



LAMPA

*sarunu
festivāls*

Pirmais teikums un viss

Autori:



Ģardedze



Atbalsta:



LAMPA

*sarunu
festivāls*

Vienaudžu savstarpējā vardarbība, pazemošana un mobings, diemžēl, ir skolēnu ikdiena Latvijas skolās. Ja konfliktsituācijas netiek pamanītas un risinātas, tās var atkārtoties un pārvērsties par mobingu – ilgtstošu un speciālu vardarbību.

Tieši mūsu (pieaugušo – skolas personāla un vecāku) pirmā reakcija uz pāridarījumu visvairāk ietekmē to, vai un kā situācija atrisināsies. Turklāt veidu, kā ar šo pirmo teikumu var visu atrisināt vai visu (piedodiet) "sačakarēt", ir simtiem!

Aicinām iepazīties ar šo materiālu un noskatīties sarunu festivāla LAMPA situāciju izspēli "Pirmais teikums un viss", kurā ar aktieriem un skatītājiem risinām 3 dažādas konfliktsituācijas, ko ikdienā piedzīvo skolēni, vecāki un skolas personāls.

Kad bērns stāsta par konfliktsituācijām, mobingu, tas mūsos var izraisīt daudz spēcīgu emociju.

Dažreiz mēs varam justies sadusmoti vai nikni, citreiz bezspēcīgi vai kaunpilni. Vēl dažreiz stāstītais liekas tik briesmīgs, ka mēs nespējam tam noticēt!

Spēcīgās sajūtas var negatīvi ietekmēt arī mūsu pirmo reakciju – tā var būt:

- noliedzoša (tas nevar būt!),
- dusmīga (kāpēc tu to pieļāvi?),
- vainojoša (kur tā skolotāja skatās?)
- vai agresīva (es viņus pārmācīšu!).

Šī ir nevēlama pirmā reakcija, jo tā nepalīdz bērnam un var tikai pasliktināt situāciju.



Ko pieaugušajam nevajadzētu teikt/darīt:

Un kāpēc tu nesiti pretim?

Ja tā būtu bijis, tad taču skolotāja būtu man kaut ko teikusi.

Visi tam skolā ir gājuši cauri, izdzīvojām.

Vai tad tiešām tā būs bijis – tu nevienam neko, bet tevi, redz, nabadziņu visi apbižo.

Vienkārši ignorē viņus, nepievērs uzmanību – ar muļķiem pa labam

Tādus jau nepārmācīsi, tu taču zini, no kādām ģimenēm viņi nāk.

Ārprāts, šausmas, nestāsti man vairāk...

Pacieties, cik tad vēl palicis līdz ... , un tad jau tas beigsies.

....





Spēcīgās emocijas izjust ir tikai normāli. Taču bērnam visvairāk palīdzēs, ja Jūs spēsiet saglabāt mieru un radīt viņā drošības sajūtu. To vislabāk var izdarīt ar pirmo reakciju, kura pauž jūsu interesi par bērnu, nopietnu attieksmi pret viņa ciešanām un gatavību kopīgai rīcībai.



Kā pieaugušais varētu atbildēt:

Paldies, ka tu izstāstīji – tas ir ļoti svarīgi, ka es tagad par to zinu.

Izstāsti man vairāk, man ir ļoti svarīgi par to zināt, jo es redzu, cik tev tas ir nopietni.

Tā nav normāla situācija, skolā nevienam noteikti nevajadzētu neko tādu piedzīvot.

Kā tu domā, kā tas ir tevi ietekmējis? (sajūtas, domas, uzvedība)

Vai tev ir kādas idejas, kas būtu labākais risinājums?

Kā es tevi vislabāk varētu atbalstīt?

Kas tev skolā varētu palīdzēt justies drošībā?

(Samīļot)

Tas izklausās pēc mobinga – tā ir bīstama lieta, un mums tas ir ātri jāaptur, tāpēc mēs tālāk rīkosimies tā: ...

...

Skolotājs bieži ir pirmais pieaugušais, kurš pamana vai uzzina par skolēnu strīdiem, mobingu. Tādēļ pedagoga pirmajiem vārdiem un rīcībai ir izšķiroši svarīga loma!





Ieteikumi pedagogiem

Runāriet ar katru iesaistīto atsevišķi

Nekonfrontējiet skolniekus savā starpā un neiztaujāiet klases priekšā, citiem to dzirdot. Tā vietā sniedziet iespēju katram justies uzklaušītam un paust savu viedokli. Jūs varat uzrunāt mobingā iesaistīto skolēnu šādi: "Man radušās bažas par to, kas notiek klasē. Tāpēc man ir ļoti svarīgs Tavs viedoklis – kā Tev šķiet, kas īsti atgadījās?"

Atbalstiet emocijas, neatbalstiet rīcības

Skolēni var izjust negatīvas emocijas viens pret otru – tādas kā dusmas, nepatika, aizkaitinājums. Tas ir tikai normāli. Bieži labs veids, kā uzsākt sarunu, ir atbalstot skolēnu viņa sajūtās: "Es redzu, ka Tu jūties dusmīgs un nikns. Tas noteikti nav viegli!" Vienlaikus norādiet uz rīcību, kuru jūs neatbalstiet. "Tu vari justies dusmīgs, bet sist otram nav risinājums, to mēs nevaram pieļaut. Kā vēl Tu varētu tikt galā ar savām dusmām?"

Identificējiet riskus un palīdziet saņemt palīdzību

Bieži mobingā iesaistītie skolēni cieš no mentālās veselības grūtībām – paaugstināta trauksme, depresivitāte vai paškaitējums. Ja Jums rodas aizdomas, ka skolēnam varētu būt šādi riski, pārliecinieties, ka viņam ir pieejams kāds uzticams pieaugušais. "Vai Tev ir zināms kāds pieaugušais, ar kuru Tu varētu aprunāties? Tas var būt kāds no ģimenes, draugu vecākiem, treneris, skolotājs vai psihologs." Ja skolēns nevar nosaukt nevienu uzticības personu, informējiet viņu par iespēju jebkurā diennakts laikā piezvanīt bērnu un pusaudžu uzticības tālrunim 116111.



LAMPA

*sarunu
festivāls*

Pirmais teikums un viss

Autori:



Dārdedze



Atbalsta:

