

Pirmslaulību mācību programma personām, kuras  
vēlas reģistrēt laulību dzimtsarakstu nodaļā

## **Laulības tiesiskie, psiholoģiskie, ētiskie un sadzīves aspekti**

Metodiskais materiāls programmas satura modulim  
**Vecāku pienākumi un atbildība ģimenes  
plānošanas un bērnu audzināšanas procesā**

## Saturs

Metodiskais materiāls kursu dalībniekiem

<i>Terminu lietojuma skaidrojums</i> .....	3
<i>Bērnu attīstība un tās veicināšana vecumposmu iezīmju kontekstā</i> .....	4
<i>Ģimenes un bērna agrīnā interakcija (mijiedarbība). Audzināšanas, īpaši emocionālās audzināšanas nozīme bērna attīstībā</i> .....	10
<i>Bērna sociālās attīstības loma mācīšanās procesā un sekmīgā integrācijā sabiedrībā</i> .....	12
<i>Ieteicamie avoti tēmu padziļinātai apguvei</i> .....	13

Metodiskais materiāls pasniedzējam

<i>Bērna attīstība, tās veicināšana vecumposmu īpatnību kontekstā un emocionālās audzināšanas loma šajā procesā</i> .....	14
<i>Ģimenes un bērna agrīnā interakcija. Audzināšanas, īpaši, emocionālās audzināšanas nozīme bērna attīstībā</i> .....	17
<i>Bērna sociālās attīstības loma mācīšanās procesā un sekmīgā integrācijā sabiedrībā</i> .....	19
<i>Apgūto prasmju pašnovērtējums. Refleksija</i> .....	21
<i>Aptaujas anketa</i> .....	22

## Terminu lietojuma skaidrojums

<b>Bērna attīstība</b>	Process, kas aizsākas, savienojoties tēva sēklas šūnai un mātes olšūnai, un noslēdzas ar jaunā cilvēka dzimumbriedumu
<b>Embrionālais periods</b>	Grūtniecības periods, kas ilgst līdz astotajai grūtniecības nedēļai. šī perioda laikā kopumā attīstās ķermeņa orgāni un bērna attīstība ir visvairāk apdraudēta
<b>Sociālā pediatrija</b>	Zinātne par bērna un sabiedrības, kā arī par sabiedrības radītās apkārtējās vides mijiedarbību
<b>Kustību stāvokļa reakciju diagnostika</b>	Mainot zīdaiņa stāvokli telpā, viņš atbilstoši savam vecumam un attīstībai demonstrē noteiktu kustību reakciju, pēc kuras var spriest par atbilstību starp bērna vecumu un attīstību
<b>Embriogēnēze</b>	Dīgļrade. Embrija attīstības process, kas saistīts ar audu ģenētiski nosacītu diferencēšanos
<b>Interakcija</b>	Mijiedarbība
<b>Psihomotorā attīstība</b>	Psihomotorā attīstība ir bērna intelektuālo un kustību prasmju kvalitatīvas izmaiņas un pilnveidošanās. Psihomotorā attīstība kopā ar citiem attīstības rādītājiem atspoguļo bērna bioloģisko briedumu, īpaši viņa dzīves pirmajos mēnešos un gados
<b>Intrauterīnā attīstība</b>	Bērna attīstības periods mātes dzemdē
<b>Preverbālais periods</b>	Bērna pirmsvalodas periods
<b>Fetālais periods</b>	Grūtniecības periods, kas ilgst no astotās grūtniecības nedēļas līdz bērna dzimšanai

## **Bērnu attīstība un tās veicināšana vecumposmu iezīmju kontekstā**

Vēsturiski par māti un bērnu rūpējusies ģimene. Pašlaik piedzīvojam laiku, kad vecāku dažādu problēmu dēļ: bezdarbs vai gluži pretēji - darbā pavadīts pārlietu ilgais laiks mazina iespēju veltīt laiku savam bērnam. Rodas dažādas atkarības, pazeminās izglītības līmenis, u.c.. Tādējādi ģimene un tās pozitīvā loma tiek degradēta.

Arī izglītības iestādēs strādājošo pedagogu vidū ir profesionāļi, kuri nereti par savu sūtību uzskata nevis katra bērna individuālu optimālu attīstību, bet bezpersoniska un nereti konkrētam bērnam neadekvāta mācību plāna realizāciju. Rezultātā pieaug to skolnieku skaits, kuri jau sākumskolas periodā atsakās iet uz skolu.

Šī moduļa mērķis ir izglītot topošo ģimeni, padarot to stiprāku.

**Visiem vecākiem visfascinējošākais bērņā ir viņa attīstība.** Tieši tas atšķir bērnu no pieaugušā, kura fiziskā attīstība jau ir beigusies.

Bērņa attīstība aizsākas brīdī, kad tikko apauglota olšūna mums nezināmu iemeslu dēļ sāk nepārtraukti dalīties. Dalīšanās rezultātā rodas miljoniem jaunu šūnu, kas formējas par audiem. To sauc par augšanu, jo tiek izveidots vairāk substances, nekā noārdīts.

Attīstība izpaužas kā augšanas un diferencēšanās mijiedarbība. Augšanas pamatā ir šūnu vairošanās, taču strukturēta augšana iespējama tikai vienlaicīgas diferencēšanās gadījumā, kas nodrošina orgānu, orgānu sistēmu un visbeidzot arī funkciju un funkcionālo jomu specializēšanos.

Bērņa noteiktās attīstības stadijās vienmēr sastopamas tipiskas attīstības pazīmes, kas attiecināmas uz bērna fizisko veidolu, kā arī uz viņa funkcionālajām spējām.

Bērņa attīstība ir nepārtraukts, pastāvīgi progresējošs process, kas norisinās sev raksturīgā veidā: no mazāk specializētā uz vairāk specializēto, no zemākas funkcionēšanas bāzes uz augstāku.

**Pirmās astoņas nedēļas bērna attīstībā tiek dēvētas par embrionālo periodu,** kura laikā risinās būtiskākie ķermeņa veidošanās procesi. Piemēram, 23. grūtniecības dienā sāk pukstēt sirds.

**Periodu pēc astotās grūtniecības nedēļas līdz dzimšanas brīdim sauc par fetālo periodu** un šajā laikā ķermeņa veidošanas procesi tikai pilnveidojas.

Par bērna attīstības „pulksteņa” precīzo darbību liecina ne tikai tas, ka pēc noteikta laika ir sasniegts noteikts attīstības līmenis, bet arī tas, ka pēc šī attīstības līmeņa var spriest par bērna galīgo attīstību.

Starp augšanu un diferencēšanos pastāv savstarpēja sakarība: augšana rada un veicina diferencēšanos, bet diferencēšanās gluži pretēji - kavē augšanu.

Šī iemesla dēļ agrīnajiem attīstības periodiem raksturīga strauja augšana ar lielu pielāgošanās un pārkārtošanās spēju jeb plasticitātes fenomenu.

Piemēram, tikko apaugļotai olšūnai vēl piemīt tāda piemērošanās un pārveidošanās spēja, ka tā var radīt vēl otru tādu pašu cilvēku - vienolas dvīni. Jau nākamajās attīstības stadijās tas vairs nav iespējams, jo šajās fāzēs no vieniem un tiem pašiem pirmaudiem sāk veidoties dažādi orgāni, piemēram, smadzenes, sirds, aknas un plaušas - vieni audi spēj attīstīt atšķirīgus orgānus.

Spēja pārveidoties saglabājas tikai tik ilgi, kamēr kāds noteikts orgāns un tā funkcija nav līdz galam specializējies un izveidojies.

Sekas parasti ir jo smagākas, jo agrāk bērns tiek pakļauts kādai no kaitīgām ietekmēm. It īpaši tas attiecas uz centrālo nervu sistēmu un mācību procesiem, kas tur notiek.

Savukārt, bērnam, kurš savā attīstībā atpaliek, **lielās spējas pielāgoties un pārkārtoties, it īpaši pirmajā dzīvības gadā, nodrošina vienreizēju iespēju panākt situāciju, ka iedzimtais vai agrīni iegūtais traucējums vai bojājums nekļūst par iemeslu invaliditātei. Šīs iespējas izmantošana ir efektīvas bērna atveseļošanas pamatā.**

Tā kā vecāki, īpaši mātes, diennakts laikā vēro savus bērnus ievērojami ilgāku laiku nekā citi cilvēki, gadījumos, ja viņi ir kompetenti jautājumos par bērna attīstību, viņi var agrīni pamanīt attīstības traucējumus un vērsties pēc palīdzības pie bērnu ārsta. Lai izglītotu vecākus, 1978. gadā vācu bērnu ārsts profesors Teodors Helbruge (*Theodor Hellbrügge*) un viņa komanda no Minhēnes Bērnu centra uzrakstīja grāmatu „Pirmās 365 dienas bērna dzīvē”, kas tulkota un izdota 34 dažādās valodās, tanī skaitā 2000. gadā arī latviešu valodā. Teodors Helbruge pieļauj secinājumu, ka cilvēkbērna agrīnā attīstība visā pasaulē, visās kultūrās un visās nācijās norit praktiski identiski.

Šajā grāmatā vecāki tiek informēti par bērna normālu attīstību, iepazīstinot viņus ar ikmēneša raksturīgākajiem bērna sasniegumiem sekojošās jomās: rāpošanā, sēdēšanā, staigāšanā, tveršanā, cēloņu un seku likumsakarību izprašanā, aktīvajā runā un runas izprašanā, kā arī sociālajā attīstībā. 70 krāsaini attēli un zīmējumi uzskatāmi ļauj vecākiem salīdzināt sava bērna attīstību ar normas variantu. Par normālu attīstību tika uzskatīti tie bērnu ikmēneša sasniegumi, kurus spēja veikt 90% no 1600 Minhēnes pediatru apsekotajiem bērniem. Tas nozīmē, ka liela daļa vecāku, izvērtējot sava bērna attīstību, nonāk pie patīkamas atziņas, ka viņu bērns attīstās labāk nekā aprakstīts grāmatā, savukārt tie 10% vecāku, kas konstatē palēninātu attīstību, var nekavējoties vērsties pie pediatra, lai noskaidrotu problēmas cēloņus un tos censtos nekavējoties novērst.

Nemot vērā Latvijas Universitātes Medicīnas fakultātes Sociālās pediatrijas centra veiktā pētījuma rezultātus, 27 no 155 divu līdz četru gadu vecuma bērnu vecākiem un 9 no 61 piecu līdz septiņu gadu vecuma bērnu vecākiem bija šo grāmatu izlasījuši. Savukārt no grāmatu izlasījušo vecāku anketēšanas rezultātiem izriet, ka viņi 100% uzskata, ka tā palīdzējusi nekavējoties vērsties pēc palīdzības pie pediatra.

Mainot zīdaiņa stāvokli telpā, atbilstoši savam vecumam un attīstībai, tas demonstrē noteiktu kustību reakciju, kuru izvērtējot var spriest par atbilstību starp bērna vecumu un attīstību, kā arī par attīstības traucējumiem.

Slavenais čehu neirologs profesors Vaclavs Vojta (*Vaclav Voita*) papildināja pediatrijā pazīstamās kustību stāvokļu reakcijas un izstrādāja kustību stāvokļa reakciju diagnostikas sistēmu, tajā iekļaujot 7 kustību stāvokļa reakcijas: trakcijas, Landau (*Landau*), aksilārās turēšanas, horizontālās un vertikālās *Kollis (Collis)*, kā arī Peipera - Isberta (*Peiper-Isbert*) reakcija un Vojta reakcija, kas ļauj atpazīt kustību sfēras traucējumus pirms to redzamas izpausmes un nekavējoties uzsākt adekvātu terapiju, kas dotu iespējas slimībai neizpausties, vai arī to piedzīvot vieglākā formā.

Kustību sfēras traucējumu korekcijai profesors Vaclavs Vojta izstrādāja efektīvu ārstniecības metodi, kas pazīstama kā „Vojta terapija”. Tā netrenē atsevišķas motorikas komponentes, kā, piemēram, iešanu vai tveršanu, bet gan drīzāk centrālās nervu sistēmas līmenī „pamodina” un ļauj realizēties iedzimtai ontoģenētiskai kustību programmai. Tā ietver muskuļu harmonisku darbību, kas veselam bērnam ir pašsaprotama. Terapijas efektivitāti nosaka agrīna tās uzsākšana - optimāli uzreiz pēc piedzimšanas, vēlākais līdz 4. dzīvības mēnesim. Terapijā apmācīti vecāki ir ļoti efektīvi terapeiti.

## **Bērna attīstības vecumposmu iezīmes un sensitīvās fāzes bērna attīstībā**

**Bērna attīstība ir atkarīga no tā, cik lielā mērā ģimene spēj būt pozitīvā emocionālā un fiziskā mijiedarbībā ar bērnu.**

Jaundzimušais burtiski tiecas sadarboties ar pieaugušo. Šī perioda emocionālās reakcijas ir nediferencētas. Dažādi stāvokļi - izsalkums, apslāpināšanās - izraisa uzbudinājumu, kas izpaužas kustību aktivitātē. Uzbudinājumam pieaugot, bērns raud, kliez. Aptuveni trīs mēnešu vecumā veidojas sarūgtinājums un apmierinājums. Pēc tam no sarūgtinājuma diferencējas dusmas, ceturtajā mēnesī - riebums, piektajā - bailes. Savukārt, no apmierinājuma - prieks un sociālā pieķeršanās. Pirmās simpātiju jūtas pret tuvāko pieaugušo veidojas uz apmierinājumu izraisošu, patīkamu izjūtu bāzes, nodrošinot “pieķeršanās fenomenu”, kas turpmākajā dzīvē ietekmē cilvēka priekšstatus un attieksmi pret līdzcilvēkiem un pasauli. **Nodrošinot pieķeršanās fenomenu, vecāki attīsta bērnā drošības izjūtu.**

Sociālo saišu pārrāvums starp bērnu un viņam tuvajiem cilvēkiem minams kā viens no emocionālās atsvešinātības iemesliem. Šādu bērnu raksturo vienaldzīga attieksme pret sabiedrību, destruktīvas tieksmes un sliktas sekmes mācībās.

### **Agrīnās bērnības vecumposms (no 2 līdz 4 gadiem)**

Vadošā darbība šajā vecumposmā ir spēle (rotaļa), un vecāku galvenais uzdevums ir nodrošināt bērna attīstībai labvēlīgas, sakārtotas priekšmetiskās vides klātbūtni, kā arī personīgo paraugu, jo bērns mācās darbojoties kopā ar pieaugušo, atdarinot tieši pašas darbības.

Bērnā sāk attīstīties pašapziņa, viņš apjauš, ka var būt fiziska šķiršanās no mātes, kas bērnam rada gan nevēlēšanos to darīt, gan arī bailes. Šī vecuma bērns no sabiedrības uztver to, kas piesaista viņa uzmanību un spēj emocionāli reaģēt tikai uz to, ko uztver tieši - par pagātni vai nākotni vēl nespēj nedz priecāties, nedz bēdāties. Bērns saprot prasības un ierobežojumus, izkopj pašapkalpošanās iemaņas, kārtības un tīrības izjūtu. Vecāku nekonsekventa rīcība, skarba kritika un darīšana bērna vietā vairo bērna nedrošību, izraisot šaubas gan par vecāku taisnīgumu, gan paša varēšanu. Tā tiek pavairota bērna atkarība.

### **Pirmskolas vecumposms (no 4 līdz 7 gadiem)**

Šajā vecumposmā bērns ir atkarīgs no mātes emocijām un cenšas imitēt māti, kā arī citus ģimenes locekļus.

Bērnā spēlējot lomu un sižeta rotaļas un komunicējot ar pieaugušajiem, kā arī vienaudžiem, norit cilvēcisko attiecību tālākā apgūšana un bērna adaptācija vidē ārpus ģimenes (bērnu dārzā, bērnu pulciņā, u.c.). Sekmīgu rezultātu var sagaidīt tad, ja šī adaptācija saistīta ar pozitīviem emocionālajiem pārdzīvojumiem un bērns neizjūt pārmērīgas negatīvas emocijas: sāpes, bēdas, ciešanas, briesmas. Attīstās tendence darboties patstāvīgi, taču līdzīgi tam, kā to dara pieaugušais, jo tas joprojām ir paraugs. Pirmskolas jeb 3 - 6 gadu vecumā bērni sasniedz to attīstības stadiju, kad tēvs un māte viņam šķiet visjaukākie cilvēki pasaulē. Zēni sāk apzināties savu piederību vīriešu dzimtai, tādēļ visiem spēkiem cenšas līdzināties tēviem gan uzvedībā, gan interesēs un ārējā izskatā. Līdzīgi rīkojas meitenes attiecībās ar mātēm. Paralēli sava dzimuma apzināšanai (seksuālai identitātei) pirmo reizi rodas simpātijas pret pretējā dzimuma vecākiem (dēls - māte, meita - tēvs) un nepatika pret tā paša dzimumam vecākiem (dēls - tēvs, meita - māte). Caur atdarināšanu gan izskatā un uzvedībā, gan apģērbā, lietojot vecāku izteicienus sarunājoties, bērni cenšas apliecināt savu mīlestību. Svarīgākais motīvs darbībai vai arī spējai no tās sevi atturēt ir uzslava un vājāks motīvs ir vēlme izvairīties no soda.

## Jaunākais skolas vecumposms

Šajā vecumā bērni ir īpaši kustīgi, iegūst daudz vairāk traumu, kā citos vecumos, tāpēc pieaugušajiem nevajadzētu bērniem likt ilgstoši sēdēt mierā un vajadzētu atrasties bērnu tuvumā, lai tā kompensētu bērniem iztrūkstošo paškontroles spēju. Bērniem jau 7 gadu vecumā raksturīga asa un svaiga uztvere, zinātkāre un spilgta iztēle. Dominējošo vietu kognitīvajā sistēmā sāk ieņemt domāšana. No domāšanas attīstības līmeņa ir atkarīga citu funkciju attīstība. Bērni šinī vecumposmā spēj koncentrēties darbam uz 10 - 20 minūtēm. Aprūtināta ir uzmanības pārslēgšana no viena mācību uzdevuma uz otru. Skolotājam ir jāpalīdz bērnam iemācīties vadīt savus psihiskos procesus, nevis prasīt, lai viņš iemācītos kādus konkrētus faktus.

Mācību rezultāti ir atkarīgi no bērna motivācijas, no tās psihosociālās vides, kurā viņš aug.

Skolas sākums ir emocionāli saspringts brīdis visiem bērniem, neatkarīgi no tā, vai viņi to ārēji izrāda vai nē. Izpaušmes var būt gan kaprīzes, gan agresivitāte, raudulība, miega traucējumi u.c.. Bērnam, normāli adaptējoties skolas vidē, šiem simptomiem būtu jāizzūd 1,5 - 2 mēnešu laikā. Ja šajā laikā tie neizzūd, tad ir jāmeklē speciālista palīdzība, lai noskaidrotu, kāpēc tā notiek.

Sociāli neapmierinātie bērni ir agresīvi, huligāniski, mazāk izpalīdzīgi un citu cilvēku uzvedību interpretē kā naidīgu vai sevi apdraudošu. Stress, kas rodas nelabvēlīgā vidē, ir viens no faktoriem, kāpēc bērniem ir sliktākas sekmes skolā.

## Pusaudžu vecumposms

**Sākas dzimumnobriešana**, ko nosaka endokrīnās izmaiņas organismā. Zēniem garuma pieauguma maksimums vidēji ir 13 gados, parasti tas beidzas 15 gados, reizēm turpinās līdz pat 17 gadiem, bet meitenēm - augšanas maksimums parasti sākas un beidzas 2 gadus ātrāk nekā zēniem, tātad, 11 - 13 gados. 13 - 14 gados savukārt ir raksturīga nespēja izturēt ilgstoši vienvēidīgu darbu. Krītas arī fiziskā izturība. Zēniem šajā vecumā bieži ir novērojama paaugstināta kustību aktivitāte. Meiteņu uzvedību savukārt būtiski var ietekmēt tās hormonālās izmaiņas, kas saistās ar menstruāciju sākumu, t.s. pirmsmenstruālais sindroms. Hormonālās izmaiņas ietekmē emocionālo stāvokli, tāpēc visbiežāk novērotās izmaiņas ir raudas bez iemesla, neadekvāta apvainošāšanās. Pusaudžiem kļūst nozīmīga savas ārienes novērtēšana. Šajā vecumā ir raksturīgs uzskats, ka auguma proporcijām ir jāatbilst noteiktiem savā grupā pieņemtiem etaloniem.

