāds paņēma bez atļaujas!

ES NOMIERINĀŠOS!



Atcerēšos
 kaut ko patīkamu.

ES DRAUDZĒŠOS!



Vienosimies.

ES RUNĀŠU!



Izrunāšos ar audzinātāju.

ES RĪKOŠOS!



Darīšu kaut ko citu.

NOMIERINĀŠANĀS STRATĒGIJAS

DARĪT CITAS LIETAS, KAS IEPIECIŅA

pievēršties hobijiem
spēlēt
sportot
lasīt
dejot
īkšt puzzle
sporta spēles
galdā spēles
ko vēl var darīt?

DOMĀŠANAS STRATĒGIJAS

CENSTIES IZPRAST

situāciju
ricības motīvus
lēmumus
varbūt to nedarīja īši?
ko vēl var darīt?
ne tā uzvertes, izlasīst?
ko vēl?

SASKARSME PRASMJU STRATĒGIJAS

JAUTĀT

"Kādej tu tā rīkoies?"
"Vai kāds tev ir aizvainojis vai sadusmojis?"
"Kāda būtu piemērotāka rīcība?"
"Kā palīdzēt?"
"Ko tu vēlēies ar to pateikt?"
ko vēl varētu jautāt?

RĪCĪBAS STRATĒGIJAS

"PASAUĻĒ IR SVARĪGĀKAS LIETAS"

veidot attiecības un komunicēt ar cilvēkiem reālajā pasaulē
darīt kaut ko produktīvu un pozitīvu
pievēršties hobijiem
attīstīt jaunas prasmes
kas vēl?

NOMIERINĀŠANĀS STRATĒGIJAS

IZMANTOT POZITĪVUS APGALVOJUMUS PAR SEVI

neviens nav tiesību pazemot citus!
es spēju atrisināt problēmas!
tas mani nespēj "īzstīt no sliedēm"
ko vēl labu var pateikt par sevi?

DOMĀŠANAS STRATĒGIJAS

IKVIENS VAR KĻŪDĪTIES

konstruktīva kritika palīdz
kas pozitīvs šajā situācijā?
par ko nedrīkst īkust?
ko var īemācīties no kļūdām?
kas vēl?

SASKARSME PRASMJU STRATĒGIJAS

MEKLĒT KOMPROMISU

vienoties
izrunāt situāciju
draudzīgi sarunāt
piedot
atvainoties
kā vēl var rast kompromisu?

RĪCĪBAS STRATĒGIJAS

IZDARĪT KAUT KO LABU

īknot
pīkņiku
sporta spēles
pagatavot vakarīnas draugiem
kā vēl parūpēties par sevi un citiem

NOMIERINĀŠANĀS STRATĒGIJAS

ATCERĒTIES PATĪKAMUS NOTIKUMUS

kas īliek smaidīt
jautrus brīžus
plānotus notikumus nākotnē
ko vēl?

DOMĀŠANAS STRATĒGIJAS

SAPRAST, KAS ĪSTI SATRAUC

vai īemocijām īr reāls īemesls?
kas īsti sadusmo?
vai tas attīcas uz mani?
kāpēc tas aizvīno/aīzskar?
vai tas īr tā vērts?
kas vēl?

SASKARSME PRASMJU STRATĒGIJAS

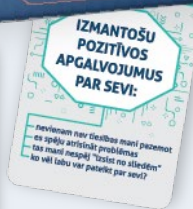
UZRAKSTĪT SAVU PIEREDZI

īai tā palīdzētu citiem
īai atrīsinātu situāciju
īai īzprātu apstākļus, notīekoso un situācijas īaitu
īziņā
īdienagrāmātā
īvēstulē
īforumā
īcitur

RĪCĪBAS STRATĒGIJAS

KONTROLĒT LAIKU

īsociālajos tīklos
īdatorspēlēs
īinternetā
īkomunikācijā
īkā vēl var kontrolēt īlaiku?
īsarakstēs



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.



Bērni, kuriem ir labas problēmu
risināšanas prasmes, mazāk cieš
no vienaudžu vardarbības
izglītības iestādē un arī daudz
mazākā mērā paši realizē to



Pozitīvā pastiprinājuma likums:

mūsu smadzenes cenšas
atkārtot to rīcības modeli, kas
saņem pozitīvu pastiprinājumu.



