

uzvediba.lv

VEBINĀRS

Sadarbības prasmes

16:00 - 18:30

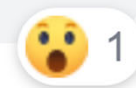
Līga Bērziņa





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

Patīk · Atbildēt · Ziņojums · 1 d.



Ko tas nozīmē – sadarboties?

- Vienoties
- Pieņemt otra viedokli
- Veidot kontaktus
- Izaugsme
- Būt daļai no komandas
- Būt atklātam un gatavam izaicinājumiem



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



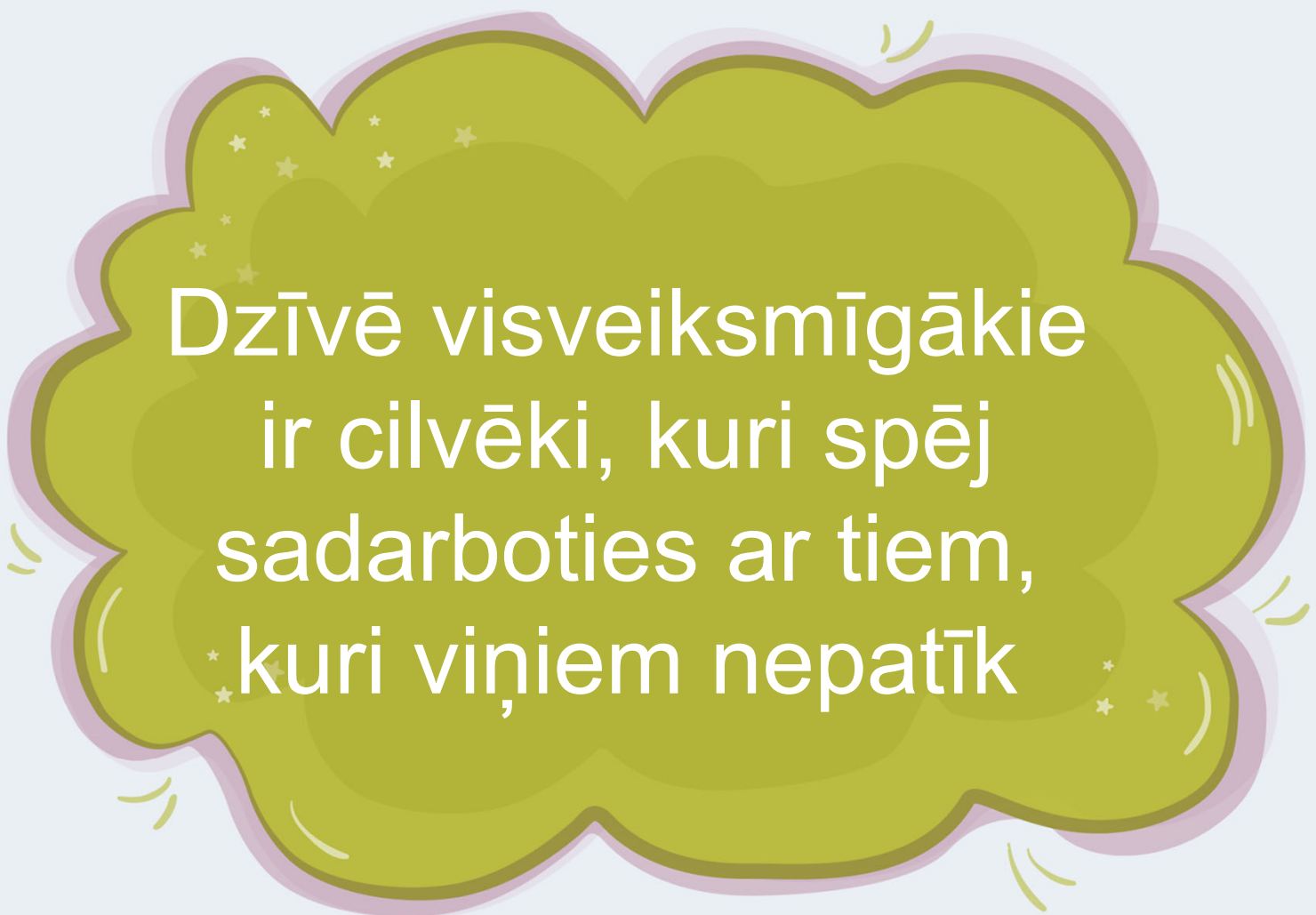
Saprotiet, kāds ir jūsu bērns

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



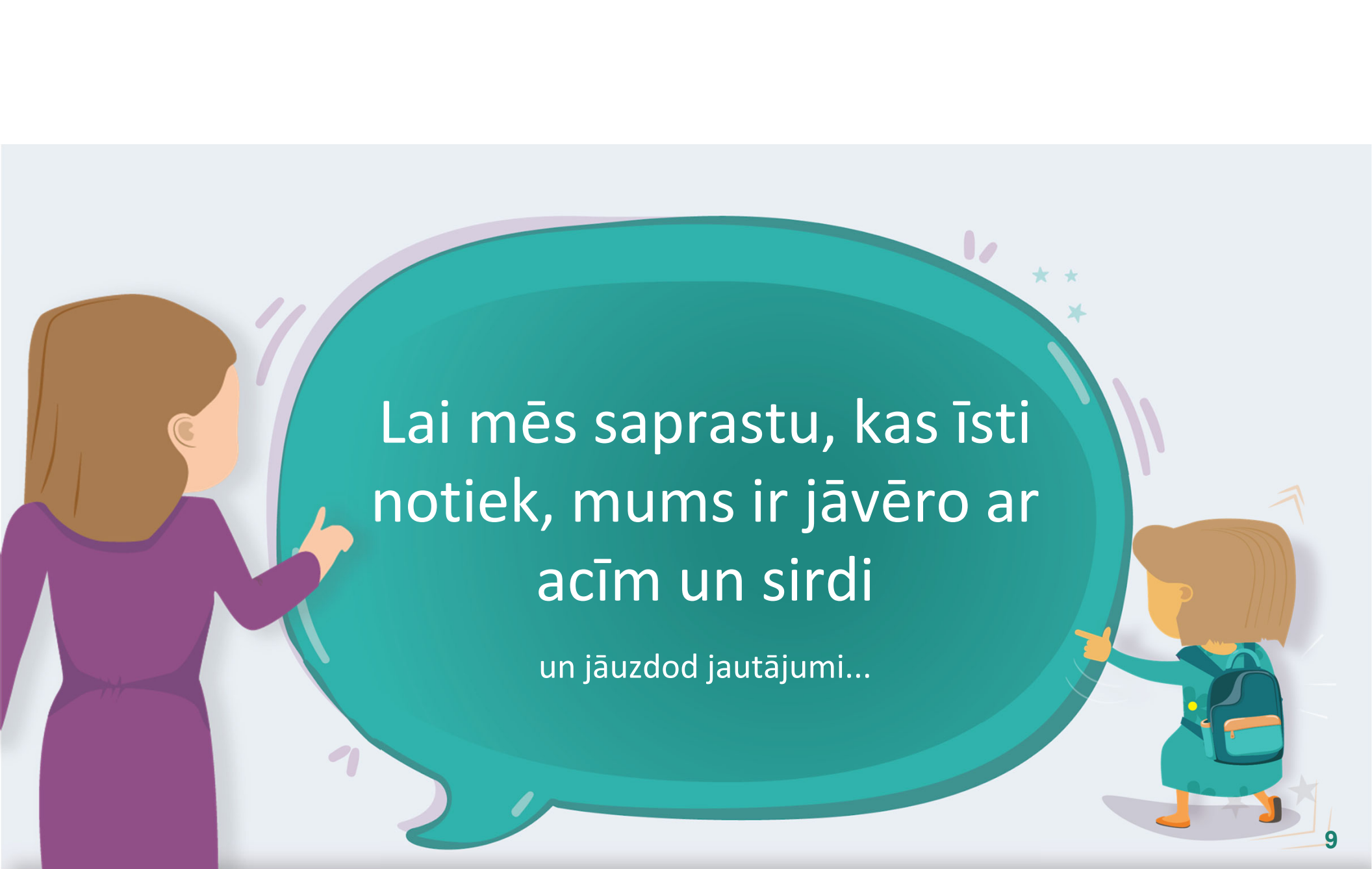
Ir bērni, kuriem ir jā māca
matemātiski tās prasmes,
kuras mēs citi
iemācāmies intuitīvi





