

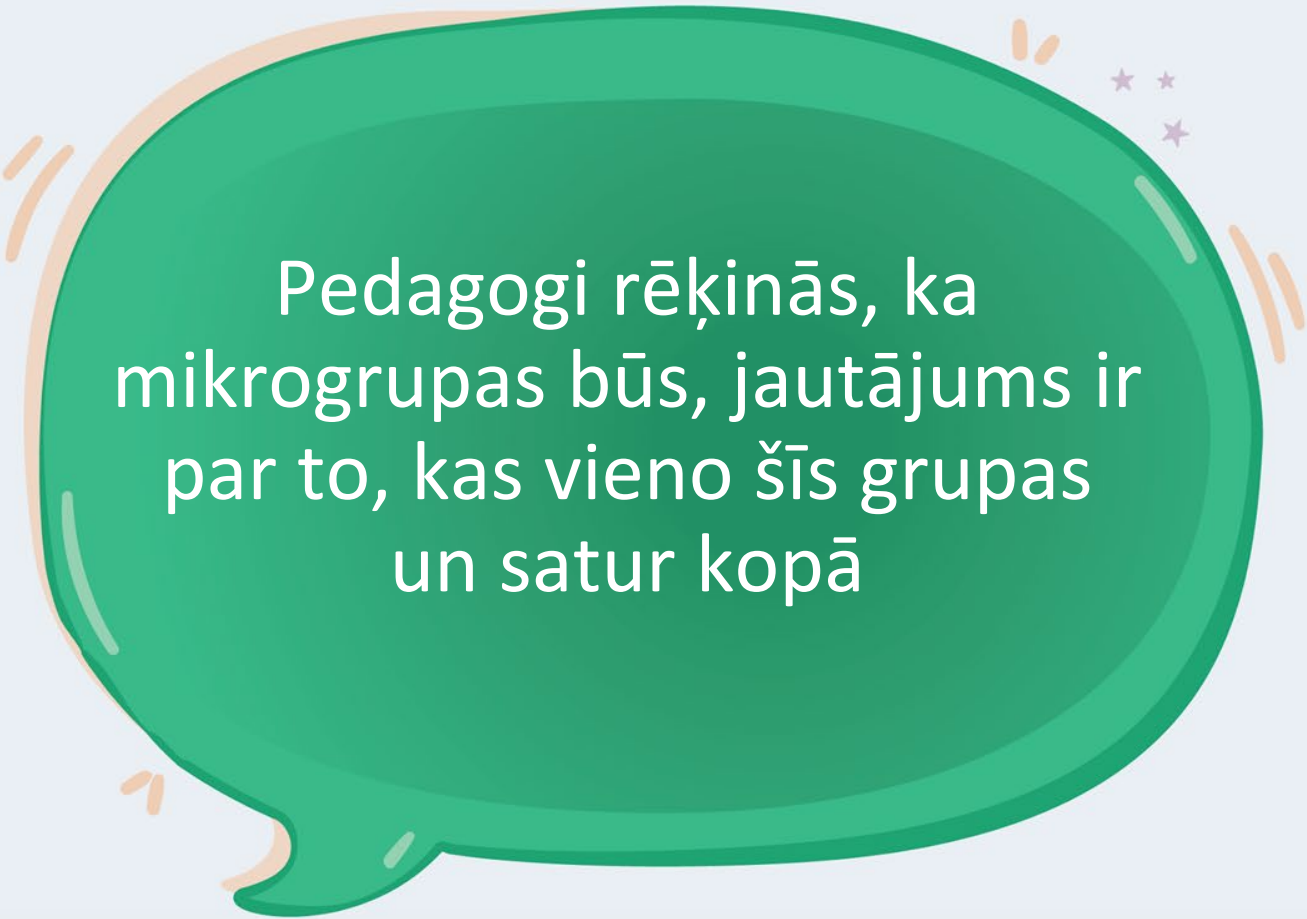
uzvediba.lv

VEBINĀRS

# MIKROGRUPAS UN TOKSISKA DRAUDZĪBA KLASĒ

Līga Bērziņa





Pedagogi rēķinās, ka  
mikrogrupas būs, jautājums ir  
par to, kas vieno šīs grupas  
un satur kopā

# Kam pedagogs iedod varu un autoritāti?

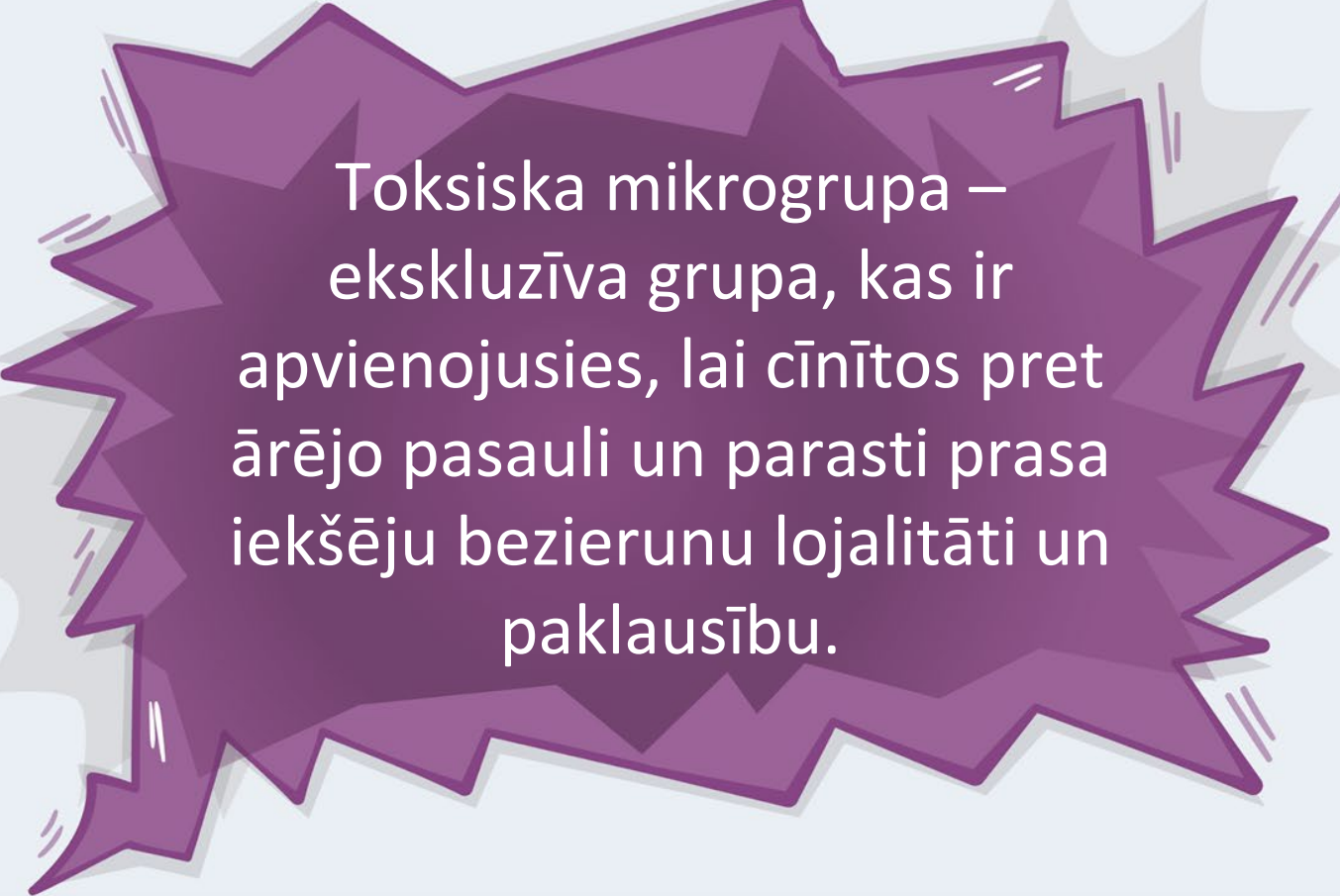


# Apstākļi, kas palīdz mikrogrupām veidoties

- Jauns klasesbiedrs
- Daudzi jauni klasesbiedri, piemēram, klašu apvienošana
- Speciālās vajadzības, atšķirīgs izskats
- Jauni pedagogi, bieža pedagogu maiņa
- Pārmaiņas
- Neskaidrība un nenoteiktība
- Spiediens no «augšas»
- Apdraudēta esošā sociālā hierarhija utt.

