

uzvediba.lv

VEBINĀRS

KĀ PALĪDZĒT BĒRNAM
UN KLASEI PEDAGOGU
VARDARBĪBAS GADĪJUMĀ?

16:00-18:00

Līga Bērziņa



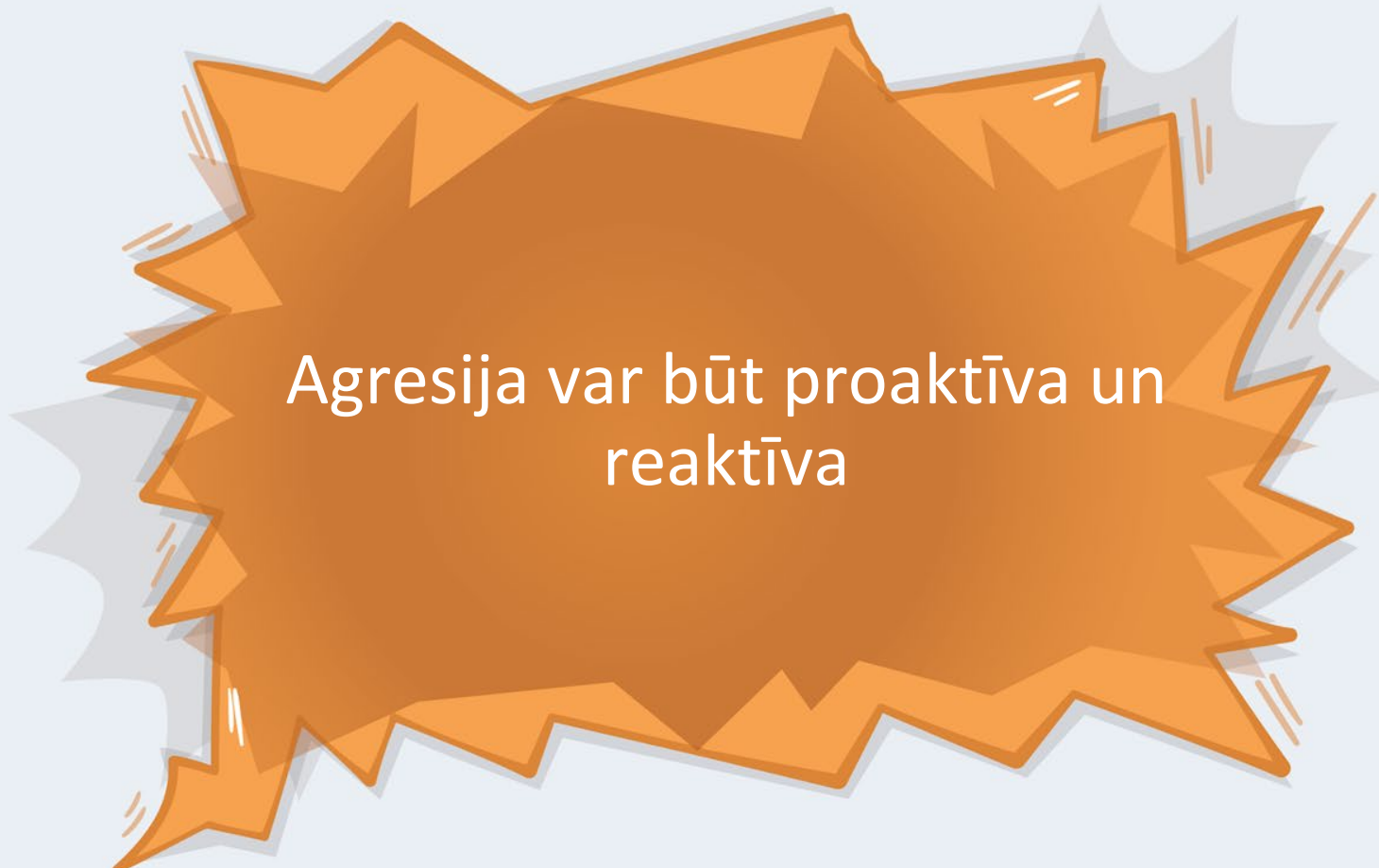
Kas palielina vardarbības varbūtību?

- Vardarbība pagātnē. Reiz pārkāptas robežas, palielina varbūtību, ka tas tiks izdarīts atkal.
- Robežu nerespektēšana arī pēc skaidri definētiem noteikumiem
- Zems stresa, frustrācijas tolerances līmenis
- Paranoja, augsts neuzticēšanās līmenis, publiska nostāja vai attieksme «viss ir slikti, visi ir slikti», upura pozīcijas ieņemšana
- Neseni stresi un lieli zaudējumi, citas nozīmīgas emocionālas traumas, posttraumatiskais stress
- Problēmas ar atkarībām
- Fiziskas sāpes – cilvēks, kurš ilgstoši cieš sāpes, var palikt agresīvs
- Cilvēks, kuram nav, ko zaudēt
- Dziļi reliģiski, kultūras un vērtību konflikti