Dzīvē visveiksmīgākie
ir cilvēki, kuri spēj
sadarboties ar tiem,
kuri viņiem nepatīk



An illustration featuring a woman with long brown hair wearing a purple dress on the left, and a small child with brown hair wearing a teal dress and a backpack on the right. Both are pointing towards a large, teal, rounded speech bubble in the center. The bubble has a white outline and contains white text. There are some small decorative elements like stars and motion lines around the bubble.

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

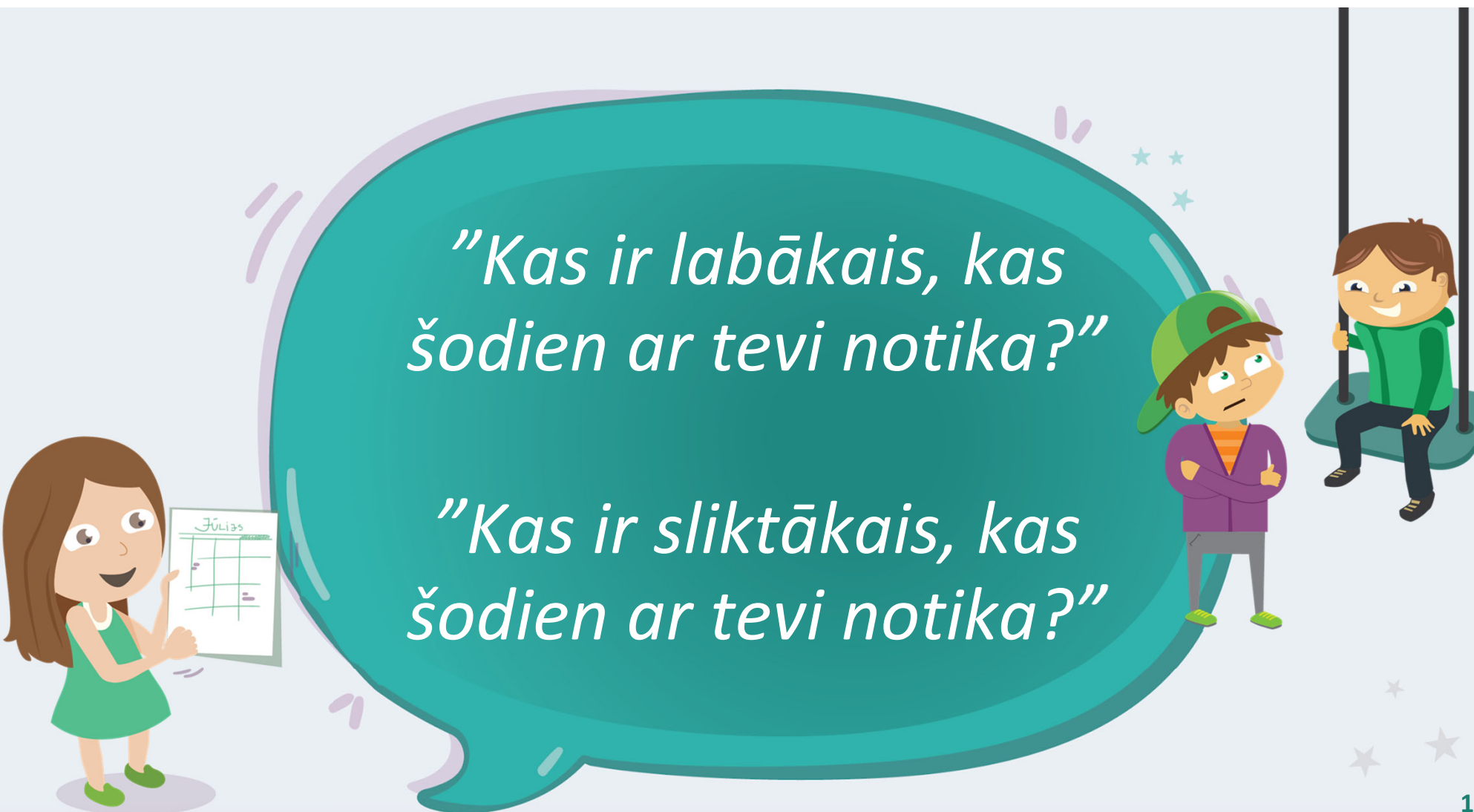
un jāuzdod jautājumi...



**Uzdod jautājumus –
jautājumi mūsos
turpina strādāt arī pēc
atbildes sniegšanas**

*“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?"*



13

*“Kā sadarbšanās
izskatās, kā izklausās?”*



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



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





Robežas –
jo sarežģītāks ir bērns, jo
svarīgāk ir nospraust
skaidas robežas

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



Ideāla sadarbība

- Atbildības uzņemšanās un aktīva iesaiste
- Abpusēja komunikācija
- Atgriezeniskā saite
- Ir zināms mērķis, uzdevumi, paredzams rezultāts
- Ieinteresētība
- Pozitīvisms, viens otram pasaka – paldies, uzmundrina
- Cilvēki ieklausās citu viedokļos, ņem vērā tos
- Piekļājība
- Drosme uzdot jautājumus
- Korekta un konstruktīva kritika



Sadarbība – murgs

- Vienpusēja un haotiska komunikācija
- Neieinteresētība
- Viens cilvēks dara visu
- Cilvēki viens otru pārtrauc, neklausās
- Vairāki līderi
- Nepieklājība
- Atbildības neuzņemšanās
- Bieža novirzīšanās no tēmas



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



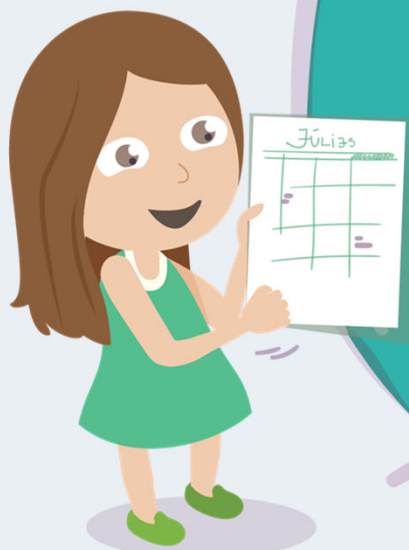
Godīgs grupu darbs

- Grupu izvietojumu maiņa
- Grupu lielums
- Neļaut pašiem bērniem sadalīties grupās
- Bērni paši vērtē savu ieguldījumu grupā



Izvērtēt grupu darbu

- Kas izdevās, kas neizdevās?
- Kas izdevās īpaši labi?
- Kas vispār neizdevās?
- Ko nākamajā reizē varētu darīt savādāk?



