

Disciplinēšanas vadlīnijas īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijām



EIROPAS SAVIENĪBA

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Materiāla autori:

Līga Redliha, Uldis Ābele, Laura Pirska, Laila Balode, Agnese Sladzevska, Inta Poudžiunas

Pateicamies visiem mūsu sadarbības partneriem, kas līdzdarbojās materiāla tapšanā - nodibinājumam „Allažu Bērnu un ģimenes atbalsta centrs”, krīzes centram ģimenēm ar bērniem „Paspārne”, Latgales reģionālajam atbalsta centram „Rasas pērles”, nodibinājumam „Centrs Valdardze”, nodibinājumam „Zantes ģimenes krīzes centrs”, Talsu novada krīžu centram, kā arī institūcijām – LR Tiesībsargam, LR Labklājības ministrijai, Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcijai un Rīgas Sociālajam dienestam.

Paldies redaktorei Anitai Janušai, maketētājai Laurai Bulmeri un tipogrāfijai „Dardedze hologrāfija”.

Šis disciplinēšanas vadlīnijas īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijām ir veidotas ar Eiropas Savienības Eiropas Sociālā fonda finansiālu atbalstu.

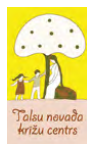
Par izdevuma „Disciplinēšanas vadlīnijas īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijām” saturu atbild nodibinājums „Centrs Dardedze”.

92,07% no projekta finansē Eiropas Savienība ar Eiropas Sociālā fonda starpniecību. Apakšaktivitāti administrē Valsts kanceleja sadarbībā ar Sabiedrības integrācijas fondu.

Projekts „Centra Dardedze un citu nevalstisko krīzes centru kapacitātes uzlabošana” Nr. 1DP/1.5.2.2.2/12/APIA/SIF/115.

Izdevējs	Nodibinājums „Centrs Dardedze”
Redaktore	Anita Januša, SIA „Sella AM”
Dizains un makets	Laura Bulmere
Tipogrāfija	SIA „Dardedze hologrāfija”

ISBN 978-9934-509-14-8



Paspārne



Saturs

Ievads	4
Disciplinēšanas vadlīnijas īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijām	5
Disciplinēšana	6
Disciplinēšanas nozīme	10
Disciplinēšanas pamatprincipi īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijā	12
Disciplinēšanas ieviešana institūcijā	18
Disciplinēšanas un uzvedības veidošanas modeļi	20
Skinera uzvedības veidošanas modelis	21
Kanteru pārliecinošas disciplinēšanas modelis	23
Dreikursa loģisko seku disciplinēšanas modelis	27
Gaterkola saprātīgās disciplinēšanas modelis	29
Disciplinēšanas metožu apraksts	33
Krīzes centra iekšējās kārtības noteikumi	34
Pārrunas par iekšējās kārtības noteikumu neievērošanu	35
Punktu sistēma	36
Uzvedības kalendārs	39
Izolēšana	41
Stop krēsls	42
Piespiedu izolēšana	43
Uzmanības pārslēgšana	45
Ignorēšana	46
Verbāls pozitīvs pastiprinājums	47
Ciešs apskāviens	48
Apstādināšana	49
Prasību konsekvence	50
Dabiskās sekas	51
Loģiskās sekas	52
Motivācijas atrašana	54
Izmantotā literatūra	55

