

Vecākiem

INICIĀCIJA

Kas veicina zēnu un meiteņu
brieduma sasniegšanu?

VAI BĒRNS VAR APDRAUDĒT VECĀKUS?

Vecāku robežas un atbildība

KAD VECĀKIEM IR JĀIESAISTĀS BĒRNA UN SKOLOTĀJA ATTIECĪBĀS SKOLĀ?

4 soļi, risinot bērna un skolotāja attiecības

*Izvēlies
vasaras
nometni!*

*Palīdziet
izpētīt bērnu
valodu!*



INICIĀCIJA

Kas veicina zēnu un meiteņu brieduma sasniegšanu?

Vita Pļaviņa

Mācību centra *Nordic Training International* apmācības vadītājs Aleksis Daume strādā ar dažādu jomu un līmeņu vadītājiem, palīdzot uzņēmumiem augt un attīstīties. Pirms ieiešanas biznesa pasaulē Aleksis, kā pats saka, vilka pašnāvniekus ar pārgrieztām vēnām ārā no vannasistabas, respektīvi, strādāja ar cilvēkiem, kas bija pazaudējuši motīvu turpināt dzīvot.

„Biznesa konsultācijās es klausos, ko uzņēmuma vadītājs gribētu mainīt savā vidē un, apkopojot idejas, jautāju: jūs gribētu, lai es darbiniekiem iemācu mīlēt cilvēkus? Pēc šīs frāzes cilvēki samulst un... piekrīt,” stāsta A. Daume. Savā ziņā var vilkt paralēles – apjukšana savos mērķos, resursos un iespējās var piemēlēt jebkuru cilvēku jebkurā dzīves jomā – gan darbā, gan privātajā dzīvē, gan personiskajā izaugsmē.

Palīdzēt atgriezties pie būtiskākā, kas ved uz attīstību, ir galvenais Alekša uzdevums.

Lekcijā skolu vadītājiem par iniciācijas nozīmi jauniešu dzīvē jeb par to, kas veicina briedumu, lektors arī no savas dzīves pozīcijas kā divu bērnu tēvs un 26 gadus laulībā dzīvojošs vīrs stāstīja par nepieciešamību bērniem piedzīvot iniciāciju, turklāt ļaut to piedzīvot zēniem un meitenēm atbilstīgā veidā. Viņaprāt, tas ir nepieciešams tāpēc, ka, palīdzot cilvēkiem kļūt nobriedušiem, viņi no patērētājiem kļūst par ieguldītājiem – par sabiedrību, kas ir spējīga dot.

Kas ir iniciācija?

A. Daume skaidro, ka iniciācija ir process, kas sagatavo cilvēku tādai dzīvei, kurā viņam var uzticēties: „Krievu valodā ir tāds vārds „ģedovščina”. Tas process mums var nepatikt, bet mums to vajag. Tomēr skolā un arī ģimenē mēs bērnus atbrīvojam no smagākiem un sarežģītākiem procesiem, lai viņiem būtu vieglāk un labāk. Bet paši pēc tam brīnāmies, kāpēc mums pretī sēž tik ciniski, nesaprotami agresīvi vai vienalīdzīgi bērni. Tāpēc, ka dabā ir tādi procesi, kurus nedrīkst ignorēt, tie ir nepieciešami.”

Lektors norāda uz iniciācijas nepiecie-



Mūsu sabiedrībā ir tā, ka vīriešus atbrīvo no iniciācijas procesiem, bet sievietes no iniciācijas procesa izvairoties nevar. Tāpēc ka sievietes iniciācijas process notiek sievietes organismā.

šamību īpaši puisiem un noliedz pieņemumu, ka vīriešiem briedums sākas tikai ap 40 gadiem. „Mēs esam izdomājuši sev ērtu sabiedrību, kurā visam ir jānotiek pakāpeniski, – māja, mašīna, karjera, ģimene... ka briedums sākas ap 40 gadiem, jo tad dzīvē kaut kas ir paveikts,” saka Aleksis, skaidrojot, ka vīriešus jau bērnībā vecāki un skola ir atbrīvojuši no grūtībām, kas ļauj pieaugt un piedzīvot briedumu, un tikai tāpēc jaunieši un pieaugušie nespēj kopumā uzņemties atbildību par savu dzīvi.

Puišu iniciācijas process

Puīšiem iniciācijas procesā jeb ceļā uz briedumu, vīrišķību (vai vīrišķīgu īpašību attīstīšanu) ir nepieciešams iziet cauri trim posmiem.

1. PIEDZĪVOT IZSALKUMU, SLĀPES UN SEKSUĀLĀS DZIŅAS.

Ja mazs bērns jūt izsalkumu un slāpes, viņš raud, kliez un visai pasaulei liek griezties ap sevi, liek citiem par sevi rūpēties. Kad puīši sāk izjust seksualitāti, viņi nezina, ko ar to darīt, un kļūst agresīvi. Taču, lektors norāda, nevajag bērnu no šiem spēkiem atbrīvot, bet gan dot iespēju satikties ar tiem. „Lai puīši tiktu galā ar savu seksuālo dziņu, viņiem vajag fiziski nogurt. Ja tā nav, vienkāršākais ir ieslēgt datorā pornogrāfiju un apmierināt sevi. Fiziski nogurušie puīši ir laimīgākie puīši dzīvē! Puīši nav jāaudzē! Mans jaunākais puika 10 gadu vecumā pats izdomāja, ka jāiesaistās Jaunsardzē. Es uzreiz nodomāju – tā, kaut kādi procesi sākušies... 11 gadu vecumā viņš nogāja 60 kilometru pārgājienu divās dienās, kas ir nopietns izaicinājums. Pēc tam puika mājās divas dienas gulēja. Mēs bijām laimīgi vecāki! Vecākais dēls arī dara to pašu – iestājās Zemessardzē un ir laimīgs. Tur ir kaut kas vērtīgs!” stāsta A. Daume.

2. BAGĀTINĀT SAVU DVĒSELI.

Lai gan jēdziens „dvēsele” mūsu sabiedrībā nav ierasts, lektors ar to domā prātu, emocijas, atmiņas un fantāziju, raksturojot, ka pieauguša jeb nobrieduša vīrieša pazīme ir viņa spēja sevi izpaust. „Kad manam vecākajam puikam

bija 14 gadu, mums bija nopietna saruna, kurā viņš daļu sava sakāmā atskaņoja ar dažādām skaņām, stomīšanos, aprautām zilbēm un beigās pajautāja: „Nu, tēt, tu saprati, ja?”” smejojies atceras lektors.

Bagātināt dvēseli – tas, viņaprāt, nozīmē sastapties ar tādu pieredzi, kas radikāli atšķiras no līdzšinējās pieredzes: „Puiši un meitenes parasti veido ap sevi līdzīgi domājošo kolektīvus. Tas nepalīdz viņiem augt. Gluži kā sadursmē ar vilcienu – pēc tās tu nekad vairs nebūsi tāds kā iepriekš. Ir vērts satikties ar citādi domājošiem cilvēkiem, kuriem ir lielākas atšķirības, nekā tu gribētu. Dažkārt tas notiek, lasot grāmatas, dažkārt – komunicējot ar dzīviem cilvēkiem.”

3. SATIKŠANĀS AR NĀVI.

Trešais, kas palīdz notikt iniciācijai, ir satikšanās ar nāvi jebkurā tās formā. „Es ilgus gadus nodarbojos ar personāla vadību un apmācību. Noguru no garajām intervijām un cilvēku ilūzijām par to, ka, iesniedzot CV ar zelta maliņām, viņi dabūs darbu,” stāsta Aleksis. „Es izveidoju sistēmu, kurā septiņu minūšu laikā varēja noskaidrot, vai ar šo cilvēku būs strādāšana vai ne. Taču man ir bijušas intervijas, kuras ilga divas stundas, jo es nevarēju vien beigt brīnīties, kāpēc man pretī sēž deviņpadsmitgadīga jauniene, bet es jutos, kā runājoties ar 90 gadus vecu pieredzējušu dāmu. Un zināt, kur ir atšķirība? Kad es pārrunāju visus profesionālos jautājumus, es pajautāju, vai varam runāt par personīgiem jautājumiem. Izrādās, viņa nāk no alkoholiķu ģimenes, brālītis ir slims ar vēzi un mirst. Paņēmusi brāli no mājas un viena pati cīnās, lai izdzīvotu un ārstētu brāli. Tad es saprotu – kad cilvēks sastopas ar nāvi, viņš zaudē cerību, uzticību un strauji mainās. Arī tad, kad cilvēks zaudē darbu, kad notiek šķiršanās, kad piedzīvo nodevību, viņš piedzīvo vienu no nāves formām.”