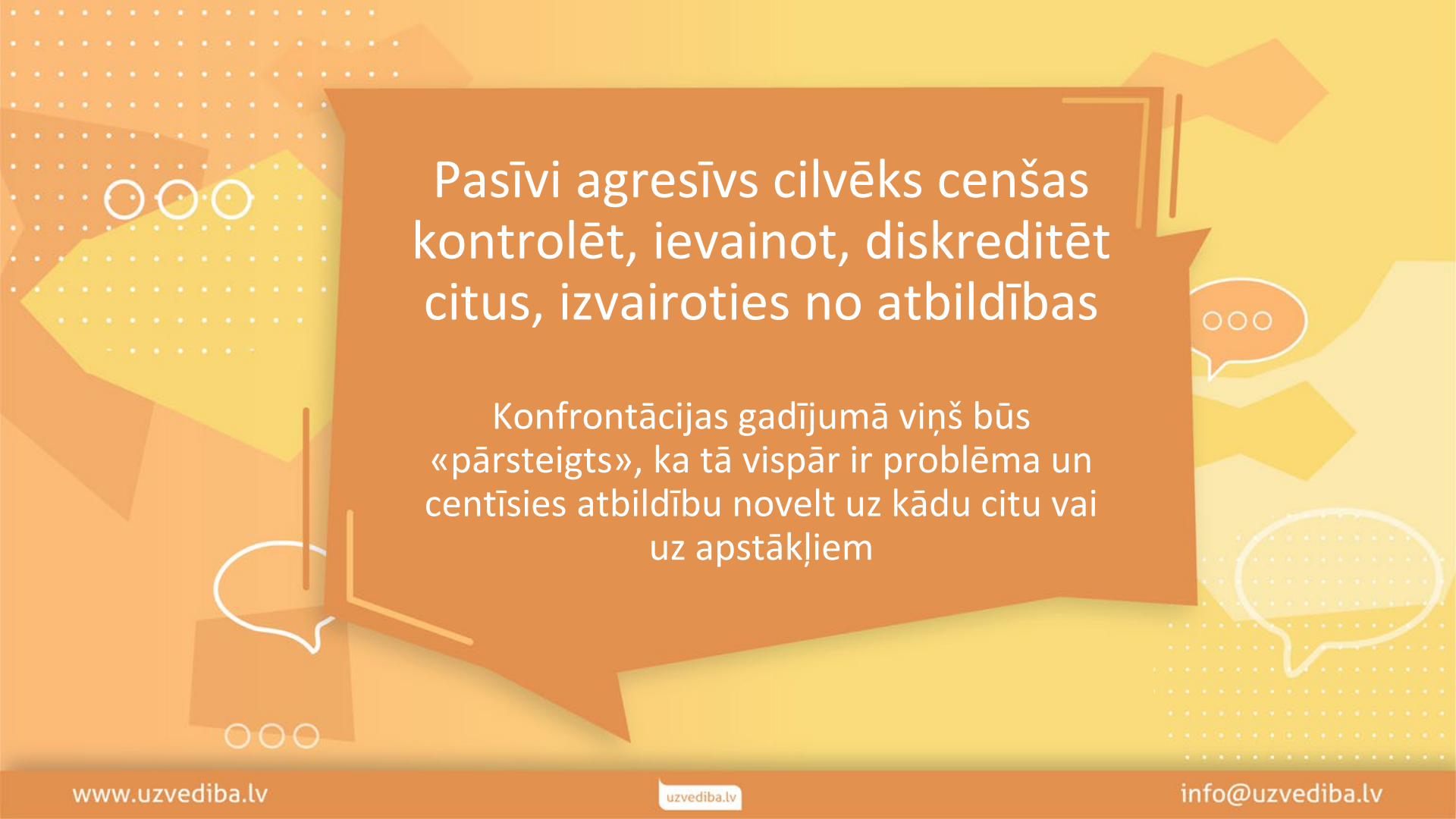
Varmākas profili

- Nejaušie, piemēram,
 - cilvēki, kuri atrodas zem spiediena, uz izdegšanas robežas
 - Personiskās pataloģijas – nedrošība, bailes, ekstrēmas ambīcijas utt.
 - Zemas sociālās, problēmu risināšanas prasmes utt.
 - Vājas komunikācijas un sociālās prasmes
- Narcisistiskie (ievainojami, nedroši utt.)
- Psihopātiskie (lieluma mānija, varaskāre utt.)

Kelly, DJ. Workplace bullying -- a complex issue needing IR/ HRM research? In: B Pocock, C Provis



Agresija var būt proaktīva un
reaktīva



Pasīvi agresīvs cilvēks cenšas
kontrolēt, ievainot, diskreditēt
citus, izvairoties no atbildības

Konfrontācijas gadījumā viņš būs
«pārsteigts», ka tā vispār ir problēma un
centīsies atbildību novelt uz kādu citu vai
uz apstākļiem

Konfliktogēni

Aizliegumi

Aizskarošs humors

Aizskaršana

Antipātijas pazīmes

Apvainojumi

Attaisnošanās

Augstprātība

Autoritātes

Distance

Egoisms

Iebildumi

Ignorance

Ilga runāšana

Informācijas slēpšana,

Izsmieklis,

Kategoriskums

Kategoriskums,

Kontrole

Monotona atkārtošana

Negatīvs novērtējums

Nepatecība

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](http://www.rms.lv/index.php/lv/http://www.rms.lv/veiksmigs_uznemejs/Files/File/buklets_LAT_1_DALIBNIEKIEM.doc)

Pazīme Nr. 1

Biežums un atkārtošanās

- Vardarbība ir bieža un tā atkārtojas. Pat ikdienā, un tas to atšķir no atsevišķiem vardarbības gadījumiem
- Incidenti un konflikti ir kas cits

Pazīme Nr. 2

Ilgums

- Dažas dienas un pat dažas stundas ir daudz



Pazīme Nr. 3

Eskalācija

- Vardarbība paliek aizvien intensīvāka, ja netiek veikti nekādi pasākumi tā apturēšanai vai mazināšanai
- Sākuma posmā cilvēkiem ir grūti aprakstīt savas sajūtas, jo tās saistītas ar paaugstinātu diskomfortu. Arī vēlākajos posmos upuri bieži šo sajūtu neidentificē kā vardarbību, bet gan kā uzbrūkošu komunikāciju

Pazīme Nr. 4

Kaitējums

- Vardarbība ir ārkārtīgi destruktīva un kaitīga un tā var novest pie fiziskās, garīgās veselības traucējumiem, personisko attiecību pasliktināšanās, sekmju un motivācijas samazināšanās