Tu nevari kontrolēt  
to, ko nesaproti –  
pieaugušie arī  
ietekmē mikrogrupu  
veidošanos

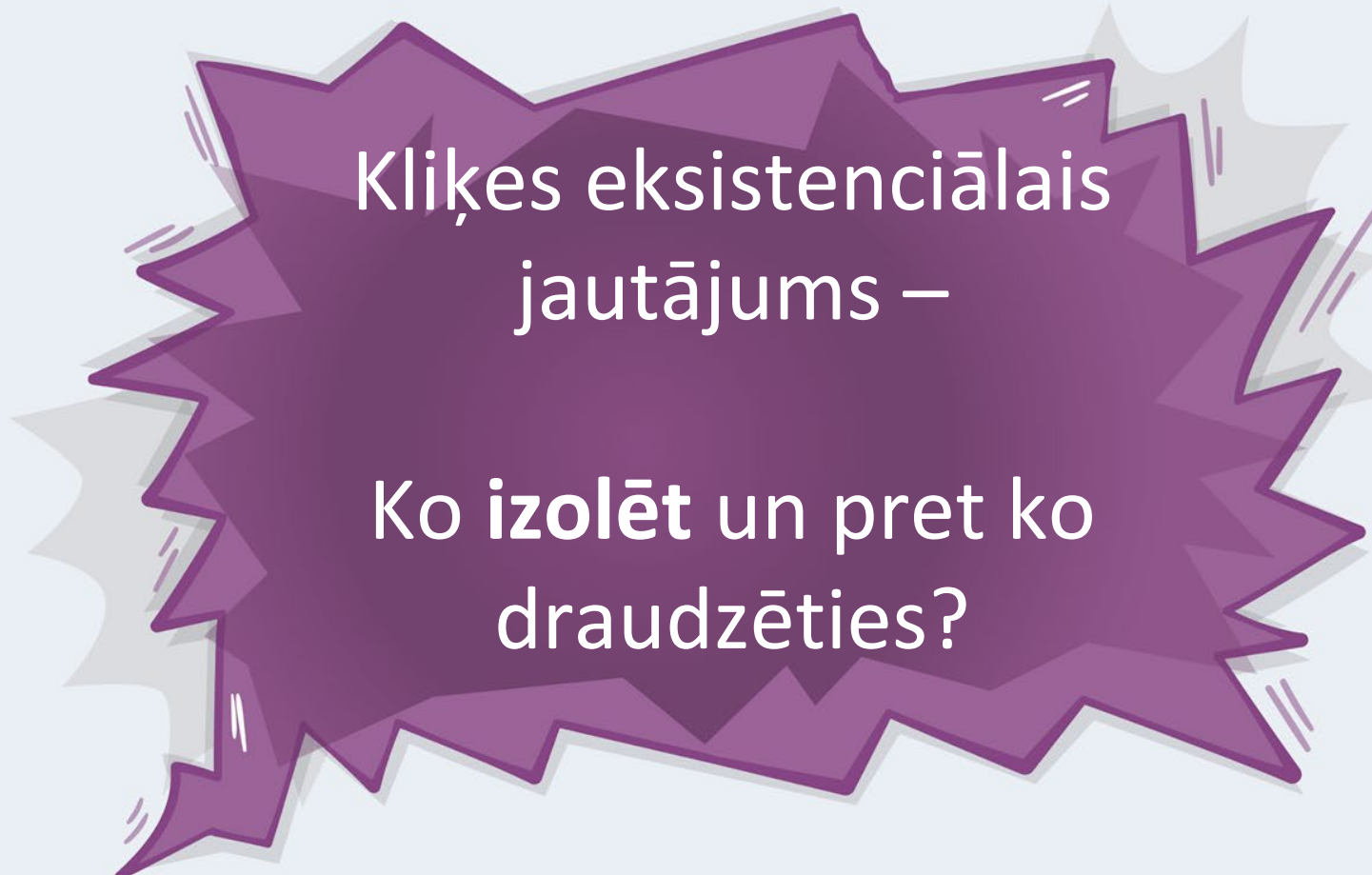




Toksiska mikrogrupa –  
ekskluzīva grupa, kas ir  
apvienojusies, lai cīnītos pret  
ārējo pasauli un parasti prasa  
iekšēju bezierunu lojalitāti un  
paklausību.



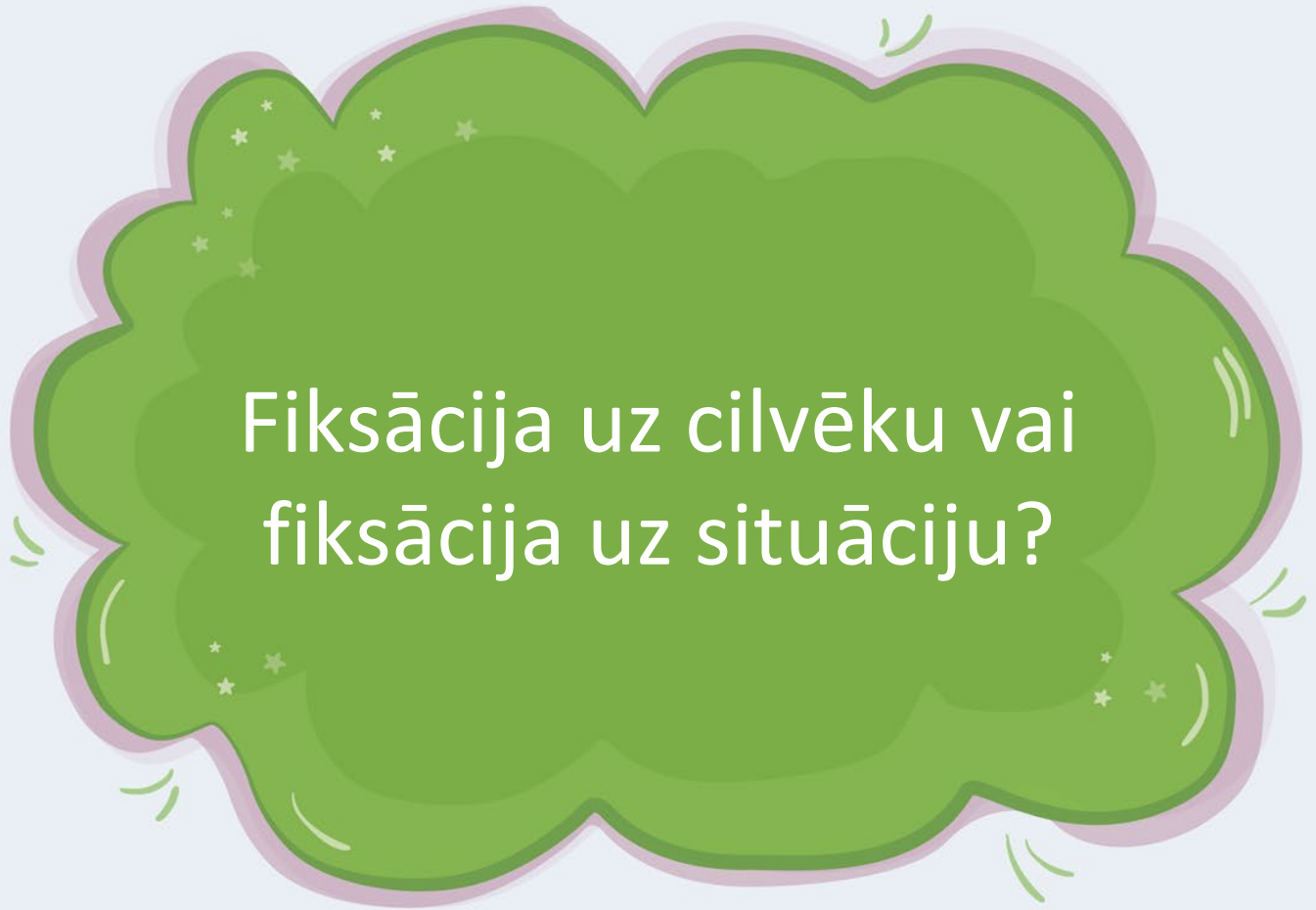
- Mikrogrupas – tas parasti ir stāsts vai nu par drošību vai arī par rāpšanos augšup pa sociālā statusa kāpnēm
- Ir cilvēki, kuri nejūtas droši, kamēr nebūs akceptēti no kādām grupām. Viņiem piederības sajūta ir svarīgāka nekā tās grupas kvalitāte, kurai viņi izvēlas piederēt
- Daži grupas locekļi pat nepatīk viens otram



Kliķes eksistenciālais  
jautājums –

Ko izolēt un pret ko  
draudzēties?