**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?



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



NODE DATA

Click on a node to show information

DETECT COMMUNITIES

0 communities

Detect communities

Reset

GRAPH SELECTION

Graph 3 - Friends

Graph Selected: Graph 3 - Friends

LEGEND CHART

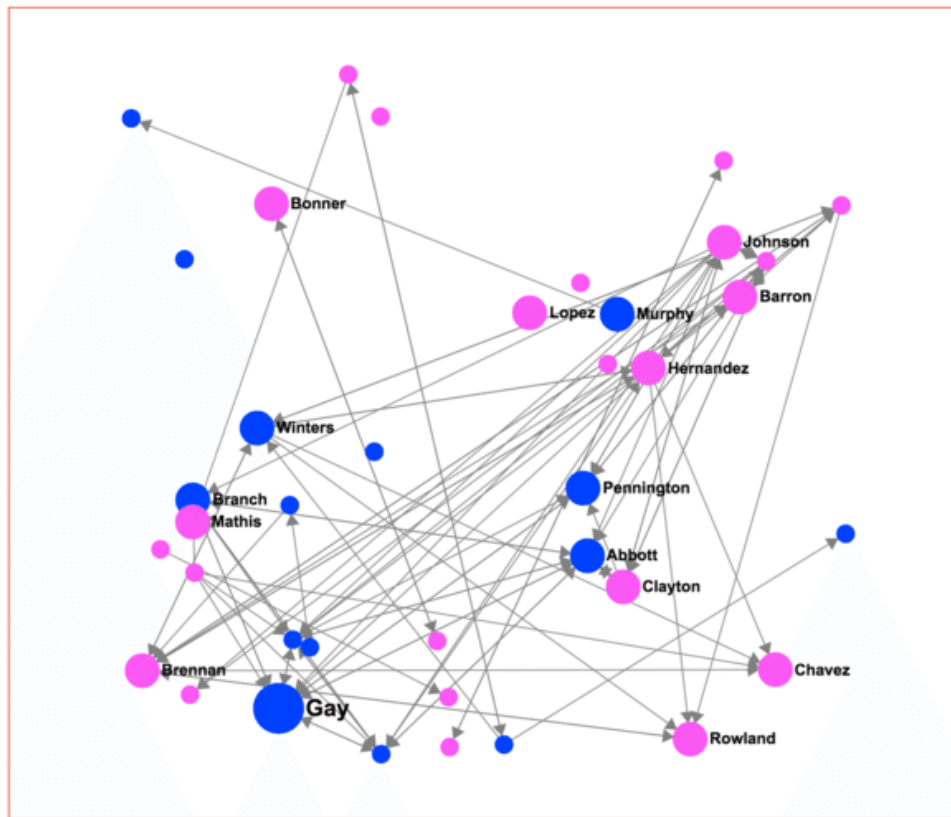
Color: Community / Group

Size: Audit Zone

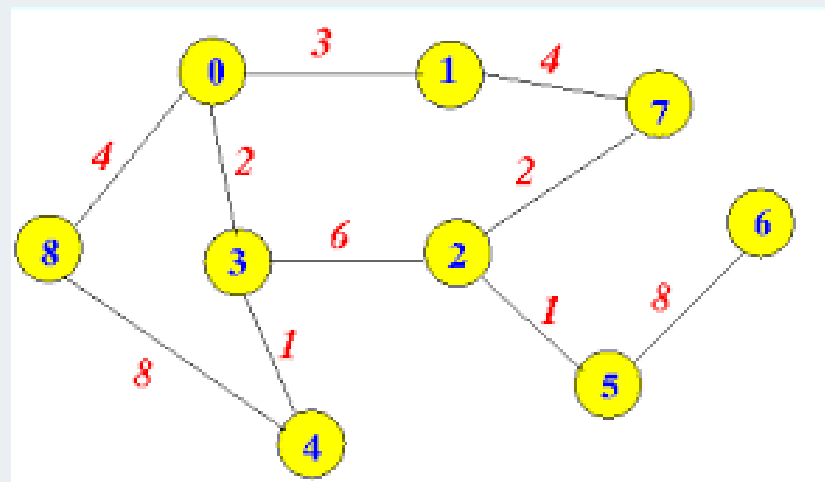
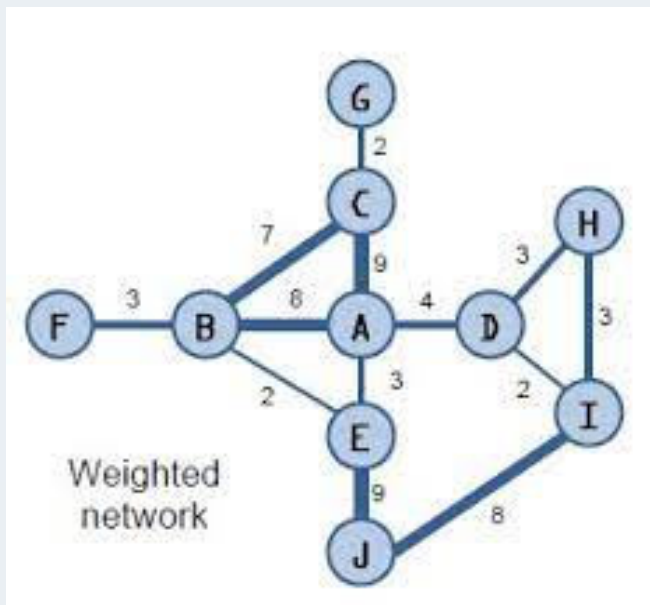
- Smallest: Zone 1
- Small: Zone 2
- Large: Zone 3
- Extralarge: Zone 4 (0 individuals)