Strādājot institūcijās, kurās uzturas bērni – skolā, bērnudārzā, bērnu namā, krīžu centrā -, speciālistiem, saskaroties ar bērnu nevēlamu uzvedību, rodas ievērojamas grūtības. Tas ir būtisks izaicinājums arī daudzās ģimenēs un sabiedrībā kopumā. Mūs nopietni satrauc bērnu uzvedības problēmas, un nereti pietrūkst reālu instrumentu, kā tās mazināt. Tāpat milzīgs izaicinājums ir spēja noturēt veselīgu, bērna vislabākajām interesēm atbilstošu līdzsvaru starp stingrību un atbalstošu izpratni. Ar līdzīgiem izaicinājumiem savā ikdienas darbā saskaras arī īslaicīgās sociālās rehabilitācijas iestādēs strādājošie sociālie audzinātāji, sociālie darbinieki un psihologi. Šāda tipa institūcijās situāciju vēl nopietnāku un izaicinājumiem bagātāku padara fakts, ka šajās institūcijās bērni uzturas īsu brīdi - no dažām dienām līdz vienam gadam. Turklāt bērni, kuri saņem šo pakalpojumu, visbiežāk ir piedzīvojuši vardarbību vai novārtā pamešanu, tātad viņu nepieņemamajā uzvedībā atspoguļojas iepriekšējā pieredze, kas reizēm var būt bijusi ilgstoša un ļoti traumatiska. Līdz ar to nevēlamā un dažkārt nepieņemamā uzvedība ir daudz izteiktāka un grūtāk koriģējama. Tas bija viens no iemesliem, kādēļ piedalīties darba grupā aicinājām īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūciju pārstāvjus, kuru ikdiena ļoti lielā mērā ir saistīta ar spēju disciplinēt pat ļoti smagu dzīves pieredzi guvušus bērnus ar izteiktām uzvedības problēmām kā piedzīvotās vardarbības sekām.

Uzsākot darbu pie metožu apkopošanas un sistematizēšanas, loģiski radās nepieciešamība pēc padziļinātas izpratnes par teorētiskajiem modeļiem, kas ir dažādo disciplinēšanas metožu pamatā. Tādēļ šajā publikācijā lasītājs atradīs gan pasaulē vadošu un pazīstamu pētnieku disciplinēšanas konceptu teorētiskus skaidrojumus, gan arī šobrīd mūsu valsts īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūciju ikdienas darbā pielietotās un pārbaudītās disciplinēšanas metodes.

Ļoti ceram, ka šī publikācija iedrošinās un stiprinās visus tos, kas ikdienā saskaras ar bērniem dažādu institūciju kontekstā un ir sapratuši, ka esošo metožu klāsts būtu papildināms vai pilnveidojams. Lai veicas - vispirms izprast pašiem sevi un savu pieeju disciplinēšanā, tad nedefinēt pamatprincipus, kas tiks realizēti noteiktajā institūcijā, un tikai pēc tam ieviest noteiktas metodes savā ikdienas darbā ar bērniem.

Darba grupas vārdā
Jūsu Dardedze

Disciplinēšanas vadlīnijas īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijām

Īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijās bērni uzturas salīdzinoši neilgu laika periodu, un disciplīnas nodrošināšana šī iemesla dēļ var būt liels izaicinājums visiem iesaistītajiem darbiniekiem. Nereti, runājot par disciplinēšanu, tiek minēta tās ieviešana un nodrošināšana ilgtermiņā, taču īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijās uzvedības izmaiņas ir jāpanāk īsā laika periodā.

