

Jāmācās tolerance, iecietība un izturība

Ilze Brinkmane, žurnāliste

Izglītības un zinātnes ministrija (IZM) tiešsaistē izveidojusi „Emociju viesistabu”, kurā notiek sarunas par atbalstu nedrošā brīdī. 20. maijā Liene Bērziņa sarunājās arpsihoterapeiti Ainu Poišu, psihoterapijas speciālistu Dr. psych. Aivi Dombrovski, divu pusaudžu mammu, Cēsu Pilsētas vidusskolas direktoriem vietnieci audzināšanas darbā un 10. klases audzinātāju Inetu Lāci-Sējāni par skolotāju, skolēnu un vecāku attiecībām, par to, ko mācījušies no šī laika, ko sapratuši un pie kā jāturbina strādāt, lai veidotos produktīva saruna. Žurnāls sniedz ieskatu galvenajās atzinās, bet ierakstu varat noskatīties un noklausīties IZM tīmekļvietnē.

Foto: gctpnews.org



Liene Bērziņa stāstakādas skolotājas pieredzi – viņa ir mācību priekšmeta skolotāja un 8. klases audzinātāja un lūdz padomu, ko darīt situācijā, kad „WhatsApp” vecāku grupas saziņā vecāki nepārtraukti kritizē skolu un skolotāju, izsaka neapmierinātību ar visu un uzsver, ka ne viņa, ne kolēgi neprot strādāt. Viņa to zinot no pārstāstiem, bet arī vecāku sapulcēs daži bļaustoties, bet pārējie klusē.

Vai ir sanācis saskarties ar šādu situāciju?

Ineta Lāce-Sējāne atzīst, ka ir bijis tuvu tam un izprot, ka skolotājam ir pagrūti, ja saņem šādu ziņu. „No administrācijas viedokļa varu teikt, ka „WhatsApp” skolā

„**M**ūsu komunikācijas kultūrā ļoti bieži pietrūkst sakarīgas, civilizētas diskusijas, lai neaizskaram otra personību. Patlaban visiem ir grūtības un būtu jāapvienojas, kā ar tām tikt galā,” iesaka **A. Poiša**.

nav obligāts, un, lai sevi pasargātu, skolotājiem iesaku izvairīties no šādām neoficiālām saziņas grupām. Kā mamma saprotu, ka ir jāventilējas, bet nevajadzētu to darīt par tīri profesionālām lietām. Lai apspriestu skolotāju profesionalitāti, jābūt diskusijai, dialogam par to, kas neapmierina, un, lūdzu, nevajag runāt aiz muguras. Jānāk uz konstruktīvu sarunu, un tas ir tas, kas jāmāca arī saviem bērniem. Skolotājai iesaku runāt ar skolas komandu, lai nesajustos tā, kā patlaban,” teicl. Lāce-Sējāne.

L. Bērziņa norāda, ka ieteikums izvairīties no dalības „WhatsApp” grupā negarantē, ka sarunas neturpi-nāsies, tādēļ viņa jautā psihoterapeitiem, kā pieņemt faktu, ka par tevi tā runā?

Aina Poiša mierina, ka suņi rej, bet karavāna iet tālāk, unpiebilst, ka virtuālā realitāte ienākusi spēcīga un agresīva, bet solidarizācija starp cilvēkiem ir veiksmīgāka, ja var apvienoties pret kaut ko kā ienaidnieku. „Šis ir gadījums, kad pārbaudījums ir gan skolotājiem, gan vecākiem, jo tālmācībā vecāku atbildība palielinās un viņu neapmierinātība tikai pieaug, ja arī pirms tam ar skolotāju darbu jau bijuši neapmierināti. Vecākiem ir papildu slodze, ar ko viņi netiek galā. Parasti, ja cilvēks ar kaut ko netiek galā, pieaug stresa līmenis, tad meklē vainīgo un pingponga veidā piespēlē atbildību citam. Loģiski, ka tiek piesaistīti skolotāji kā otra atbildīgā grupa. Mūsu komunikācijas kultūrā ļoti bieži pietrūkst sakarīgas, civilizētas diskusijas, lai neaiz-skaram otra personību. Patlaban visiem ir grūtības un būtu jāapvienojas, kā ar tām tikt galā,” iesaka A. Poiša.