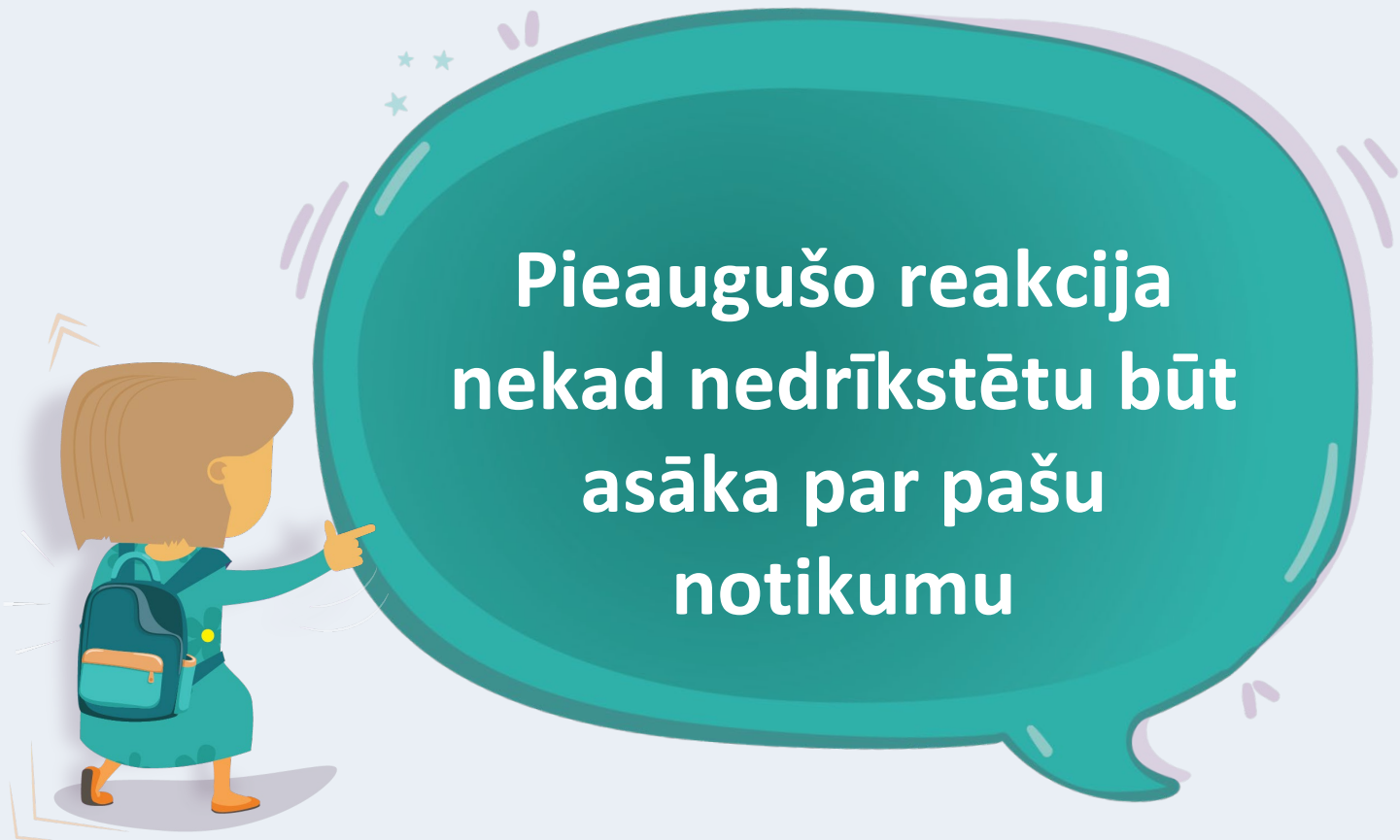
Maziniet situācijas, kur
parādās lomas:
izvairieties no izsaukšanas
komandu veidošanā sporta
stundās, piemēram



Palīdziet bērnam atpazīt dusmu un agresijas pazīmes, **runāiet par tām:**

- Sirds sāk sisties ātrāk
- Muskuļi saspringst
- Zobi tiek sakosti
- Rokas saspiestas kulakos
- Vēders griežas

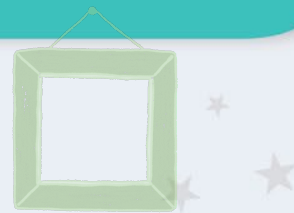


A cartoon illustration of a young girl with short brown hair, wearing a teal dress and a backpack, pointing her right index finger towards a large, teal speech bubble. The speech bubble contains white text. The background is light blue with some small stars and decorative lines.

**Pieaugušo reakcija
nekad nedrīkstētu būt
asāka par pašu
notikumu**

Skaidri definē

- Noteikumus (neskaidrība būs kā mīnu lauks),
- Procedūras
- Tradīcijas un rituālus
- Skaidrus attiecību rāmjus
- Skaidru procedūru, kā risināt konfliktus