Pazīme Nr. 5

Nolūks

- Gan upuri, gan arī aculiecinieki saka, ka varmākas precīzi zina, ko dara un visas aktivitātes tiek veiktas mērķtiecīgi.
- Bieži cilvēki vienkārši nespēj noticēt, ka šādi soļi varētu būt netīši



Agresija lielākoties ir STRATĒGIJA, nevis simptoms vai slimība

šie cilvēki kalkulē un veic vēro, kādu
efektu viņu rīcība atstāj

Robežas

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



Uztvertā vardarbība

Arī, ja pedagogs ir

- Laipns, bet stingšs
- Konsekventi ievēro robežas
- Notur fokusu stundas laikā
- Neļauj smieties par sevi un citiem
- Neatkāpjas no termiņiem
- Nebaidās no konfliktsituācijām
- Atklāti pauž neērtu viedokli



Var tikt uztverts kā
neelastīgs vai pat
vardarbīgs bērnu vai
vecāku acīs



DISCIPLĪNA

Disciplīna māca vērtības, sniedz orientierus, rada drošības sajūtu
Disciplīna ir par spēju pamanīt gan negatīvo, gan pozitīvo bērna uzvedībā

Kā vākt datus?

- Intervijas
- Pētījumi un aptaujas
- Anonīmi ziņojumi
- Sociometrija
- Darbnīcas
- Fokusa grupas
- Novērojumi





Pedagogs klie dz

Balss skaļums

- Auditējiet uzvedības funkcijas
- Māciet bērniem, cik tas ir – klusi
- Cik ir ātri, lēni
- Kāda ir pedagoga balss?
- Kāds ir klases fons?





Pedagogu favorītisms

- Favorītisms sākas ar to, ka pedagogs izvēlas kādu mīļāko bērnu vai mīļākos bērnus. Atsevišķos gadījumos tā varētu būt arī kāda grupa, piemēram, zēni vai meitenes.
- To redz retorikā – kāds bērns tiek īpaši slavēts, bet citu identiski sasniegumi tiek ignorēti vai pat noniecināti, viņš var brīvi staigāt pa klasi, lietot viedierīcas stundas laikā, kamēr citiem par šādu pašu pārkāpumu tiek aizrādīts utt.

Favorītisma pazīmes

- Uzslavas un atzinību saņem audzēkņi, kuri pēc būtības to nav pelnījuši
- Dažiem audzēkņiem ir īpašas privilēģijas
- Pedagoģs ieklausās tikai dažu viedokļos un ierosinājumos
- Viens par kādu rīcību var tik uzslavēts, bet cits – sodīts
- Kolektīvā ir cilvēks, pateicoties kuram notiek visas labās lietas un kāds, kura dēļ notiek viss sliktais
- Kādi izturas rupji pret citiem, uzskatot, ka viņiem ir īpašas pilnvaras to darīt
- Kādas lietas tiek atņemtas vieniem un piešķirtas citiem
- Starp pedagoģu un audzēkņiem vai grupiņu veidojas īpaša saikne, kas ir redzama arī citiem

Kā favorītisms parādās retorikā?

- *Kāpēc tu nevari kā viņš vai viņa”, “*
- *Viņam izdodas tik kārtīgi, nevis kā jums visiem!”*
- *“Tevis dēļ klasei atkal būs pēdējā vieta”.*

Par favorītiem kļūst

- Talantīgi bērni
- Slavenu un bagātu vecāku bērni
- Neatlaidīgu vecāku bērni
- Manipulatīvi bērni, kuriem tā ir izdzīvošanas stratēģija kopš agrīna vecuma
- Bērns, kurš vienkārši bija nepareizā laikā un vietā



Visas klases sodīšana



Mēs ievērojam
noteikumus

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mēs pievēršam lielu
uzmanību mācībām

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīva
pasākumos ikviens
ir gaidīts

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīvā pieņemts
palīdzēt, kad kādam iet
grūtāk

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mēs esam jautri

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīvā nav
pieņemts meklēt
vainīgo

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mums ir draudzīgas
attiecības ar citām
klasēm

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mēs zinām, ka par
mums nesmiesies

3 2 1 0 -1 -2 -3

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** IGNOREŠANA **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** IGNOREŠANA **C** CITS