„Vecākiem jāmāca saviem bērniem atbildība – ja ir mājasdarbs, tad tas ir jāpaveic, bet vecāki ir tikai blakusesoši. Savukārt skolotājam ir jāizvērtē, ko viņš uzdod mājās darīt, vai tie ir uzdevumi, kurus bērns spēj izpildīt bez vecāku klātbūtnes,” teic A. Dombrovskis.

Kuram jābūt iniciatoram konstruktīvai sarunai? Kas un kā jādara skolotājam, lai vecāki viņu sadzirdētu, noliekt malā emocijas?

Avis Dombrovskis atklāj, ka vairāk nekā desmit gadu strādājis par skolotāju speciālajā skolā, un uzskata, ka pamatlietas nav mainījušās. Viņaprāt, tas ir arī vecāku cieņas jautājums pret skolotāju. „Pieminētajā gadījumā ar vecākiem būtu jāveic individuāla saruna, jo viņi neapzinās, kā kaitē saviem bērniem, noniecinot skolotāju,” uzsver psihoterapeits un piebilst, ka pats kā tēvs savam bērnam izvēlētos skolu, kur ir skolotāji, kuriem uzticas. „Bērns vērtībsistēmu veido, pirmkārt, ģimenē. Ja vecāki neciena skolotāju, tad kāpēc lai to darītu bērns. Otrkārt, vai vecāki ir padomājuši, ja viņi netiek galā ar savu vienu vai diviem bērniem, tad skolotājam ir jātiekt galā ar 20 līdz 30 bērniem,” atgādina A. Dombrovskis. Viņš salīdzina, ka ne visi, kas prot uzlikt plāksteri sagrieztam pirkstam, var strādāt par ķirurgu, tāpat ne visi vecāki var pārtapt par profesionāliem skolotājiem.

L. Bērziņa atklāj nākamo stāstu par 7. klases latviešu valodas skolotāju un vienas skolnieces mammu, kura nemitigi diskutē par meitas saņemtajiem vērtējumiem, jo studējusi filologos un ir pārliecināta, ka skolotāja ir nekompetenta, ar šauru domāšanu. Viena no sarunām notikusi publiski pie klases durvīm, un iesaistīti arī bērni.

Vai bijušas situācijas, kad savstarpējo konfliktu risināšanā iesaistīti arī bērni?

I. Lāce-Sējāne atzīst, ka ir bijušas situācijas, kad iesaistīti arī bērni, un tās ir īpaši jutīgas: „Cilvēcīgi skolotāja tiek pazemota bērnu priekšā, un tā nav normāla komunikācija, kuru bērni mācās,” viņa norāda.

A. Dombrovskis situācijā saskata emocionālu vardarbību arī pret bērniem. A. Poiša piekrīt, ka pieaugušie ar savu paraugu ietekmē bērnu izpratni par to, kas ir veselīga komunikācija. „Bērni pārņem pieaugušo agresiju un sāk izturēties vardarbīgi. Mamma varēja iet un runāt, lai noskaidrotu, kā sadarbība varētu notikt labāka, bet ir nogaidīts līdz pēdējam pilienam, kad vadzis lūst, un tad kā lauva viņa metas aizstāvēt savu bērnu, panākot pretēju efektu. Jau nodeldēts teiciens, bet vispirms ir jāsāk ar sevi – novēro sevi no malas, pieņem savas izjūtas, jo tev ir tiesības justies dusmīgai kā mammai vai satrakotam tēviņam kā tēvam un ieviest kārtību, bet, ja gribi panākt rezultātu, tad vajag atcerēties, ka agresija izsauc agresiju,” paskaidro psihoterapeite un piebilst, ka bieži agresija pavēršas pret sevi, piemēram, skolotājai tā var atņemt jēgu un motivāciju strādāt, bet ir jāsaņemas un jāstrādā arī pēc šādas epizodes. A. Poiša pieļauj, ka klase vai cita cilvēku grupa sadalās frakcijās, kur vieni domā: „Re, kā viņai sadeva”, bet citi nodomā: „Nabadzīte.” Bērni mācās

