

Vecākiem

„MAZO LATVJU PIRMIE VĀRDI”

Iznākusi latviešu mentalitātei atbilstoša
bilžu un pirmo vārdu grāmatiņa

MĀJASDARBI

Vai un kā vecākiem jāpiedalās bērnam
skolā uzdoto mājasdarbu izpildē?

PAZEMOT UN JUSTIES PAZEMOTAM

Kā veidojas šāda attiecību shēma?



„MAZO LATVJU PIRMIE VĀRDI”

Iznākusi latviešu mentalitātei atbilstoša
bilžu un pirmo vārdu grāmatiņa



māmiņa Agnese Vanaga radīja pirmo tieši latviešu mentalitātei atbilstošu bilžu grāmatu pašiem mazākajiem bērniņiem „Mazo latvju pirmie vārdi”. Lūk, neliela saruna ar grāmatas autori!

Kas bija impulss, mudinot radīt šādu grāmatiņu?

Tie ir mani bērni, kas mani pamudināja radīt grāmatu. Godīgi sakot, tik daudz jaunu ideju, radošu piegājienu – kā audzinot bērnus – man iepriekš nav bijis. Es to skaidroju ar to, ka būt vecākiem nozīmē atraut skatieni no datora, izkāpt no biroja krēsla un palūkoties uz pasauli ar bērna acīm. Tas nozīmē visu laiku būt radošam, papildināt zināšanas, meklēt atbildes un paraudzīties uz ierastām lietām no neierasta skatpunkta. Man pašai ļoti patik lasīt grāmatas, un, kad dēlam sāka rasties interese par tām, tad viņa grāmatplauktā bija teju viss grāmatnī-

Tad es sapratu – grāmatu ir daudz, bet īsti nav nevienas latviešu bērnam piemērotas. Visi ir tulkojumi ar svešzemju bildēm un cittautu tradīcijām.

Agnese Vanaga radīja pirmo tieši latviešu mentalitātei atbilstošu bilžu grāmatu pašiem mazākajiem bērniņiem – „Mazo latvju pirmie vārdi”.

Laila Avotiņa

Vācu filozofs Martins Heidegers savulaik izteica atziņu, ka katra valoda ir līdzeklis cilvēka vērtīborientācijā un izglītošanā: nevis cilvēks veido valodu, bet gan valoda veido mūs, mūsu pasauli – mēs esam valodā. Šo atziņu apstiprina pētījumi par to, kā, veiksmīgi izvēloties lasāmo tekstu, vingrinājumu saturu un to mērķtiecīgi izmantojot mācību procesā, veidojas kā skolēna vērtīborientācija, tā noteiktas zināšanas un prasmes.

Pedagoģijas profesore Zenta Anspoka, apzinoties latviešu valodas kā mācībspriekšmeta lomu skolēna audzināšanā, aktīvi aiz-

stāv pārliecību, ka latviešu valodas saturs ir jāintegrē dažādos mācību priekšmetos, jo integrēts latviešu valodas mācību saturs ir izglītības satura nacionālā komponenta pamats. Arī skolotāji mācību procesā labprāt izmantotu latviešu rakstnieku darbus, gluži kā kādreiz Kronvaldu Atis teicis: „skolēniem brangāki kodoli pasniedzami no mūsu sakāmiem vārdiem, tautasdziesmām, teiksmām”, lai no skolām neiznāktu tādi nožēlojami puskokalēcēji, „kuri gan biezā mežā ievesti, tomēr neviena koka nespēj ieraudzīt”.

Taču ceļš uz kultūras pasauli sākas ģimenē. Tas sakņojas gan ģimenes locekļu savstarpējās attiecībās, gan vecāku veidotajā vidē. Nupat, pagājušajā gadā, kāda jauna

cas piedāvājums – gan manis pirktais grāmatas, gan raudzības vai svētkos dāvinātās. Tad es sapratu – grāmatu ir daudz, bet īsti nav nevienas latviešu bērnam piemērotas. Visi ir tulkojumi ar svešzemju bildēm un cittautu tradīcijām. Daudzas no grāmatās attēlotajām lietām, piemēram, putnu gaļas veikals, flamingo, ledene uz kociņa vai kruasāns, mani pat izbrīnīja. Tie nav priekšmeti, ko ir viegli izskaidrot bērnam, kas nupat ir sācis runāt un meklē likumsakarības starp grāmatas attēliem un ikdienā redzēto.

Šāda tipa grāmatiņu ir daudz, bet tās nav pielāgotas latviešu mentalitātei. Kāpēc latviskās identitātes jautājums jums ir svarīgs?