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



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?*

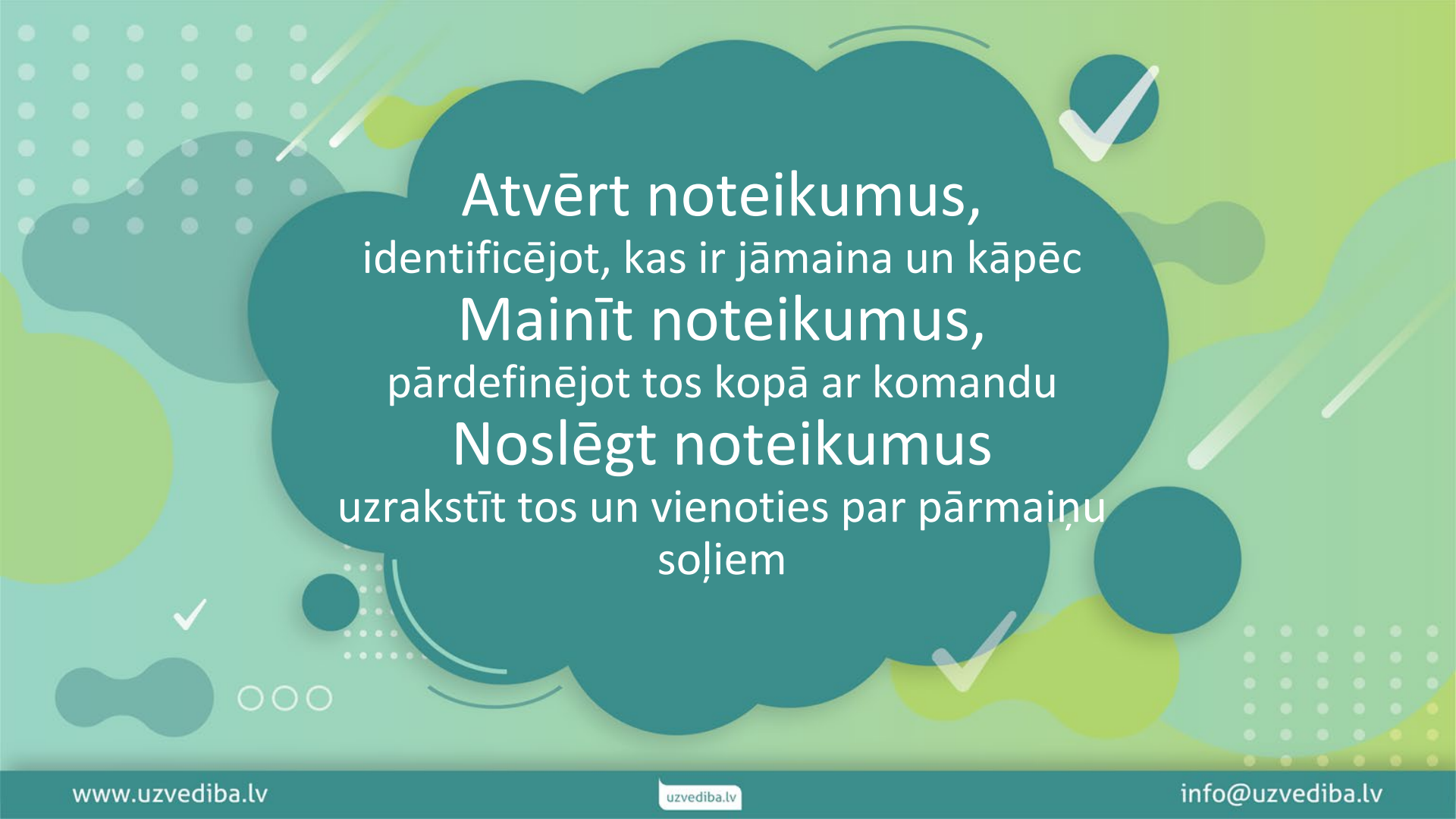
*Kā es vēl varētu
uz to skatīties?*

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



Kā runāt ar bērnu?

- Mācīt bērnam sadarboties ar visiem bērniem, arī izstumtajiem
- Runāt par to, kā favorītisms parādās dzīvē, darbā, filmās
- Neļaut sevi apžilbināt «klases zvaigznēm»
- Neļaut izolēt sevi no citiem, it īpaši ja tas ir bijis grupu darbs
 - *Paldies par uzslavu, mēs to paveicām kopā*



Atvērt noteikumus,
identificējot, kas ir jāmaina un kāpēc
Mainīt noteikumus,
pārdefinējot tos kopā ar komandu
Noslēgt noteikumus
uzrakstīt tos un vienoties par pārmaiņu
soļiem



Kas īsti jākontrolē
bērniem?

Praktiski soļi

- Noskaidrot un izrunāt dažādu cilvēku darba stilu un komunikācijas stilu
- Izrunāt un saprast katra cilvēka konfliktu risināšanas stilu – tas ļaus neuzņemt notiekošo tik personīgi
- Izrunāt un uzrakstīt procedūras
- «Ko darīt, ja...» sapulces
- Apzināt nerakstītos noteikumus un pārvērst tos rakstītos
- Komunikācijas treniņi, it īpaši sarežģītu situāciju modelēšana
- Konfliktu paredzēšana

Nenoliegt jauniešu jūtas un pieredzi

- *Tu atkal reaģē pārāk asi!*
- *Tu nemaz tā nejūties!*
- *Kāds garastāvoklis tavā vecumā?*
- *Saņemies un izdari!*
- *Tev nav iemesla tā justies*
- *Kāpēc tu visu vienmēr pārspīlē?*



TABULA PAŠREFLEKSIJAI

SITUĀCIJA	KĀ ES JŪTOS?	KĀ ES RĪKOJOS?	KĀ ES VARĒJU RĪKOTIES?
..... 			
..... 			
..... 			