komunikācijas modeļus gan no skolotājiem, gan no vecākiem. Psihoterapeite skolotājiem iesaka apzināties, vai un kā viņi prot sevi aizsargāt, lai privātajā telpā neviens nepārkāptu robežas, kas aizskar personīgi. Palīdzēt var semināri vai grāmatas par apzinātu pašaizsardzību, jo citādi ir grūti profesijā izdzīvot.

A. Dombrovskis uzskata, ka bērni šajā situācijā identificējas ar agresoru, bet bērnam bieži nav izvēles, un viņi apzināti neveic izvēli, ar kuru identificēties, jo diemžēl identificējas ar stiprāko, ja viņš nodrošina viņa dzīvi. „Tas atklāj, ka sabiedrību veidojam nevis uz korektām attiecībām, uz spriedumiem balstītiem, bet uz emocionāliem un neadekvātiem secinājumiem,” teic psihoterapeirts un pieļauj, ka māte uz skolotāju pārnes savu pagātni, nevis objektīvu spriedumu. Bieži vecāki pārnes pašu pārciestus aizvainojumus vai pāridarījumus skolā uz savu bērnu skolotājiem, it kā aizstāvot savu bērnu, bet patiesībā viņu traumējot, un psiholoģiskā trauma izpaudīsies nākotnē.

A. Poiša piekrīt, ka bieži savā praksē strādā ar iestrēgušiem modeļiem, cilvēki nespēj veidot veiksmīgas attiecības, jo visu laiku vēlas atriebties par piedzīvotajām sāpēm. „Emocijas nosaka mūsu uzvedību, tādēļ ieteikt metodiku, kā uzvesties, būs par maz. Jāiemācās savas jūtas kontrolēt un izprast, no kurienes tās rodas. Jautājums ir daudz dzīlāks,” uzskata psihoterapeite.

Kā tomēr rast zelta vidusceļu, lai ar tādām situācijām tiktu galā?

I. Lāce-Sējānekā risinājumu redz – jāmācās strādāt ar emocijām un jāmāca saviem bērniem atpazīt emocijas jau no dzimšanas.

L. Bērziņa izklāsta trīs bērnu mammai un stikla mākslinieces klāstīto, ka viņas 11 gadu vecā bērna klases vecāki visos gadskārtu svētkos un audzinātājas dzimšanas un vārda dienā vāc naudu, lai iegādātos dārgas dāvanu kartes u. tml., bet viņa ar savu ročību to nevar atļauties, tādējādi kļuvusi par balto zvirbuli. Viņa strādā arī par skolotāju, bet šādas pie maksas nekad nav saņēmusi.

Vai ir bijuši gadījumi, ka vecāki vēlas nopirkt uzmanību?

I. Lāce-Sējāneatzīst, ka lielas dāvanas skolotājiem rada neveiklas situācijas, un mammai iesaka izrunāties vecāku sapulcē un paust savu viedokli, ka tam nepiekrit.

Varbūt vecāki tādā veidā mēģina kompensēt savu nepietiekamo uzmanību bērnam un tā pateicas skolotājiem?