**Uz abstraktās domāšanas bāzes veidojas arī pusaudža vēlme izprast dzīves jēgu.**

Šajā vecumā veidojas noturīga un apzināta uzmanība, taču iespaidu un pārdzīvojumu pārbagātība var izraisīt uzmanības nenoturību, pieaug uzmanības apjoms, arī pusaudža spēja pārslēgt uzmanību no viena objekta vai darbības uz citu. Pusaudža gados **dominējošā ir**



**vēlme būt pieaugušam, tikt atzītam par tādu.** Kā vienu no būtiskākajām šā vecuma īpatnībām var uzskatīt sevis nekritisku pretnostatīšanu pārējiem cilvēkiem un vēlmi apliecināt savu personību, uzskatus, emancipācijas tieksmi - vajadzību atbrīvoties no pieaugušo aizbildniecības. Saskarsme ar vienaudžiem pilnveido un attīsta pusaudzi.

Pusaudži vairāk respektē vecāku reālo darbību, nevis viņu teikto. Daudz nosaka attiecību iepriekšējais raksturs, ģimenes tradīcijas, arī vecāku izglītības līmenis. Ja pusaudzis jutīs vecāku cieņu un mīlestību, pozitīvu attieksmi pret viņu, ir lielāka iespēja, ka viņš vieglāk šīs vērtības iekļaus savā vērtību sistēmā. Kā problemātiska var būt situācija, kad vecāki no sava bērna gaida vairāk panākumu, kā viņš spēj sasniegt, kā arī situācija, kurā vecāki gaida, lai pusaudzis apmierinātu viņu emocionālās vajadzības. Tas var būt ģimenē, kur ir tikai viens no vecākiem, kā arī komunikācijā ar depresīviem, stresa nomāktiem vecākiem, kuri mēģina savos pusaudžos atrast uzticības personas, ar kurām varētu dalīties savās problēmās, taču tās pusaudzis vēl nespēj adekvāti uztvert. Viņi cenšas pusaudžim būt labākie draugi, nevis uzturēt veselīgas bērnu - vecāku attiecības.

Vecāku galvenais uzdevums ir radīt drošu pamatu, lai bērns vai jauniešis varētu doties pasaulē un arī atgriezties, droši zinot, ka viņu gaidīs, atbalstīs gan fiziski, gan emocionāli, mierinās, ja viņš būs satraukts, iedrošinās, ja viņš būs nobijies.

## **Ģimenes un bērna agrīnā interakcija (mijiedarbība). Audzināšanas, īpaši emocionālās audzināšanas nozīme bērna attīstībā**

Mūsdienu dzīves dinamikas rezultātā bieži pievēršam pārāk maz laika savstarpējo attiecību kopšanai. Tas attiecināms arī uz vecāku attieksmi pret bērnu. Pieaugušie bieži uzskata, ka zīdāinis „neko daudz nesaprot”, jo vēl nespēj verbāli paust savu viedokli.

Protams, bērns sava pirmā dzīvības gada laikā nenodrošina tūlītēju optimālu verbālu atgriezenisko saikni ar kontaktpersonu, taču šajā vecumā viņš ar savu maņu orgānu palīdzību krāj iespaidus par pasauli ap sevi, par cilvēkiem un viņu attiecībām, veidojot matrici savam savstarpējo attiecību modelim.

Bieži pieaugušie kļūdās, domādami, ka bērns mācās pēc norādēm. Šī kļūda izpaužas kā ilgstošas pamācošas runas, kuru mērķis ir panākt, lai bērns dara to, kas tiek ieteikts. Nesasniedzot vēlamo rezultātu, pieaugušie kļūst dusmīgi, kas savukārt bieži izraisa bērnu agresīvu uzvedību, jo bērni mācās, sociāli imitējot.

Svarīgi ir nevis tas, ko bērns dzird no pieaugušā, bet gan tas, ko bērns spēj saskatīt pieaugušā rīcībā.

Jāatceras, ka nevaram no bērna prasīt ko tādu, ko viņš nespēj saskatīt mūsos.

Lai izvērtētu vecāku un bērna interakciju, labi noder sekojoša metode: atsevišķi tiek filmēts bērns un, piemēram, māte. Safilmētais materiāls ar speciālas aparatūras palīdzību tiek sinhronizēts un projicēts viena attēla formā uz ekrāna. Materiāla analīze ļauj diagnosticēt to, vai vecāki spēj reaģēt uz bērna sūtītajiem signāliem, kā arī to, cik prasmīgi viņi to dara.

Īpaši nozīmīga interakcijas terapija ir gadījumos, kad nav adekvātas vecāku intuitīvās uzvedības.

Kā riska faktoros jāmin gadījumi, kuros vecāki neprot reaģēt uz bērna sūtītajiem signāliem. Tādējādi tiek traucēta bērna komunikatīvās un kognitīvās sistēmas attīstība. Tikpat nepareiza ir rīcība gadījumos, kad māte smaidot saka vārdu „nē” un bērns, kuram līdz 11 mēnešu vecumam jāiemācās reaģēt uz aizliegumu ar savas darbības pārtraukšanu, reaģē nevis uz teiktā saturu, bet gan uz smaidīgo mātes seju, kas saka „jā”.

### **Emocionālā inteliģence un emocionālā audzināšana**

Emocionālā inteliģence ir spēja noteikt, saprast, izmantot, vadīt un kontrolēt emocijas.

Tā ietver ne tikai spēju izprast mūsu pašu, bet arī citu personu emocijas, motivāciju un vēlmes. Visas dzīves garumā, no bērnības līdz sirmam vecumam, emocionālās inteliģences līmenis

ietekmē uzvedību un mijiedarbību ar citiem: ģimenes locekļiem, draugiem, kolēģiem, svešiniekiem, personām, kuras cienām un kuru cieņu vēlamies izpelnīties un atstāt iespaidu, arī cilvēkiem, no kuriem baidāmies. Emocionālās inteligences līmenis nosaka to, cik veiksmīga būs saskarsme ar citiem.

#### **Emocionālo inteligenci raksturo 4 pamatkomponentes:**

1. Pašapziņa.
2. Pašsavaldīšanās.
3. Socializēšanās spēja.
4. Attiecību veidošanas spēja.

Attīstot visas šīs komponentes, mēs kļūstam par veiksmīgākiem un piepildītākiem cilvēkiem. Daudzi saista emocionālo inteligenci ar akadēmiskām zināšanām, ar spēku, kas piemīt smadzenēm, apstrādājot un iegaumējot informāciju, kā arī spēju no faktiem izveidot loģiskus secinājumus. Taču ir pilnīgi skaidrs, ka inteligence ir kas vairāk, nekā tikai kails IQ.

Zināmi daudzi piemēri, kad kāds ir akadēmiski spīdošs, absolvējis labākās skolas, taču tā arī nav spējis gūt panākumus savā profesionālajā un privātajā dzīvē, neskatoties uz neskaitāmajām iespējām, kas „gulējušas” pie viņa kājām.