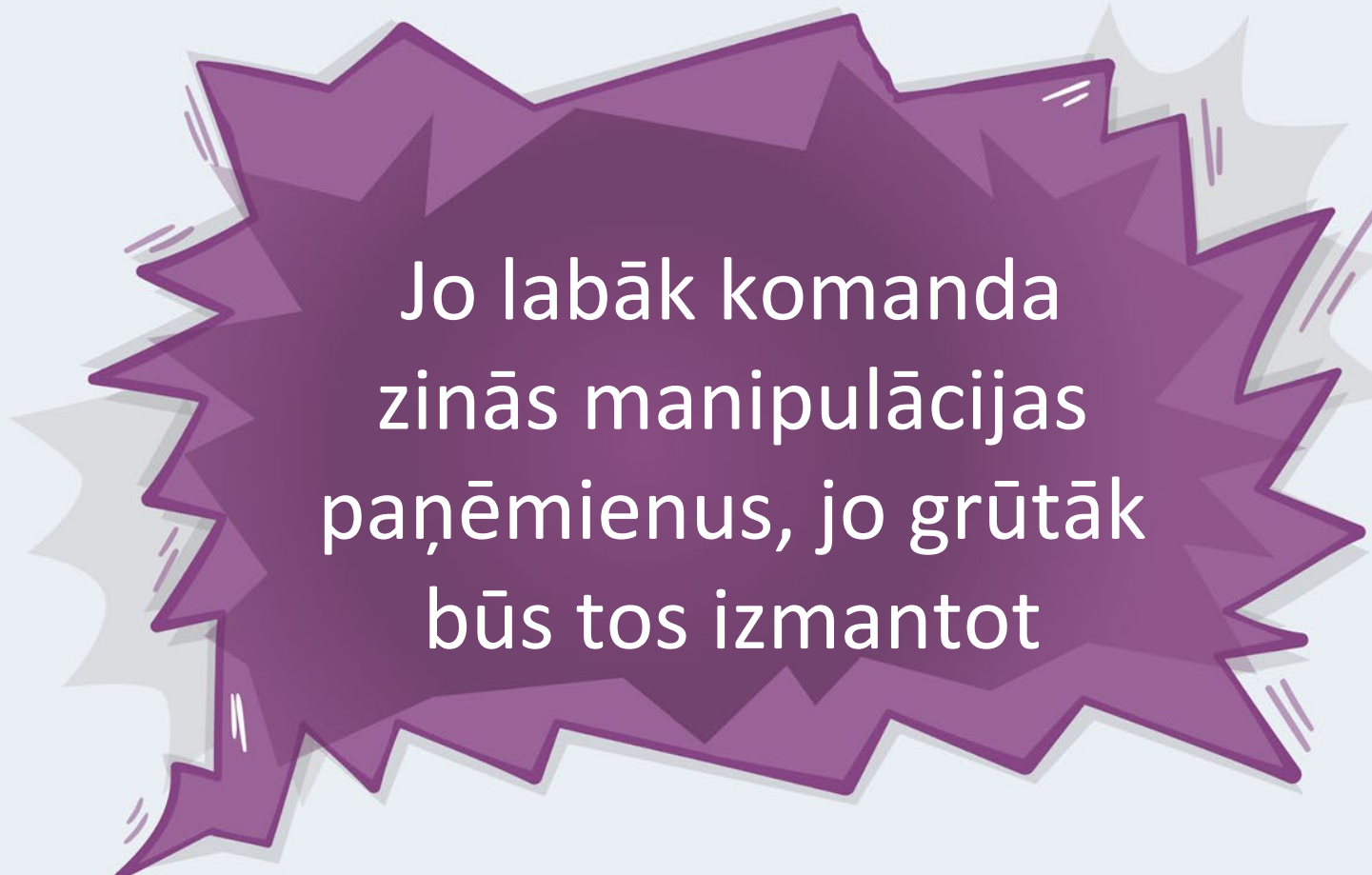
Kāpēc nemainās mikrogrupas līderi

- Trūkst prasmju veselīgas popularitātes iegūšanai
- Bailes lūgt palīdzību
- Nevēlēšanās mainīt savu paštēlu
- Bailes no nepatikšanām
- Bailes, ka vājākie grupas locekļi atriebsies