Disciplīnas problēmas un noteikumu neievērošana ir bērnu problemātiska uzvedība, ar kuru nākas saskarties jebkurā iestādē, kurā uzturas bērni. Ierodoties īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijā, bērnam ir jāpierod pie jauniem apstākļiem, jāievēro dienas režīms, kas, iespējams, nav bijis mājās. Jebkura jauna situācija, kombinējoties ar bērna iepriekšējo pieredzi, var radīt viņam apjukumu un neskaidrību, līdzīgi, kā tas var notikt ar pieaugušajiem, taču darbiniekam jāzina, ka bērnos drošību rada informācija, skaidri noteikts disciplīnas un noteikumu rāmis. Nav vēlama un pieļaujama pilnīga atkāpšanās no prasību izvirzīšanas ar domu, ka bērnam vispirms jāadaptējas jaunajiem apstākļiem un nepieciešamie noteikumi izvirzāmi pēc tam. Jebkuram jaunā vidē nokļuvušam bērnam ir svarīgi, lai šajā jaunajā vidē viņš saņemtu informāciju par to, kas ir atļauts, kas aizliegts, kādu viņa uzvedību darbinieki akceptēs un kādu uzskatīs par nevēlamu. Turklāt bērna informēšanai par noteikumiem jāatbilst bērna vecumam un pieredzei. Bērna iepriekšējā pieredze nav maināma, taču tās pārstrāde, drošības izjūtas atjaunošana un jaunu uzvedības modeļu veidošana visbiežāk ir sociālās rehabilitācijas mērķis, ko realizēt palīdz skaidri uzvedības noteikumi. Ar maziem bērniem būtiski ir izrunāt pamatnoteikumus un dienas kārtību, kas jāievēro. Iespējams, jāpielieto arī cits, bērniem piemērots, veids informācijas nodošanai, kas var būt piktogrammas, attēli. Ar lielākiem bērniem un pusaudžiem visi noteikumi pārrunājami pēc iespējas pārlicenošākā veidā, tādējādi nododot ziņu, ka šie noteikumi ir uztverami nopietni un tiks realizētas arī iepriekš pārrunātās sekas tam, ja noteikumi netiks ievēroti. Ieteicams, lai, bērnam ierodoties institūcijā, pamatnoteikumus ar viņu pārrunā pieaugušais (sociālais darbinieks, audzinātājs u.c.), nevis bērns par tiem uzzina no vienaudžiem, kuri var sniegt arī neprecīzu vai izmainītu informāciju.

Disciplinēšana

Ar terminu „disciplinēšana” tiek saprasta jebkura pieaugušā darbība, atbildot uz bērna uzvedību, ar mērķi to izmainīt vai uzlabot (Фурманов, 2008). Disciplīna netiek aplūkota vienīgi kā sods vai kontrole. Disciplinējot bērnu, pieaugušie palīdz viņam attīstīt paškontroli, māca tam prasmes, lai bērns pats varētu valdīt pār savu uzvedību (Lendija, Ozola, 2004). Disciplinēšana ir viens no bērna audzināšanas pamatkomponentiem. Bērna disciplinēšana, pirmkārt, ir rūpes par viņa nākotni un garantija tā veiksmīgai adaptācijai dzīvē. To var nosaukt par sava veida bērna sagatavošanu patstāvīgai dzīvei, lai viņš varētu sasniegt savus mērķus, attīstītu iekšējo kontroli kā alternatīvu ārējai kontrolei un ar iekšējās kontroles palīdzību veidotu efektīvas attiecības ar apkārtējiem cilvēkiem (Фурманов, 2008).



Viens no disciplinēšanas pamatakmeņiem ir skaidru, bērna attīstībai atbilstošu robežu noteikšana, citiem vārdiem sakot, disciplīna ir kā rāmis, kas sniedz drošības izjūtu un ir īpaši svarīgs bērniem, kuri dzīvojuši vardarbīgā vidē, ko raksturo pastāvīga nedrošība, trauksme, tuvu attiecību ar tuvāko aprūpētāju trūkums (Boulbijs, 1998) un bērnu interešu neievērošana.

Laba disciplinēšana iemāca bērnam sevi regulēt un attīsta morālo uzvedību. Morālās attīstības hierarhijas (Vikofs, Anela, 1998), kā to definējis Lorens Kolbergs, zemākajā līmenī darbojas pamācība „klausī, lai tevi nesodītu”, bet augstākajā līmenī - „klausī, jo tā ir pareizi un labi”. Attiecīgi laba disciplinēšana palīdz bērnam sasniegt augstāku morālās attīstības stadiju, kas savukārt norāda uz to, ka bērns klausā pieaugušos un labi uzvedas, jo tā ir viņa iekšējā vajadzība. Nepieciešamība labi uzvesties ir bērna iekšējās kontroles noteikta, nevis atkarīga no ārējās kontroles. Daļai pieaugušo, kas saņēmuši autoritāru audzināšanu, kurā izplatīts uzskats, ka „ja bērnam nesāpēs, viņš neiemācīsies” (MacKenzie, 2001), savas pieredzes dēļ ir aplams priekšstats par to, ka bērnam jāiemāca baidīties no soda un tad viņš vairs neatkārtos nevēlamo darbību. Tomēr daudz lietderīgāk ir bērnam iemācīt izprast savas rīcības sekas un attiecīgi veicināt viņa