Savukārt - bieži vērojama situācija, kad intelektuāli mazāk spējīgi cilvēki sasniedz ievērojami vairāk. Bieži šāda situācija ir saistīta ar emocionālo inteligenci.

Emocionālās inteligences 4 pamatkomponentes skolā apgūt nevar. Lielākā daļa cilvēku ar augstu emocionālo inteligenci, to attīstījuši, pateicoties ģimenei.

Nav oficiālu studiju kursu, kuros tās varētu uzlabot. Un tomēr, tās ir neatņemamas veiksmes un pašpiepildījuma sastāvdaļas. Šo cilvēku vecāki bijuši ar augsti attīstītu emocionālo inteligenci, un tālāk viņi šo spēju nodevuši saviem bērniem caur mierīgām sarunām pie vakariņu galda, caur vienkāršiem vērojumiem vecāku - bērnu mijiedarbībā, caur tiešu bērnu apmācīšanu. Šādi cilvēki ap sevi pulcina arī draugus ar līdzvērtīgu emocionālo inteligenci, attīstot emocionāli audzinošu psihosociālo vidi.

Tieši bērna un ģimenes adekvāta mijiedarbība nodrošina efektīvu emocionālo audzināšanu un attīsta bērna emocionālo inteligenci.

## **Bērna sociālās attīstības loma mācīšanās procesā un sekmīgā integrācijā sabiedrībā**

Sociālās attīstības uzdevums ir attīstīt bērnam patstāvību un spēju strādāt kopā ar citiem bērniem. Savukārt katrs palīdzēšanas gadījums stimulē bērnam patstāvības attīstību.

Attīstot iekļaujošu vidi, kur veselie bērni var palīdzēt slimajiem, bet slimajiem ir iespēja saņemt palīdzību no vienaudžiem, ieguvēji ir visi. Veiksmīga sociālā attīstība nodrošina bērnam vajadzību bāzi, uz kuras var krāt zināšanas un attīstīt prasmes, lai spētu pašrealizēties.

Mācīšanās grūtību un uzvedības traucējumu biežs cēlonis ir bērna sociālās attīstības problēmas.

Bērniem ir īpaši svarīgi tikt pieņemtiem vienaudžu vidū. Bērnu kolektīvos un masu mēdijos kultivētās agresīvās psihosociālās vides iespaidu rezultātā delinkventa uzvedība var tikt pieņemta par „normālu”. Šāda situācija arī visnotaļ pozitīvus bērnus provocē rīkoties destruktīvi tikai tādēļ, lai iemantotu popularitāti un iegūtu „draugus”. Šo iespaidu mazināšanā liela nozīme ir gudriem vecākiem un prasmīgiem pedagogiem.

Protams, jācer, ka prasmīgu pedagogu deficītu nākotnē neizjutīsim, taču jebkurā gadījumā lielisks risinājums ir integrētu grupu izveide, kurās veselie bērni varētu mācīties kopā ar bērniem, kuriem ir attīstības traucējumi. Saņemot un sniedzot palīdzību, tiek attīstītas humānās tendences konkrētajā vidē un sabiedrībā kopumā.

*Lai pietiek zināšanu, prasmju un sirdsgudrības būt labiem vecākiem!*

## Ieteicamie avoti tēmu padziļinātai apguvei

Bērnu slimību riska faktori. Rīga : LU Akadēmiskais apgāds, 2009. 183 lpp. ISBN 9789984451183.

**Brummers, Mati, Enckells, Henriks.** Bērnu un jauniešu psihoterapija. Rīga : Jumava, [2011]. 278 lpp. ISBN 9789984388731.

**Dobsons, Džeimss.** Gatavojoties pusaudža vecumam : kā pārdzīvot nopietno pārmaiņu gadus. Rīga : Prieka Vēsts, 2005. 165 lpp. ISBN 9984547744.

**Dzintere, Daina, Stangaine, Inga, Augstkalne, Dace.** Bērna komunikatīvās kompetences attīstība. Rīga : RaKa, 2014. 245 lpp. ISBN 9789984463032.

**Gipenreitere, Jūlija.** Turpinām saprasties ar bērnu. Vai tā? Rīga : Nordik, 2012. 208 lpp. ISBN 9789984854373.

**Grejs, Džons.** Bērni ir no debesīm : laimīga bērna audzināšanas principi. Rīga : J.L.V., [2013]. 332, [1] lpp. ISBN 9789934113406.

**Hellbrige, Teodors.** Pirmās 365 dienas bērna dzīvē. Rīga : Elpa, 2000. 197 lpp. ISBN 9984543617.

**Holcgrēfe, Brigite.** Mazuli gaidot : 300 jautājumi un atbildes par. [Rīga] : Valters un Rapa, 2009. 231 lpp. ISBN 9789984805696.

**Karmilova-Smita, Anete.** Iepazīsti savu bērnu : vecāku ceļvedis bērna agrīnajā attīstībā. Rīga : J.L.V. SIA, 2013. - 159, [1] lpp. ISBN 9789934111570.

**Laitmans, Mihaels, Jakoviča, Irina, Vinokurs, Ilja.** Mūsdienu bērni : kā augt kopā? : integrālās audzināšanas metodika. Rīga : Jumava, 2013. - 294, [1] lpp. ISBN 9789934113024.

**Lorenta, Sjū, Rīders, Pīters.** Jūsu bērns mēnesi pēc mēneša : no dzimšanas līdz 2 gadiem. Rīga : Zvaigzne ABC, 2010. 320 lpp. ISBN 9789934010934.

**Volfs, Entonijs.** Es klausītu savus vecākus, ja viņi aizvērtos: ko teikt un ko neteikt bērniem pusaudža vecumā. Rīga : Zvaigzne ABC, 2013. - 351, [1] lpp. ISBN 9789934033452.

### Palīdzības dienesti

#### Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcija.

- ♦ Uzticības tālrunis: 116111

#### Bērnu emocionālā audzināšana

- ♦ <http://www.lm.gov.lv/text/1383>

#### Bērnām nodrošināts drošs internets

- ♦ <http://www.drossinternets.lv/page/53>
- ♦ [http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska\\_palidziba/par\\_berniem\\_drosaku\\_internetu/](http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska_palidziba/par_berniem_drosaku_internetu/)

#### E-konsultēšana bērniem un pusaudžiem

- ♦ [http://www.bti.gov.lv/lat/lietotaju\\_ertibam/uzdod\\_jautajumu](http://www.bti.gov.lv/lat/lietotaju_ertibam/uzdod_jautajumu)

#### Pret vardarbību

- ♦ [http://www.bti.gov.lv/lat/uzticibas\\_talrunis/pretvardarbibas\\_kampana/](http://www.bti.gov.lv/lat/uzticibas_talrunis/pretvardarbibas_kampana/)

# Metodiskais materiāls pasniedzējam

## Bērna attīstība un tās veicināšana vecumposmu iezīmju kontekstā

### Ievads. Iepazīšanās, mērķu un uzdevumu identificēšana, grupas personīgās pieredzes un vēlmju diagnostika

Lektors īsi iepazīstina ar sevi, savu pieredzi. Iepazīstas ar grupu, uzdodot jautājumus, ko dalībnieki sagaida no šī moduļa. Turpinājumā lektors iepazīstina ar moduļa mērķi un uzdevumiem, saturu, nosaucot tēmas un formulējot moduļa apguves sagaidāmo rezultātu. Lektoram jābūt elastīgam un jāvada šī moduļa nodarbības saskaņā ar grupas dalībnieku vēlmēm, kas tika paustas sākumā, iegūto izglītību, iepriekšējo pieredzi un konkrēto dzīves situāciju. Ja veidojas spontānas diskusijas, kas nav vadītāja ierosinātas, vēlams tās atbalstīt.

## Embriogēnēze un tās gaitas ietekme uz bērna turpmāko attīstību

### Lekcija

Lekcijas izklāsta ievadā notiek embriogēnēzes norišu raksturošana, kuras laikā topošie vecāki tiek iepazīstināti ar grūtniecības perioda embrionālo un fetālo periodu, kā arī ar embriogēnēzes ietekmi uz turpmāko bērna attīstību vecumposmu iezīmju kontekstā. Turpinājumā topošie vecāki tiek iepazīstināti ar riska faktoriem, kas iespaido bērna intrauterīno attīstību, uzsverot faktorus, kas traucē normālu grūtniecības norisi, kā arī ar bērna attīstības vecumposmu iezīmēm.

## Bērna sasniegumu izvērtēšana

### Lekcija

Lekcijā topošie vecāki tiek iepazīstināti ar bērna ikmēneša sasniegumiem 1. dzīvības gada laikā. Tiek atsegti vēsturiskie bērnu psihomotorās izvērtēšanas aspekti un šīs izvērtēšanas nepieciešamība mūsdienās. Tiek izklāstīti jautājumi par sensitīvajām fāzēm bērna attīstībā. Tiek raksturota sensitīvo fāžu būtība un uzsvērta vecāku loma šo fāžu prasmīgā izmantošanā bērna attīstības veicināšanai. Lekcijas turpinājumā lektors sniedz īsu ieskatu galvenajās bērnu vecumposmu attīstības iezīmēs, īsi uzsverot katra posma uzdevumu.

## Bērna attīstības vecumposmu iezīmes, kurām vēlams pievērst vecāku uzmanību.

**Bērna attīstība ir atkarīga no tā, cik lielā mērā ģimene spēj būt pozitīvā emocionālā un fiziskā mijiedarbībā ar bērnu.**

**Jaundzimušais** burtiski tiecas sadarboties ar pieaugušo. Šī perioda emocionālās reakcijas ir nediferencētas. Dažādi stāvokļi - izsalkums, apslāpināšanās - izraisa uzbudinājumu, kas izpaužas kustību aktivitātē. Uzbudinājumam pieaugot, bērns raud, kliez. Aptuveni trīs

mēnešu vecumā veidojas sarūgtinājums un apmierinājums. Pēc tam no sarūgtinājuma diferencējas dusmas, ceturtajā mēnesī - riebums, piektajā - bailes. Savukārt, no apmierinājuma - prieks un sociālā pieķeršanās. Pirmās simpātiju jūtas pret tuvāko pieaugušo veidojas uz apmierinājumu izraisošu, patīkamu izjūtu bāzes, nodrošinot "pieķeršanās fenomenu", kas turpmākajā dzīvē ietekmē cilvēka priekšstatus un attieksmi pret līdzcilvēkiem un pasauli. Nodrošinot pieķeršanās fenomenu, vecāki attīsta bērnā drošības izjūtu.

Sociālo saišu pārrāvums starp bērnu un viņam tuvajiem cilvēkiem minams kā viens no emocionālās atsvešinātības, jeb deprivācijas iemesliem. Šādu bērnu raksturo vienaldzīga attieksme pret sabiedrību, destruktīvas tieksmes un sliktas sekmes mācībās.

### **Agrīnās bērnības vecumposms (no 2 līdz 4 gadiem)**

Vadošā darbība šajā vecumposmā ir spēle (rotaļa) un vecāku galvenais uzdevums ir nodrošināt bērna attīstībai labvēlīgas, sakārtotas priekšmetiskās vides klātbūtni, kā arī personīgo paraugu, jo bērns mācās darbojoties kopā ar pieaugušo, atdarinot tieši pašas darbības.

### **Pirmskolas vecumposms (no 4 līdz 7 gadiem)**

**Šajā vecumposmā bērns ir atkarīgs no mātes emocijām un cenšas imitēt māti, kā arī citus ģimenes locekļus.**

Bērnā spēlējot lomu un sižeta rotaļas un komunicējot ar pieaugušajiem, kā arī vienaudžiem, norit cilvēcisko attiecību tālākā apgušana un bērna adaptācija ārpus ģimenes vidē (bērnu dārzā, bērnu pulciņā, u.c.).

### **Jaunākais skolas vecumposms**

Skolas sākums ir emocionāli saspringts brīdis visiem bērniem, neatkarīgi no tā, vai viņi to ārēji izrāda vai nē. Tā izpausmes var būt gan kaprīzes, gan agresivitāte, raudulība, miega traucējumi u.c.. Bērnā, normāli adaptējoties skolas vidē, šiem simptomiem būtu jāizzūd 1,5 - 2 mēnešu laikā. Ja šajā laikā tie neizzūd, tad ir jāmeklē speciālista palīdzība, lai noskaidrotu, kāpēc tā notiek.

Mācību rezultāti ir atkarīgi no bērna motivācijas, no tās psihosociālās vides, kurā viņš aug.

### **Pusaudžu vecumposms**

Pusaudža gados dominējošā ir vēlme būt pieaugušam, tikt atzītam par tādu. Kā vienu no būtiskākajām šā vecuma īpatnībām var uzskatīt sevis nekritisku pretnostatīšanu pārējiem cilvēkiem un vēlmi apliecināt savu personību, uzskatus, emancipācijas tieksmi - vajadzību atbrīvoties no pieaugušo aizbildniecības. Saskarsme ar vienaudžiem pilnveido un attīsta pusaudzi.

Sākas dzimumnobriešana, ko nosaka endokrīnās izmaiņas organismā. Zēniem garuma pieauguma maksimums vidēji ir 13 gados, parasti tas beidzas 15 gados, reizēm turpinās līdz pat 17 gadiem, bet meitenēm - augšanas maksimums parasti sākas un beidzas 2 gadus ātrāk

nekā zēniem, tātad, 11 - 13 gados. 13 - 14 gados savukārt ir raksturīga nespēja izturēt ilgstoši vienvēidīgu darbu.

### **Diskusija - Embriogēzes posmi un preventīvie pasākumi katrā no tiem**

Mērķis: noskaidrot dalībnieku zināšanas un subjektīvo viedokli par jautājumiem, kas saistīti ar gatavošanos bērna ieņemšanai un intrauterīnās attīstības perioda lomu bērna kopējā attīstībā, kā arī ar bērna attīstības vecumposmu iezīmēm.

Lektors uzdod jautājumus:

1. Kas raksturo embrionālo bērna attīstības periodu?
2. Kādi riska faktori ietekmē bērna attīstību grūtniecības periodā?
3. Kas topošajiem vecākiem jāievēro, gatavojoties bērna ieņemšanai?
4. Kas vecākiem jāzina par bērna attīstības vecumposmu īpatnībām?

Diskusijas laikā katrs no dalībniekiem nosauc 3 vērtīgākās atziņas, kuras lektors pieraksta uz tāfeles. Ja kāda no tām atkārtojas, lektors uz tāfeles pie jau pierakstītās atziņas pievelk papildus punktu. Diskusija tiek balstīta uz tās dalībnieku spēju izprast agrīnās bērna attīstības lomu turpmākajos attīstības procesos un topošo vecāku lomu šajās norisēs. Diskusijas beigās lektors sagrupē nosauktās atziņas pēc savākto punktu skaita, „izceļot” to grupas dalībnieku atziņu, kura savākusi visvairāk punktu. Diskusiju noslēdz ar dalībnieku paveiktā darba uzslavu.



## **Ģimenes un bērna agrīnā interakcija. Audzināšanas, īpaši, emocionālās audzināšanas nozīme bērna attīstībā**

### **Mātes un bērna agrīnās interakcijas loma bērna valodas attīstībā**

#### **Lekcija**

Tēmas izklāsts sākas agrīnās interakcijas pamatprincipiem un to nozīmi bērna attīstībā. Tiek detalizēti raksturota valodas un kognitīvo procesu saistība, uzsverot tos mātes uzvedības modeļus, kas nodrošina sekmīgu preverbālo komunikāciju. Tiek raksturota interakcijas traucējumu ietekme uz bērna attīstību. Dalībnieki tiek detalizēti iepazīstināti ar interakcijas traucējumu ietekmi uz preverbālo mātes - bērna komunikāciju un sekām, ko tie atstāj uz bērna valodas attīstību.

### **Bērna emocionālās audzināšanas principi**

#### **Lekcija**

Lekcijā tiek stāstīts par vecāku savstarpējo attiecību ietekmi uz bērna psihosociālo attīstību, doti norādījumiem agrīnai terapijai un audzināšanai. Dalībnieki tiek iepazīstināti ar bērna vajadzībām, uzsverot drošības sajūtas lomu bērna attīstībā. Detalizēti tiek analizēta emocionālās audzināšanas nozīme bērna attīstībā, kā arī mātes uzvedības dažādie modeļi un to ietekme uz mātes - bērna piesaisti. Kā īpaši nozīmīgas tiek raksturotas vecāku savstarpējās attiecības un to ietekme uz bērna psihosociālo attīstību. Lekcijas turpinājumā dalībnieki tiek iepazīstināti ar drošo piesaisti attīstošu mātes uzvedības modeli. Tiek raksturota drošās piesaistes modeļa pozitīvā ietekme uz turpmāko bērna attīstību un tiek sniegti norādījumi vecākiem, kas palīdzētu sekmīgā bērnu audzināšanā. Vecāki tiek iepazīstināti ar nedrošo un ambivalento piesaistes modeli un sekām, kas no tiem izriet, kā arī saņem norādījumus par preventīviem soļiem bērna vecumposmiem raksturīgo riska faktoru mazināšanai un agrīnām terapijas taktikām, kas balstītas uz adekvātu emocionālo audzināšanu.

#### **Situācijas uzdevums - Kā veidot pozitīvu bērna un ģimenes interakciju?**

Mērķis: sagatavot topošos vecākus sekmīgai interakcijai ar bērnu, kas nodrošinātu pamatu bērna optimālai attīstībai, kā arī labām attiecībām ģimenē. Lai sasniegtu izvirzīto mērķi, lektors stiprina grupas dalībnieku kritisko domāšanu jautājumos, kas saistīti ar preventīviem soļiem bērna vecumposmiem raksturīgo riska faktoru mazināšanai un agrīnām terapijas taktikām, kas balstītas uz adekvātu emocionālo audzināšanu. Darbs tiek organizēts nelielās grupās.

Uzdevuma izpildei jāatvēr pietiekami daudz laika, ieteicams aptuveni 40 minūtēm. Dalībnieki tiek uzaicināti izveidot nelielas grupas: 4 - 6 dalībniekiem vienā grupā. Darba grupas tiek veidotas voluntāri, respektējot pašu klausītāju vēlmes.

Pirmajā - ierosinājuma fāzē, kas ilgst 10 minūtes, dalībnieki tiek uzaicināti katras grupas ietvaros apspriest katram grupas dalībniekam zināmu, pēc viņa domām spilgtu (gan pozitīvā, gan negatīvā nozīmē) bērna un ģimenes interakcijas piemēru, kas atspoguļo agrīnās interakcijas, piesaistes un emocionālās audzināšanas ietekmi uz bērna turpmāko attīstību. Dalībnieki tiek instruēti, ka, izvēloties piemērus, jāievēro anonimitātes principi - pieņemti vārdi, dzīves vieta, skola, utt., lai nepieļautu ētikas pārkāpumus. Katra no sekojošajām - otrā - apjēgšanas un trešā - refleksijas fāze - ilgst aptuveni 15 minūtes. Apjēgšanas fāzes laikā katras grupas dalībnieki izvēlas pēc viņu domām spilgtāko piemēru, ko būtu interesanti prezentēt visiem dalībniekiem. Grupu dalībnieki sagatavo kopīgu savas grupas prezentāciju, kas ietver gadījuma izklāstu, problēmu identificēšanu un vecāku taktikas to sekmīgā atrisināšanā. Refleksijas fāzes laikā katra no grupām deleģē vienu pārstāvi no sava vidus, kurš izklāsta grupas viedokli, bet lektors pēc visu grupu ziņojumu uzklauššanas, izvērtē katru no tiem un apkopo kopēju viedokli, uz tāfeles pierakstot galvenās grupu darba laikā izkristalizētās atziņas. Grupu darba laikā tiek attīstīta vecāku izpratne par to, kā veidot pozitīvu savstarpēju interakciju ar bērnu, lai nodrošinātu bērnam adekvātu emocionālo audzināšanu, kā arī prasmes izvairīties no iespējamajiem riskiem katrā bērna vecumposmā - uzsākot bērnu dārzu, skolas gaitas, pusaudžu problēmu kontekstā, u.c.. Vecāki tiek informēti par terapeitiskām taktikām un konkrētiem soļiem ģimenes - bērna interakcijas traucējumu gadījumos, kam ir būtiska loma ģimenes stiprināšanā. Tiek izkristalizēts subjektīvs dalībnieku viedoklis par jauniegūtajām zināšanām un iespējām tās izmantot, kas visprecīzāk raksturo moduļa apguves kvalitāti.