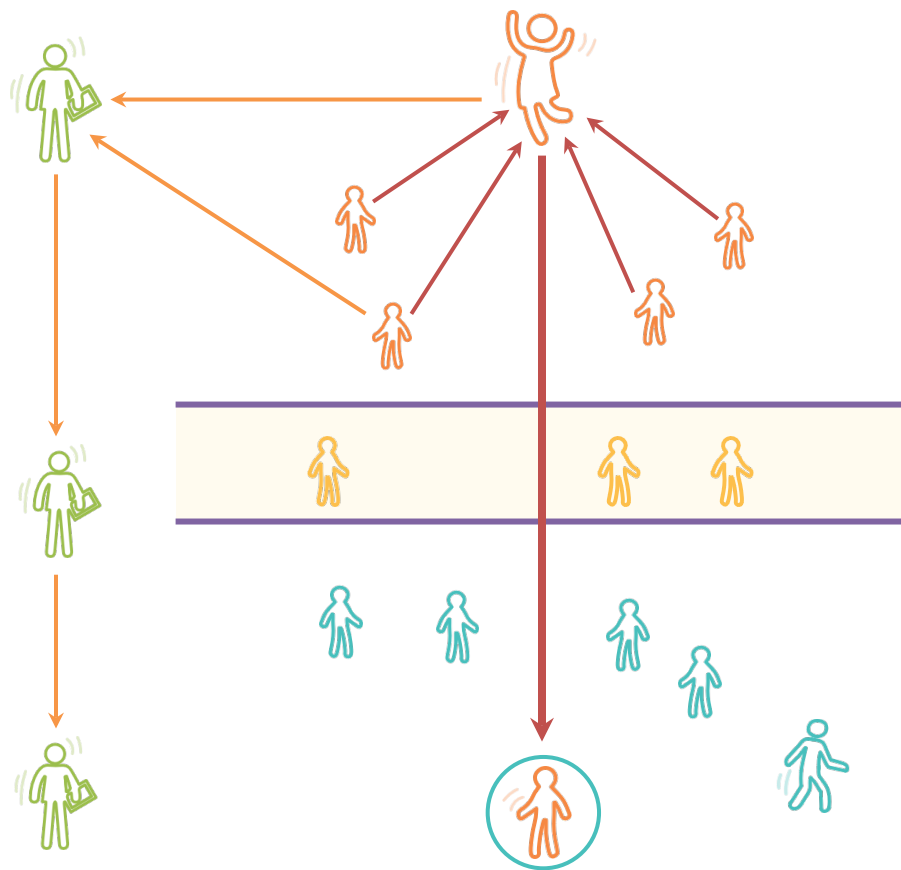




Fiksācija uz cilvēku vai  
fiksācija uz situāciju?

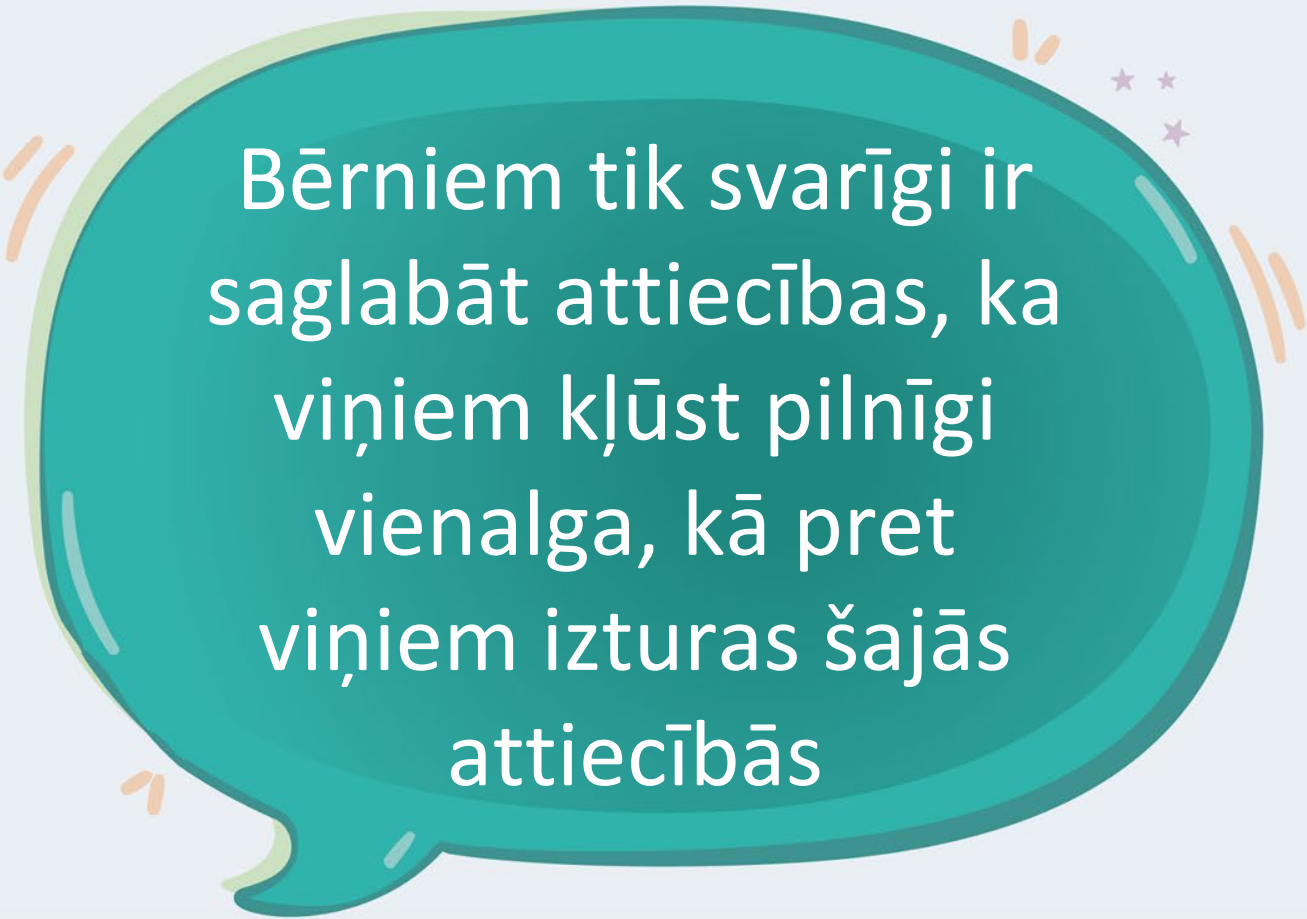
Zēns iesita  
meitenei pa  
seju!





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



Ja bērns uzkāpj uz  
pjedestāla, viņam būs  
stress, ka viņu no  
tā nogrūdīs.

# Grupas dalībniekiem ir noteiktas formālās un neformālās lomas

Lomas nav statiskas, bērni var virzīties augšup  
un lejup pa sociālo hierarhiju, ieņemt cita  
lomu, izkrist no lomas, iestrēgt kādā lomā 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



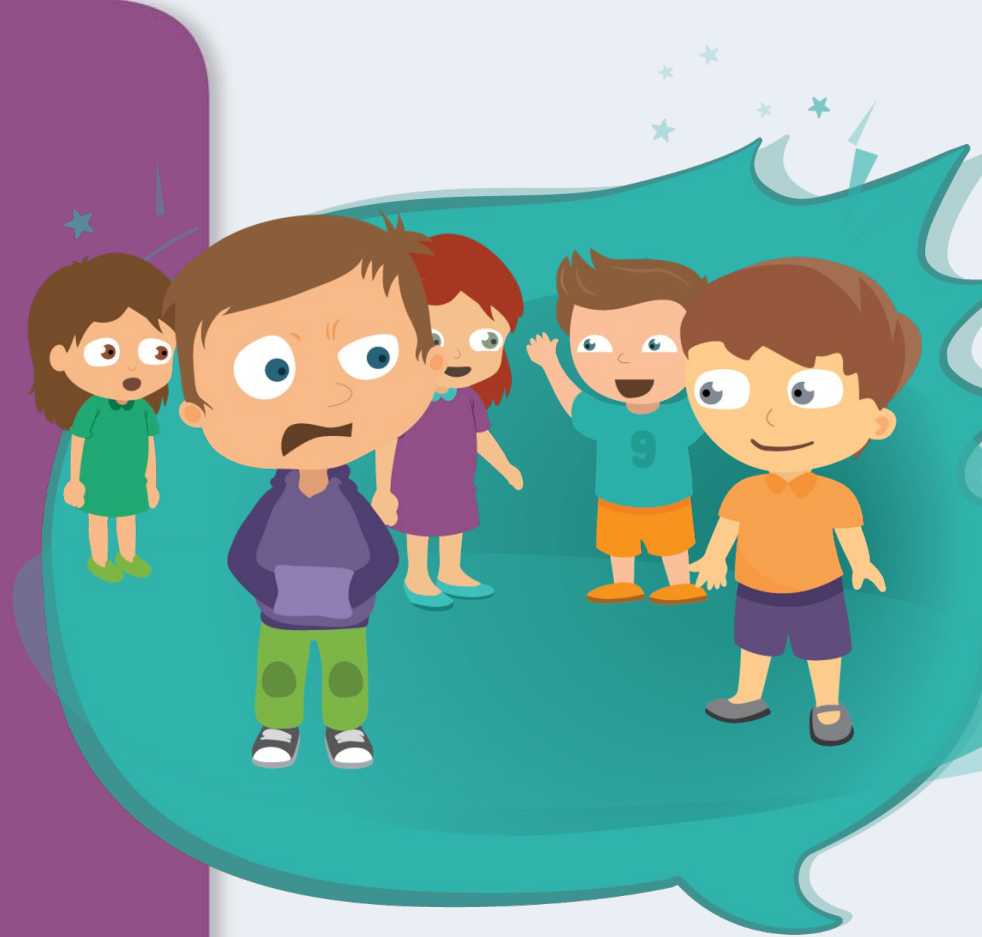
- *Es ar tevi nedraudzēšos,*  
*Es ar tevi draudzēšos, ja...*
- Iesaukas
- *Ko tu lūri?*
- Piezīmes par izskatu, svaru, apģērbu
- *Sīkā, jauniņais*
- Sačukstēšanās
- Klusēšana un neskatīšanās virsū
- Pārtraukšana teikuma vidū, neļaušana pabeigt nevienu domu