Tas ir labs jautājums, jo, godīgi sakot,

par to aizdomājos pirmo reizi. Laikam tāpēc, ka tas ir pašsaprotami. Kāpēc lai nebūtu svarīgi tas, kas tu esi? Man ir ģimene un ģimenes vēsture, man ir vecāki un vecvecāki, kas ir dzīvojuši Latvijā, to veidojuši, bijuši daļa no valsts vēstures, un būtu divaini, ja man tas neko nenozīmētu. Es saprotu, ka ir grūti asociēties ar cilvēkiem, kas ir cīnījušies par Latvijas brīvību, vai iedomāties sevi viņu vietā, bet, manuprāt, ir viegli saprast, ka mūsu rīcība un vārdi, godpilnā attieksme un lepnums par piederību latviešu tautai tagad ir tikpat vērtīgs. Valstīm, tradīcijām, valodām zūd robežas – un tas ir labi, tomēr ir vērtīgi nepazust kaut kur pa vidu, bet būt pārliecinātam par savu izcelsmi, unikalitāti un lepoties ar tradīcijām un vērtībām, kas mums ir tuvas.

Pēc kāda principa izvēlējāties vārdus, ko iekļaut grāmatā?

Paskatoties bērna acīm uz lietām, kas ir mums apkārt, ar ko bērns ikdienā visvairāk sastopas un, protams, ko ir iespējams vienkārši un bērnam saprotami attēlot. Arī manas subjektīvās izjūtas – kas ir latvisks, tuvs, mīļš.

Vai viss ilustratīvais materiāls ir tapis Latvijā? Kāpēc jums bija svarīgi attēlos rādīt Latvijā veidotus attēlus?

Jā, fotogrāfiju autors ir talantīgais fotogrāfs Ģirts Raģelis. Tā bija mana galvenā apņemšanās – radīt grāmatu ar Latvijā veidotiem attēliem, jo atšķirību var uzreiz redzēt un izjust. Mums ir tik daudz košu, skaistu lietu – vairāk, nekā ietilpst vienā grāmatā. Un man šķiet, ka tā bērnam var vairāk raisīt radošumu, attīstīt skaistuma izpratni – nekā šķirstot grāmatu ar dzeltenu piļu un sarkanu kurpju bildēm tikai no interneta fotokrātuvēm.

Kāda ir vecāku un pašu bērnu reakcija, iepazīstoties ar grāmatiņu?

Jau grāmatas tapšanas sākumā es ne-

kautrējos un droši par savu ideju stāstīju draugiem, paziņām, nejausi satiktiem cilvēkiem, citām mammām, tētiem, vecvecākiem. Stāstīju ideju, rādīju bildes, dalījos šaubās, un man ir jāatzīst, ka es saņēmu tik daudz pozitīvu impulsu un iedrošinājumu, bet – pats galvenais – arī padomu, atziņu, ieteikumu, kuri bija vērtīgi un vērā ņemami! Tas ļāva arī vēlāk, grāmatai nonākot veikalu plauktos, nebaidīties no kritikas un izbaudīt pozitīvo atsauksmju vilni. Bet „Mazo latvju pirmie vārdi” ir grāmata bērniem, un pats svarīgākais – lai tā piesaista bērna uzmanību, liek jautāt, pētīt. Vislielāko vērtību grāmata sniegs, lietojot to vecākiem kopā ar bērnu. Tādēļ katrā atvērumā ir daudz elementu, ko vecākiem izmantot. Piemēram, var vienkārši lasīt četrpīkšņus ar atskaņām, var skaitīt maizes šķēles, zobus mutē, var salīdzināt bērna rokas ar fotogrāfijā redzamajām rokām, kājām utt. Laikam, ko pavadām ar bērnu, ir jābūt interesantam gan bērnam, gan pašiem vecākiem.

Grāmatu izdot droši vien nav nemaz tik vienkārši, arī šī grāmatiņa tehniski ir tapusi Ķīnā. Kas motivēja darbu turpināt – jo var taču tikai ar saviem bērniem izmantot pašas radītos materiālus?

Latvijas izdevniecības apstiprināja vēlēšanos un interesi grāmatu izdot, tomēr

apstājāmajies pie galvenā faktora – tehniskās iespējas izdrukāt cieta vāku un cieta lapu grāmatu Latvijā pagaidām nav. Lielākoties visas šāda veida grāmatas ir izdotas ārpus Latvijas, tādēļ arī meklēju poligrāfijas uzņēmumus citur – Polijā, Spānijā, Ķīnā. Ziniet – reizēm ir idejas, kas turpina urdīt arī tad, ja citi saka – to nav iespējams izdarīt. Tāda bija mana grāmatas ideja. Meklējot citus risinājumus, es vienkārši sapratu, ka tas nav tik sarežģīti un ir jādara pašai. Citādi mani visu laiku mocītu jautājumi: kā var nebūt?! Kāpēc nav? Kad būs? Var jau, protams, gaidīt, kad kāds attapsies un izveidos tieši tādu produktu, kādu es sagaidu, tomēr, manuprāt, šis bija īstais brīdis man, grāmatai un Latvijas bērniem, kuru kļūst arvien vairāk un vairāk. Nepagāja ne gads, grāmata ir plauktos, un es esmu no sirds gandarīta par paveikto.

Kādas brīvas nišas bērnu auditorijai vēl saskatāt Latvijā?