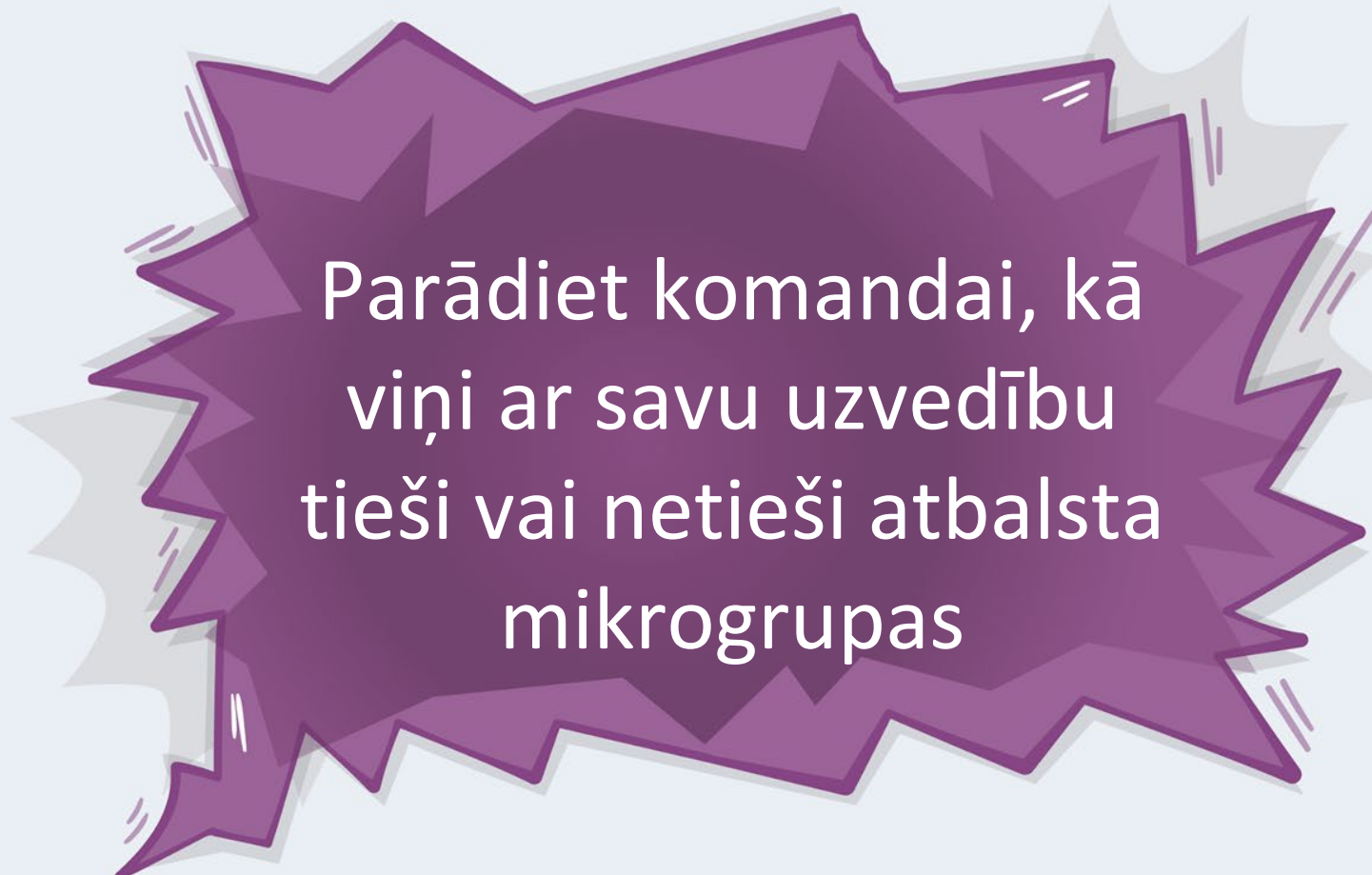


Šķīdiniet mikrogrupas

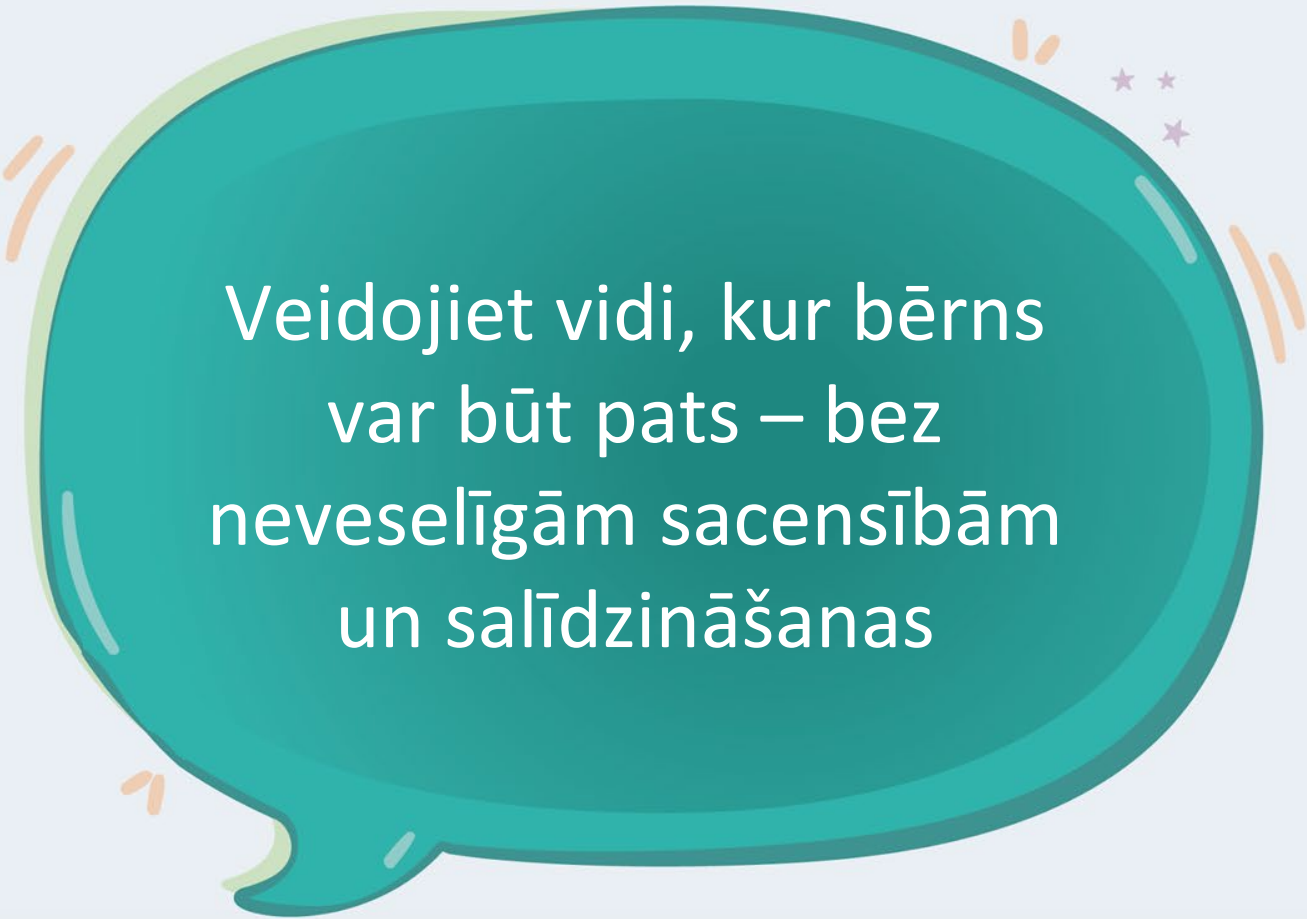
Radiet mākslīgi vidi, kur grupas
tiekas ar dažādiem cilvēkiem
dažādās situācijās