# **Bērna sociālās attīstības loma mācīšanās procesā un sekmīgā integrācijā sabiedrībā**

## **Bērna sociālā attīstība**

### **Lekcija**

Lekcijas mērķis ir veicināt dalībnieku izpratni par to, ka veiksmīga mācīšanās nav iedomājama neveiksmīgas socializēšanās gadījumā, kā arī sniegt vecākiem padomus, kas palīdzētu izvairīties no kļūdām bērna sociālās attīstības procesā. Tiek detalizēt raksturota bērna sociālā attīstība un tās nozīme valodas un kognitīvo procesu saistībā. Grupas dalībnieki tiek iepazīstināti ar bērna sociālās attīstības izvērtēšanas iespējām un atsegta ģimenes loma bērna sociālajā attīstībā. Turpinājumā tiek raksturota sociālās attīstības problēmu ietekme uz bērna kopējo psihomotoro attīstību un vecāku loma šo problēmu risināšanā.

## **Mācīšanās un uzvedības traucējumi**

### **Lekcija**

Topošie vecāki tiek iepazīstināti ar mācīšanās un uzvedības traucējumu cēloņiem un izpausmēm, ar pazīmēm, kas ļautu problēmas saskatīt agrīni. Tiek akcentēta vecāku loma problēmu risināšanā un bērna mācību panākumu veicināšanā.

### **Situācijas uzdevums - Kā veidot pozitīvu bērna un ģimenes interakciju?**

Mērķis: sagatavot vecākus bērna attīstību veicinošas psihosociālās vides nodrošināšanai ģimenē un sabiedrībā kopumā.

Lai sasniegtu izvirzīto mērķi, lektors stiprina grupas dalībnieku kritisko domāšanu, organizējot darbu nelielās grupās. Dalībnieki tiek uzaicināti sadalīties grupās pa 4 - 6 dalībniekiem vienā grupā. Sadalīšanu veic voluntāri, respektējot pašu klausītāju vēlmes. Uzdevuma izpildei jāatvēr pietiekami daudz laika, ieteicams aptuveni 40 minūtēm.

Pirmajā - ierosinājuma fāzē, kas ilgst 10 minūtes, klausītāji tiek uzaicināti katras grupas ietvaros apspriest konkrētu gadījumu no savas pieredzes, kas atspoguļo sociālās vides ietekmi uz bērna attīstību. Klausītāji tiek instruēti, ka izvēloties piemērus, jāievēro anonimitātes principi - pieņemti vārdi, dzīves vieta, skola, utt., lai nepieļautu ētikas pārkāpumus. Katra no sekojošajām - otrā - apjēgšanas un trešā - refleksijas fāze - ilgst aptuveni 15 minūtes. Apjēgšanas fāzes laikā katras grupas dalībnieki izvēlas pēc viņu domām spilgtāko piemēru, ko būtu interesanti prezentēt visiem dalībniekiem.

Grupu dalībnieki sagatavo kopīgu savas grupas prezentāciju, kas ietver gadījuma izklāstu, problēmu identificēšanu un vecāku taktikas to sekmīgai atrisināšanai. Refleksijas fāzes laikā katra no grupām deleģē vienu pārstāvi no sava vidus, kurš izklāstīta grupas viedokli, bet lektors pēc visu grupu ziņojumu uzklausišanas, izvērtē katru no tiem un apkopo kopēju

viedokli, uz tāfeles pierakstot galvenās grupu darba laikā izkristalizētās atziņas. Grupu darba laikā tiek attīstītas vecāku spējas veidot pozitīvu savstarpēju interakciju, kam ir būtiska loma ģimenes stiprināšanā.

## **Apgūto prasmju pašnovērtējums. Refleksija**

### **Zināšanu pašnovērtējums**

Moduļa apguves kvalitāte tiks novērtēta, apkopojot un analizējot dalībnieku subjektīvo viedokli par jauniegūto zināšanu nozīmīgumu, ko viņi aicināti paust grupu diskusijās 1. lekcijas ietvaros, kā arī grupu darbu prezentāciju laikā - 2. un 3. lekcijas ietvaros. Grupu diskusijās, kā arī grupu darba prezentācijās paustie viedokļi un to analīze raksturo moduļa apguves kvalitāti.

### **Moduļa mērķa un sasniegto rezultātu izvērtējums**

#### **Refleksija**

Lektors jautā grupas dalībnieku izjūtas un pārdomas par nodarbību laikā iegūto un arī neiegūto, ļaujot izpaust arī vilšanos un neapmierinātību, ja tāda ir. Līdzīgi kā iepazīšanās sarunā, svarīgi, ka savu viedokli un izjūtas izsaka pēc iespējas vairāk grupas dalībnieku.

Grupas dalībnieki atbildes var arī komentēt, negatīvas atbildes ieteicams precizēt - kas tieši neapmierināja, sagādāja vilšanos.

Moduļa mērķu sasniegšanas rezultāti var tikt izvērtēti arī pēc rakstiskām grupas dalībnieku atsauksmēm (1.pielikums).

Noslēgumā lektors pateicas par sadarbību un vērš uzmanību uz avotiem padziļinātai tēmas apguvei un informācijas iegūšanai.

## Aptaujas anketa

Moduļa nosaukums: \_\_\_\_\_

Pasniedzējs: \_\_\_\_\_

**Lūdzu, izlasiet dotos apgalvojumus un atzīmējiet vienu no piedāvātajām atbildēm, kura visvairāk atbilst Jūsu viedoklim.**

**1. Mācību procesā bija pietiekami daudz teorētiskā materiāla**

Pilnībā piekrītu	Piekrītu	Daļēji piekrītu	Nepiekrītu	Pilnībā nepiekrītu
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**2. Mācību procesā bija pietiekami daudz praktisko piemēru/praktiskās darbības**

Pilnībā piekrītu	Piekrītu	Daļēji piekrītu	Nepiekrītu	Pilnībā nepiekrītu
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**3. Mācību saturs atbilda manām vajadzībām**

Pilnībā piekrītu	Piekrītu	Daļēji piekrītu	Nepiekrītu	Pilnībā nepiekrītu
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**4. Mācīšanas metodes bija efektīvas, kas ļāva sasniegt labu rezultātu**

Pilnībā piekrītu	Piekrītu	Daļēji piekrītu	Nepiekrītu	Pilnībā nepiekrītu
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**5. Laiks nodarbībās tika izmantots lietderīgi**

Pilnībā piekrītu	Piekrītu	Daļēji piekrītu	Nepiekrītu	Pilnībā nepiekrītu
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**6. Pasniedzējs radīja labvēlīgu mācību atmosfēru**

Pilnībā piekrītu	Piekrītu	Daļēji piekrītu	Nepiekrītu	Pilnībā nepiekrītu
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**7. Saņēmu padomus par papildus iespējām zināšanu un prasmju pilnveidei**

Pilnībā piekrītu	Piekrītu	Daļēji piekrītu	Nepiekrītu	Pilnībā nepiekrītu
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**8. Es ieteiktu šos kursus apmeklēt citiem**

Jā, jo \_\_\_\_\_

Nē, jo \_\_\_\_\_

**Paldies par atbildēm!**