Es redzu daudz skaistu grāmatu, oriģinālu ilustratoru, aizraujošu tekstu autoru, tomēr pateikt, ka viss ir uzrakstīts un uzziņmēts, būtu pateikt, ka tās ir beigas. Bērni mainās katru dienu, pieaug viņu prasības, un rodas arvien jaunas idejas. Domāju, ka brīvas nišas ir visur un to ir daudz – grāmatas, spēles, dziesmas, multfilmas, radošās rotaļlietas – idejas virpuļo apkārt katru dienu.



Vislielāko vērtību grāmata sniegs, to lietojot kopā – vecākiem ar bērnu. Tādēļ katrā atvērumā ir daudz elementu, ko vecākiem izmantot.

Raugoties apkārtējos bērnos, es domāju, mums nenāksies vilties – jau aug izcili politiķi, talantīgi mākslinieki, neno-gurstoši uzņēmēji, kā arī gādīgas mammas un atbildīgi tēvi.

Ko jūs sagaidāt no grāmatīņas? Varbūt ar to saistās kāda vīzija?

Es sagaidu to, ko arī izvēlējos par grāmatas moto, – lai aug lieli mazie latvju bērni! Ar to es vēlū mūsu bērniem augt lieliem it visā – gudrībā, gara stiprumā, prāta viedumā un arī skaitā. Apzināties savu piederību stiprai, gudrai tautai un mērķtiecīgi to attīstīt. Viens ir tas, ko mums cenšas ieskaidrot – ka esam reņģēdāji, zemnieki, un otrs ir tas, ko zinām – mēs nākam no intelligentas, stipras, ar lielu gribasspēku apveltītas cilvēku kopas, kas apzinās savu piederību un cīnās par to.

Es apzinos, ka no mūsu bērnu audzināšanas ir atkarīgs tas, kādā sabiedrībā mēs dzīvosim pēc 20–30 gadiem – gan ģimenes, gan visas valsts mērogā. Manā ģimenē jau aug divi mazi latvju bērni, un ar savu izdoto grāmatu es vēlos veikt tādu kā ieguldījumu ne tikai savu, bet visu apkārtējo bērnu izaugsmē. Kaut gan man ir finansista un filologa izglītība, pieredze sabiedriskajās attiecībās un žurnālistikā, jau pāris gadu mana ikdienas nodarbošanās ir ģimenes dzīve. Saviem bērniem esmu pedagoģe, inženiere, ekonomiste, aktrise, pavāre un psiholoģe. Būt vecākiem ir viena no radošākajām profesijām, kurā ir jāmācās katru dienu. Katru dienu ir jāpieņem arvien jauni izaicinājumi, un katru dienu var redzēt sava darba augļus – tieši tik lielus, cik lielu darbu pats būs ieguldījis. Raugoties apkārtējos bērnus, es domāju, mums nenāksies vilties – jau aug izcili politiķi, talantīgi mākslinieki, nenogurstoši uzņēmēji, kā arī gādīgas mammas un atbildīgi tēvi.

Var jau, protams, gaidīt, kad kāds atapsies un izveidos tieši tādu produktu, kādu es sagaidu, tomēr, manuprāt, šis bija īstais brīdis man, grāmatai un Latvijas bērniem, kuru kļūst arvien vairāk un vairāk.



Man pašai ļoti patīk lasīt grāmatas, un, kad dēlam sāka rasties interese par tām, tad viņa grāmatplauktā bija teju viss grāmatnīcas piedāvājums – gan manis pirktās grāmatas, gan raudzībās vai svētkos dāvinātās.



„Mazo latvju pirmie vārdi” ir grāmata bērniem, un pats svarīgākais – lai tā piesaista bērna uzmanību, liek jautāt, pētīt.

MĀJASDARBI

Vai un kā vecākiem jāpiedalās bērnam skolā uzdoto mājasdarbu izpildē?

Inga Raškova,
skolotāja, Mg. philol.



Ja skolēna mājasdarbi vecākos izraisa nepatīkamas emocijas (vilšanās, dusmas, bailes, raizes, bezpalīdzība, izmisums, kauns, vainas izjūta), kuru iespaidā tiek traucēta abām pusēm patīkama saskarsme vai pašu vecāku spēja mierīgi un sekmīgi pildīt savus pienākumus ģimenē vai atpūsties, tad skolēna mājasdarbi ir problēma. Ko darīt? Ir trīs iespējas.

Bieži vien vecāki, jo īpaši mazāku bērnu, problēmu risina ar spēka paņēmieniem (uzbrukt): stingri skatieni un runa, balss pacelšana, aizrādījumi, draudi, brīdinājumi ar nepatīkamām sekām, biedēšana. Var notikt arī bērna skolotāju, mācību priekšmeta, skolas un izglītības sistēmas kritizēšana. Kad šīs metodes vairs nedarbojas, tad vecāki mēdz atmet savām pūlēm ar roku (bēgt): izvairās domāt un runāt par problēmu, izvairās no sadarbības ar skolotājiem. Ne vienā, ne otrā gadījumā problēma atrisināta netiek: vecāki un viņu bērns attiecībās ģimenē nejūtas labi un patīkami.