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

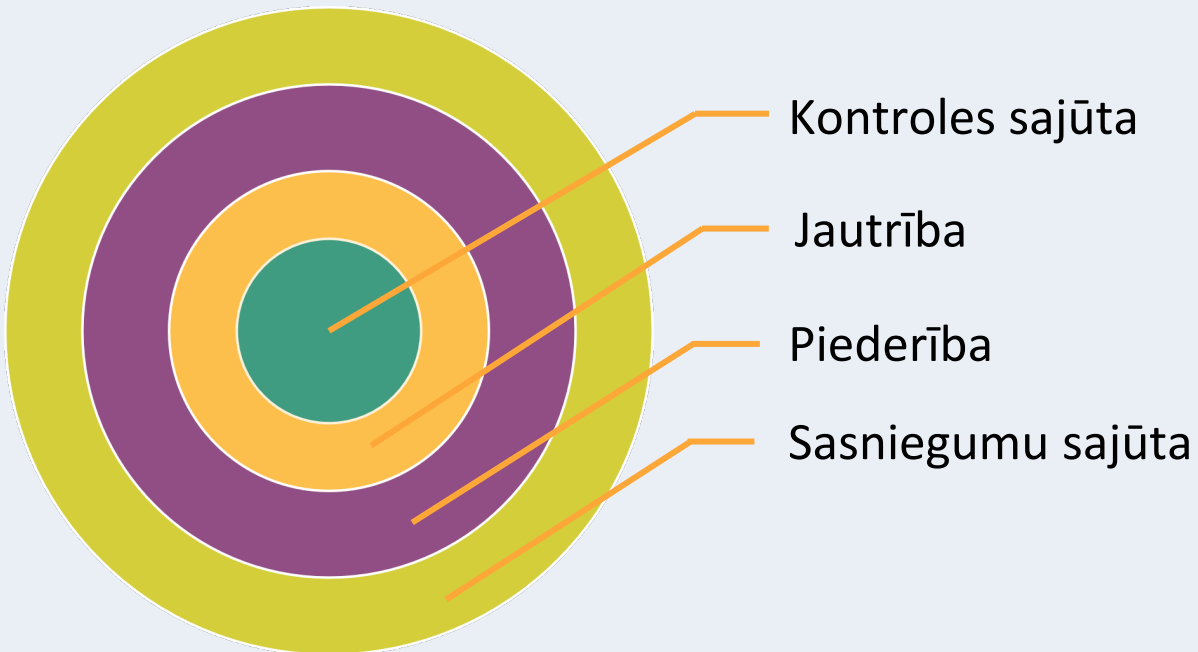


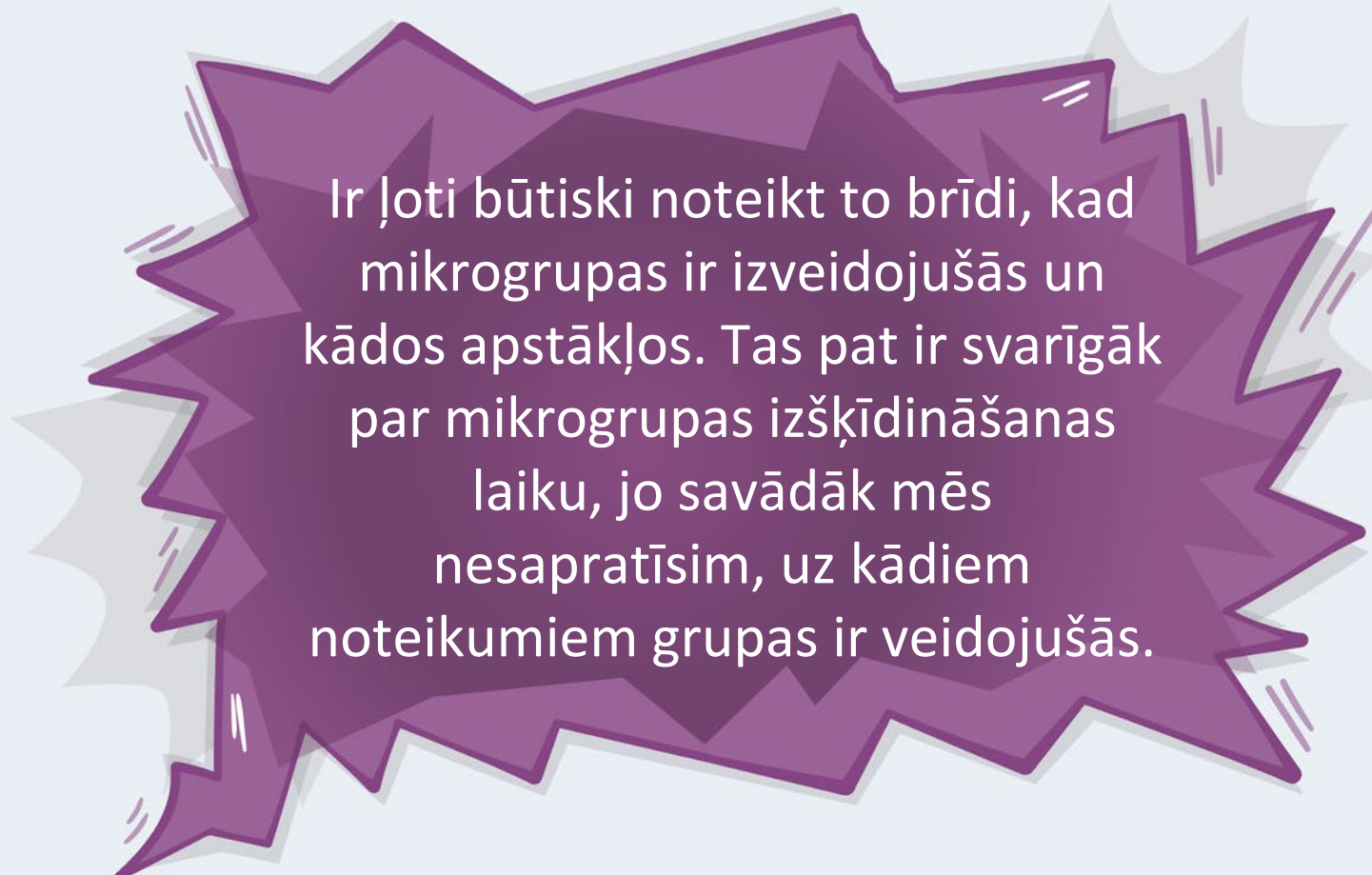
# Klases dinamika





# Bērnu pamatvajadzības





Ir ļoti būtiski noteikt to brīdi, kad mikrogrupas ir izveidojušās un kādos apstākļos. Tas pat ir svarīgāk par mikrogrupas izšķīdināšanas laiku, jo savādāk mēs nesapratīsim, uz kādiem noteikumiem grupas ir veidojušās.

# Vara parādās retorikā

- Tu esi nekas bez manis!
- Man atliek tikai veikt vienu zvanu, un tu...
- Ja runāsi pretī, dabūsi mugurā no...
- Vai nu ar mums vai pret mums