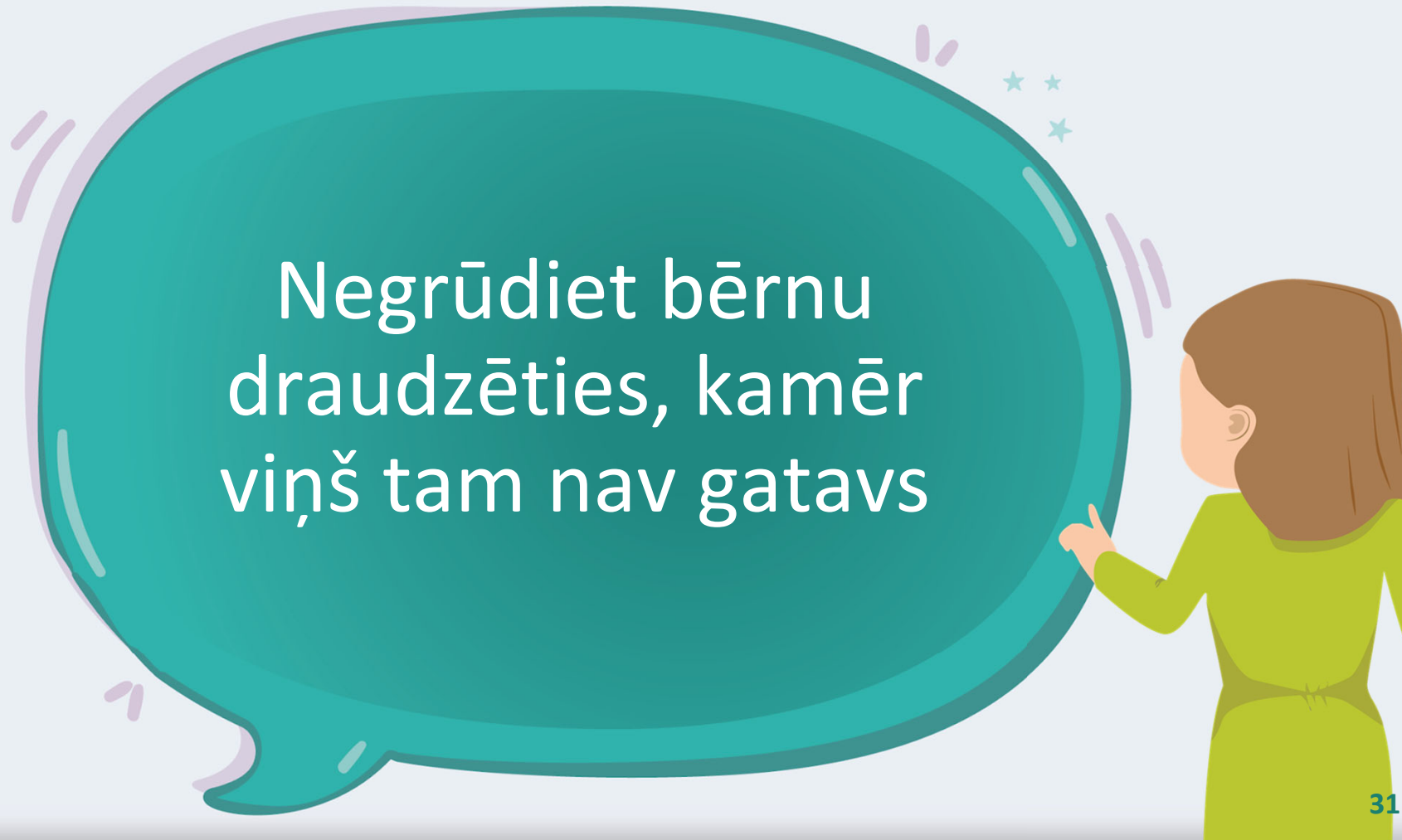
Edges: Friends relationship

SELECTED GRAPH



Grupu dinamika



A woman with brown hair, wearing a green long-sleeved dress, is shown from the side, pointing her right index finger towards a large, teal speech bubble. The speech bubble has a white outline and contains white text. There are small purple and blue decorative marks around the bubble.

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



Uzdodiet jautājumus

- *Kā tu jūties, kad ir tava kārta 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



36

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.

<http://www.lailasprakse.lv/trauksme/sociala-trauksme-sociala-fobija>

37

Sociālā trauksme nav kautrīgums, slinkums



A cartoon illustration of a young boy with brown hair, wearing a green t-shirt and orange pants, looking up with a question mark above his head. He is standing next to a large, purple, irregular speech bubble that contains the text. The background is light blue with some stylized clouds and stars.

«Prāta teorijas» neizpratne

Nefleksibla domāšana



40



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



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



Vingrinājumu un spēļu vērtība

- Viegli uztverama bērna izpratne un rezultāti
- Zinātkāre
- Pacietība
- Interesētība
- Iejūtība
- Uzmanība
- Pozitīvisms
- Empātija
- Tolerance



Jūsu domas



Grūtības izprast sociālos signālus

45

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



51

- 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





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.