Problēmas risināšanā ir iespējama vēl kāda metode – domāšana par problēmas sakni jeb šķēršļiem, kuri vecākiem liedz sasniegt vēlamu: mieru, gandarījumu un prieku attiecībās ar savu skolas vecuma bērnu. Parasti problēmas sakne ir kādu zināšanu vai prasmju nepietiekamība. Šoreiz tieši par to: kas vecākiem būtu jāzina un jāprot, lai bērnu mājasdarbu izpilde kļūtu par viņu audzināšanas iespēju, nevis par mūžīgu strīdu un raīzu objektu.

Vai vecākiem jāpiedalās bērna mājasdarbu izpildē?

Nē, ja runa ir par uzdevuma saturu. Vecākiem nav bērniem ne jāskaidro, ne jāmaca gramatikas likumi, ķīmijas formulas, reizrēķins. To var un prot darīt tikai skolotāji. Jā, vecākiem ir jāpiedalās mājasdarbu izpildē, ja runa ir par mācību darbam nepieciešamo apstākļu (mācību vieta, laiks, klusums, materiāli) un atbalsta (vecāku interese, atsaucība, iedrošinājums utt.) nodrošinājumu. Šādā veidā vecāki izpilda savu mājasdarbu – bērnu audzināšanu.

Protams, bērni ir dažādi, un kādam var būt nepieciešama vecāku palīdzība arī mācību satura ziņā. Šie ir izņēmuma gadījumi, kad rezultāti ir atkarīgi no vecāku izglītības un visai dažādām spējām, tāpēc nenodrošina visiem bērniem vienādas kvalitātes atbalstu. Dziļāka šo izņēmuma situāciju izpēte (jo īpaši statistika) varētu sniegt atbildi uz visai svarīgu jautājumu: vai skolā apgūstamā mācību viela un metodes atbilst bērnu spējām to apgūt.

Mājasdarbu apjoms

Daudziem vecākiem, arī izglītotājiem, aktuāls ir jautājums, vai un cik daudz mājasdarbu bērnam var uzdot. Ja pieņemam, ka mācības bērniem ir tāds pats darbs kā pieaugušo darbs, tad vairāk par Darba likumā noteiktajām stundām nedēļā nevajadzētu būt. Ja rēķināties ar bērnu vecumam atbilstošajām spējām, tad nedēļas darba stundu skaits būtu atbilstoši korigējams tā, lai mācībām un mājasdarbiem nepieciešamais kopējais laiks nepārsniegtu kādu noteiktu stundu skaitu.

Protams, visi bērni nav vienādi: viens mācās ātrāk, kāds cits – lēnāk. Mācību satura un metožu pielāgošana gan bērnu spējām, gan sasniedzamajam mācību mērķim ir izglītības efektivitātes jautājums. Ja kādas klases, skolas vai visas valsts bērnu vecāki tomēr uzskata, ka bērnu mācību darbam nepieciešamais laiks ir pārāk liels, tad sadarbībā ar skolu vai izglītības sistēmas vadības organizācijām ir iespējams to korigēt. Ir nepieciešama tikai pietiekami plaša, objektīva un pamatota (vēlams, skaitļos) informācija par reālo situāciju nevis vienā, bet pēc iespējas vairākās ģimenēs.

Kam mājasdarbi vajadzīgi?

Mājasdarbi ir vajadzīgi gan skolotājam izglītības mērķu sasniegšanai, gan skolēnam skolā apgūtā sasaistei ar patstāvīgu darbošanos. Katram atsevišķam mājasdarbam ir mācību mērķis, kuru nosaka skolotājs saskaņā ar mācību priekšmeta programmu. Mājasdarbu izpildes noteikumi var būt dažādi: īstermiņa vai ilgtermiņa, mutiski vai rakstiski sagatavojami, standarta vai radošu uzdevumu formā, individuāli vai ar kādu kopā izpildāmi.

Katra mājasdarba mācību mērķis ir skolotāja un skolēna ziņā, bet informācija par mājasdarbu izpildes noteikumiem vecākiem var būt visai noderīga vairāku iemeslu dēļ.





Mājasdarbi ir daļa no bērnu mācību darba, kura saturs (specifiskās zināšanas un prasmes) ir skolotāju kompetence, bet bērna attieksme pret mācībām jeb darbu un no tās izrietošā uzvedība (vispārīgās zināšanas un prasmes) vispirms ir vecāku kompetence.

Vecāku loma bērna mājasdarbu izpildē

Mājasdarbi ir daļa no bērnu mācību darba, kura saturs (specifiskās zināšanas un prasmes) ir skolotāju kompetence, bet bērna attieksme pret mācībām jeb darbu un no tās izrietošā uzvedība (vispārīgās zināšanas un prasmes) vispirms ir vecāku kompetence.