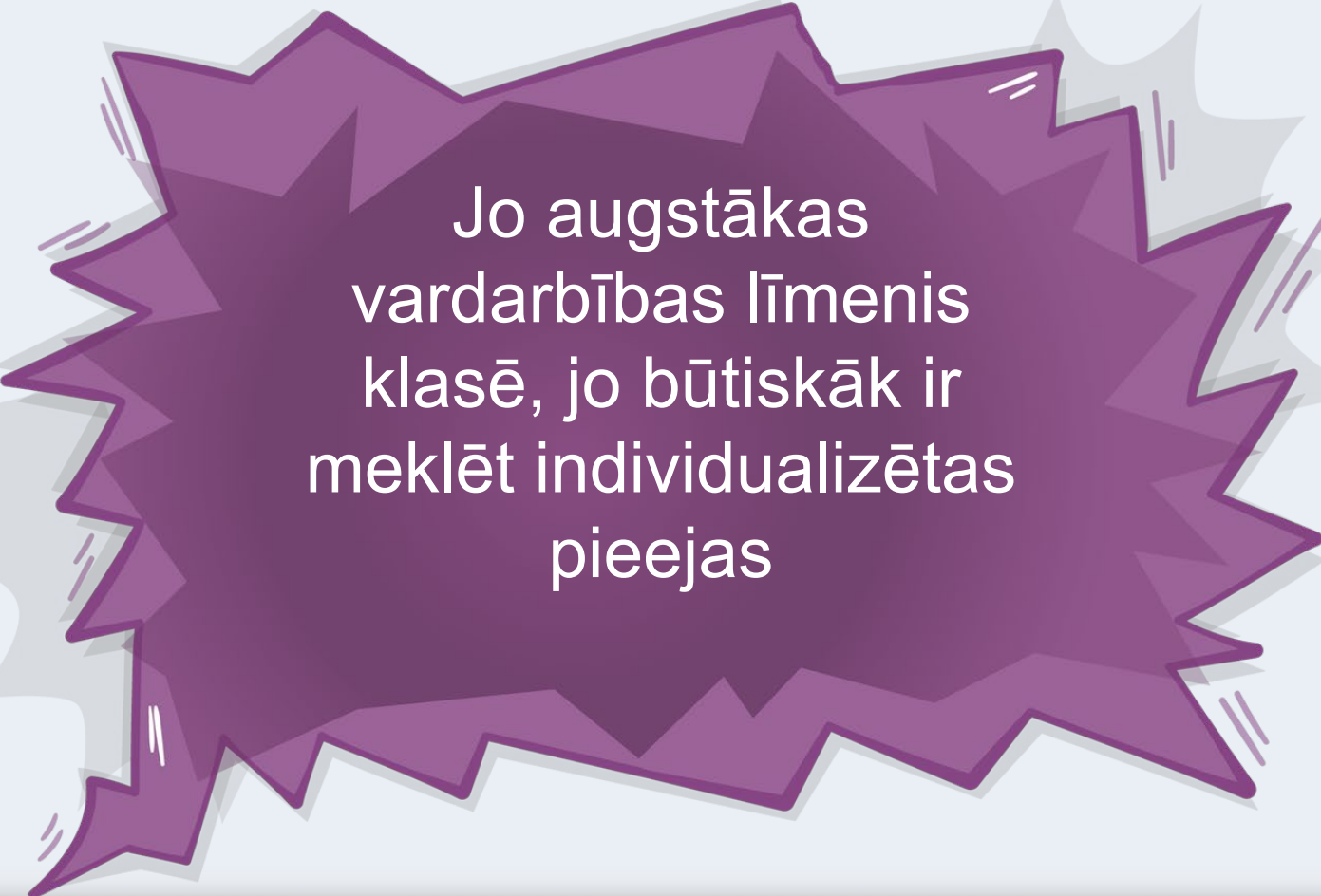


Ir būtiska atšķirība starp  
vēlēšanos iekļauties grupā  
un vēlēšanos iegūt  
autoritāti grupā



# Kuri bērni ir visvairāk ietekmējami?

| Akceptēti biežāk:                                                                    | Akceptēti retāk:                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Pozitīvi komunicējoši<br>(draudzīgi utml.)                                           | Pārtauc notiekošas<br>aktivitātes, sarunas |
| Sociāli aktīvi                                                                       | Atturīgi iesaistīties grupu<br>aktivitātēs |
| Atsaucīgas uzvedības (atbild<br>uz jautājumiem, piedalās grupu<br>aktivitātēs utml.) | Agresīvas uzvedības                        |



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

**Tehniķis**

**Mierinātājs**

**Atgādinātājs**

**Tiesnesis**

**Reportieris**

**Dizaineris**

**Kārtības  
uzturētājs**

**Padomdevējs**

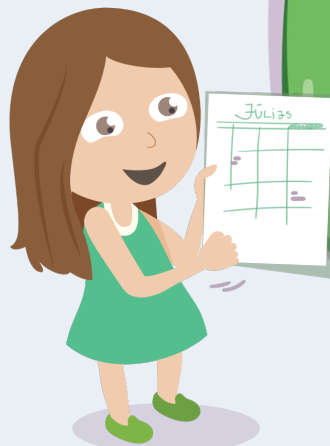
**Jokdaris**

**Aizstāvis**

**Inovators**

**Attīstītājs**

**Utt....**



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





# 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.





# 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





**Fokuss ir ne tikai  
kontrolēt dusmas, bet  
arī apgūt jaunas,  
veiksmīgākas stratēģijas  
situācijas risināšanai**



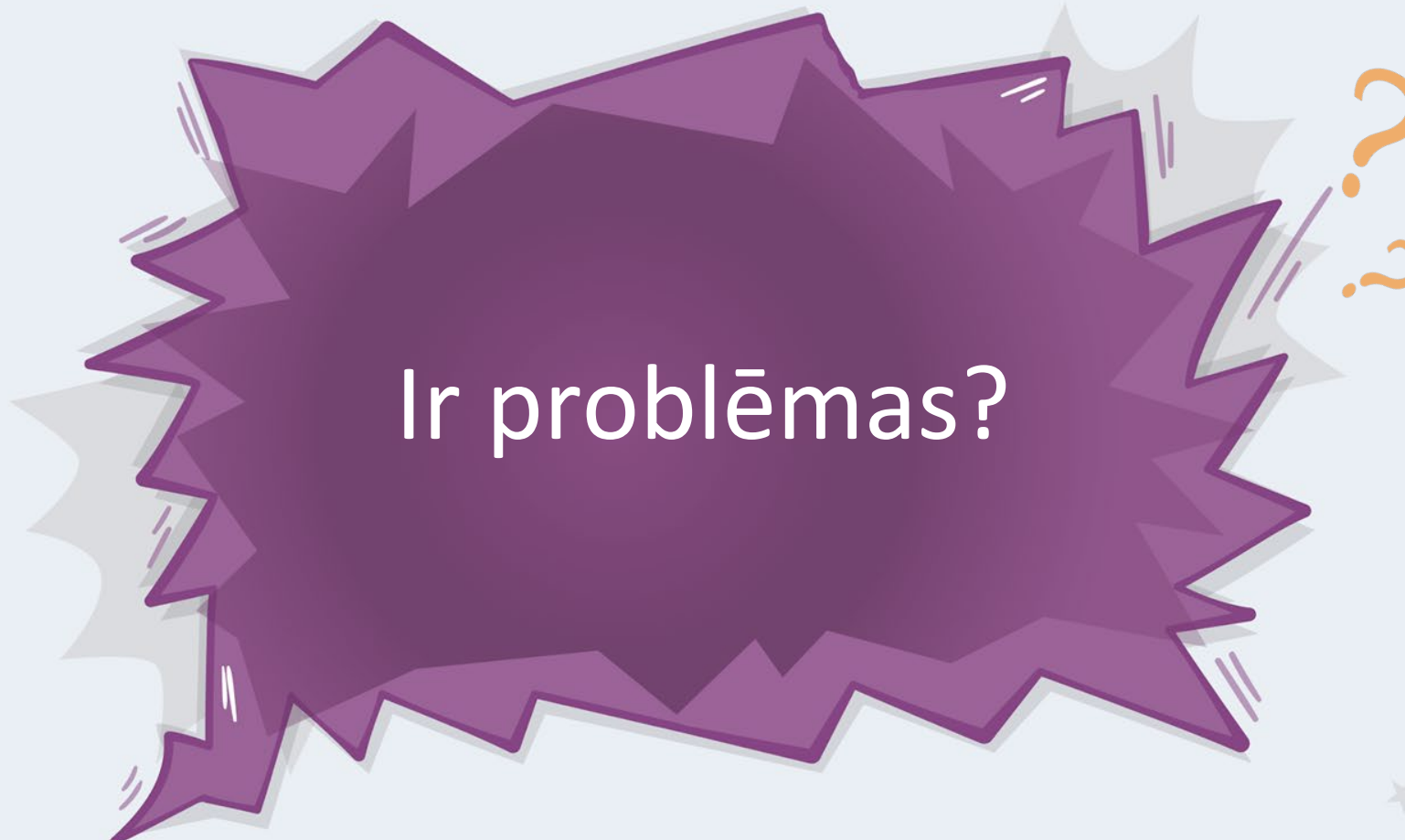
# Pozitīvā pastiprinājuma likums:

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



# Izsaukšana klases priekšā



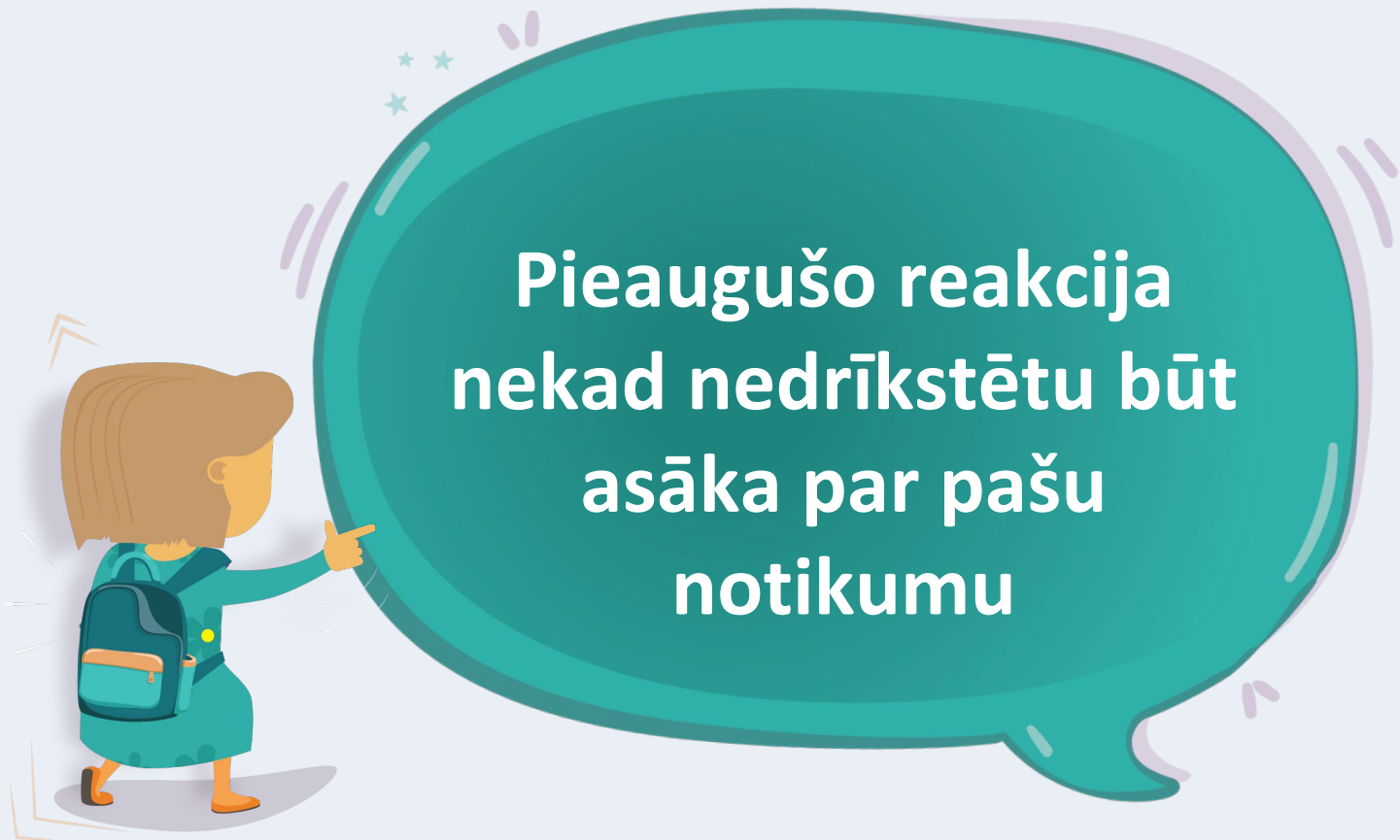


Ir problēmas?

# 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**

# 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



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 ATŅĒMŠANA  
 **E** EMOCIONĀLĀ VARDARBĪBA  
 **A** AUTOAGRESIJA  
 **I** IGNORĒŠANA  
 **C** CITS

uzvediba.lv

datums \_\_\_\_\_ vārds \_\_\_\_\_ stunda \_\_\_\_\_

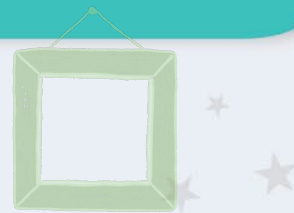
|             | PIRMDIENA | OTRDIENA | TREŠDIENA | CETURTDIENA | PIEKTDIENA |
|-------------|-----------|----------|-----------|-------------|------------|
| 1. stunda   |           |          |           |             |            |
| starpbrīdis |           |          |           |             |            |
| 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 ATŅĒMŠANA  
 **E** EMOCIONĀLĀ VARDARBĪBA  
 **A** AUTOAGRESIJA  
 **I** IGNORĒŠANA  
 **C** CITS