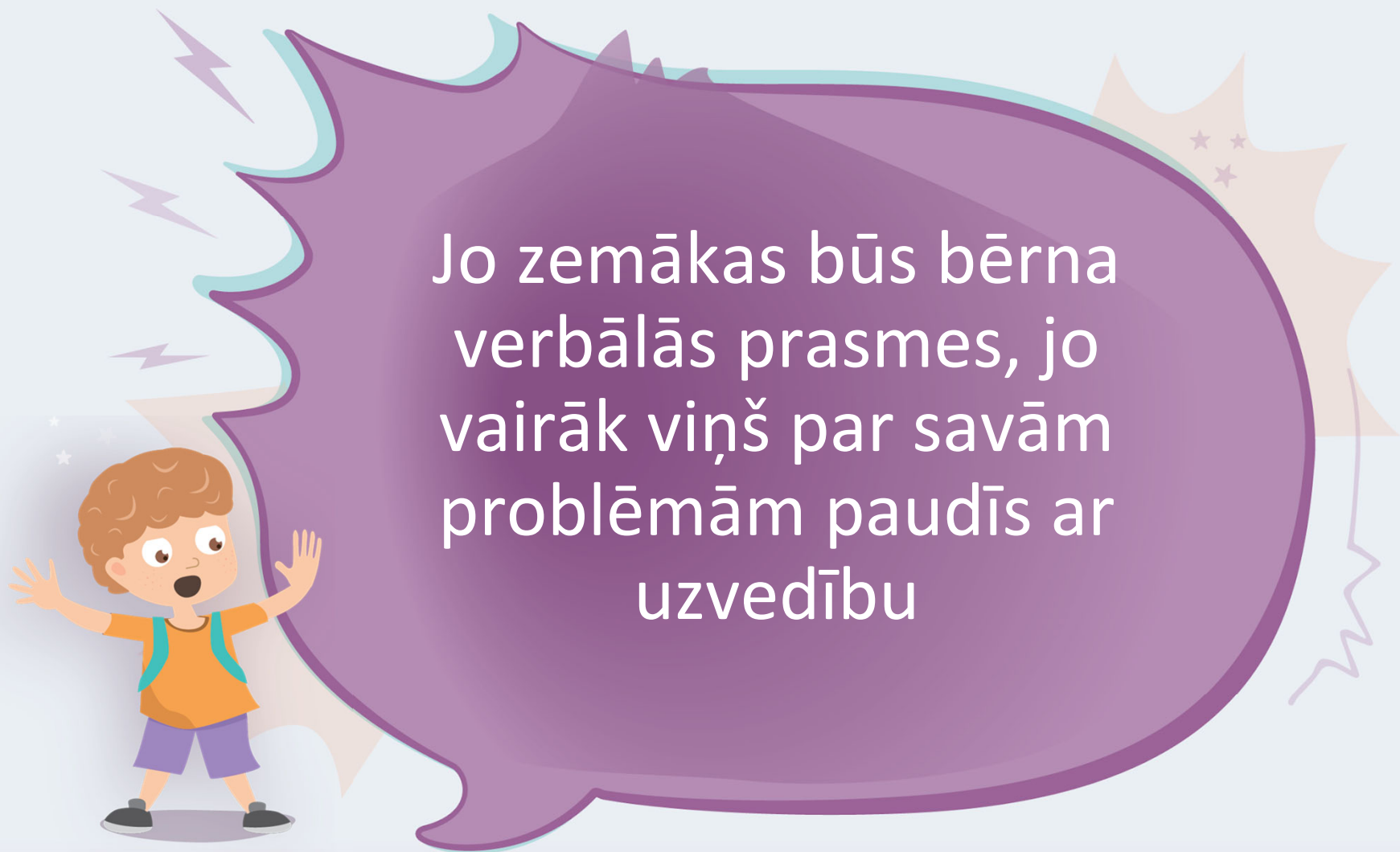
Jautājiet

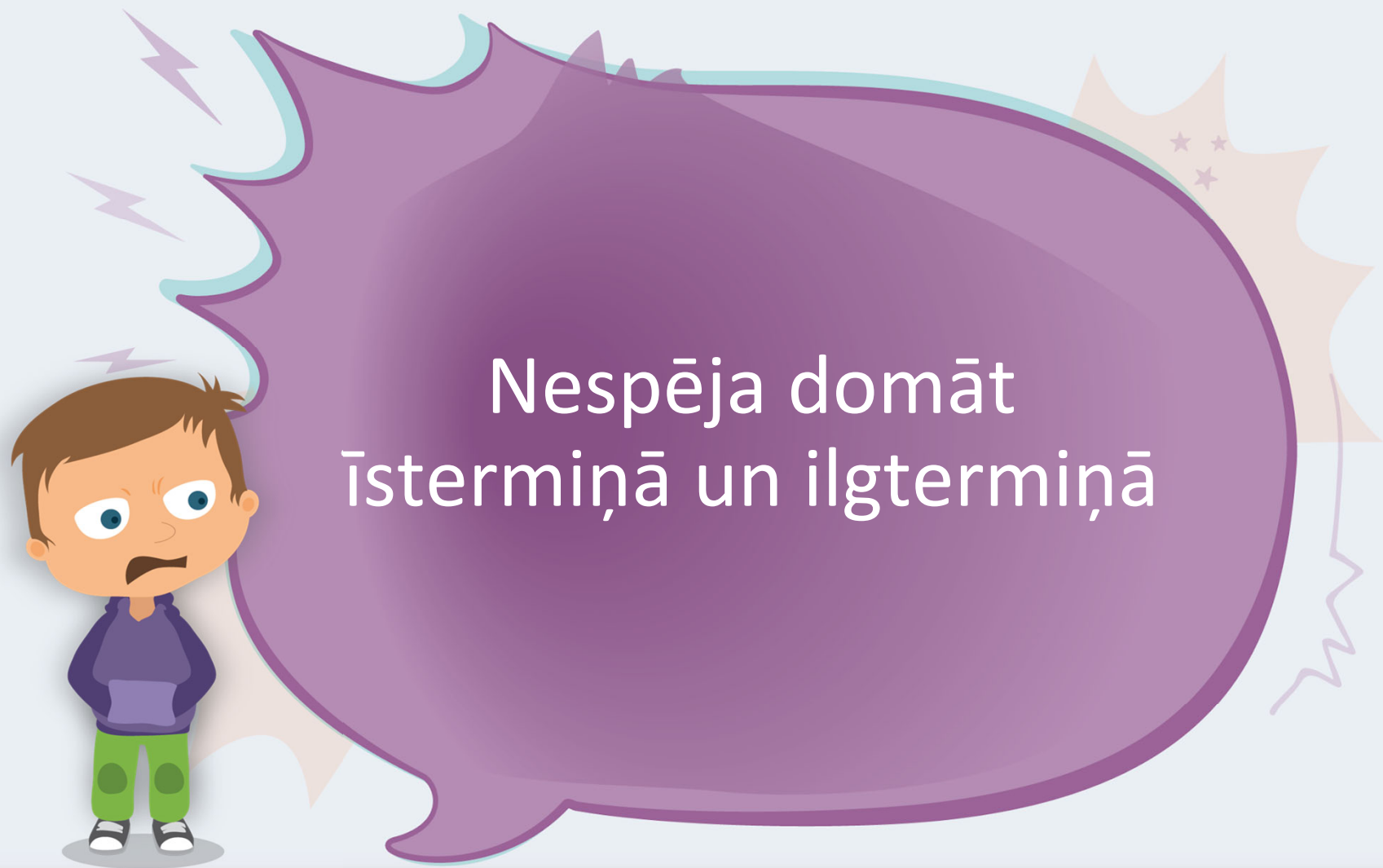
- *Kāda ir tava loma šajā grupā?*
- *Kas ir vajadzīgs, lai grupa būtu veiksmīga?*
- *Kas tev traucē izpildīt uzdevumus?*
- *Ko tu nākamreiz darītu citādāk?*



Varbūt bērnam ir
grūtības saprast
verbālas instrukcijas?