Jo labāk komanda
zinās manipulācijas
paņēmienu, jo grūtāk
būs tos izmantot



Parādiet komandai, kā
viņi ar savu uzvedību
tieši vai netieši atbalsta
mikrogrupas



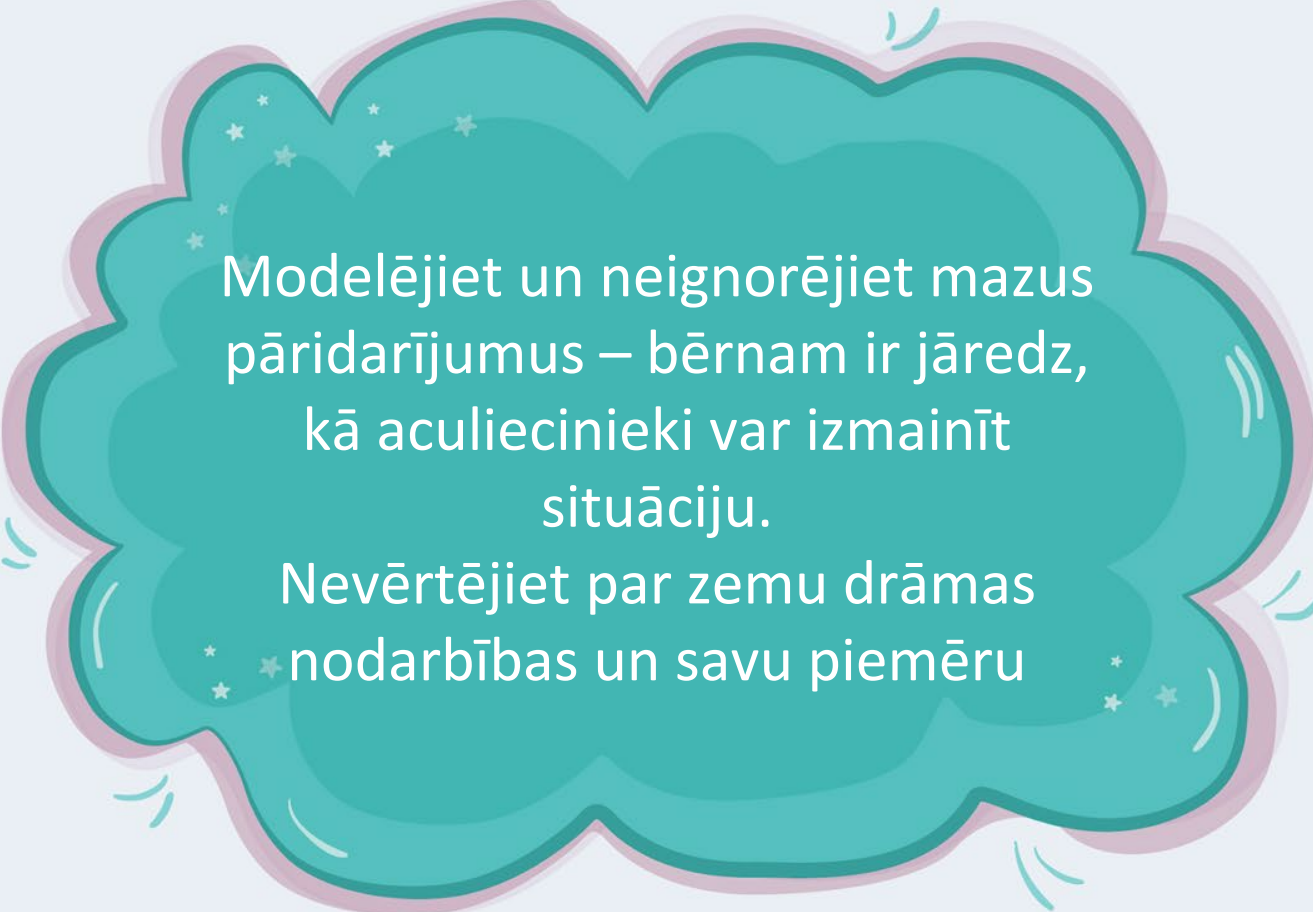
Veidojiet vidi, kur bērns
var būt pats – bez
neveselīgām sacensībām
un salīdzināšanas