Specifiskās zināšanas un prasmes ir tās, kas attiecas uz konkrētu mācību priekšmetu (reizrēķins, teksta uzdevumi, komatu likšana, pareizrakstība, dziedāšana, volejbols utt.). Vispārīgās zināšanas un prasmes ir tās, kuras kalpo kā pamats specifisko zināšanu un prasmju apguvei. Šo zināšanu un prasmju apguve notiek kopš pirmās dzīvības dienas, un to vairums tiek apgūts galvenokārt ģimenē. Lūk, daži piemēri: mutisku rosinājumu, lūgumu, aicinājumu un instrukciju uzklauššana; uzmanības koncentrēšana uz izpildāmo darbību; savas darbības mērķa izvirzīšana; prasme pārvarēt grūtības; laika un citu resursu plānošana, organizēšana; personisko lietu saudzēšana un organizēšana; dažādu uzvedības noteikumu ievērošana; palīdzības lūgšana un pieņemšana; saziņa ar cilvēkiem dialogā, sadarbība ar citiem cilvēkiem, ievērojot gan savas, gan citu cilvēku vēlmes, vajadzības; elementāras problēmu risināšanas prasmes utt. Vispārīgo zināšanu un prasmju mācīšana ir bērnu audzināšanas būtība. Ja cilvēkam trūkst kādu vispārīgo zināšanu un prasmju, tad jebkura viņa dzīves darbība ir apgrūtināta: gan mācību darbs, gan profesionālā darbība, gan attiecību veidošana, gan līdzdarbība sabiedrības procesos.



Informācija par bērna mājasdarbu grafiku, termiņiem palīdz ielāņot laiku sadarbībai ar bērnu, var palīdzēt vecākiem mācīt bērniem darbu izpildes termiņu, laika un citu resursu plānošanas prasmes.

Informācija par bērna mājasdarba mācību mērķi (specifiskas zināšanas un prasmes) noder, lai palīdzētu izvairīties no skolotāja lomas uzņemšanās, kas ļoti neļabvēlīgi ietekmē vecāku un bērnu attiecības ģimenē. Ja bērnam tiešām ir vajadzīga palīdzība, tad šim nolūkam labāk derēs konsultācijas, pagarinātās dienas grupas, individuālais darbs vai pat privātskolotājs. Vecākiem nav skolotājam nepieciešamo zināšanu un prasmju, tāpēc sekmīga

mācību mērķa sasniegšana var notikt uz sabojātu attiecību rēķina.

Gadījumos, kad bērnam ir uzdots radošs mājasdarbs, vecāku līdzdalība tā izpildē var būt pat vēlama, ja vien bērnam tā ir patīkama. Visos pārējos gadījumos vecākiem mājasdarba satura izpildi tomēr vajadzētu atstāt bērna un viņa skolotāju ziņā. Radošo mājasdarbu mērķis ir sasaistīt skolā apgūto ar praktiskā dzīvē aktuālu dažāda rakstura, arī pētniecisku, uzdevumu izpildi vai kādu problēmu risinājumu. Ja vecāki var būt līdzās bērnam kā informēti, pieredzējuši dzīves zinātāji, tad šāda sadarbība var izvērsties par brīnišķīgu un pieredzes bagātināšanai noderīgu piedzīvojumu abām pusēm.

Uzdevums

Iedomājieties sevi par darba devēju un padomājiet! Vai un cik ilgi jūs sadarbotos ar darbinieku, kura darba stilu raksturo šādi uzvedības paradumi: pavirši, negribīgi izpildīti, ja vispār izpildīti, darba pienākumi; pastāvīga neapmierinātība, aizvainojums, dusmas pret darba devēju, darba uzdevumu apjomu, sarežģītību līdz ar aktīvu interesi par algas datumu un pielikumu; nepakļaušanās darba izpildes noteikumiem; grūtības ar darba izpildes termiņiem, kvalitāti, atbilstību kādiem standartiem; cilvēka runas un uzvedības nesaskaņa ar darba pienākumu izpildi un apkārtējo cilvēku nepieciešamību strādāt?

Visticamāk, šādu darbinieku atlaidsiet ātri vien. Bērnu atlaist gan nav iespējams, toties audzināt viņu var, un tas ir jādara. Vecākiem. Tieši šo vispārīgo zināšanu un prasmju mācīšana ir vecāku galvenais pienākums arī laikā, kad bērns apmeklē savu pirmo darbavietu – izglītības iestādi.

Vecākiem nepieciešamas prasmes

Problēmu risināšanas prasme ir tāda pati vispārīgā prasme kā prasme staigāt, runāt un pateikt „Labdien!”. Tā tiek apgūta darbībā, nevis lekcijās par pareizu uzvedību. *Prasmju apguves mehānisms ir ļoti vienkāršs: problēmsituācijas izpratne – vēlamās uzvedības vērojums – darišana kopā – patstāvīgi mēģinājumi ar nelielu uztraudzību un... „re, es varu pats!”.*

Problēmas risinājums sākas ar tās izpratni. Tāpēc izpildiet šādus uzdevumus un padomājiet, vai un cik lielā mērā iepriekš teiktais atbilst jūsu situācijai!

1.

Salīdziniet sava bērna attieksmi pret mācībām, arī mājasdarbiem, ar savu attieksmi pret darbu un pienākumiem ģimenē: tāda pati vai izteikti pretēja.

2.

Salīdziniet sava bērna neapmierinātības, dusmu, bēdu, prieka u. c. emociju izpausmes ar savējām: tādas pašas vai izteikti pretējas.