Iniciācija ir process, kas sagatavo cilvēku tādai dzīvei, kurā viņam var uzticēties.

Meiteņu iniciācijas process

A. Daume norāda, ka sieviešu nobriešana notiek ātrāk un efektīvāk nekā vīriešu, jo „mūsu sabiedrībā ir tā, ka vīriešus atbrīvo no iniciācijas procesiem, bet sievietes no iniciācijas procesa izvairīties nevar”. Tāpēc ka sievietes iniciācijas process notiek sievietes organismā.

Procesi ķermenī māca pakļauties

Meiteņu organismā notiek menstruālais cikls, kas māca pakļauties. Tātad ķermenis māca, ka sievietei nāksies pakļauties noteiktam ritmam savā dzīvē. „Tāpēc arī sievietes vienā brīdī sāk saprast, izjust cilvēkus un spēj parūpēties par viņiem. Sieviete iemācās klausīties impulsos, kas notiek ķermenī. Tāpēc sievietes ir elastīgākas,” atzīst lektors.

4 PADOMI, KAS LAUJ CILVĒKIEM JUSTIES MĪLĒTIEM UN CIENĪTIEM

1. 100 % uzmanība.

2. Dalīšanās ar emocijām, kas liek otram justies īpašam. Ja cilvēks ir noguris, runājiet par viņa nogurumu; ja redzat prieku, atdodiet prieku. Ieguldiet cilvēkā, nevis patērējiet!

3. Atzīt savas kļūdas. Nevis attaisnoties un skaidrot, kāpēc kļūdiņāties, bet vienkārši atzīt savu kļūdu. „Bija situācija, kad es skatos – mani puiši no manis izvairās, negrib ar mani runāt. Tad es saprotu – kaut ko apsolīju un neizdarīju. Stulbākais, ko izdaru, pasaku – piedod, man daudz jāstrādā. Bet labākais, ko varu, – piedod, lūdzu!” min piemēru lektors.

4. Kompensē kļūdu. Turklāt kompensāciju nosaka vainīgais, lai tās apmērs būtu reāls. Aleksis atceras: „Piemēram, saviem puikām varu teikt – piedod, es neizpildīju, ko solīju. Vai varu tev atnest saldējumu? Rezultāts bija pozitīvs, un sekoja priecīgs jā!”

Rūpēšanās

Rūpēšanās ir pazīme tam, ka cilvēks kādu ciena un mīl. Taču A. Daume norāda uz to, ka Austrumu un Rietumu kultūrās atšķiras izpratne par to, ko nozīmē mīlēt, kas ir mīlestība: „Rietumu kultūrā mīlēt nozīmē: ja es tavā klātbūtnē šodien jūtos labi, tātad tu mani mīli, un tajā dienā, kad es tavā klātbūtnē vairs nejūtos labi – tu mani esi pārstājis mīlēt. Austrumu kultūrā ir cita izpratne – mīlēt nozīmē dot, nevis prasīt.”

Lai jēdzienu „mīlestība” būtu vieglāk izprast, senie grieķi vārdu „mīlēt” sadalīja četros atsevišķos vārdos: *Eros* – juteklīgas attiecības starp vīrieti un sievieti; *Philia* – mīlestība starp draugiem; *Storge* – mīlestība starp vecākiem un bērniem, upurējoša mīlestība; *Agape* – dievišķa mīlestība, beznosacījuma mīlestība. Šis izpausmes apziņoties, tās var iemācīt arī saviem bērniem.

Fiziski nogurušie puiši ir laimīgākie puiši dzīvē! Puiši nav jāsaudzē!

Lektors uzskata, ka Austrumos šis mīlestības izpausmes māca kopš bērnības un tās stiprina sabiedrību, kas ir gatava vairāk dot, nevis prasīt. Viņš saka: „Sabiedrība, kura nav piedzīvojusi iniciācijas procesus, nav gatava dot. Tā ir patērētājsabiedrība. Bet mums dažreiz visgrūtākais ieguldījums ir pavadīt laiku kopā ar cilvēku – vienkārši būt kopā.”

Par vērtību top tas, kur ieguldām sevi

A. Daume secina, ka vecāki mīl savu ieguldījumu bērnam, nevis pašu bērnu: „Tad, kad bērns piedzimst, viņš izskatās pēc maza mērkaķīša, skaļi blāuj un uzstājīgi pieprasa savu vajadzību apmierināšanu. Ja kāda cita maza būtne to darītu ar mums, mēs neteiktu, ka šo būtne mīlam, jo patiesībā mēs mīlam savu ieguldījumu šajā mazajā bērnam.”

Lektors norāda arī uz citām vērtībām, kuras par tādām kļūst tāpēc, ka cilvēks tajās iegulda sevi – laiku, naudu, uzmanību: „Es reiz biju nopircis lielu, melnu mašīnu ar lūku. Mans trīsgadīgais puika izdomāja izpriecāties tajā un ar savām mazajām sandalītēm, kurām bija mazas metāla sprādzītes, noskrāpēja motora pārsegu, slidinādams pa to. Es auroju! Citi, to redzot, teiktu – šitais gan nemīl savu bērnu! Bet es biju sevi ieguldījis šajā mašīnā – un tā kļuva par manu mīlestību. Es ieguldīju nevis bērnam, bet mašīnā! Tāpat ir ar attiecībām: ja cilvēks tajās katru dienu iegulda sevi, tad tās ir visdārgākās.”

Lūk, kāpēc ir vērts palīdzēt cilvēkiem kļūt nobriedušiem – jo rezultātā viņi nevis prasis no jums, bet ieguldīs, secina A. Daume.

Klausīšanās un otra dzirdēšana ir viena no augstākajām mīlestības formām

Kāpēc tik daudziem cilvēkiem ir svarīgi būt dzirdētiem? Un kāpēc patiesībā mēs nedzirdam un neklausāmies viens otram? Apmācības vadītājs Aleksis atgādina, ka viena no augstākajām mīlestības formām ir klausīties otrā un dzirdēt, un aicina visus tos cilvēkus, kuriem ir svarīgi, lai cilvēki justos mīlēti un cienīti, papūlēties, lai klausītos savā bērnam, darbiniekā, partnerī utt.

VAI BĒRNS VAR APDRAUDĒT VECĀKUS?

Vecāku robežas un atbildība

Asijata Maija Zeļenko,
psiholoģe, sistēmisko
risinājumu konsultante



Jebkura cilvēka robežas pārkāpt – gan apzināti, gan neapzināti – ir diezgan viegli, tāpēc ir svarīgi cienīt cita cilvēka robežas un ļaut tās gan aizstāvēt, gan atjaunot. Kad cilvēka robežas tiek apdraudētas, viņš ir tendēts uz agresiju. Šādā gadījumā arī vecāki var būt agresīvi pret bērnu. Ir būtiski apzināties savas robežas – saprast, ka jūtos apdraudēts, kā arī ir svarīgi saprast, uz kāda pamata (priekšstatiem vai gaidām) cilvēks veido savas robežas. Par to – šajā rakstā.

Tiek uzskatīts, ka nenoturēties un, piemēram, uzblaut bērnam ir normāli, jo pastāvot tāda bērna uzvedība vai rīcība, kas var izraisīt vecāku neiecietīgu reakciju. Tomēr kas slēpjas aiz tādas noraušanās? Bērns taču neizaicina vecākus uz konkrētu reaģēšanas veidu, reakciju nosaka vecāku pašu izjustais apdraudējuma nozīmīgums un apdraudējuma apzināšanās līmenis. Cilvēka reakcija balstās konkrētā brīža garastāvoklī (gandarījuma vai – gluži otrādi – trauksmes izjūtā), iepriekšējā pieredzē, īpaši tādā, kura ir saistīta ar kādu apdraudētības veidu. Ja vecāki apzinās, kādā veidā tika apdraudēti, kad bērns bija rīkojies tieši tā, kā rīkojās, tad viņiem ir izvēle, kā reaģēt. Un tad robežas atjaunot ir diezgan viegli. Ja apdraudētības izjūta nav apzināta (robežas ir traucētas), tā var tikt atjaunota diezgan agresīvā veidā. Visbiežāk robežu atjaunošana notiek ne visai adekvāti, turklāt potenciāli traumējoši bērnam.

Rodas jautājums: vai tad mazs bērns var apdraudēt vecākus? Un kā vēl! Tikai precīzāk būtu teikt, ka bērns apdraud nevis vecākus, bet viņu priekšstatus par viņiem pašiem un par to, kādai ir jābūt dzīvei un kas ir jādara bērnam.

Aplūkosim visbiežāk sastopamos vecāku priekšstatus par sevi!

PRIEKŠSTATS NR. 1

Būt ideāliem vecākiem. Dažiem vecākiem ir ļoti augstas prasības gan pret sevi, gan pret otru, tostarp pret bērnu. Šādiem vecākiem piemīt neiecietība pret neideālām lietām, darbībām, kustībām, kārtību. Bērnam tādā ģimenē ir grūti kaut ko apgūt, jo ir liels saspringums augstu gaidu, augstu standartu, kurus vecāki viņam piemēro, dēļ. Taču paši vecāki ir ne mazāk saspringti, jūtas hroniski nervozi un, iespējams, šo nervozitāti vairs pat nepamana, jo augstie standarti ir šo cilvēku dzīves norma. Ja vecāki nedod sev tiesības kļūdoties, tad iekšēji viņi baidās izskatīties nekompetenti, nezinoši, nespēj pieļaut, ka viņiem var nebūt taisnība. Un tādā gadījumā apdraudētību viņi jutīs tad, kad, viņuprāt, viņi paši nespēs atrisināt situāciju – nevarēs atbildēt uz bērna jautājumu, nevarēs bērnam palīdzēt, kad pēkšņi sapratīs, ka ir kļūdījušies, vai kad

bērns ir sataisījis nekārtību. Šāda vecāku nervozēšana, psihošana, agresīva uzvedība vai jebkura cita nikna reakcija ir saistīta ar to, ka vecāku autoritāte, kuru viņi visiem spēkiem cenšas saglabāt, ir, viņuprāt, apdraudēta. Bet, precīzāk sakot, – tā viņiem šķiet apdraudēta. Protams, bērns vecāku autoritāti neapdraud. Viņu iekšējais smagums nāk no pašu priekšstata par sevi un no tā, ka šis priekšstats ir cietis. Tātad bērns nav vainīgs. Vecākos pašos nav iekšējās drošības par to, ka var pastāvēt arī pēc kļūdas pieļaušanas un pat atjaunot balansu un uzticēšanos attiecībās.

PRIEKŠSTATS NR. 2

Man viss ir jāzina un jāprot. Vecāku izjūta par viņu autoritātes apdraudēšanu rodas arī tad, kad vecāki grib būt visu zinoši un visu protoši. Ja vecāki cenšas būt ideāli, kā arī visu zināt un visu prast, viņi nepiedod kļūdas sev un neļauj kļūdoties bērnam. Atteikties no paaugstinātām prasībām pret sevi nav viegli. Iespējams, vecākiem pašiem bija tādi prasīgi vecāki. Vai – gluži otrādi – viņu vecāki bija tik nekārtīgi, neparedzami, neizglītoti, nepalīdzoši, ka vienīgais variants, kā neatgādināt viņus sev pašiem, – būt pilnīgi citādiem. Dažreiz arī vainas izjūta, kura pavada cilvēku jau kopš bērnības, nosaka viņa uzvedību kā perfektu. Jebkurā no gadījumiem tādi dzīves orientieri atņem milzum daudz enerģijas, un, iespējams, vecāki pat neapzinās, cik daudz spēka tērē, lai dienu no dienas saglabātu savu paštēlu. Viņi visdrīzāk pat nevar iedomāties, ka var dzīvot citādi, un neizskata iespēju mainīt šādu uzvedību. Taču paaugstinātas prasības atņem daudz spēka gan viņiem, gan bērnam, kurš vienkārši nezina, kā ir justies mierīgam.

Jā, bērns noteikti uztaustīs vecāku vājās vietas – nejauši vai ar nodomu. Bet vecākiem ir jāļauj sev kļūdoties, nebūt ideāliem, ne-



zināt visu uz pasaules, neprast darīt visu, ko vien var iedomāties. Un, ja viņi bērnu nevaino, tad bērns arī vecākus nevainos. Bērns viņus milēs, lai kādu (it kā) kļūdu viņi arī pieļautu. Bērns nav ne vecāku ienaidnieks, ne tiesnesis – un tas nav traki, ja vecāki izgāžas bērna acīs. Gan viņiem, gan bērnam ir tiesības kaut ko nezināt, neprast vai neveikli izdarīt pirmo reizi un, iespējams, vēl neskaitāmas reizes, līdz tiem šām iemācās.

Cita šīs tēmas puse ir bērna nosmacēšana ar savu pārmērīgo mīlestību, kura bieži izklausās arī diezgan izaicinoši: „Manam bērnam būs viss, kā nebija man!” Likst bērnam augstu vērtēt vecāku vērtības vai vajadzības viņam arī ir par daudz. Plašāk par šo tēmu tika rakstīts vienā no iepriekšējiem rakstiem.

Gaidas, kas liek justies apdraudētiem

„Mans bērns paveiks visu, kas neizdevās man.” Mēdz būt arī tā, ka vecāki jūtas neveiksminieki vai viņas savā dzīvē un tad cer, ka bērns īstēnos viņu vēlmes un iecerēs – tādi savveida centieni kompensēt savu dzīvju neveiksmes uz bērna dzīves rēķina. Dažreiz tas pat ir galvenais bērna dzemdēšanas iemesls. Tādas gaidas liek ģimenei dzīvot vai nu spriedzē, ja bērns tiešām ir cītīgs, vai nu vilšanās izjūtā, ja bērns nešķiet gana labs, lai sasniegtu visus vecāku mērķus. Vecāki ar šādu bērna uztveršanu savu labsajūtu mēra pēc bērna uzvedības, tādējādi uzveļot bērnam atbildību par vecāku labsajūtu. Pašu vecāku robežas ir apdraudētas ik reizi, kad bērns nespēj izpildīt neadekvātās prasības, un pašam bērnam neveidojas labas robežas, jo nav pieejas savām vajadzībām un iekšējām jūtām – to vietā ir vecāku prasības, piemēram, būt teicamniekam un orientēties uz ekonomista izglītību (kaut gan bērnam ir ļoti viduvēji dotumi matemātikā). Taču savas īstās robežas cilvēks var veidot, tikai pamatojoties uz savām patiesajām iekšējām vajadzībām.

„Bērns mums dos...” Vēl viena bīstama vecāku gaidu kategorija izklausās apmēram tā: „bērns mums (man) dos...”, piemēram, mīlestību vai sirdsmieru. Bet tad nāk negaidīta jaunā realitāte, kad izrādās, ka pašam bērnam vajag daudz tās pašas mīlestības, un sirdsmiera vietā nāk trauksme par bērnu. Tādējādi bērna nākšana pasaulē neko neuzlabo, bet gan izjauc jau pastāvošo balansu. Bērns jau vecākiem neko nevar dot, un nav pareizi bērnam ko pieprasīt. Vecāki ir atbildīgi par bērnu, nevis otrādi.