Neļaujiet citiem definēt notikušo

- Ja bērnam ilgstoši pārmet viņa iesaisti un iemāciet elpot dziļi un atbildēt, piemēram, ar:
 - «es izdarīju lielu kļūdu, es to atzīstu»,
 - «kāds bija tavs mērķis tieši tagad runāt par šo gadījumu? Es izdarīju secinājumus, atvainojos un daru visu, lai šādas situācijas neatkārtotos»

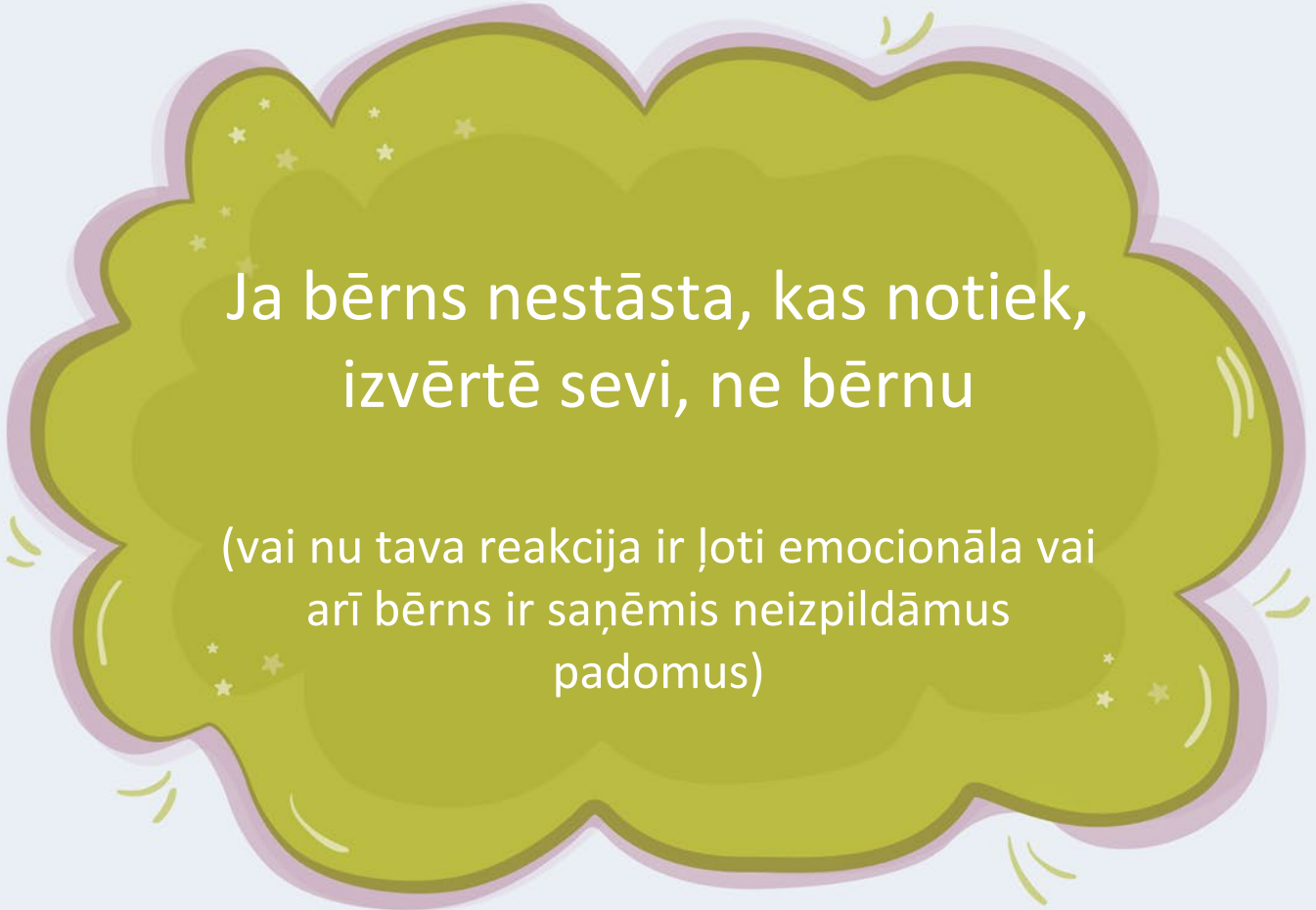
Ja netiekat paši galā ar situāciju, meklējiet palīdzību