paša lēmumu pieņemšanu (Kwasny, 2012). Arī citi autori (Vinikots, 2004) uzsver, ka bērna mehāniski ierobežojumi ir bezjēdzīgi un bailes nevar būt piemērots motīvs paklausībai. Šādā gadījumā bērni ievēro noteikumus un klausā pieaugušos, kamēr tie viņus redz, taču, paliekot vienatnē, bez pieaugušo uzraudzības, viņi turpina īstenot nevēlamo uzvedību.

Veiksmīgu disciplinēšanu ir iespējams realizēt situācijās, kad pieaugušajam ar bērnu ir uzticības pilnas attiecības (Vinikots, 2004). Attiecības kā vienu no būtiskākajiem priekšnosacījumiem, lai bērnu disciplinēšana būtu veiksmīga, min arī citi speciālisti (Flaskerund, 2011), kā papildu faktoros izvirzot pozitīvu pastiprināšanas stratēģiju izmantošanu, lai veicinātu bērna vēlamo uzvedību, un pastiprinājuma samazināšanu vai negatīvu seku piemērošanu, lai samazinātu vai novērstu bērna nevēlamo uzvedību. Runājot par mazu bērnu disciplinēšanu, tiek atzīts (MacKenzie, 2001), ka vislabāk bērni mācās no tā, ko viņi sensori piedzīvo. Tas nozīmē, ka pieaugušajam ieteicams pārliecinoši rīkoties, nevis stāstīt, kādu uzvedību viņš sagaida no bērna, tomēr pieaugušā rīcība attiecībā pret bērnu nedrīkst būt fiziski vardarbīga.

Literatūrā (Фурманов, 2008) tiek izšķirti vairāki bērnu disciplinēšanas veidi. Bieži disciplīnu tiek piedāvāts apskatīt kā nevardarbīgu, orientētu uz bērna stimulēšanu, un *piespiedu* jeb vardarbīgu, orientētu uz to, lai izmantotu vecāku spēku un varu. Nevardarbīga disciplinēšana ir vērsta uz to, lai iemācītu bērnam atpazīt labu un sliktu rīcību savā un citu cilvēku uzvedībā, un tā balstās uz cieņu, autoritāti un pieaugušā uzvedības atainošanu. Nevardarbīgā disciplinēšanā (Bosmans, 2011) tiek pielietota uzmanības novēršana, skaidrojumi, nevēlamās uzvedības ignorēšana, atalgojums par labu uzvedību un bērna novērošana. Pretēji iepriekš aprakstītajam, piespiedu disciplīna ir vērsta uz vardarbīgiem sodiem, iekļaujot fizisku un psiholoģisku agresiju (sišana, apvainojumi u.c.). Piespiedu disciplinēšanas izmantošana bērnu audzināšanā visbiežāk rada negatīvas sekas (Bosmans, 2011), un tiek uzskatīts, ka šī pieeja rada mazāk vēlamu iznākumu, savukārt nevardarbīgām disciplinēšanas metodēm tiek dota priekšroka, jo ir daudz lielāka iespējamība, ka pozitīvā uzvedība tiks internalizēta (bērns to pieņems un iekļaus savā uzvedībā), un ir maz iespējams, ka tiks pārņemta nevēlamā uzvedība.

Ikdienas darbā ar bērniem jāatceras, ka viena un tā pati metode vienā situācijā var būt efektīva, citā – ne. Tas atkarīgs no dažādiem faktoriem - gan bērna līdzšinējās pieredzes, gan attīstības līmeņa un temperamenta, ko nav iespējams ietekmēt. Piemēram, neskatoties uz to, ka bērnu fiziska sodīšana rada daudz negatīvu seku, vēl aizvien vecāki to izmanto bērnu audzināšanā (Mc Kee et al., 2007, Pirsko, 2010), kas jāņem vērā darbiniekiem, kuri strādā ar bērniem institūcijās, jo ar fiziskas sodīšanas sekām vistīcāmāk nāksies sastapties ikdienā. Plaši izplatītas fiziskas vardarbības sekas ir paaugstināta agresivitāte, uz risku vērsta uzvedība, impulsu kontroles grūtības, pazemināts pašvērtējums, neuzticēšanās cilvēkiem, grūtības koncentrēties (*Rokasgrāmata darbam ar vardarbībā cietušiem bērniem*, 2010).

