



Kā atbalstīt savu bērnu attālināto mācību laikā?

Skolas psiholoģes Daces Lapiņas prezentācija no vecāku sanāksmes 11.03.2021.

Dzīve ir pārmaiņas.

Reizēm tās ir skaistas.

Reizēm tās ir sāpīgas.

Bet parasti abas kopā.

/Juris Rubenis/



Pasaulē notiekošais ietekmē ikvienu no mums, un ikviens no mums ietekmē pasaulē notiekošo. Un pasaules ir dažādas savā lielumā un saturā- ir visa lielā Pasaule, ir novada pasaule, ir skolas pasaule, ir ģimenes pasaule, ir katra iekšējā pasaule...
Un vecāki ap sevi arī rada pasauli- drošības, izpratnes un harmonijas pasauli.

pxteyes.com



Droša, atbalstoša un atbilstoša vide

Vide ir dabas, fizisko, sociālo, materiālo un nemateriālo apstākļu kopums, kas ietekmē cilvēka darbību un attīstību

(Vides zinātne, 2008).



Atbilstoša un atbalstoša darba vide

- ✓ **darba vieta-** galds nevis gulta; krēsls, uz kura var ērti sēdēt taisnu muguru; vieta, plaukts, atvilktnē mācību materiāliem; penālis rakstāmpiederumiem; atbilstošs apgaismojums, telpu vēdināšana;
- ✓ **darba vide-** bērna tiešsaistes stundas ir tas pats, kas pieaugušajiem darba sapulces. Tāpēc iespēju robežās censties mājās nodrošināt vidi, kur fonā neskan citu ģimenes locekļu skaļas sarunas, televizora fona skaļi trokšņi;
- ✓ **darba norises process-** skolā skolotājs seko tam, lai skolēns būtu gatavs uzsākt stundu- ir darba materiāli, ir atnācis uz skolu, stundas laikā iesaistās uzdevumu izpildē, kā arī seko tam, lai skolēns bez attaisnojošiem iemesliem nekavētu skolu. Šobrīd vecāki nodrošina šīs darbības- seko tam, lai skolēns ir laicīgi piecēlies, saģērbies un atbilstoši skolēna pozīcijai uzsācis katru dienu mācību procesu (piemērots mācību darba apģērbs, saķemmēti mati, nomazgāta mute, paēstas brokastis);
- ✓ **darba emocionālā atmosfēra-** vecāks ir kā skolotāja palīgs, kas nodrošina emocionāli labvēlīgu vidi stundu laikā. Kad stundas ir klātienē, ja skolēns ir uztraucies, ir uzvedības vai emocionāla rakstura problēmas, skolotājs ir tas, kurš risina arī šos jautājumus- izrunā, uzklausa, palīdz, atbalsta, meklē palīdzību. Attālināti skolotājs to var izdarīt ļoti nosacīti, tādēļ vecāks ir tas, kurš virza skolēna emocionālās, uzvedības un pašregulācijas prasmes, atbalsta, uzklausa mācību procesa laikā.



Pašorganizēties palīdz

- ✓ ritms un regularitāte
- ✓ konkrētība un informācija
- ✓ noteikumi un disciplīna
- ✓ rituāli un otra klātbūtne

Noteikumi, ritms, disciplīna, rituāli - tā ir pašorganizēšanās kādai darbībai, situācijai, tā ir paškontrolē, pašāvērtība, tā ir zināma pasaules kārtība, tā ir adaptīva iekļaušanās apkārtējā vidē, kā arī atbildīga rīcība.

Bērniem, kuri saprot un apzinās šo kārtību, ir lielāka **ticība sev un pašpārliecinātība**.



Ritms, noteikumi, rituāli

- Ritmā, rituālos, arī noteikumos vecāki bērnam sniedz **nedalīta uzmanība**.
- Tā ir tik ļoti ikvienam cilvēkam nepieciešamā **komunikācija, ikdienas saskarsme** ar otru.
- Tas ieaudzina bērņā **ticību sev, uzticēšanos** apkārtējiem.
- Tas sniedz bērnam **piederības izjūtu**, kas savukārt rada **drošību**.

Ritmam, rituāliem un noteikumiem ir arī izteikti **audzinoša** disciplinēšanas funkcija, jo bērns iekļaujas pasaules ritmā, attīsta **adaptīvas socializēšanās** prasmes.

Jo dabā arī ir noteikts ritms: gadalaiks nomaina gadalaiku, nakts dienu.

Arī apkārtējās pasaules norises darbojas pēc noteiktiem rituāliem un noteikumiem.



Vecāks arī attālinātās mācīšanās laikā ir vecāks, un skolotājs ir skolotājs

Vecāku uzdevums ir nodrošināt atbalstu, lai bērns kopumā varētu mācīties patstāvīgi.



*Atbilstoša un atbalstoša vide harmonizē
sajūtas, emocijas un mentālās struktūras.*



Mācību procesā bērns apgūst jaunas prasmes. Ja viss jau būtu apgūts, tad mācīšanās zaudētu jēgu

Mācīties nozīmē attīstīt un pilnveidot prasmes, apgūt jaunas zināšanas.

Tātad mācīšanās- tas ir process nevis gatavs rezultāts, tādēļ «mācīties» nozīmē arī reizēm:

- ✓ kļūdīties,
- ✓ ne vienmēr izpildīt visus uzdevumus līdz galam,
- ✓ ne vienmēr uzrakstīt, izpildīt ļoti glīti,
- ✓ jā, arī kādu reizi laicīgi neizpildīt uzdevumu.

Kļūdas, nepilnības mācību uzdevumos sniedz skolotājam informāciju, pie kā skolēnam jāpiestrādā, kādas prasmes nepieciešams pilnveidot.



Vecāku loma attālinātās mācīšanās laikā

Attālinātās mācīšanās laikā vecāku pienākums nav aizstāt skolotāju.

Vecāku uzdevums ir **nodrošināt atbilstošu vidi**, lai skolēns varētu mācīties mājas apstākļos.

Un tāpat kā, esot skolā, arī mājās var būt situācijas, kad skolēns konkrētajā dienā ir raudulīgs vai dusmīgs un aizkaitināts, kad atsakās veikt uzdevumus.

Tādēļ jau uz pasaules esam mēs- pieaugušie, kuri var palīdzēt bērnam izprast, kas ar viņu notiek un kopā meklēt risinājumus.



Atslēgas vārds, lai risinātu problēmsituācijas saistībā ar bērna iekļaušanos mācību procesā, ir

«SADARBĪBA»

Sadarbība ar skolotājiem, skolas atbalsta personālu, skolas administrāciju. Un sadarbība nozīmē sarunas.

Tādēļ skolotāji zvana un raksta vecākiem, lai informētu par to, kas vēl ir jāizpilda, kas skolēnam labi veicas, pie kā vēl jāpiestrādā. Pats galvenais- neuztvert šo skolotāju informāciju kā pārmetumu, ka jūs kā vecāki kaut ko nedarāt. Bet uztvert to kā informāciju, kas palīdz redzēt kopainu.

Cilvēkam ir dota tā retā privilēģija- **sarunāties, izstāstīt, izrunāties...** un sarunas gaitā tā ir iespēja kopīgi meklēt risinājumus.



Pieaugušo piemērs

*Uz kuriem virzīsies bērna aktivitāte,
lielā mērā nosaka pieaugušo piemērs, atbildīga rīcība*



Pieaugušā piemērs

- ✓ Bērni kopē, atdarina pieaugušo, it īpaši savu vecāku uzvedību.
- ✓ Bērnam svarīgi redzēt vecāku rīcību problēmsituāciju risināšanā, dzirdēt, kā viņš plāno savu rīcību, redzēt, kā virza emocionālās izpausmes.
- ✓ Bērns mācās no redzētā.
- ✓ Bērns sākumskolā domā un atceras to, ko viņš uztver.

Pajautājam katrs pats sev: Vai mans bērns varētu teikt šādus vārdus:

«Tavā klātbūtnē es apzinos savas spējas, jo Tu radi vidi, kurā attīstās mana griba, uzmanība, patstāvība. Rezultātā es kļūstu pārliecinātāks, drošāks, zinošāks, kompetentāks gan mācībās, gan saskarsmē.

Tavā klātbūtnē es iemācos, ko nozīmē atbildība, cieņa un līdzpārdzīvojums, kā rezultātā es spēju labāk saprast sevi un citus, iemācos adekvāti rast risinājumus vizuāli-ķīmiskajām dzīves situācijām, iemācos draudzēties, uzticēties, mīlēt».



Aktuālās vajadzības

*Jēdziens «vajadzības» nozīmē,
ka bez tā nevar iztikt, tas noteikti ir nepieciešams*



Sākumskolas posmā

- ✓ nostabilizējas **gribas darbība** un **patstāvība**- tādēļ palīdzam, bet nepildām bērna vietā
- ✓ stabilizējas **vērtību sistēma**, nostiprinās **uzvedības modeļi**- tādēļ ar savu piemēru parādam, kā risināt ikdienas situācijas, arī konfliktus, arī stresa situācijas
- ✓ **uzmanību** joprojām vēl ilgstoši nevar noturēt veicot uzdevumus, kur nepieciešama gribas darbība, tādēļ ievērojam starpbrīžus, atpūtas pauzes mācību norises procesā
- ✓ **fiziski** bērns vēl ļoti intensīvi **aug** un **nobriest**, tādēļ svarīgi ievērot režīmu- regulāras ēdienreizes, aktīvas nodarbes (it īpaši svaigā gaisā), balsta un kustību aparāta stabilizēšana (ilgstoša sēdēšana nav vēlama- ievērojam kustību pauzes), savlaicīga gulētiešana un miega režīms
- ✓ pamatvajadzība ir **saskarsme** divos līmeņos- **bērns-bērns un bērns-pieaugušais**- tādēļ šobrīd vecākiem ir jāiejūtas divās lomās- jābūt gan kā pieaugušajam, kurš māca, audzina un organizē, gan kā bērnam, kurš kopā spēlējas, dauzās, arī mulķojas un jautrojas. Lai labāk izprastu, kā pieaugušais var nodrošināt šo bērna pozīciju, ir iztēloties, ko bērns dara, kad ir kopā ar saviem vienaudžiem.



*Novēlu Jums saskatīt, ka patiesās vērtības: ģimene, tuvie cilvēki, dzīvība, miera apstākļi- tas viss mums ir. Tādēļ mēs katrs varam sevī un ap sevi radīt patiesa prieka, labestības, izpratnes atmosfēru, kurā bērns jūtas **drošs un pārlicināts.***



Salaspils 1.vidusskolas skolas psiholoģe Dace Lapiņa

pxleaves.com