- Nekad neatstājiēt bērnu vienu pret grupu
- Nevainojiet bērnu
- Aiciniet skolas psihologu un citu atbalsta personālu vērot klasi
- Sniedz bērnam un mikrogrupai sajūtu – lai cik viss ir slikti, situāciju ir iespējams labot, nav neatgriezenisku situāciju
- Palīdzības meklēšana ir spēka, ne vājuma pazīme



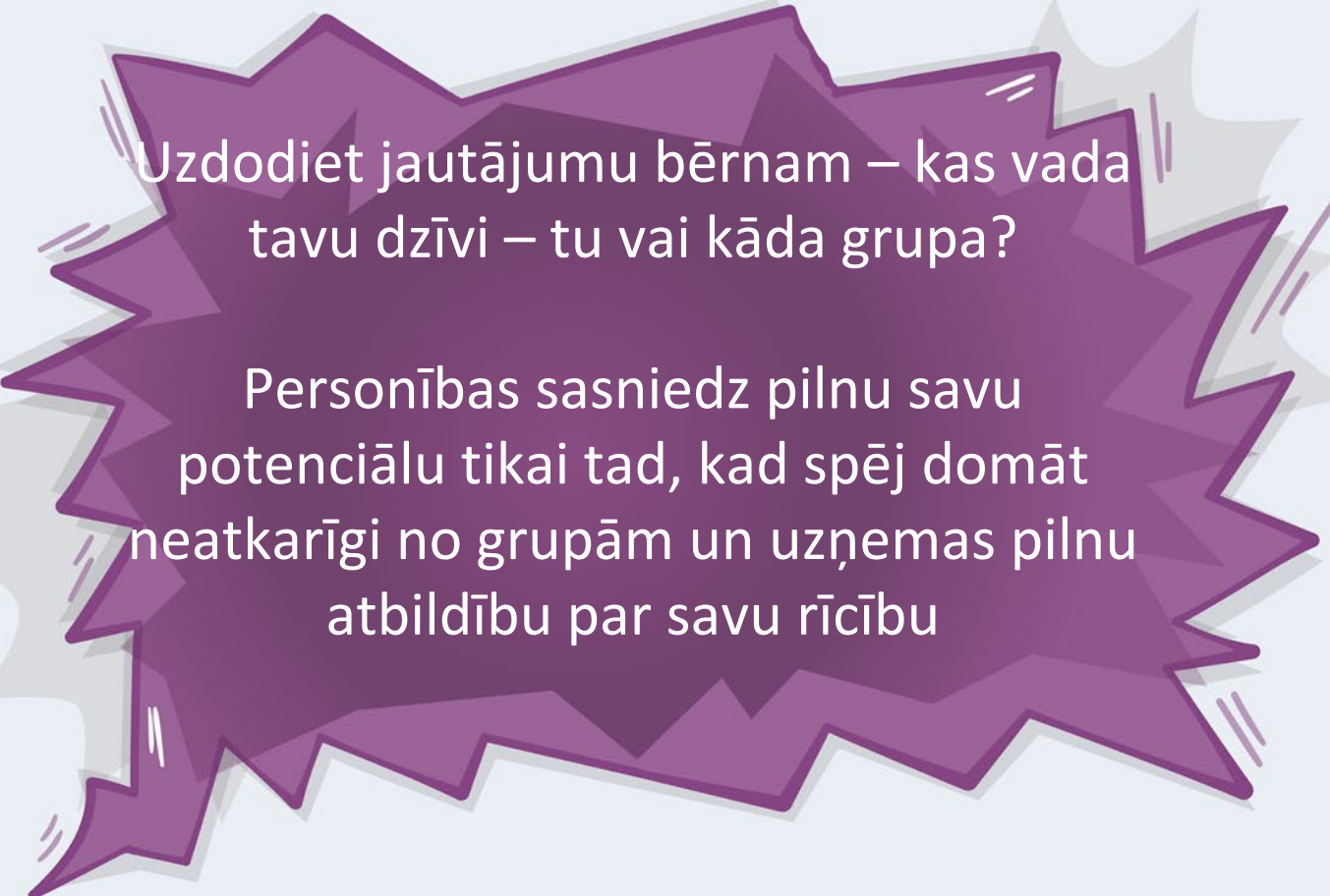
Modelējiet un neignorējiet mazus
pāridarījumus – bērnam ir jāredz,
kā aculiecinieki var izmainīt
situāciju.