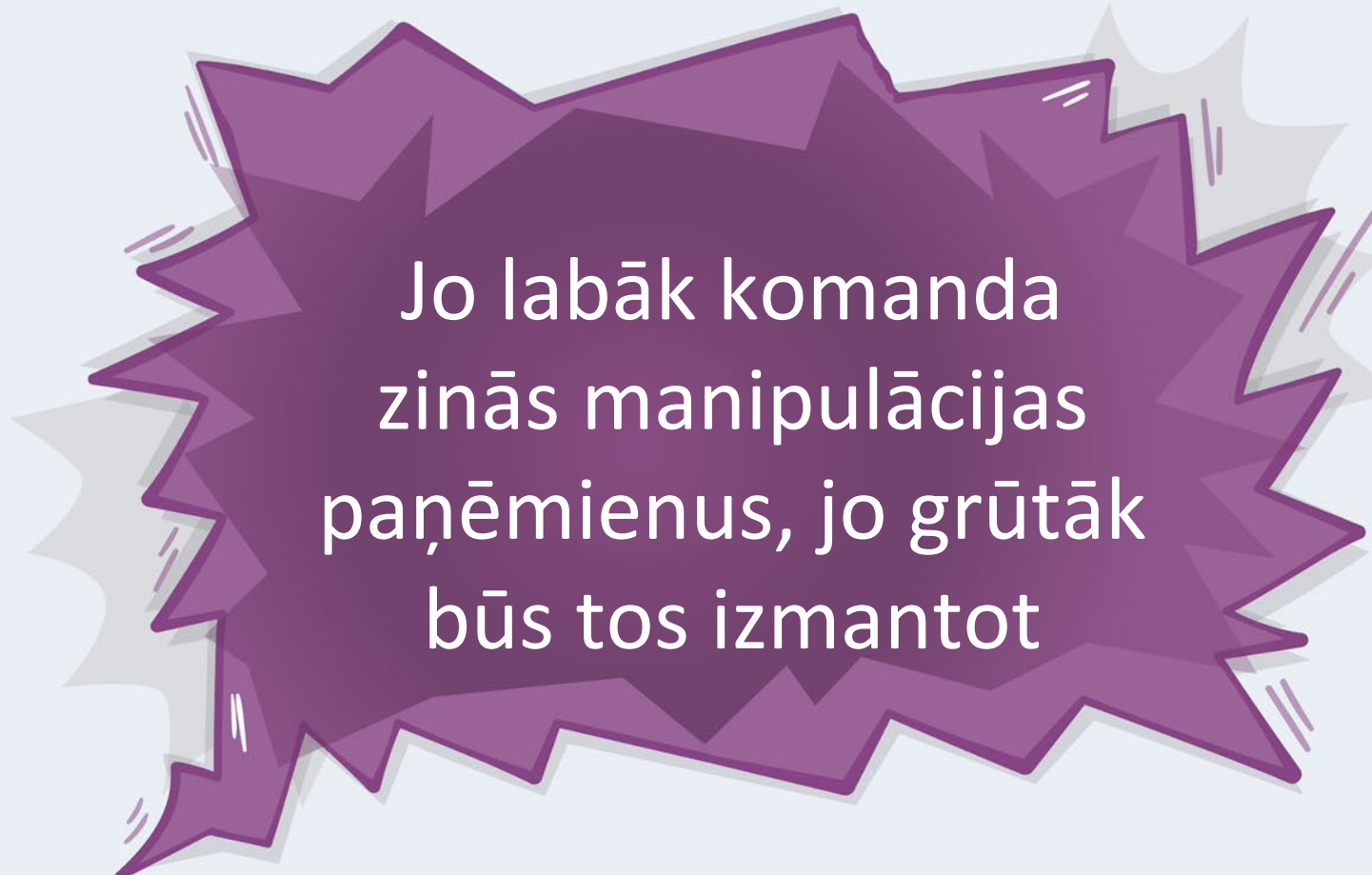
# Skaidri definē

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

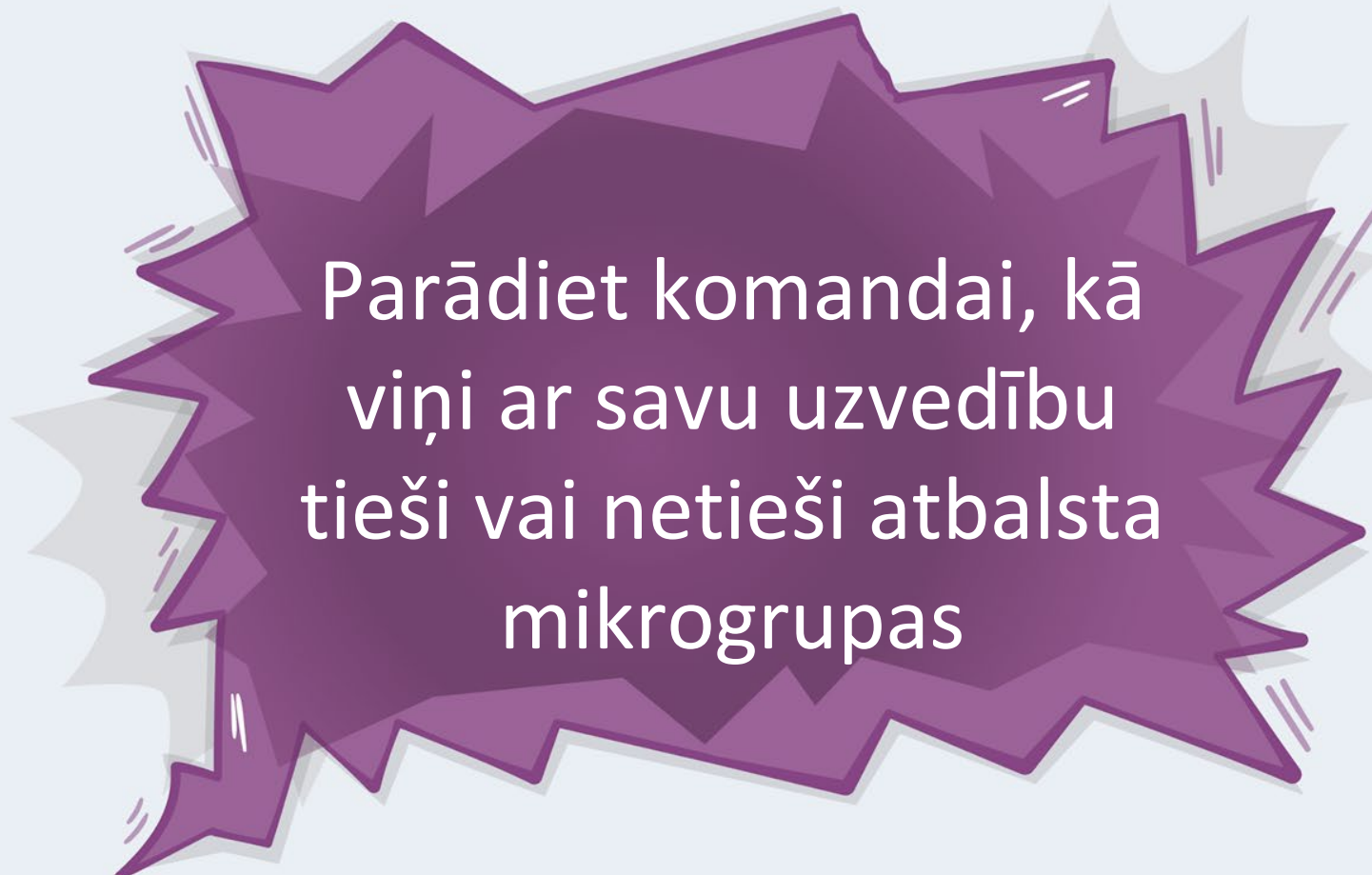


# Šķīdiniet mikrogrupas

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



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

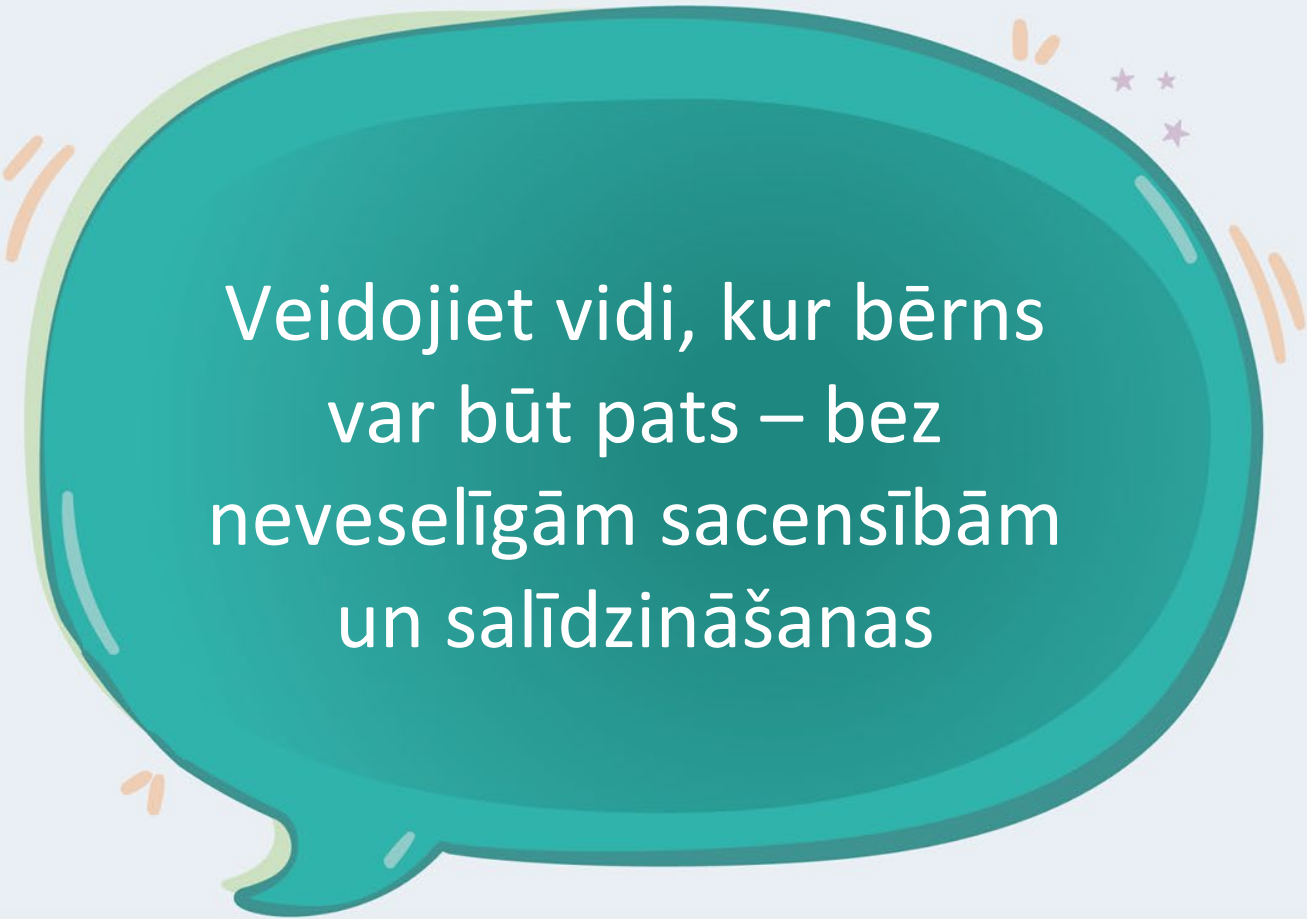


Parādiet komandai, kā  
viņi ar savu uzvedību  
tieši vai netieši atbalsta  
mikrogrupas

# Mikrogrupu ietekme

- Garastāvokļa svārstības
- Motivācijas un sekmju pazemināšanās
- Uzvedības maiņa, depresija, noslēgšanās, apātija
- Izolēšanās un distancēšanās
- Miega traucējumi
- Ēšanas traucējumi
- Pašvērtējuma krišanās
- Vainas sajūta, bezcerība, pesimisms utt





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



Ja bērns slēpj depresiju vienaudžu spiediena un atstumtības dēļ, pamazām attīstās vajadzība pēc konstanta atzinīga novērtējuma no apkārtējiem (it īpaši vienaudžu), kas mēdz izraisīt arī pašu tuvāko cilvēku attālināšanos no cilvēka.

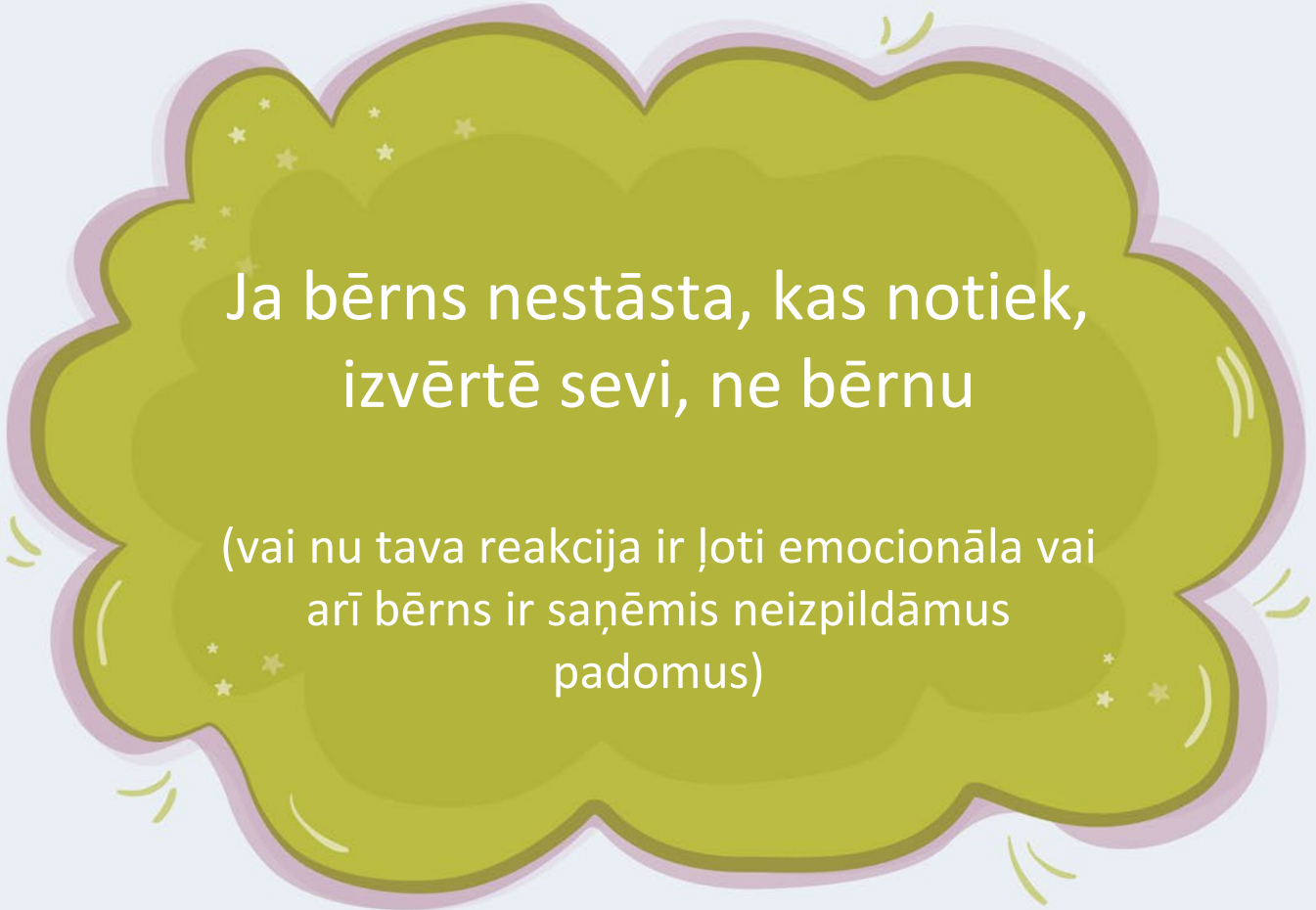
Jauniešiem depresija un novērtējuma nepieciešamība paredz viena otras klātbūtni vai tuvošanos, pēc tam stiprinot abpusēji.