Bērns noturēs partneri. Citi bīstami



Rodas jautājums: vai tad mazs bērns var apdraudēt vecākus? Un kā vēl! Tikai precīzāk būtu teikt, ka bērns apdraud nevis vecākus, bet viņu priekšstatus par viņiem pašiem un par to, kādai ir jābūt dzīvei un kas ir jādara bērnam.

mērķi, kas ir saistīti ar bērna radīšanu, ir „noturēt vīrieti” un „lai sieva rimtos” (ar domu, lai sieviete paliktu mājās, pārtrauktu strādāt līdz vēlam vakaram, pārtrauktu būt sociāli aktīva). Šie mērķi, pēc būtības būdami manipulācijas, pat ja daļēji attaisnojas, ģimenē rada neuzticēšanos un agresīvu uzvedību. Šajos gadījumos vecāku robežas atkal nav pastiprinātas ar atbildību, bet bērns, būdams „nelietderīgs rīks”, ar kura palīdzību netika sasniegts kārotais mērķis, tiek atraidīts, pamests novārtā un ir aizvairojumu objekts. Ja vecāki neuzņemas atbildību par savām izvēlēm, darbībām, to vidū manipulācijām, starp ģimenes locekļiem bieži tiek izjustas nepa-

tikamas emocijas un veiktas darbības, kuras gan apdraud pašu vecāku robežas, gan neļauj izveidoties drošām bērna robežām.

Tuvu šiem mērķiem stāv jautājums: „Kā vispār gadījās, ka es esmu kopā ar šo cilvēku un mums ir bērns?” Šis arī ir diezgan izplatīts savas atbildības novelšanas veids. Godīgi atbildot uz šo jautājumu, ir skaidrs, ka ar pistoli pie deniņiem lēmuma pieņemšanas brīdī klāt neviens nav stāvējis. Tātad ir bijušas savas (mant)kārīgās intereses: nauda, nevēlēšanās būt vienam (vienai), sekss, garlaicība, derības, slinkums meklēt kādu citu partneri vai bailes, ka neviens cits vairs nepagadīsies. Tagad ne partneris, ne bērns nav vainīgi pie radušās apdraudētības izjūtas. Situāciju var labot tikai savas atbildības uzņemšanās: vai nu turpināt dzīvot izveidotajā ģimenē, bet jau bez brīnīšanās, kā tā notika, un – gādājot par šīs ģimenes interesēm, vai arī ne mazāk atbildīgi šķirties, sadalot atbildību par bērnu. Pretējā gadījumā visu ģimenes locekļu robežas tiks traucētas nemitīgi, un to noteiks gan neapzinātā vainas izjūta, gan pastāvīga citu ģimenes locekļu vainošana, jo, nepieņemot savu vainas izjūtu, cilvēks vaino un nosoda citus.

Jo mazāk ikdienas dzīvē realitātes un godīguma un vairāk pašapmāna vai melošanas, jo stiprāk cilvēks pats apdraud savas robežas. Jo lielāks ir iemesls pretenzijām un protestēšanai cilvēku izdomātajā, vēlamajā realitātē, jo vairāk apdraudētas ir robežas un vieglāk just nedrošību, kļūt agresīvam, ievainot citus un kļūt ievainojamam pašam.

KAD VECĀKIEM IR JĀIESAISTĀS BĒRNA UN SKOLOTĀJA ATTIECĪBĀS SKOLĀ?

4 soļi, risinot bērna un skolotāja attiecības

Aiga Ukstiņa,
krīžu un konsultāciju
centra „Skalbes” psiholoģe,
psihoterapeite apmācībā



Bieži vien vecāki mēdz būt neizpratnē, kā rīkoties noteiktās situācijās, kas ir saistītas ar bērna dzīvi skolā. Cik daudz un vai vispār iejaukties situācijās, kas skar bērna attiecības ar pedagogu, citiem bērniem un mācību stundu norisi kopumā? Viedokļi dalās. Vecāku pārdomas saistās ar neizpratni par to, cik daudz ļaut bērnam mācīties būt patstāvīgam un risināt sarežģījumus paša spēkiem un cik tomēr parūpēties, lai bērns skolā nepiedzīvo vecumam neatbilstīgas grūtības, pāridarījumus.

Ikdienā strādājot ar dažāda vecuma bērniem, nākas saskarties ar ļoti plašu spektru situāciju, kurās bērns nejūtas labi skolā un ir nepieciešamas pārmaiņas. Bet ne vienmēr ieviest šīs pārmaiņas ir pedagoga spēkos un kompetencē. Dažkārt liela nozīme ir gan attieksmei, gan sadarbībai ar vecākiem un esošo resursu lietošanai. Rakstā pārrunāsim vecāku iesaistīšanos skolas dzīvē un tās nepieciešamību.

Atšķirīgie pedagogu, vecāku un bērnu redzējumi

Attiecības, kurās ir iesaistīta skola, pedagogs, skolēns un vecāki, sākas jau ar bērna mācību uzsākšanu 1. klasē un var ilgt daudzu gadu garumā. Sākotnēji bieži vien mēdz būt ļoti daudz nezināmo – kāds būs pedagogs, kāds būs bērna un vecāku jaunais dienas, nedēļas režīms, mācību slodze skolā un mājasdarbi mājās. Neskaidrības šajā jomā bieži vien var izgaismot klases audzinātājs un skolas administratīvais personāls, tomēr uz visiem jautājumiem sākotnēji ir grūti atbildēt, piemēram, mācību gada beigās skolās dažkārt nezina, kurš no pedagogiem nākamajā mācību gadā uzņemsies audzināt kuru klasi. Dažkārt, kā jau tas dzīvē mēdz gadīties, arī pedagogs, kā jau jebkurš cilvēks, var izvēlēties mainīt darbavietu, un tad šīs attiecības abām pusēm ir jāsāk veidot no jauna.

PEDAGOGI. Sarunās ar sākumskolas pedagogiem bieži vien izskan šādas viņu izjūtas: „katram bērnam ir nepieciešama uzmanība, bet bērnu ir daudz”, „dažkārt klasē parādās bērna grūtības, bet par tām ir sarežģīti runāt ar vecākiem, un tās mēdz būt saistītas ar jutīgām tēmām”, „man realitātē ir liela slodze, un tur ietilpst ne

tikai mācību priekšmeti un mājasdarbu labošana, bet arī skolēnu problēmu risināšana un rūpes par viņiem”, „dīvaina sajūta strādāt ar bērnu, bet nepazīt viņa vecākus”, „vecāki cenšas noteikt, ko un kā man darīt”, „vecāki nepieņem un noliedz vai pietiekami nopietni neuztver to, ko es viņam stāstu par bērnu”, „vecāki lūdz man pamatot, kādēļ bērnam ir uzdots tāds mājasdarbs, bet tas ir norādīts izglītības programmā”, „vecāki man sūta vairākus prasīgus e-pastus dienā”, „pat ja es redzu, ka kāds no vecākiem ir palīdzējis bērnam mājasdarba izpildē, es priecājos, jo zinu, ka viņi ir pavadījuši laiku kopā”, „kurš ir atbildīgs, lai bērns būtu gatavs skolai?” u. tml.

VECĀKI. Savukārt no vecāku puses izskan: „mēs visu vakaru kopā pildījām mājasdarbus, un bērns nevar atpūsties”, „es jutos tā, it kā no jauna mācītos skolā”, „vai man ir jāiet uz skolu? Es negribu atkal saņemt kritiku”, „nevaru saprast, vai iet uz sarunām ar priekšmetu pedagogiem, jo daļa saka, ka tāpat neko jaunu nevar pateikt”, „kā lai bērnam iestāstu, ka ir jābūt, ja tik tiešām no daudz kā skolā mācītā pēcāk nav jēgas”, „skolotāja nerīko klases ekskursijas un pasākumus, tāpēc mans bērns nevar sadraudzēties ar klasesbiedriem”, „skolotāju dēļ mums nācās nomainīt skolu”; kā arī „mana meita ceļ stundā roku, tomēr skolotāja viņu neizsauc; nezinu, vai vispār ir jēga par to runāt” u. c.