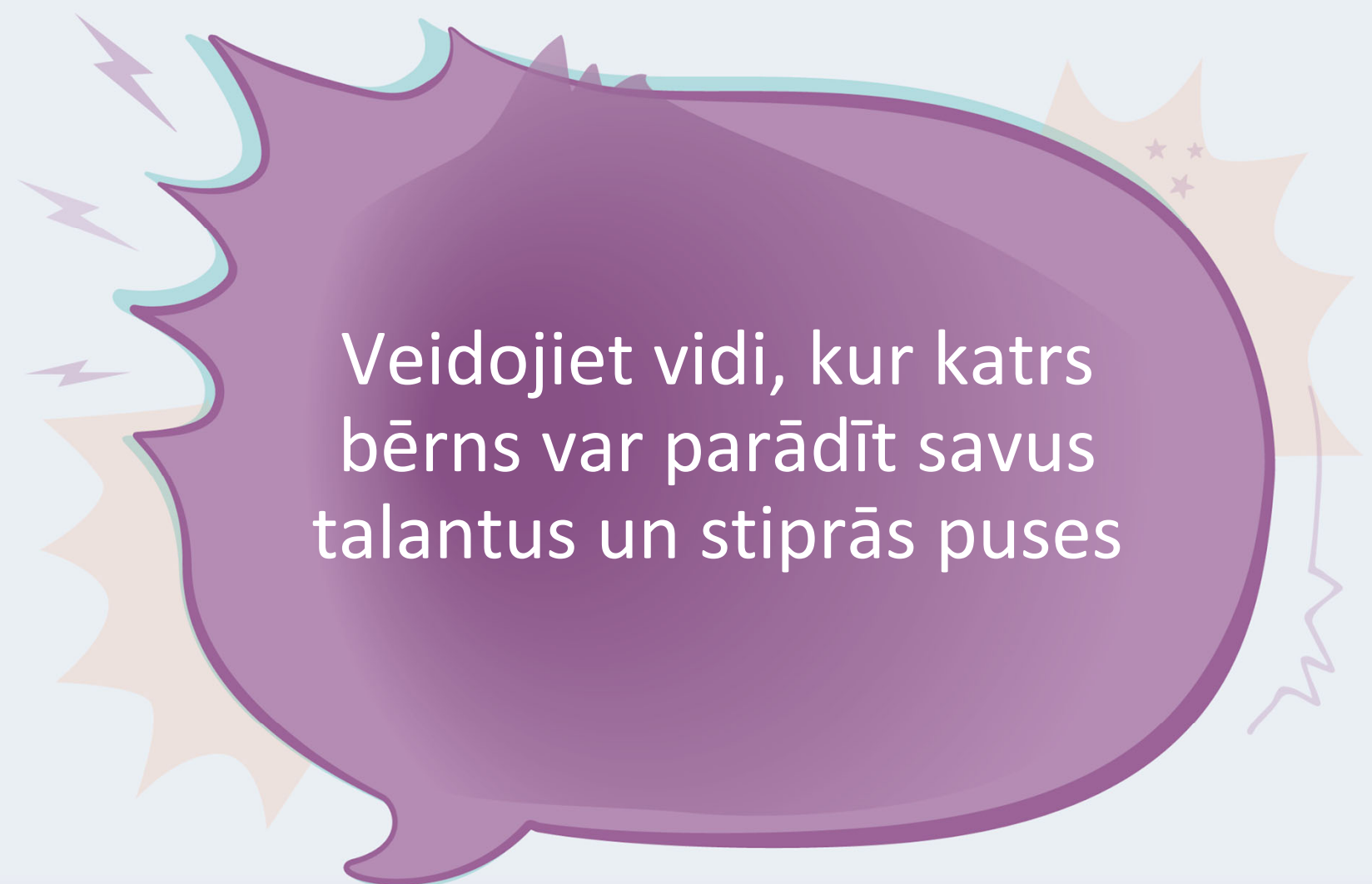


Izteikti opozicionāla uzvedība

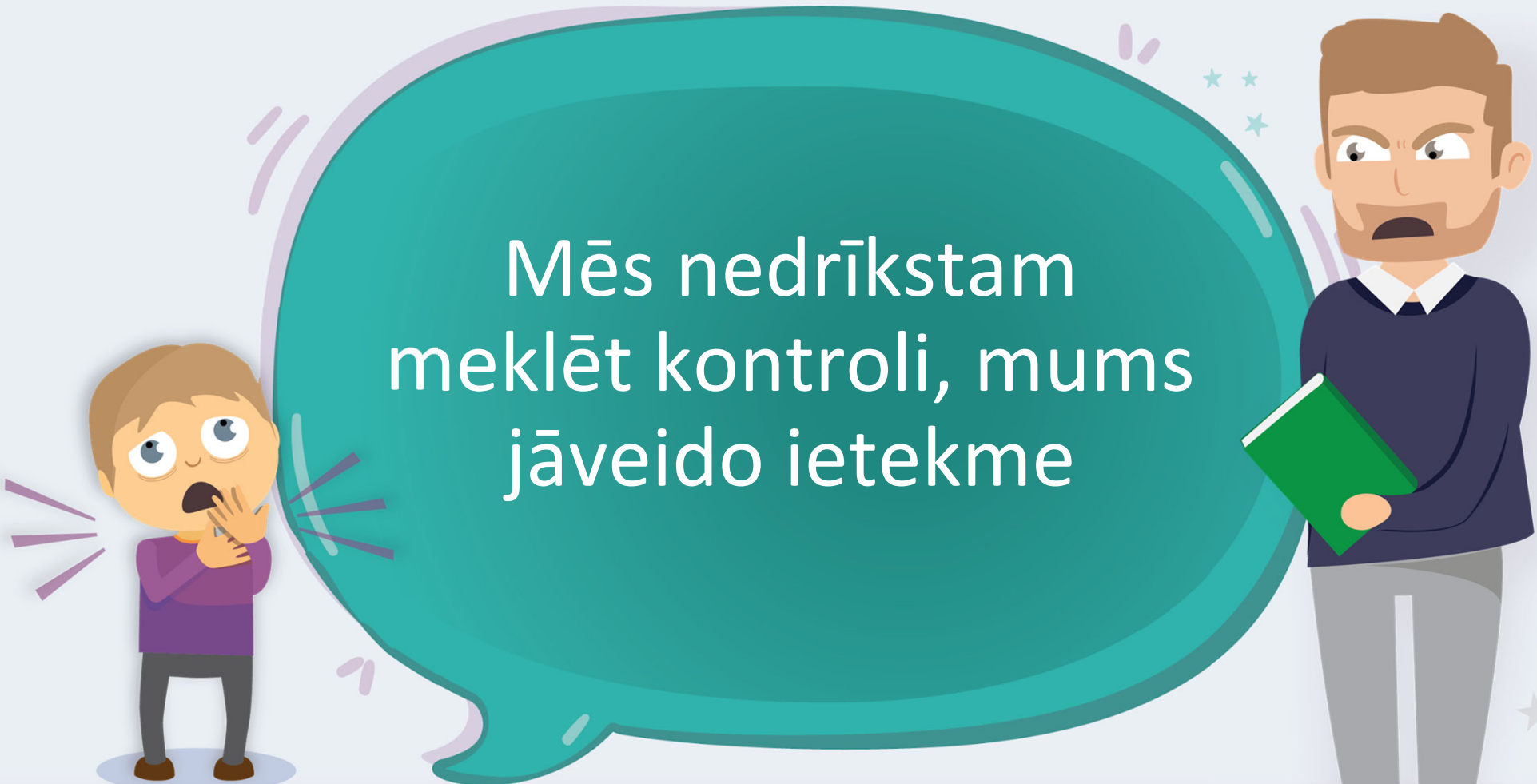


Ir bērni, kuri ātri
iemācās, ka uzvesties
slikti ir izdevīgi





Veidojiet vidi, kur katrs
bērns var parādīt savus
talantus un stiprās puses



Mēs nedrīkstam
meklēt kontroli, mums
jāveido ietekme

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 pieaug,
un tām ir jāpieaug atbilstoši bērna vecumam un spējām*

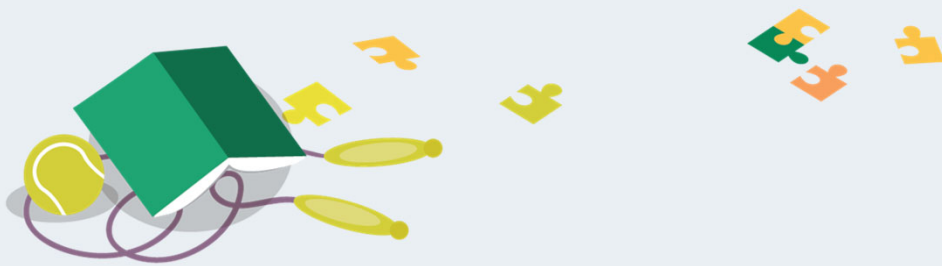


Skaidri formulējiet procesu

- Esiet konkrēti (*nevis «es vēlos, lai jūs iemācītos sadarboties»*)
- Pastāstiet, kāda ir grupas aktivitātes jēga, kāpēc to ir būtiski darīt kopā
- Pārskatiet, vai uzdevums ir pietiekami sarežģīts un apjomīgs, lai bērniem būtu priekšstats, kā to sadalīt grupās
- Vai visiem būs iespējas parādīt kādas savas stiprās puses?
- Informējiet, vai bērni saņems novērtējumu par rezultātu vai arī par procesu
- Precīzi pasakiet termiņus un atgādiniet par tiem



Briefing & Debriefing



Kādas prasmes nepieciešamas
bērnām, lai viņš labi sadarbotos?