Daži praktiski triki – Sāc no jaunas lapas

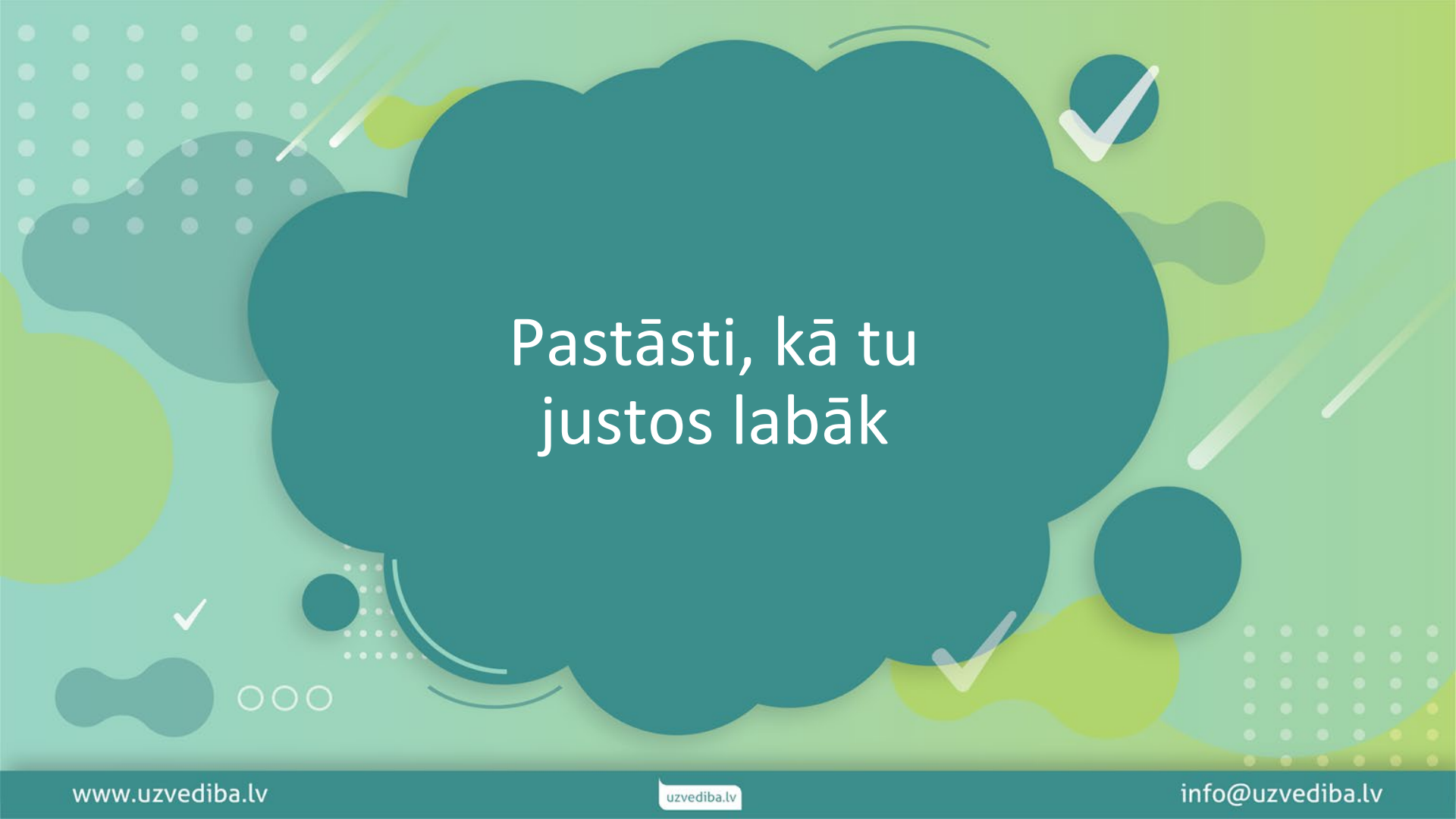
- Izturies it kā neko nezinātu par spriedzi.
- Ja tikko esi ienācis telpā, tev ir iespēja izlikties, ka neko nezini, un sāc sarunu ar sasveicināšanos, stādīšanos priekšā
- Meklē pozitīvo.
- Neizvairies
- Nemēģini fokusēt savu uzmanību uzreiz uz spriedzes punktu

**Māciet bērnus
ATDALĪT VĒSTĪJUMUS
NO METAVĒSTĪJUMIEM**



Verbāli agresīviem cilvēkiem
parasti ir grūtības ar empātiju,
kā arī viņi ir orientēti uz
sociālu dominanci.

Tāpēc viņi var pat neuztvert savu teikto kā
aizskārumu



Pastāsti, kā tu
justos labāk



uzvediba.lv

Kā mēs varētu mainīt teiktā nozīmi?

Kā es varu izvēlēties to **dzirdēt**?
Kā tu vari izvēlēties to **pateikt**?

Un te bērni ir lieliski –

Kas notiek?

Tev ņem mantas nost? —→

Tevi kaitina? —→

Tev saka, ka lupatas virsū? —→

Smejas par tavu rokrakstu? —→

Ko teikt?

Ejam spēlēt kopā!

Es varu iedomāties, cik tu vientuļi jūties? Ko mēs varam kopā padarīt?