Runājot ar vecākiem arī par viņu pašu pieredzi skolā, reizēm tiek stāstīti šausmu stāsti par to, kā kāds ir ticis izstumts vai izjūts pāridarījumu, slēpies un neviens no pieaugušajiem nav to zinājis, redzējis un varējis palīdzēt. Tiek minēti arī ļoti labi piemēri, kad vecāki ar siltumu un pieķeršanos atceras savus pirmos skolotājus, kuri ir devuši pozitīvu izjūtu par skolu un labas atmiņas.

BĒRNI. No bērnu puses izskan gan gandarījums par labi nopelnītām atzīmēm un

Situācijā, kas bērnam ir smaga, pirmais solis no vecāku puses ir sniegt viņam cilvēcīgu sapratni un atbalstu, piemēram, „tas ir svarīgi, ka tu izstāstīji”, „es redzu, ka sabēdājies, jo nesaņēmi tik labu atzīmi”, „tu jūties aizskarts, dusmīgs, vilies, neizpratnē” u. tml.





draugiem skolā, gan arī liels jautājums „kādēļ man tas viss ir jāmacās, ko es ar to pēc tam darīšu?”, gan neizpratne un izjūta, ka bieži vien ir grūti ietekmēt procesus skolā, kuri tieši skar viņu pašu, piemēram, „es centos, bet saņēmu sliktu atzīmi”, „es biju slims, un man tajā laikā vairākos priekšmetos ielika vieniniekus”, „es skolotājam nepatīku”, „es saku, ka nesaprotu, bet skolotāja nepaskaidro”, „skolotāji nesaprot, ka skola nav visa mana dzīve, man pēc skolas ir arī citas nodarbes”, „es visu vakaru pildīju mājasdarbu, bet skolotāja pat nepaskatījās” u. c.

Iespējams, katrai no šīm pusēm kādā brīdī var būt taisnība, jo jautājums ir par skolēna vajadzībām mācību procesā, par pedagoga vajadzībām veiksmīgai sava darba veikšanai un par vecāku vajadzībām attiecībā ne tikai uz bērna akadēmiskajām, bet arī emocionālajām vajadzībām. Situācijās, kurās ir iesaistīti vairāki cilvēki jeb vairākas puses, katram bieži vien būs savs viedoklis un redzējums, kā visam veiksmīgi vajadzētu ritēt.

Pētījumi rāda, ka, strādājot un uzlabojot pedagoga un skolēna savstarpējās attiecības, rodas nozīmīgi, pozitīvi un ilglaicīgi ieguvumi gan bērna akadēmiskajā, gan sociālajā attīstībā. Tomēr bez mācību piepūles vienas pašas skolēna un pedagoga attiecības nesniegs būtiskus uzlabojumus bērna atzīmēs, lai gan tiem skolēniem, kuriem ir tuvas un atbalstošas attiecības ar viņu skolotājiem, būs augstāki sasniegumu rādītāji nekā tiem bērniem, kuriem attiecības ar pedagogiem salīdzinoši vairāk ir savstarpēji konfliktējošas.

Bieži vien otrs solis, ko vecāki kopā ar bērnu var veikt, ir veidot problēmas risināšanas plānu jeb ģenerēt idejas attiecībā uz to, ko pats bērns šīnī situācijā varētu darīt un kas būtu viņa spēkos.

Kā uzvedas skolēns, kurš izjūt labas attiecības ar pedagogu?

Kā rāda pētījumi, šāds skolēns daudz biežāk sarunājas ar skolotāju, no pedagoga puses saņem vairāk konstruktīvas vadības un virzības, kā arī uzslavas un iedrošinājumu salīdzinoši vairāk nekā kritiku. Skolēns, kurš uzticas skolotājam, labāk uzvedas klasē, vairāk emocionāli iesaistās mācību procesā, izrāda interesi un vēlmi mācīties (ar nosacījumu, ka mācību materiāls ir atbilstīgs vecumposmam un skolēna reālajām spējām), kā minēts <http://www.apa.org/education/k12/relationships.aspx>.

Vienlaikus, kā rāda pētījums, skolotāji, kuriem ir negatīvas attiecības ar skolēniem, bieži vien pret viņiem vērs frustrāciju, aizkaitināmību un dusmas. Skolotājiem var

būt negatīvi vērsti un sarkastiski komentāri, vai viņi paši raksturo, ka „izjūt pāridarījumu no šiem skolēniem vai ir iesaistīti konfliktā ar viņiem”. Bieži vien skolotāji atsevišķus skolēnus raksturo kā tādus, kas „viņus emocionāli izsmel” vai „skolēns liek jūties viņiem nogurušiem un emocionāli izdegušiem”. Šādās klases attiecībās skolotājs visdrīzāk var pamanīt, ka viņš mēdz kliegt uz skolēniem un lietot ļoti stingru, neelastīgu kontroli. Skolotāja un skolēnu komunikācija tādā vidē var būt savstarpēji necienoša un sarkastiska. Paraleli, kā atspoguļo pētījumi, negatīvā skolotāja un skolēnu attiecību vidē var biežāk piedzīvot arī savstarpējos bērnu pāridarījumus un nevēlēšanos apmeklēt skolu (Pianta, La Paro & Hamre, 2006; Jennings & Greenberg, 2009; Lisonbee, Mize, Payne & Granger, 2008). Cilvēcīgi konfliktējošas skolēna un skolotāja attiecības bieži vien ir liels stresa avots ne tikai skolēnam, bet arī pašam pedagogam.

Ir skaidrs, ka veidot pozitīvas attiecības klasē, kur pedagogam interesantā un aizraujošā veidā ir jāizglīto līdz 30 un dažkārt pat vairāk bērnu un vienlaikus jānodrošina disciplīna un visu skolēnu pozitīva iesaiste, var būt liels izaicinājums un stresa pilni darba apstākļi un tam ir nepieciešams daudz emocionālo resursu. Līdzīgi arī skolēnam, kurš macās tik lielā klasē, var būt liels pārbaudījums koncentrēties, noturēt uzmanību un mēģināt veidot tik ļoti vajadzīgo kontaktu ar skolotāju.

Kā vecākiem rīkoties, ja bērns piedzīvojis nepatīkamu situāciju skolā?

Kā visām šīm pusēm parūpēties par sevi, lai nepiedzīvotu negatīvas savstarpējas attiecības un veidotu pozitīvu skolotāja un vecāku sadarbību? Ieteikumi var būt daudzi un dažādi, bet ir pamatprincipi, uz kuriem būtu vēlams balstīties.

1. UZKLAUSĪT BĒRNU. Ja bērns mājās stāsta par nepatīkamu vai aizskarošu situāciju skolā, tad sākotnēji ir vēlams lūgt viņu ļoti mierīgi un secīgi izstāstīt, kas ir noticis. Situācijā, kas bērnam ir smaga, pirmais solis no vecāku puses ir sniegt viņam cilvēcīgu sapratni un atbalstu, piemēram, „tas ir svarīgi, ka tu izstāstīji”, „es redzu, ka sabēdājies, jo nesaņēmi tik labu atzīmi”, „tu jūties aizskarts, dusmīgs, vīlies, neizpratnē” u. tml.

Dažkārt, kad bērns atnāk mājās un stāsta par savām grūtībām, arī vecāki var izjust spēcīgas emocijas – gan dusmas, gan izmisumu, gan sašutumu. Ir svarīgi tās nosaukt vārdos („tad, kad tu man stāsti, kas notika skolā, es arī izjūtu dusmas”), bet vienlaikus nelietot aizskarošus vai apvai-

nojošus vārdus attiecībā uz citiem skolēniem, pedagogiem vai pašu skolu. Noniecinot skolu, var samazināt jeb graut bērna motivāciju iesaistīties mācību procesā, bet tas nepalīdz risināt problēmu. Svarīgi ir vecākiem nepalikt vienaldzīgiem, ja bērns stāsta nevis par viņa paša piedzīvoto, bet to, ko viņš ir redzējis, varbūt par kādu citu zināmu skolēnu.