- **Klausīšanās prasme** (arī tad, ja sarunu biedrs šķiet kaitinošs, dumjš, garlaicīgs vai citi bērni saka, lai ar viņu nedraudzējas)
- **Impulsu kontrole** (spēja nepārtraukt citus pusvārdā, noklausīties līdz galam, neraut vēlamo mantu ārā no citu rokām utt.)

Vingrinājumi un spēles – kļūdu meklēšana

- Pasaku klausīšanās, aicinot labot kļūdas pieaugušā runā
- Kļūdaina zināmu dziesmu dziedāšana
- Jautāt, kā rīkotos bērna izvēlēts tēls, kurš patīk
- Spēle "Kas es esmu?"
- Klusie telefoni
- Veido stāstu, kurā katru nākamo teikumu izdomā nākošais
- Diskusiju apli
- Spēle "Savā ceļasomā ņemu..."



- **Fleksibilitāte un atvērtība jaunām idejām** (arī tad, ja tās nav viņa idejas)

Vingrinājumi un spēles - mainīšanās

- Mainīšanās vietām – lomu maiņa (vecāki ar bērniem, skolotāji ar bērniem utt.)
- "Mainās vietām tie, kuri šorīt iztīrīja zobus!" utml.
- Lokācijas maiņa (pusdienas kā pikniks vai arī pamainīt vietas, kur sēž pie galda)



- **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).

Vingrinājumi un spēles - emocijas

- Otra domu uzminēšana
- Emociju kartītes - iepazīt tās, mēģināt skaidrot, kad tās izjūstas
- Izvelkot emociju kartīti, jāizveido statuja – pārējiem jāuzmin attēlotais
- Jautāt «*Kā jūties?*», kad izskatās aizdomājies
- Ieklausīšanās apkārtējos
- Skatoties filmu, jautāt, “*Kādēļ tā notika?*”; “*Kā viņš/a varētu justies?*» utt.
- Zīmēt emociju mošķīti (kādas krāsas ir emocijām, kādas izjūtas tam piemīt)



Jūsu domas

- **Atvērtā un pozitīva neverbālā komunikācija** (ir bērni, kuri izskatās dusmīgi, nobijušies, skumji, neieinteresēti, vienaldzīgi, nedraudzīgi, kaut tādi nav)

Vingrinājumi un spēles - kustības

- «Spogulis»
- «Diena un nakts»
- «Jūra viļņojas»
- Plaukstu sišana, kas ietekmē bērnu kustēšanos mūzikas ritmā
- Ritma vai kustību vilcieniņš
- Kustību atkārtošana mūzikas ritmā



Jūsu domas

- **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.
- **Spēja saprast cita cilvēka perspektīvu** (kāpēc viņi dara tieši tā un ne citādāk), spēja respektēt to, ka cits var domāt citādāk, rīkoties citādāk. Tā ir īstena nākotnes līdera īpašība

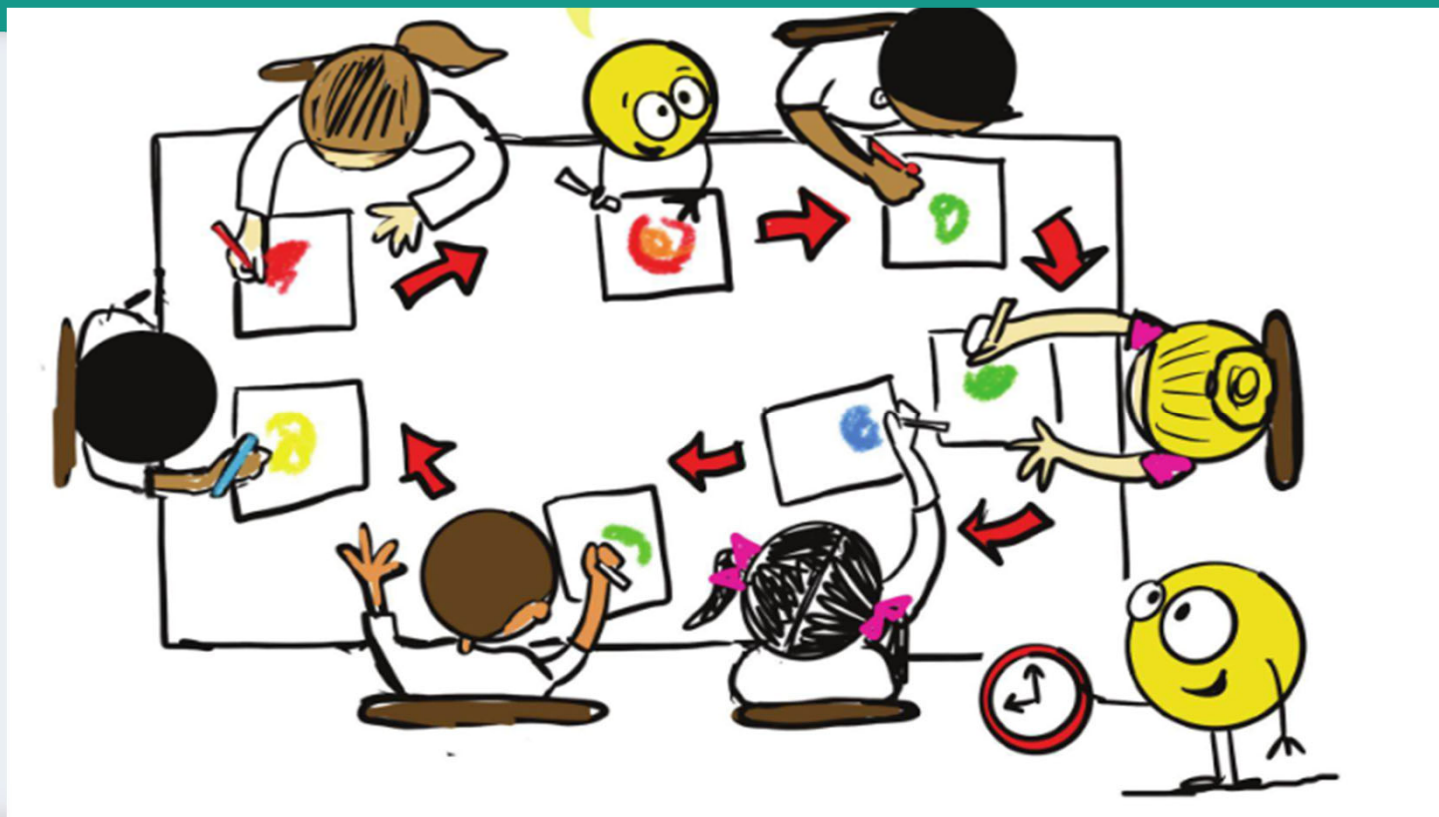
Vingrinājumi un spēles

- Zīmēšanas ķēde
- Story Cubes, Dominion, Miro
- Lēnāk brauksi, tālāk tiksi
- Akmentiņa padošana slēptā plaukstā
- Ādamam bij' septiņ dēli
- Lomu spēles ar bērna izvēlētām mantā
- Saskatīt cita grupas biedra acu krāsu