*Vernberg (1990)*



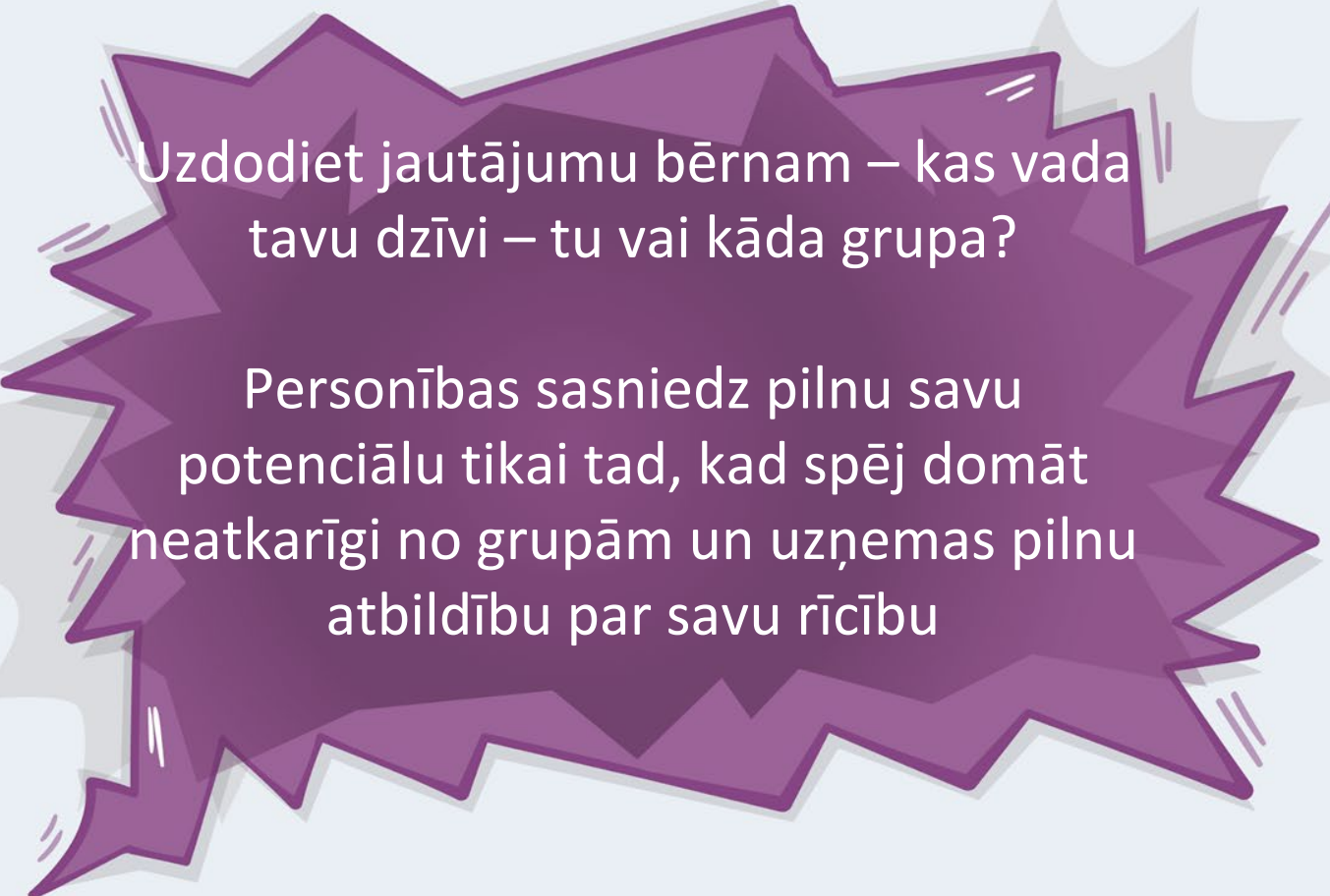
# Ja netiekat paši galā ar situāciju, meklējiet palīdzību

- 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



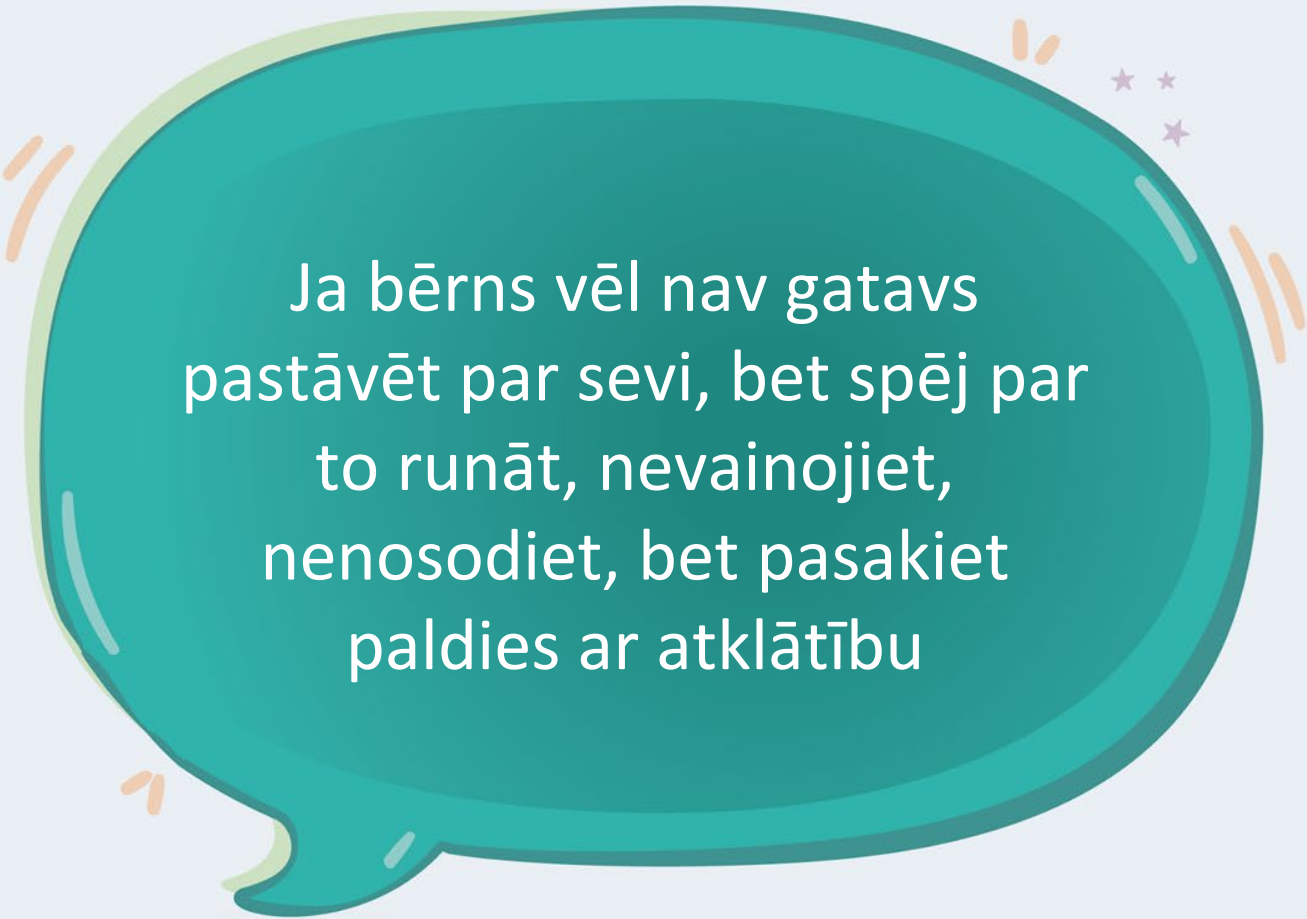
Ja bērns nestāsta, kas notiek,  
izvērtē sevi, ne bērnu

(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](http://www.uzvediba.lv)  
[info@uzvediba.lv](mailto: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