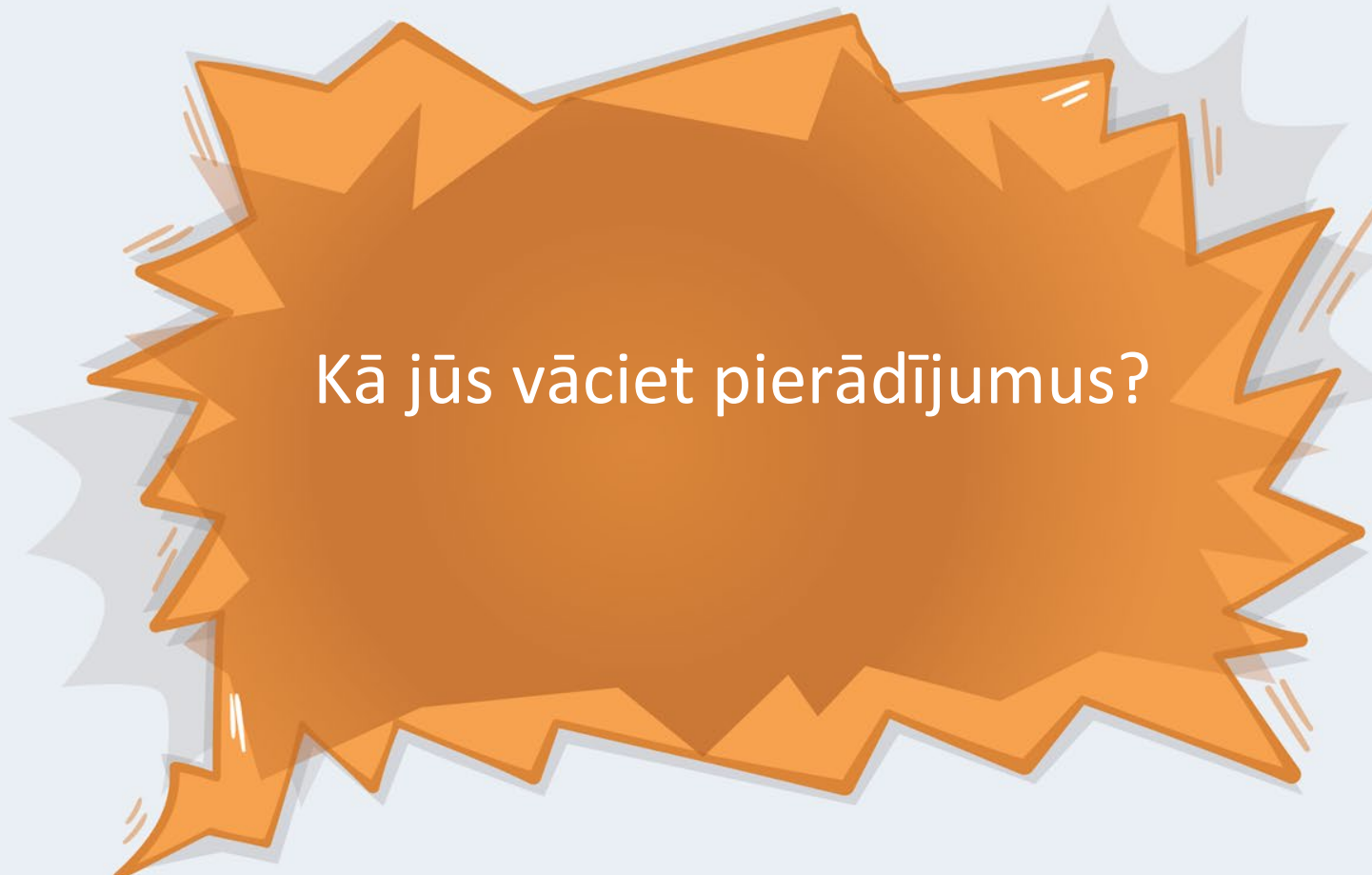
Es priecājos, ka tu tik labi proti saskaņot krāsas

Cik tev labi izdodas pašam zīmēt!!!
Iedosi padomu, kā uzzīmēt...



Jautājumu piemēri

- Kāda veida lietas vai rīcība padara tevi dusmīgu?
- Vai ir kaut kas, kas tevi ļoti sadusmo?
- 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?



Kā jūs vāciet pierādījumus?

Dokumentējiet

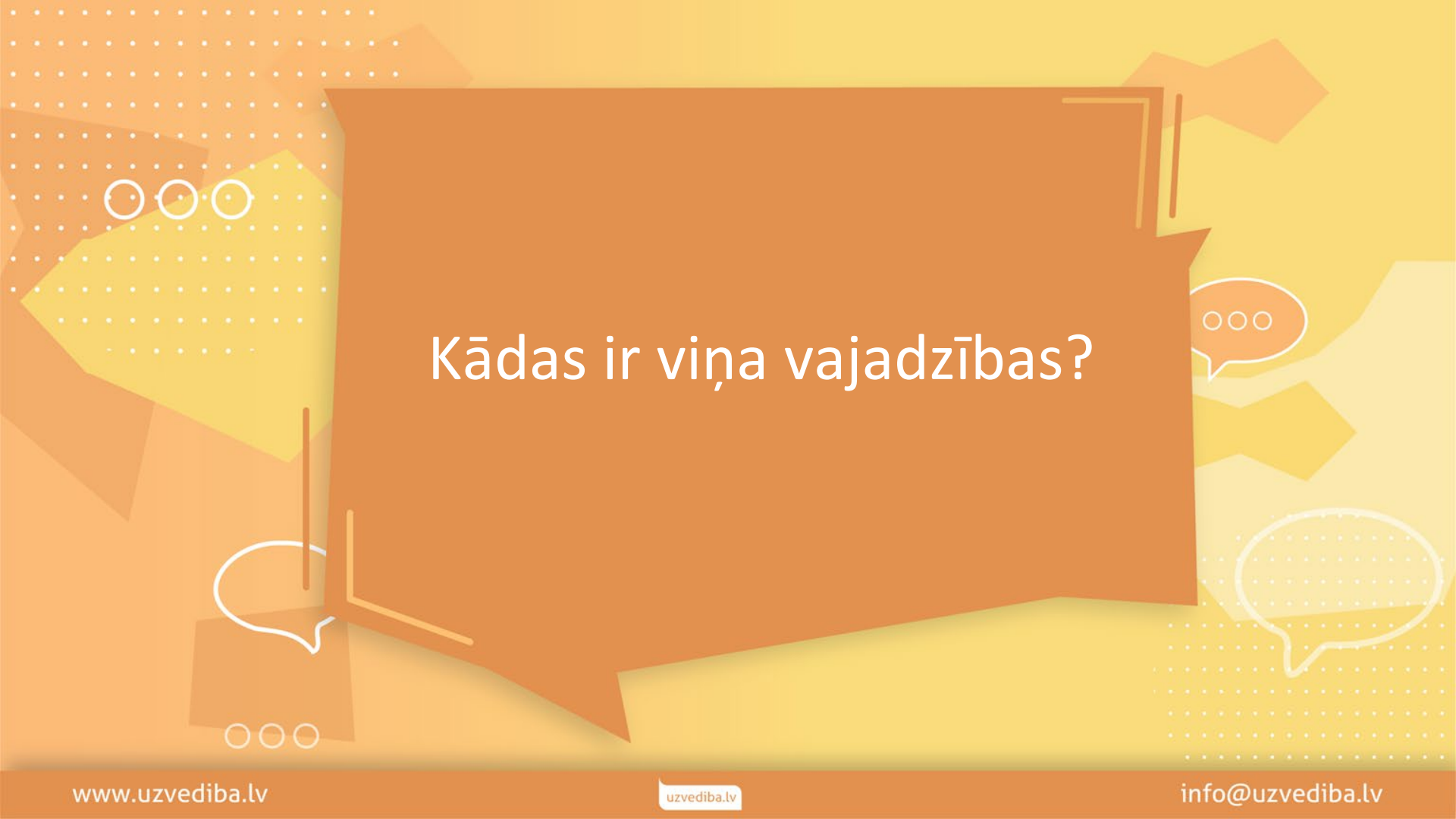
- Pierakstiet, kas notika, kad notika, kas bija aculiecinieki. *
- Pastāstiet pieaugušajiem, kuriem uzticaties, ka jums ir problēmas. Lūdziet viņu viedokli *
- Neiesaistieties nekādā emocionālajā mijiedarbībā
- Ja vardarbības brīdī bija kāds klāt, lūdz apliecināt, ko viņi to redzēja