2. KO BĒRNS PATS VAR DARĪT, LAI RISINĀTU SITUĀCIJU? Bieži vien otrais solis, ko vecāki kopā ar bērnu var veikt, ir veidot problēmas risināšanas plānu jeb ģenerēt idejas attiecībā uz to, ko pats bērns šinī situācijā varētu darīt un kas būtu viņa spēkos. Tas bieži vien attieksies uz situācijām, kad bērni ir savstarpēji sastrīdējušies, saplēsuši viens otram kādu mantu, kad ir izveidojušies pārpratumi draudzībā, attiecībā uz paveiktajiem uzdevumiem, mājasdarbiem u. tml. Piemēram, pat ja bērnam, kurš ir slimojis, mācību priekšmetā ir ielikts vieninieks, viņš var izmēģināt iet pie pedagoga un kopīgi pārrunāt, kā šo situāciju risināt. Līdzīgi var pārrunāt iespējamus variantus rīcībai situācijā, ja bērns tiek apsaukāts vai kāds ar viņu nav gribējis spēlēt. Šis posms skar bērna sociālās prasmes, un ir svarīgi mudināt arī pašu bērnu mācīties risināt situācijas un izmēģināt alternatīvus uzvedības veidus.

3. VECĀKI DODAS PIE SKOLOTĀJA. Ja situācija atkārtojas vai to risināt nav bērna spēkos, tad vecākiem ir svarīgi doties pie klases audzinātāja vai mācību priekšmeta pedagoga un noskaidrot viņa redzējumu. Iespējams, pedagogs raksturos situāciju citādi, piemēram, „Jānis atņēma lineālu Pēterim, tādēļ Pēteris viņam iesita”, vai arī noliegs vai apstiprinās iespējamo problēmu. Reizēm no skolotāja puses var rasties nepatika pret kādu bērnu, kurš vāji iesaistās mācību procesā, nesadarbojas, izvairās, citos veidos cenšas pievērst uzmanību. Tad ir svarīgi pedagogam raksturot šā bērna problemātisko uzvedību skolā un veidot komandu ar vecākiem, lai domātu, kā to risināt. Bieži vien šādos gadījumos tas nebūs tikai viena paša pedagoga vai vienu pašu vecāku spēkos. Iespējams, situācijās, kas skar bērna uzvedību mācību stundās, būs jāiesaista citi skolas speciālisti, piemēram, psihologs. Dažkārt bērniem, kuri ir nemierīgi un izvairīgi, stundās var būt kādas mācīšanās iemaņu grūtības, un viņiem ir nepieciešama cita veida pieeja.

Ja vecākiem ir grūti noticēt skolotāja teiktajam, tad ir svarīgi lūgt atļauju pavērot bērnu stundās, starpbrīžos vai arī aici-

nāt skolas psihologu kā vairāk neatkarīgu personu veikt savus novērojumus. Dažkārt vecāki ir pārsteigti, jo tik tiešām bērns, atrodies mājās, var uzvesties vienā veidā, bet, esot lielākā grupā, – pilnīgi citādi. Pat ja bērnam ir uzvedības grūtības, mācību procesā arī skolotāja atbildība ir meklēt veidus, kā strukturēt, iedrošināt un pastiprināt bērna pozitīvās uzvedības mirkļus vai piemērot atbalsta pasākumus saistībā ar mācību grūtībām.

4. VECĀKI DODAS PIE SKOLAS VADĪBAS. Ja vairākkārt ir mēģināts rast risinājumu kopā ar pedagogu un tas nav izdevies vai pedagogs nav sadarbojies, risinājums ir doties pie skolas vadības un gan mutiski, gan rakstveidā sniegt informāciju par radušos situāciju. Rakstveida informācija ir uzskatāma par oficiālu iesniegumu, tādējādi vecākiem ir tiesības saņemt rakstveidā dokumentētu administrācijas atbildi. Iespējams, šajā solī ir svarīgi apzināt, vai šīs grūtības skar arī citus bērna klases bērnus, un rakstīt kopēju iesniegumu. Ja skola šajā gadījumā nav spējīga palīdzēt un situācija ir samilzusi, papildu palīdzību var lūgt iestādēm, kas sadarbojas ar skolu, piemēram, sociālais dienests, izglītības pārvalde, Valsts izglītības satura centrs, Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcija, Tiesībsarga birojs. Situācijās, kad bērns ir piedzīvojis fizisku vai emocionālu vardarbību, noteikti ir jāraksta iesniegums policijai.

Lai skolēna un skolotāja sadarbība būtu veiksmīga daudzu gadu garumā, katrai no pusēm ir savi pienākumi. Vecākiem jau ar 1. klases pirmo nedēļu ir jābūt iesaistītiem bērna mācību procesā, jāiepazīstas ar skolotāju, jājautā par neskaidrībām, jāpiedāvā

Ja situācija atkārtojas vai to risināt nav bērna spēkos, tad vecākiem ir svarīgi doties pie klases audzinātāja vai mācību priekšmeta pedagoga un noskaidrot viņa redzējumu.

atbalsts bērnu klases vakaru, ekskursiju, klases pasākumu organizēšanā, kā arī jāpamana un pedagogam jāsniedz pozitīvs novērtējums par to, ko bērns ir ieguvis, iemācījies, piedzīvojis. Skolēnam ir pienākums veikt skolas darbus un mājasdarbus tik, cik ir viņa spēkos, un mācīties lūgt palīdzību pedagogam situācijās, kad nav skaidrs uzdevums, kā arī ievērot klases un skolas iekšējās kārtības noteikumus. Pedagogam ētiski, kā vairumā palīdzošo profesiju, būtu svarīgi domāt un rūpēties par savu psiholoģisko veselību un labklājību, piemēram, apmeklēt papildu apmācību, ja rodas grūtības vai neskaidrības saistībā ar spēju disciplinēt klasi vai veidot pozitīvu kontaktu, griezties pēc emocionālas palīdzības pie kolēģiem, vadības vai citiem speciālistiem. Ir jāievēro – ja kāda no pusēm ilgstoši izjūt nogurumu, nomāktību, dusmas vai aizkaitinājumu, tas ir signāls, ka situācijā ir nepieciešamas pārmaiņas. Tad bieži pieaugušo uzdevums ir būt tik drosmīgiem un problēmu pārrunāt.



PALĪDZIET IZPĒTĪT BĒRNU VALODU!



Pirmo reizi Latvijā ir uzsākts pētījums¹ par latviski runājošo bērnu valodas agrīno attīstību. Tas ir nepieciešams, lai izstrādātu bērnu runas leksiskās, gramatiskās un fonoloģiskās attīstības vērtēšanas sistēmu, kas būs labs palīgs pedagogiem un logopēdiem, bērnu vecākiem un mācību līdzekļu autoriem un sekmēs valodas traucējumu savlaicīgu diagnostiku.

Lai iegūtu informāciju par bērnu vārdu krājumu, ir ļoti nepieciešams vecāku atbalsts, tāpēc, ievērojot personas datu aizsardzības likumu, Pilsonības un migrācijas lietu pārvaldes speciālisti atbilstīgi pētnieku izstrādātajiem kritērijiem veica 6628 bērnu ģimeņu atlasu un šā gada aprīlī aizsūtīja vecākiem ierakstītu vēstuli ar aicinājumu elektroniski aizpildīt aptauju par savu bērnu komunikatīvo attīstību.

Izvēlētie vecāki ir saņēmuši lūgumu elektroniski aizpildīt vienu no Makartura-Beitas testa formām: „Vārdi un žesti”, kas ir paredzēta aptaujai par 8–16 mēnešus vecu bērnu valodu, vai „Vārdi un teikumi”, kas ir domāta aptaujai par 17–36 mēnešus vecu bērnu valodu.

Vēstuli saņēmušie vecāki tiek aicināti aktīvi iesaistīties pētījuma veikšanā. Per-

sonas datu aizsardzības likums garantē personas datu neizpaušanu, tāpēc projekta pētnieku grupa aicina uzticēties un būt patiesiem, aizpildot testu.

Ikdienā daļa ģimeņu ar bērnu sarunājas dzimtajā izloksnē, nevis latviešu literārajā valodā, tāpēc, aizpildot aptauju, respondenti tiek aicināti izvēlēties to atbildes variantu, kas ir vistuvāk bērna lietotajam.