Jūsu domas

Zīmēšanas ķēde



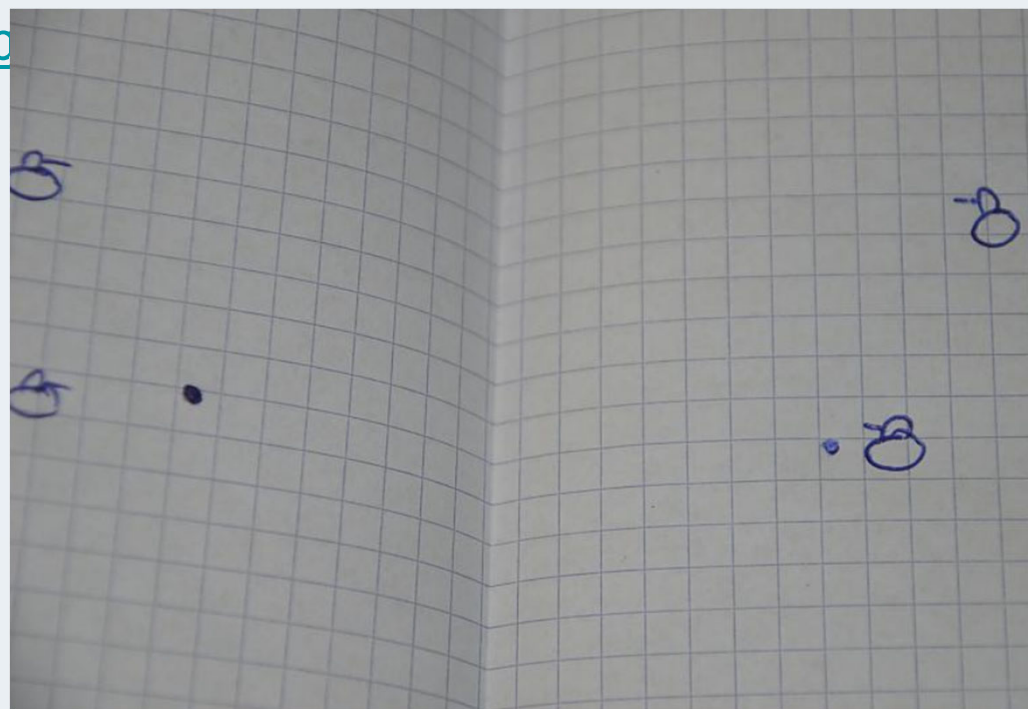
79

- **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.

Būvējiet lielus projektus, kur nepieciešams lūgt citu palīdzību

- Spēlējiet zīmēšanas spēles kopā <http://ko-tavi-senci/795330/1/2>
- Gigi bloks
- Zīmēšana uz tapešu ruļļiem
- Sienu apkrāsošana



Spēlējiet kopā spēles

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

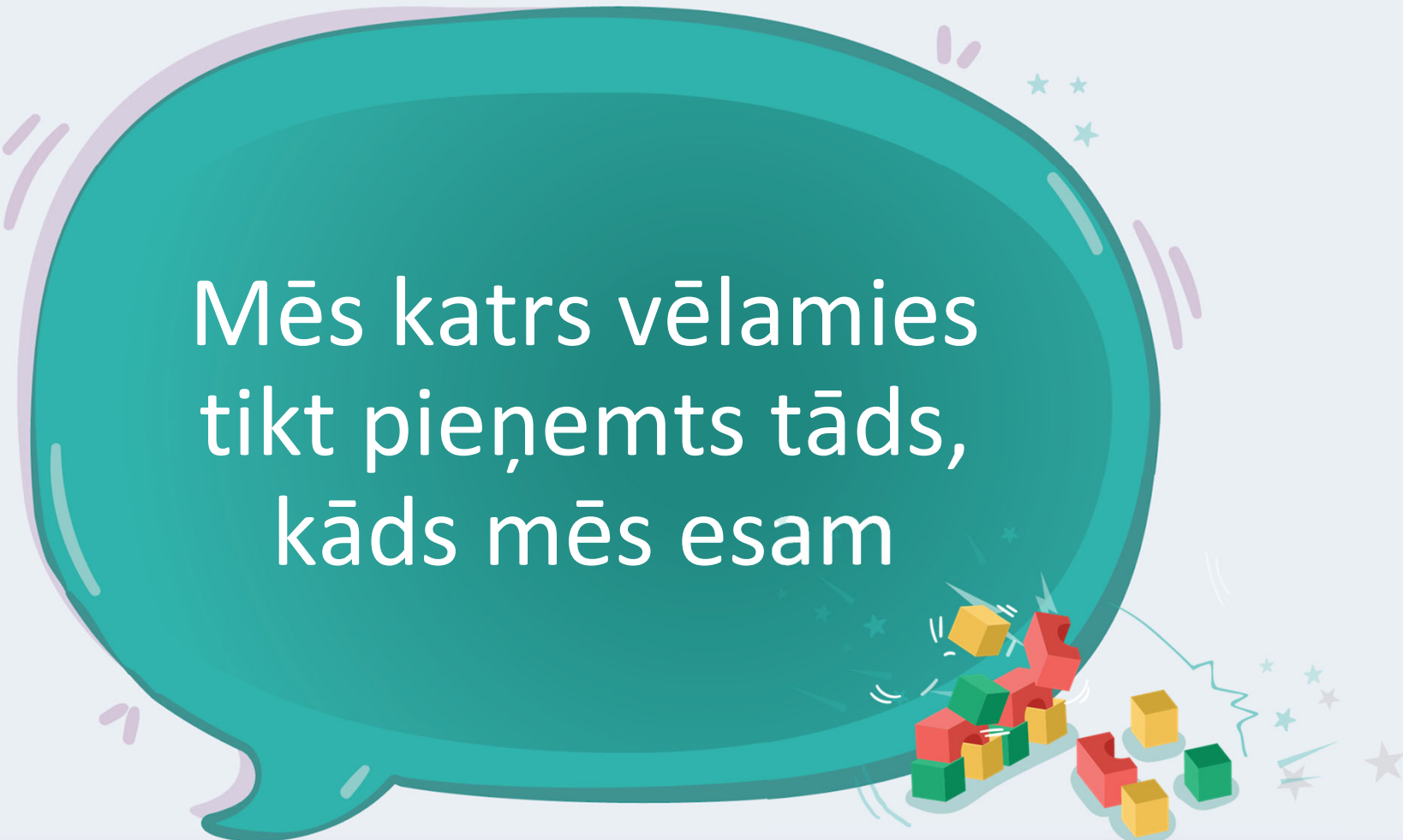


Kāpēc nepieciešama sadarbība?

- Kopā jautrāk
- Nav vientulības sajūtas
- Vairāk var izdarīt
- Vieglāk sasniegts mērķi
- Viens otru var papildināt
- Patīkamāka komunikācija
- Mācās izteikt un uz klausīt viedokli
- Drošības sajūta



Jūsu pārdomas



Mēs katrs vēlamies
tikt pieņemts tāds,
kāds mēs esam

uzvediba.lv

VEBINĀRS

Kā sadarboties ar bērnu,
kurš nesadarbojas?

Jautājumi un atbildes



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

- <https://spoki.lv/spele/Speles-uz-papira-jeb-ko-tavi-senci/795330/1/3>