Sagaidi 15 reakcijas

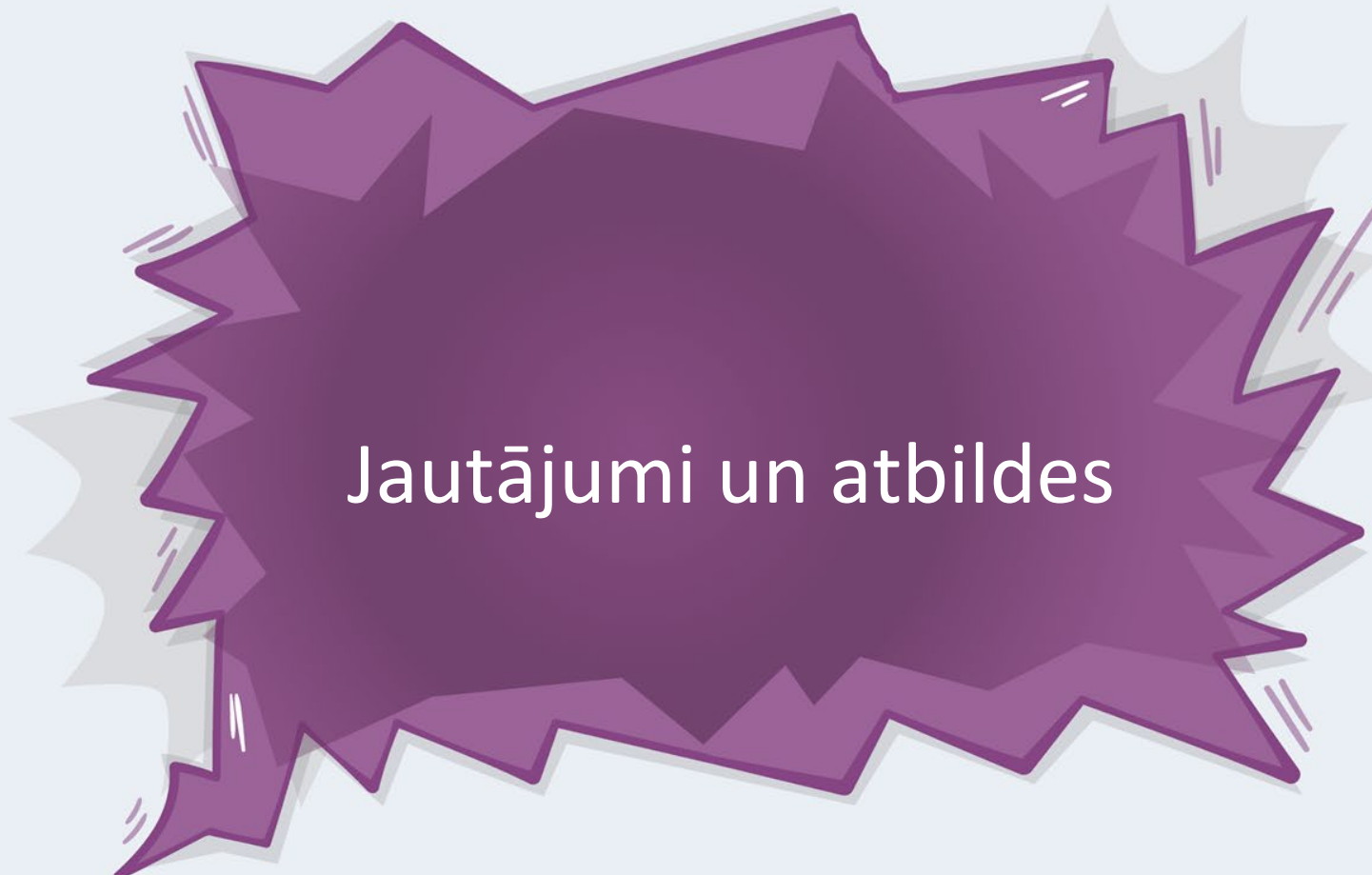
1. Pārsteigums
2. Noliegums
3. Projekcija
4. Simpātijas
5. Trauksme
6. Draudi
7. Provokācija
8. Atlikšana
9. Panika
10. Aizsardzība
11. Apjukums
12. Diversija
13. Pretuzbrukums
14. Pazemošana un kauns
15. Upura spēlēšana