A. Dombrovskis uzskata, ka runa nav par pateicību, bet par to, kā uz šādām dāvanām reaģē skolotājs. „Ja skolotājs godprātīgi dara savu darbu, tad šādas dāvanas nepieņem, jo viņu cenšas nopirk. Skolotājs var sākt justies vainīgs un vairs nevar būt objektīvs, nespēs ielikt nesekmīgu atzīmi par zināšām. Manuprāt, šādas lietas nav pieļaujamas,” uzsver A. Dombrovskis.

A. Poišanorāda, ka patērētāju attieksme ienāk arī ģimenē un ar mantām vēlamies izteikt pozitīvu attieksmi. Vecāki savā ziņā sāk sacensību jau bērnudārzos, ka var atļauties dārgas dāvanas un neapmierinās tikai ar ziediem. Viņasprāt, sacensība starp vecākiem ir nesimpātiska.

A. Dombrovskis piebilst, ka sacensība ir varas izrādīšana, bet pateicība varētu būt izlaidumā par rezultātu, nevis veicināt, ka skolotājs kļūst atkarīgs, ja dāvanu pieņem.

A. Poiša uzsver, ka ir grūti būt atšķirīgam, ja vairākums domā citādi, bet, ja nostājies opozīcijā, tad jārēķinās ar agresiju, ar izstumšanu. Viņa pieļauj, ka ne visi to var izturēt, ne visiem ir tik bieza āda, tad vai nu salūzt, vai pārstāj apmeklēt vecāku sapulces.



I Lāce-Sējāneatzīst, ka mācījusies no sava bērna, kad viņš jautājis: „Kas tev ir svarīgāks – atzīmes vai manas zināšanas, jo es nevaru visu izdarīt tik ātri?” Ar to, ka aizrādīju, kas viņam tur īsti ir sanācis, esmu viņu dzinusi stresā un tikai tad apjautu, ka man jāspēj sadzirdēt, ko bērns man saka.

Vai un kāpēc skolas vadība nenosaka, ka tādas dāvanas nedrīkst pieņemt?

I. Lāce-Sējānestāsta, ka viņas skolā īpaša kārtība nav noteikta, bet viņa apzinās, ka tādas dāvanas kā skolotāja nedrīkst pieņemt, jo tas nav ētiski un rada līdzatkarību. Viņa priecājas, ja viņas bērns izsaka vēlmi skolotājai aiznest puķi vai paša ceptu kūciņu, kas ir vislielākais novērtējums.

L. Bērziņa lasa tiešsaistes skatītāju jautājumu, vai attalīnātās mācības, kad vecākiem ir jāpalīdz bērniem un viņi kļūst agresīvi, savā ziņā nav genocīds pret ģimenēm?

I. Lāce-Sējānetam negrib piekrist, jo šajā procesā veidojusies arī laba sadarbība un viņa savu bērnu vietā nedara nevienu darbu unir blakus kā mamma, nevis skolotāja.

A. Dombrovskisvērš uzmanību, kā vecāki prot savus bērnus motivēt mācīties un izturēties ar cieņu pret skolotājiem un skolu. „Vecāki var izbaudīt rezultātu un padomāt, vai pirms tam ir teikuši, ka zināšanas ir vērtība un tās ir nepieciešamas un jāmācās pašam. Vecākiem jāmāca saviem bērniem atbildība – ja ir mājasdarbs, tas ir jāpaveic, bet vecāki ir tikai blakus esoši. Savukārt skolotājam ir jāizvērtē, ko viņš uzdod mājās darīt, vai tie ir uzdevumi, kurus bērns spēj izpildīt bez vecāku klātbūtnes,” teic A. Dombrovskis.

Kā palīdzēt apzinīgam bērnam tikt galā ar stresu, ja saņem sliktu vērtējumu?

I. Lāce-Sējāneatzīst, ka mācījusies no sava bērna, kad viņš jautājis: „Kas tev ir svarīgāks – atzīmes vai manas zināšanas, jo es nevaru visu izdarīt tik ātri?” Ar to, ka aizrādīju, kas viņam tur īsti ir sanācis, esmu viņu dzinusi stresā un tikai tad apjautu, ka man jāspēj sadzirdēt, ko bērns man saka. Dabūju kā ar āmuru pa pieri. Būšu vidutājs starp skolotāju un savu bērnu, viņš jāsadzīrd un viņam jāļauj kļūdīties, jo visi šādā veidā mācāmies tikai trešo mēnesi.

A. Dombrovskisnorāda, ka abi ar sievu bijuši pedagogi un meitai ne visos priekšmetos bijušas spīdošas atzīmes. Viņš meitai jautājis, vai matemātikā viņa varējusi izdarīt labāko, saņemot pieci, ja tā, tad uzdāvinātiem desmitniekiem nav nozīmes. Viņaprāt, ja darīts maksimālais un vērtējumā saņemts „5”, tad tas ir lielisks. Būdams ķīmijas skolotājs, viņš priecājies, ja nesekmīgie spējuši apgūt vielu, centušies, pielikuši piepūli un saņēmuši ne vairs „1”, bet jau „3”, jo bieži apķērigākie dzīvē tālāk neattīsta savu gribu un daudz nesasniedz. Psihoterapeits rosina vecākus pieņemt bērnus, kādi viņi ir, un būt tikai atbalstam, nevis uzsvaru likt uz saņemtajām atzīmēm.

A. Poīša jautājuma uzdevējai ierosina mājās palīdzēt radīt struktūru, kā labāk atbalstīt meitu, kurā laikā produktīvāk ir strādāt, kurā atpūsties, pacienāt ar kādu gardumu, jo skolā visiem ir jāvar darboties vienā tempā un režimā, bet mājās ir savi pozitīvie momenti.

L. Bērziņa iesaka skolotājiem runāt ar vecākiem, ja izprot, ka bērnu ļoti sāpina iegūtie vērtējumi, un uzdod nākamo jautājumu: ko darīt, ja skolas vadība ir pārāk autoritatīva, neieklausās ne skolotāju, ne audzēkņu viedokļos, kā dēļ topneloģiski rīkojumi un pārmetumi, ka tos nepilda?

Visbiežāk konfliktsituācijās skolas vadība nostājas vecāku pusē. Cik liela loma ir skolas administrācijai?

I. Lāce-Sējāneuzsver, ka skolā ir iekšējā kultūra, un šajās situācijās iesaka lietas izrunāt ar vadību un neklusēt. Viņasprāt, skolu veido komanda, un viņa īsti neizprot, kāpēc radušās minētās situācijas.

A. Poīša atzīst, ka reizēm neiespējamā misija ir konsekvence starp pieaugušiem cilvēkiem, kas, protams, nav iespējama, ja valda autoritatīvs stils. „Mēs mācāmies demokrātiju, kur viens otru spēj uzklāsīt, saprast situāciju un kontekstu, uz kura būvējas attiecības. Reizēm atteikties no dusmu enerģijas nav viegli, bet reālākais risinājums, ka katrs uzņemas atbildību par savu iekšējo stāvokli. Jāpārlaiž brīdis, kad varas cilvēki grib apliecināt, ka ir īpaši,” smaidot teic psihoterapeite.

A. Dombrovskis piebilst, ka ne vienmēr autoritatīvs ir autoritatīvs. „Jāskatās skolotāja un izglītības iesātādes vadītāja pozīcija. Skolas vadītājam ir jāpiesaista bērni, jo ir skarbā realitāte, ka „nauda seko skolēnam”,” paskaidro A. Dombrovskis un iesaka vecākus lūgt katram vienu reizi novadīt stundu, stāstot par savu profesiju u. tml., lai labāk iejustos skolotāja lomā. „Nav labāku zāļu kā ieteikums iejusties otra vietā, lai, piemēram, izveidotu tiltu starp skolotājiem un vecākiem. Veidosim toleranci, iecietību un izturību,” aicina psihoterapeits. ■