Lai iegūtu informāciju par bērnu vārdu krājumu, ir ļoti nepieciešams vecāku atbalsts. Mamma un tēti tiek aicināti aktīvi iesaistīties pētījuma veikšanā.

Testa aizpildīšana var būt laba iespēja arī vecākiem ieklausīties savā bērņā, atsaucot atmiņā, ko viņš jau spēj izteikt vārdos, ko saprot, bet nespēj pateikt un ko

Jūnijā vecāki anketu varēs aizpildīt šeit: <http://cdi.lamba.lv>

vēl tikai apgūs. Katram bērnam ir savs attīstības ceļš. Šajā pētījumā varēs iegūt informāciju gan par to, kas ir kopīgs visiem bērniem, gan arī par to, kādas atšķirības ir vērojamas. Atbilžu sniegšanai nāksies atvēlēt kādu laiku sprīdi, bet to var darīt arī pakāpeniski. Kad viena sadaļa ir aizpildīta, tā ir jāsauglabā, lai pēc kāda laika darbu varētu pabeigt un iesniegt.

Maija beigās vai jūnijā tests būs pieejams ikvienam no vecākiem, kurš vēlsies piedalīties pētījumā un kura bērni ir tam atbilstīgā vecumā (8–36 mēneši).

Projekta pētnieku grupa aicina vecākus būt atsaucīgiem, piedalīties un priecāties par katru aizpildītu anketu.

Plašāka informācija par projektu: <http://www.lamba.lv/index.php/lv/>.



¹ Rīgas Pedagoģijas un izglītības vadības akadēmijas Bērnu valodas pētījumu centrs sadarbībā ar Latvijas Universitātes (LU) Matemātikas un informātikas institūta Mākslīgā intelekta laboratoriju, LU Humanitāro zinātņu fakultāti, Trumse Arktisko universitāti un Oslo Universitāti Norvēģijā kopš 2015. gada 1. marta īsteno Norvēģijas finanšu instrumenta un Latvijas valsts līdzfinansēto pētniecības projektu Nr. NFI/R/2014/053 „Latviešu valodas monolingvāla un bilingvāla apguve: rīki, teorijas un lietojums” (LAMBA), lai izpētītu latviski runājošu bērnu valodas agrīno attīstību.

Izvēlies savam bērnam piemērotāko vasaras nometni!

ANGLŪ VALODAS VASARAS NOMETNE LATVIJĀ

English Explorer

WE BRING BRITAIN! YOU BRING TALENT!
Dalībniekiem no 10 līdz 17 gadiem



Nometnes datumi: **25. JŪLIJS - 6. AUGUSTS**
PIETEIKUMU PIENĒMŠANA līdz 30. maijam

KĀPĒC IZVĒLĒTIES "ENGLISH EXPLORER" NOMETNI?

- Atraktīva mācību programma.
- Komunikācija, spēles, sports un aizraujošas aktivitātes angļu valodā.
- Radoši pasniedzēji no Lielbritānijas un Latvijas.
- Dzīvošana mājīgā viesnīcā barona Minhauzena iemīļotajā apkārtnē.
- Ekskursijas uz Rīgu, Turaidas pili un barona Minhauzena muzeju.
- Atpūtas centra un restorāna "Lido" apmeklējums.

690 EUR



Iekļauts: mācības, rakstību materiāli, dzīvokļa, ēdiena, aktivitāšu un ekskursiju programma, nometnes sertifikāts.

Mācību centrs "Linkturs"
Terbatas iela 5-3, Rīga, LV-1050, Latvija

Tālrunis: 67223267, 67358795
E-pasts: linkturs@linkturs.lv

Linkturs
EDUCATION CENTRE

WWW.LINKTURS.LV

GŪSTI pozitīvas emocijas!

SALAMANDRA
AKTĪVĀS ATPŪTAS NOMETNE BĒRNIEM

24.-30. JŪLIJS Nometne bērniem vecumā no 6 līdz 9 gadiem
14.-20. AUGUSTS Nometne bērniem vecumā no 10 līdz 16 gadiem

PROGRAMMA TEMATISKĀS DIENAS

Deju kustību apgūšanas diena, pašizvērtēšanas diena, rokdarbu diena, ekskursijas diena, armijas diena, jūras diena.

NOMETNES VIETA: "Vecmūža", www.vecmucha.lv
NOMETNES VADĪTĀJS: Kaspars Riekstiņš, tel. +371 26470649
PESAKĪES: līdz 31.05.2016. uz info@smalle.lv, www.smalle.lv



Radošā nometne RAISKUMĀ!
2016. gada 6.-15. jūlijs

Mūzikas skolu audzēkņi un jaunieši!

JĀ TU

- vēlies vasarā uzlabot savu instrumenta spēles tehniku,
- mācīties muzicēt orķestrī,
- uzspodināt savu balsi dziedāšanā kori
- un tavš vecums ir 11-18 gadi,

TAD tieši TEV šī nometne būs kā atvērta oāze vasaras karstumā!

NOMETNES DALĪBAS MAKSA – 200 EUR.

* Ja no vienas ģimenes nometnē piedalās 2 bērni – kopējā dalības maksa 300 EUR
** Dalības maksa – irodzītie nometnē

Pieteikšanās uz e-pastu irena.nap@inbox.lv vai lienerocovskata@inbox.lv, norādot: vārds, uzvārds, vecums, skola, instrumentu spēle vai dziedāšana kori, skola, vecāku kontaktāruni, e-pasta adresi.

Aiciniet savus draugus un mūzikas domubiedrus! Kopā mums būs jautrāk un skaņēs varenāk!

Athleta
Pūšluma internātpamatskola,
Pārdaugavas Mūzikas un teātra skola



EDUCATION & CAMPS MARPE

ATPŪTAS UN PIEDZĪVOJUMU NOMETNE PIE JŪRAS

Nometnes laiks:
26. jūnijs - 1. jūlijs, 2016. gads

Nometnes vieta:
viesu nams "Tauriņi", Bērziems, Engures pagasts
Dalībnieku vecums:
sākumskolas vecumposms – no 6 līdz 11 gadiem

Atpūtas un piedzīvojumu nometne Engurē pie jūras ar izglītojošām un radošām aktivitātēm!

Sīkāka informācija - www.marpe.lv
Kontakti: **nometnes vadītāja Zanda Pētersone**
tālrunis 26191227
29838248
e-pasts: zanda@marpe.lv



RADOŠĀ STUDIJA

www.BeArt.lv

Radoša kustību un atpūtas nometne

„VĒJŠ MATOS”

26. jūnijs - 1. jūlijs

Atpūtas komplekss „Turbas”, Tinūžu pagasts, Ikšķiles novads

Dalībnieku vecums: 8-14 gadi.

Nometnes programma: radoša, izziņoša nometne dabā ar ritma, dejas un kustību elementiem, gleznainā apvidū mazās Juglas krastos - ar kalniem un lejām, bērzu aleju un pļavu plašumiem.

Nometnes uzdevums - sajūst sevi kustībā, mūzikā, brīvā dabā, baudīt plašumu, elpot, izsmaržot dabu, iedvesmoties un radīt.

Dalībniekiem būs iespēja:

- *dzīvot dabā, mēsties ar putnu dziesmām, ķert sauli pļāvā un vakarēt ar sarunām un rotaļām pie ugunsкура;
 - *izpausties radošajās brīvdabas darbnīcās pļāvā, zem ozola, pie aitām, upes krastā utt.;
 - *kustēties ritmā un dejā, muzicēt, iestudēt dziesmas un veidot kustību improvizācijas teātri, sagatavot uzvedumu ar stilizētiem tērpiem un vides dekorācijām;
 - *spēlēt sporta un sadarbības spēles, volejbolu, futbolu, tautas bumbu, atraktīvas stafetes u. c.;
 - *izstaigāt pastaigu takas, apskatīt skatu torni, 800 gadu seno Turbas dižozolu, saliedēties āra trasītē, doties apkārtnes izzināšanas un piedzīvojumu pārgājienā u. c. atrakcijas;
 - *samīļot „Turbu” aitiņas un plūncāties ūdeņos;
 - *baudīt galda kultūras un uzvedības mākslu pie skaisti saklāta galda;
 - *satikt draugus un baudīt vasaru lauku plašumos.
- Nometnes maksa** līdz 20.05.2016. - 230 EUR, vairāk lasīt <http://www.beart.lv/nometnes.html>
Informācija un pieteikšanās: BeArt.studija@gmail.com
Nometnes vadītāja: Sintija Rungule, tālr. 26553131



Aicinām meitenes un puīšus

no 11 līdz 14 gadiem
pievienoties
pusaudžu grupai!