3.

Salīdziniet sava bērna motivāciju, gatavību izpildīt savus pienākumus ar savu attieksmi pret pienākumiem darbā un mājās: tāda pati vai izteikti pretēja.

4.

Tāpat varat salīdzināt arī jebkurus citus uzvedības elementus: rīcību izvēles situācijās, attieksmi pret termiņiem, rezultātiem jeb atalgojumu, grūtībām, piepūli, problēmu risināšanu, arī savas un bērnu atsauksmes un komentārus par darbu, darba devējiem (skolotājiem, vecākiem) un pienākumiem: tāpat vai izteikti pretēji. Arī pretstatu gadījumā bērna uzvedība parasti atspoguļo vecākus un viņiem piemītošo uzvedības paradumu intensitāti.

5.

Padomājiet: kā bērns apguva šādus uzvedības paradumus – no tā, ko jūs viņam teicāt, vai no tā, ko viņš ir redzējis jūs darām? Ja būsit godīgi paši pret sevi, tad pareizo atbildi atrast nebūs grūti. Tieši tāpat arī jūs apgūvat savas vispārīgās prasmes. Tikai tās vispārīgās prasmes, kuras ļāva sekmīgi dzīvot un strādāt autoritārā sabiedrībā, traucē sasniegt vēlamā šajā – demokrātiskajā – sabiedrībā, kur katrs cilvēks izvēlas tādu mācību, dzīves un darba stilu, kāds viņam personīgi labāk patīk.

6.

Izmainiet savu attieksmi un neefektīvos uzvedības paradumus, un jūs pamanīsiet, ka bērns jums pielāgojas ātri un viegli, jo īpaši mazs bērns.

Grūti? Jā, ļoti. Ilgi? Atkarīgs no vecāku pašu motivācijas. Toties ir garantēts sekmīgs rezultāts. Protams, katrs no vecākiem, katra ģimene un bērns ir unikāli, tāpēc individuālai situācijai pielāgotas pedagoga rekomendācijas „kā iemācīt bērnam...” problēmu risināšanas procesu var atvieglot un padarīt abām pusēm patīkamu. Atcerieties, ka prasmes tiek apgūtas tikai darbībā, nevis grāmatās un plašās diskusijās par to, kas kuram ir vai nav jādara.



Gadījumos, kad bērnam ir uzdots radošs mājasdarbs, vecāku līdzdalība tā izpildē var būt pat vēlama, ja vien bērnam tā ir patīkama. Visos pārējos gadījumos vecākiem mājasdarba satura izpildi tomēr vajadzētu atstāt bērnam un viņa skolotāju ziņā.

PAZEMOT UN JUSTIES PAZEMOTAM

Kā veidojas šāda attiecību shēma?

Asijata Maija Zeļenko,
psiholoģe, sistēmisko
risinājumu konsultante



Daudzi pieaugušie skolas laikus mēdz saukt par džungļiem, sakot, ka ne par kādu cenu negribētu tur atgriezties. It kā būt pieaugušajam būtu vieglāk. Manuprāt, džungļi turpinās, vienkārši mēs vairākumā situāciju zinām, kā uzvesties, vai varam izdomāt, kā rīkoties. Un, pat ja nevaram izdomāt, tad mums jau ir izstrādāti zināmi mehānismi, ar kuru palīdzību mēs kompensējam savas neveiksmes un remdējam sāpes, tāpēc rodas šķietamība, ka izdzīvot ir vieglāk nekā bērnībā. Bet bērns redz tikai problēmu – viņam vēl nav prasmju to risināt. Prasmes tiek tikai apgūtas. Bērns vēl neprot aizstāvēties no pasaules tā, kā to prot pieaugušie. Personība un zināšanas par sevi vēl ir minimālas, tāpēc mazo cilvēciņu ir viegli sadragāt un nodarītās sāpes var būt lielākas nekā pieaugušajiem. Taču, ja bērnu atbalsta, nekritizē un paralēli māca robežas (ko drīkst, ko nedrīkst un kā aizstāvēties, ja kāds dara pāri), viņu ir diezgan grūti izsist no līdzsvara.

Kas ir pazemojums?

Daudzi skolēni skolā pārdzīvo pazemojumu un aizvainojumu. Bet kas ir pazemojums? Kaut kas tiek pateikts, izdarīts, un mēs paši izvēlamies to interpretēt kā pazemojumu. Lai sajostos pazemots vai aizvainots, cilvēkam ir ļoti personīgi jāievēro vēstījums jeb jāidentificējas ar to, ko viņam saka. Un atkal es varu teikt tikai to, ka viss sākas ģimenē.