Nevērtējiet par zemu drāmas
nodarbības un savu piemēru



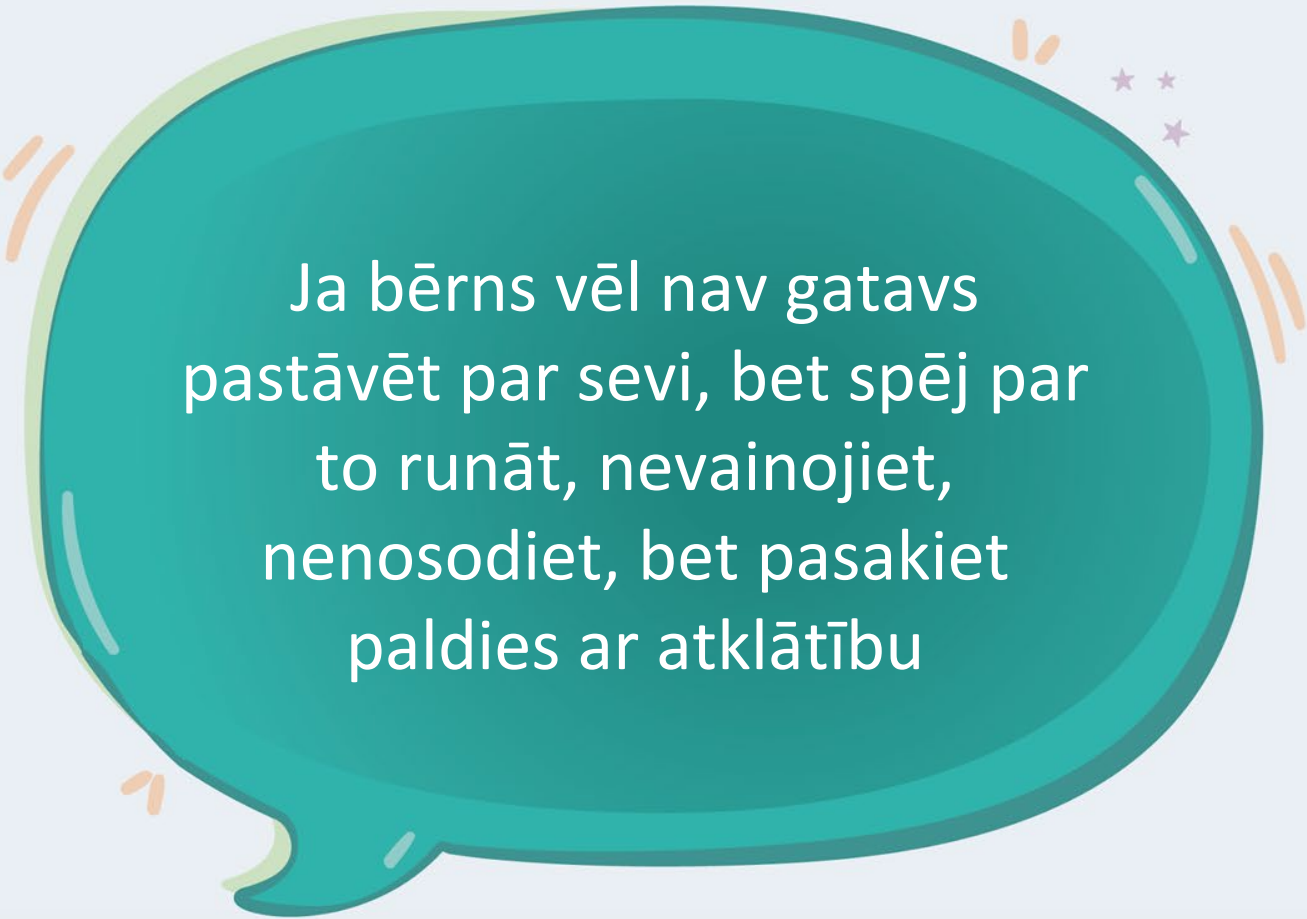
Ja bērns nestāsta, kas notiek,
izvērtē sevi, ne bērnu

(vai nu tava reakcija ir ļoti emocionāla vai
arī bērns ir saņēmis neizpildāmus
padomus)



Uzdodiet jautājumu bērnam – kas vada
tavu dzīvi – tu vai kāda grupa?

Personības sasniedz pilnu savu
potenciālu tikai tad, kad spēj domāt
neatkarīgi no grupām un uzņemas pilnu
atbildību par savu rīcību



Ja bērns vēl nav gatavs
pastāvēt par sevi, bet spēj par
to runāt, nevainojiet,
nenosodiet, bet pasakiet
paldies ar atklātību

**Un neaizmirstiet
parūpēties par sevi,**
darbs ar bērniem var būt iespringts
un stresu raisošs, ieplānojiet laiku
parūpēties arī par sevi.





Paldies!

www.uzvediba.lv
info@uzvediba.lv

Avoti

- Cohen, Lawrence J.. The Opposite of Worry . Random House Publishing Group.
- Kohen, Lawrence, Playful Parenting . Random House Publishing Group 2001
- McGonigal, Jane. SuperBetter. Penguin Publishing Group. Kindle
- Plevin, Rob. Classroom management success in 7 days or less: The Ultra-Effective Classroom Management System for Teachers. (Needs-Focused Teaching Resource Book 1), 2019
- Rovelli, Carlo. The Order of Time. Penguin Publishing Group. Kindle Edition. 2018
- Shani, Asaf. Kid-Friendly Ways To Change Behavior - Fun conflict Management Tactics For Parents (Conflicts and Negotiations series Book)
- Schott, Robin May, Søndergaard, Dorte Marie, School Bullying: New Theories in Context, Cambridge University Press, 2014
- Wiseman, Rosalind. Queen Bees and Wannabes, 3rd Edition, Harmony/Rodale. Kindle Edition. 2016