Pusaudžu grupa ir padsmītgadīgo tikšanās draugu lokā. Pusaudžu programma palīdz attīstīt īpašības, piemēram, draudzīgumu, sirsnību, dāsnumu, pacietību. Tā kā nodarības notiks grupā, tas palīdzēs pusaudžiem attīstīt prasmes sadarboties: uz klausīt, skaidri izteikt savas domas un apspriest idejas. Vēl pusaudži iesaistīsies sporta un mākslas (zīmēšana, dziedāšana, teātris) nodarbēs, kas palīdzēs atklāt viņu talantus un spējas, dosies ekskursijās un uzzinās daudz jauna un interesanta. Iespējams, svarīgākais aspekts ir iespēja kopā mācīties darīt labu, tas ir, veikt noderīgus un labus darbus savā apkaimē.

Pusaudžu grupas tikšanās vasaras laikā notiks divas reizes nedēļā - otrdienās un trešdienās no plkst. 11.00 līdz 17.00 kultūras centrā „Ritausma” (Kandavas iela 27, Rīga).

Līdzdalības maksājums par dalību programmā ir 20 eiro mēnesī.

Pusaudžu nometne notiks no 8. līdz 12. augustam no plkst. 11.00 līdz 17.00 kultūras centrā „Ritausma” (Kandavas iela 27, Rīga).

Līdzdalības maksājums par dalību nometnē ir 20 eiro mēnesī.

Programma „Es sabiedrībai” ir licencēta Rīgas domes izglītības, kultūras un sporta departamentā.

Tā notiek latviešu un krievu valodā. Mēs gribētu, lai pusaudži no jebkuras valodas vides mācītos strādāt kopā, lai veidotu labāku sabiedrību.

Ja vēlaties pievienoties pusaudžu grupai, zvaniet vai rakstiet:
29628019, maris.pavlovs@gmail.com (programmas vadītājs Māris Pavlovs).
<http://www.draugiem.lv/pusaudzuzgrupas/>

Piedzīvojumu nometne „Pirāta noslēpums” topošajiem pirmklasniekiem un 1. klasi beigušajiem



Sens pergaments kuņģniecības muzejā un mājas pamatos iemūrētā karte ir sākums stāstam par drosmīgu pirātu, viņa piedzīvojumiem un, iespējams, apslēptu mantu.

Ja gribi piedalīties izpētes un atklājēju komandā, tad aicinām tevi pievienoties mūsu topošajai komandai. Ar 4. jūniju aicinām topošos pirmklasniekus un tos, kuri jau ir beiguši 1. klasi, piedalīties dienas piedzīvojumu nometnē „Pirāta noslēpums”. Nometnē iepazīsies ar jauniem draugiem, pārbaudīsiet savu radošumu gan darbnīcās, gan dažādos uzdevumos, kā arī trenēsiet izturību fiziskās aktivitātēs.

Katram dalībniekam būs jātrenē sava attapība un veiklība, jādoma par kopējās komandas veidošanu un saliedētību.

Nometnē būs nodrošināta trīsreizēja ēdināšana (3 EUR par vienu dienu), dalības maksa ar ēdināšanu 10 dienām – 160 EUR; visam jūnijam (21 dienai) – 220 EUR.

Nometne norisināsies Rīgā, Slokas ielā 122, īpašumā ar plašu zaļu pagalmu. Nometne darbosies katru darba dienu no plkst. 8.30 līdz 18.30.

Tuvāka informācija pa tālr. 29817107

Saulgriežu vasaras vidusskola (SVV) 2016



Laiks: 10.–30. jūlijs

Vieta: Vārļņu pagasts, Vārļņu pamatskola

Mērķauditorija: jaunieši vecumā no 13 līdz 17 gadiem

Apraksts: SVV ir latviskas dzīvīgas skola, kas jauniešiem palīdz iepazīt Latviju un pašiem sevi no iekšpusēs. No rītiem notiek mācības (vēsture, politika, folklorā, literatūrā, reliģijā (ētika), komunikācijā u. c.), pēcpusdienā – viss ar sportu, mākslu, amatniecību saistīts; izveidojas dažādi ansambļi, top gadagrāmata, jaunieši var izvēlēties nodarboties ar dažāda veida rokdarbiem. Audzinātāji ir atbildīgi par vakara nodarbībām, un tās reizēm ir izklaidējošas, reizēm – nopietnāka rakstura, bet vienmēr – saistošas un interesantas. Visi jaunieši piedalās tautas dejas un dzied skolas kort. Otrās nedēļas beigās ir viesu diena, kam jaunieši sagatavo pilnu koncerta programmu, paši gatavo viesiem cienastu un iekārto maksas darbu un rokdarbu izstādi.

Katru vasaru SVV ir virstēma, šogad tā ir „SVV Saules zīme”. Jaunieši mācīsies par latvju zīmēm, to nozīmi un visvairāk piemēroto izmantošanu mūsdienās. Šis mācības notiks pirmajā nedēļā īpaši iekārtotās telpās netālu lauku mājā; nodarbības vadīs Roberts Šilings no Limbažiem. Jaunieši paši gatavos sev aprocas un piedalīsies lielās Saules zīmes darināšanā un tās atklāšanā viesu dienā.

SVV jaunieši par savu zemi macās no cilvēkiem, kas dzīvo un strādā novadā, kurā notiek SVV. Kopā darbojoties, jaunieši sadraudzējas un ik vasaru pierāda, ka viņi spēj veikt lielas lietas!

Dalības maksa: 350 EUR

Organizatoru kontakti:

SVV direktore: Ilze Kreišmane, 29479361, kdc@latnet.lv

SVV direktores vietnieks: Mārtiņš Daģis, 26116587, martinsdagis@gmail.com

SVV administratore: Dace Rasiņa, 29802959, saulgriez@gmail.com



Domā par profesiju

MEDICĪNA?! INŽENIERZINĀTNES?!

Piedalies

NOMETNĒS VIDUSSKOLĒNIEM

Rīgas Klasiskā ģimnāzija,

Rīgas domes izglītības, kultūras un sporta departaments,

RTU un RSU pasniedzēji

Praktiskā darbībā iespēja reāli apzināties speciālista darbu medicīnas un inženierzinātņu nozarēs

Skati programmas: www.rkg.lv

Raksti: sdzelme@edu.riga.lv

Zvani: nometņu vadītājai Sandrai Dzelmei, mob. tālr. 26475146

„Senču mantojums 2016”

Norises vieta: Limbažu novads, Katvari, Katvaru internātpamatskola

Norises laiks: 01.07.–10.07.2016.

Dienu skaits: 10

Dalībnieku vecums: 7–15 gadi

Nometnes mērķis ir veicināt bērnu un jauniešu personības izaugsmi caur veselīgu un aktīvu atpūtu, izmantojot pieredzes izglītības metodes; sniegt bērniem un jauniešiem labas emocijas, kas palīdz viņiem kļūt par spēcīgām un radošām personībām.

Nometnē ir paredzētas rīta nodarbības, kurās bērni strādā radošajās darbnīcās, pēcpusdienā ir aktīvās nodarbības brīvā dabā, vakarā – tematiskie pasākumi, viens nakts pārgājiens, bet noslēguma dienā bērni piedalās koncertā, uz kuru tiek aicināti arī bērnu vecāki, radi.

Dalības maksa nometnē – 220 EUR; ja nometnē piedalās vairāki bērni no ģimenes, tad dalības maksa – 200 EUR.

Pieteikšanās nometnei – līdz 20. jūnijam.

Kontakti: nometnes vadītāja Diāna Kuzina, tālr. 20011277