Apsaukšanās

Vecāki paši iemāca bērnam, ka, piemēram, uz apsaukšanos ir jāreaģē un jāreaģē sāpīgi. Mums tiek mācīts, ka, piemēram, vārds „mulķis” tiešām izsaka kaut ko par mums. Taču īstenībā tā nav. Kāpēc? Tāpēc, ka šis vārds tiek lietots nievājošā nozīmē, bet nievājošos vārdos nav objektivitātes. Jā, var būt konkrētas situācijas, kurās tas pats vārds „mulķis” būs vietā – un cilvēks ar stabilu pašapziņu sapratīs, kas stāv aiz šī vārda attiecībā pret viņa rīcību. Taču starp bērniem apsaukājošie vārdi biežāk tiek

izmantoti tieši pazemojumam, un pazemotie bērni tos pieņem kā sava veida sāpīgu diagnozi – kaut ko, ko nevar novērst. Apsaukātais tiek atraidīts ar šā vārda palīdzību, bet apsaukājošais parāda savu vājumu – viņš kaut kādā ziņā netiek galā ar apsaukājamo un vienīgais arguments, ko viņš atrod, ir apsaukāšanās. Aiz apsaukšanās var būt jebkurš cits vēstījums: es tevi nesaprotu; es no tevis baidos; man nav laika tev; es nejūtos labs tēvs vai laba māte un nesaprotu, ko un kā es varu tev tagad dot. Visbiežāk mēs, pazemojot vai apsaukājot citus, nodomājam – „Atšujies!” vai „es tik un tā esmu labāks par tevi jeb tu esi niecīgāks par mani”. Kad mums nav resursu, kas ir nepieciešami, lai atrisinātu situāciju, vieglāk ir apsaukāties. Tādējādi apsaukātājs iegūst laiku. Nodarot citam sāpes, mēs rezervējam sev uzvarētāja lomu un, iespējams, pat garantējam, ka šis cilvēks (piemēram, bērns) mūs kādu laiku netraucēs. Ievainots dzīvnieks slēpjas, kamēr viņam nekļūst labāk. Tāpat ir ar cilvēkiem – mēs esam tendēti slēpt savas sāpes no citiem, vismaz kādu laiku. Tikai nedaudzi prot meklēt un atrast atbalstu tad, kad viņiem sāp, tāpēc ka vecāki, apsaukājot un pazemojot savus bērnus, dara to tā, lai bērni tiešām *atšūtos* vai lai, būdami nespējīgi atrisināt situāciju, sajostos stiprāki, pazemojot bērnu un tādējādi bezspēcīgu un nožēlojamu padarot viņu. Pēc tam bērnam ir jāslēpjas. Tā mūsos izveidojas nespēja parādīt ciešanas citam cilvēkam vai lūgt pēc palīdzības grūtā brīdī.

Pazemojošais un pazemojamais

Pazemojuma situācijā ir divas lomas – pazemojošais un pazemojamais. Pazemojumu izcieš bērns, kurš prot to just. Ģimenē to rūpīgi iemāca vecāki ar savu attiecību modeli. Taču arī pazemojošajam bērnam ir sava nasta, ko pat neapzinoties vecāki ir metodiski izveidojuši. Pazemot kādu citu nav apzināta vēlēšanās, tā vienkārši ir bērnam vienīgā zināmā un pieejamā attiecību shēma. Par pazemotajiem bieži kļūst bērni, kurus pašus pazemo. Viņu ģimenē ikdienā vecāki viens otru apceļ, jo nespēj pieņemt viens otru tādus, kādi viņi ir, un klusībā pie sevis vai skaļi salīdzina ar to ideālu, kuru ir izveidojuši savā prātā





Par pazemotājiem bieži kļūst bērni, kurus pašus pazemo. Viņu ģimenē ikdienā vecāki viens otru apceļ, jo nespēj pieņemt viens otru tāds, kādi viņi ir.

(„Tu taču neproti pat...” u. tml.), un pazemo citus, jo, piemēram, jūtas bezspēcīgi vai arī konkurē ar bērnu, piemēram, tēvs, kurš izturas pret dēlu kā pret pieaugušu un prasa nesasniedzamus rezultātus („tev ir jābūt...”, „tev ir jāprot...” u. tml.). Bērni par pazemotājiem kļūst arī tad, ja ģimenē netiek atklāti demonstrētas pozitīvas, sirsnīgas emocijas un valda vienaldzīga vai vienam pret otru pretencioza uzvedība, bet bērns tiek pamanīts tikai viņa fizisko un materiālo vajadzību apmierināšanas kontekstā.

Disfunkcionālas ģimenes

Par šādām ģimenēm tiek uzskatītas ģimenes, kurās tikai viens no vecākiem audzina bērnu, maznodrošinātas ģimenes un sociāli nelabvēlīgas ģimenes. Visbiežāk šīs ģimenes pašas pat bez citu cilvēku centieniem sevi uzskata par neveiksmīgām un nepilnvērtīgām, jo šie cilvēki paši jūtas pazemoti. Tie, kuri ir tendēti pazemot, jūt tos, kurus ir viegli pazemot. Piemēram, bieži vien vientuļās mātes kontaktu ar bērnu veido, salīdzinot sevi ar citiem: „mēs neesam kā citi, mums nepaveicās”; „tavai nabaga mammai neveicas – tavš tētis mums nepalīdz”. Šie un līdzīgi izteikumi liek gan pašai mātei