Būtiski signāli sarunā

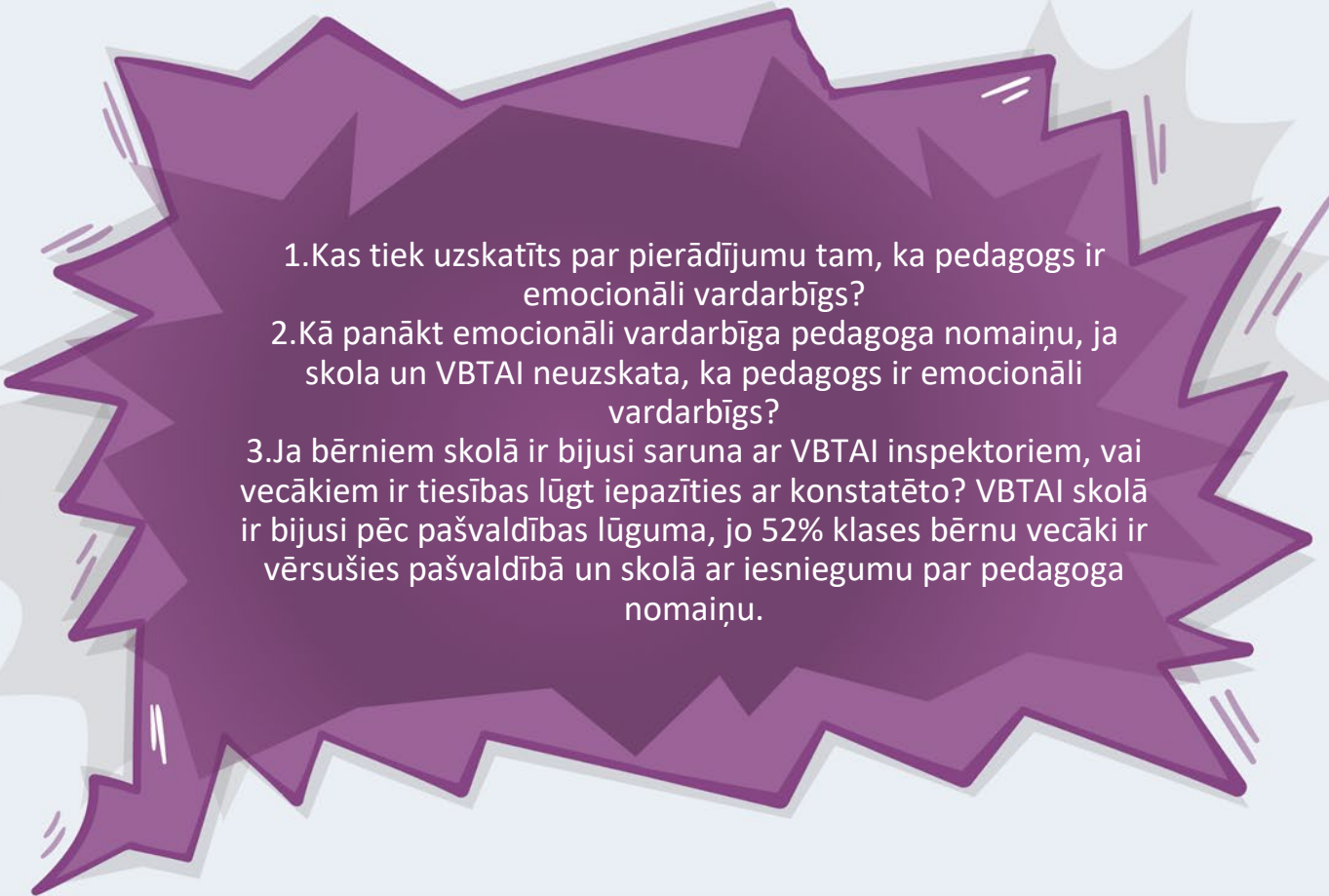
- Cilvēki sarunā iet pa apli. (tad svarīgi veikt vizuālas piezīmes)
- Verbāla vardarbība, piezīmes, nicinoši komentāri
- Sarunas partnera pārtraukšana;
- Partnera vērtības mazināšana, partnera personības negatīvs vērtējums;
- Atšķirību starp sevi un partneri akcentēšana;
- Partnera devuma kopējās lietās labā mazināšana un sava ieguldījuma pārspīlēšana;
- Krasa sarunas tempa paātrināšana;
- Mēģinājumi apspriest jautājumu racionāli, ignorējot partnera stāvokli, ja viņš pārdzīvo spēcīgu negatīvu emociju;
- Nosaukšana (naming)? Vainošana (blaming)? Pieprasīšana (claiming)



Kādas ir viņa vajadzības?



Jautājumi un atbildes

- 
1. Kas tiek uzskatīts par pierādījumu tam, ka pedagogs ir emocionāli vardarbīgs?
 2. Kā panākt emocionāli vardarbīga pedagoga nomaiņu, ja skola un VBTAI neuzskata, ka pedagogs ir emocionāli vardarbīgs?
 3. Ja bērniem skolā ir bijusi saruna ar VBTAI inspektoriem, vai vecākiem ir tiesības lūgt iepazīties ar konstatēto? VBTAI skolā ir bijusi pēc pašvaldības lūguma, jo 52% klases bērnu vecāki ir vērsušies pašvaldībā un skolā ar iesniegumu par pedagoga nomaiņu.

Avoti

- Cloud, Henry; Townsend, John. Boundaries with Kids: Workbook Zondervan.
- Cohen, Lawrence J.. The Opposite of Worry . Random House Publishing Group.
- 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 ORCM Academic Press 2013
- McGonigal, Jane. SuperBetter. Penguin Publishing Group. Kindle
- Shani, Asaf. Kid-Friendly Ways To Change Behavior - Fun conflict Management Tactics For Parents (Conflicts and Negotiations series Book)
- Stixrud, William; Johnson, Ned. The Self-Driven Child Penguin Publishing Group.
- Zahariades, Damon. The Art Of Saying NO: How To Stand Your Ground, Reclaim Your Time And Energy, And Refuse To Be Taken For Granted (Without Feeling Guilty!) ArtOfProductivity.com. Kindle Edition. 2017