Nedēļas laikraksta „Izglītība un Kultūra” elektroniskais pielikums „Vecākiem”
Izdevējs: SIA „AB konsultants”
Vienotais reģistrācijas numurs: 40103361805
LR UR masu informācijas līdzekļa
reģ. apl. Nr. 000701313

Redakcijas adrese: Marijas iela 2,
Rīga, LV-1050;
tālr.: 67357585, fakss: 67357584
E-pasts: vecakiem@izglitiba-kultura.lv;
www.izglitiba-kultura.lv
Redaktore: Vita Pļaviņa

E-pasts: vecakiem@izglitiba-kultura.lv
Reklāmas un mārketinga vadītāja:
Ineta Broka
Korektore: Zigrīda Purvlice
Maketētāja: Daiga Dzene
Vāka foto: <http://www.1stclasstutoring.com>

pārliecināties par savu nožēlojamību, gan bērnam justies sliktākam par citiem jeb nepilnvērtīgam. Kad cilvēks ir aizvainots uz pasauli un žēlo sevi, viņš pat neapzinās, kā nepilnvērtīguma izjūta valda pār viņa dzīvi. Taču viņš nav nepilnvērtīgs – viņš sevi uzskata par nepilnvērtīgu.

Pieņemt sevi

Kāda man pazīstama skolas psiholoģe izstāstīja interesantu gadījumu saistībā ar šo tēmu. Vienā no vecāku sapulcēm kāda mamma atbildību par sava bērna sliktajām sekmēm sāka novelt uz to, ka viņas bērnam ir jāskatās uz bagātākiem bērniem un tas esot tik grūti, ka rezultātā traucē arī mācīties, jo bērnam nākas klausīties nepatīkamus salīdzinājumus. Savukārt cita māte apgalvoja, ka tās ir pilnīgas blēņas, jo viņas bērns, kurš skolas mugursomu ir mantojis no vecākā brāļa, staigā pārsūtās biksēs un cauros zābakos lietainā dienā liek polietilēna maisiņus, lai kājas nav slapjas, nekad nav dzirdējis nekādus pazemojumus no bagāto ģimeņu bērniem. Gluži otrādi – viņi draudzējas un pēc skolas iet ciemos gan pie šā zēna, kura māte visus labprāt sagaida, gan pie bagātākiem bērniem.

Šī māte saprata, ka viņas ģimenei ir ierobežotas finansiālās iespējas, bet neliedza savam bērnam redzēt kaut ko citu, tiekties uz kaut ko citu. Mājās viņa nežēlojas bērniem par savu sūro likteni un nesalīdzina ne sevi, ne savus bērnus ar citiem un nebendē viņu psihi ar tekstiem: „ja mums arī būtu normāls tēvs, tad tev šogad būtu jauna soma”. Šī māte saprot, kas viņa ir, apzinās savas iespējas un saprot, ka bērniem dzīvē var kļāties citādi, ja vien viņi neiesprūdis aizvainojumā. Tas, ka ģimenei ir cits finansiālais stāvoklis, nenožīmē, ka bērns ir sliktāks par citiem – viņam tikai ir mazāk naudas un to iespēju, kuras var nopirkt par naudu. Taču, ja vecāki šo bērnu nemoka ar apziņu, ka viņš ir nabadzīgs vai ar kaut ko sliktāks par citiem, tādā bērnam pašcieņa var būt stiprāka nekā viņa bagātajam klasesbiedram, jo arī bagāto bērnu mājās var pazemot viņa vecāki. Pašcieņa un pašvērtējums nav atkarīgs no finansiālajām iespējām.



Atteikties no salīdzināšanas

Skolas laiki, cik mēs atceramies, ir diezgan grūti, ja neesi tāds kā visi. Kad esi garāks, īsāks, bagātāks, nabadzīgāks, kad tev vienīgajam ir cita tautība, kad ir kāds vizuāls defekts vai slimība, kad bērns ir visziņis vai viņam ir grūta galva u. tml., tad bērnam var būt diezgan grūti

izdzīvot skolā. Taču šodien vecākiem ir jāzina tas, ka bērni nav ļauni paši par sevi – bērni tikai atkārto to, ko dzird un novēro savās mājās. Pavērojiet savu runu! Varbūt mēdzat lietot vārdus „viņi taču” un „mēs taču”? Pretstatīšana un salīdzināšana liek nervozēt un justies aizvainotiem ne tikai jums pašiem, bet arī jūsu bērniem. Ja beigsiet pretstatīt un salīdzināt sevi, tad gan jūs paši kļūsiat mierīgāki, tādējādi radot arī vairāk iespēju sev, gan jūsu bērns jutīsies brīvāks, neiesaistīts tādās izjūtās, par kurām viņš neprot valdīt.

Kad cilvēks saprot un pieņem to, kas viņš ir, viņu ir grūtāk izsist no līdzsvara. Aizvainot ir cita cilvēka mērķis. Vai tiešām jūsu mērķis ir tikt aizvainotam? Cilvēks, kurš jūs aizvairo, cenšas justies pilnvērtīgāks uz jūsu garastāvokļa rēķina. Neapmaksāiet šo rēķinu! Ja jūs to mācēsiet, to pratīs arī jūsu bērns.