Disciplinējot bērnus, jāņem vērā arī viņu temperaments, kas ir iedzimtas rakstura iezīmes, kas dzīves laikā paliek nemainīgas. Pētījumos (Landy, 2009 pēc Thomass, Chess un Birch) atklāts, ka pastāv deviņas temperamenta iezīmes:

- aktivitātes un enerģijas līmenis. Tas norāda, cik proporcionāli no visa laika bērns ir aktīvs un cik - mierīgs. Daži bērni nevar nosēdēt mierīgi ne mirkli, turpretī citi stundām ilgi var spēlēties ar savām rotaļlietām;
- regularitāte. Tā norāda, cik viegli paredzama ir bērna uzvedība saistībā ar bioloģiskām funkcijām;
- pirmā reakcija uz jauno. Tā ir saistīta ar piesardzību un to, cik viegli bērns pieņems jaunus piedzīvojumus – jaunu ēdienu, jaunus cilvēkus, jaunas drēbes utt. Daži izvairās no nepazīstamā un to noraida, bet citi uz jaunām lietām un uz jauniem piedzīvojumiem reaģē ar prieku;
- pielāgošanās. Šī iezīme attiecas uz to, cik ātri vai lēni bērns pielāgojas jaunām situācijām un izmaiņām viņa ierastajā ikdienas ritmā;
- sensorais jutīgums. Tas norāda, cik jutīgs bērns ir pret sensoriem stimuliem – temperatūras maiņām, garšas dažādību, pieskārieniem utt. Ļoti jutīgiem bērniem var būt grūti izturēt troksni, spilgtu gaismu, dažādu audumu pieskārienus u.c.;
- reakcijas intensitāte. Šī iezīme attiecas uz to, cik spēcīgas ir bērna reakcijas, neatkarīgi no tā, vai tās ir pozitīvas vai negatīvas. Dažiem bērniem ir spēcīgas emocijas, kas ir viegli uztveramas, turpretī citi sevi izpauž mērenāk;

- noskaņojums. Šī iezīme ir saistīta ar to, cik bieži bērnam ir priecīgs, patīkams un draudzīgs garastāvoklis salīdzinājumā ar to, cik bieži viņš raud un jūtas nelaimīgs. Daži bērni gandrīz vienmēr jūtas laimīgi, kamēr citiem ikviens sīkums izraisa neapmierinātību;
- uzmanības noturība. Tā saistīta ar koncentrēšanās spēju. Šī iezīme rāda, cik lielā mērā ārējie stimuli bērnam var traucēt veikt uzsāktu darbību. Daži bērni var koncentrēties uz darbību, kaut visapkārt valda troksnis, turpretī citiem, lai kaut ko uzsāktu, jābūt klusumā;
- neatlaidība. Tā atklāj, cik ilgi bērns bez pārtraukuma var turpināt darbību, neskatoties uz šķēršļiem. Daži bērni kaut kā iegūšanai vai panākšanai var veltīt ilgu laiku, bet citi – ne.

Iepriekš minēto temperamenta iezīmju dažāda kombinācija ietekmē bērna uzvedību. Piemēram, bērni, kas ātrāk pielāgojas un kam raksturīgs zems enerģijas un aktivitātes līmenis un izteikta regularitāte, daudz labāk spēs ievērot institūcijas noteikumus un dienas kārtību. Savukārt bērni, kam raksturīga izteikta neatlaidība, kas ir intensīvi savās emocionālās reakcijās, ar neregulāru dabisku ritmu, aktīvi u.c., vienmēr prasīs vairāk uzmanības un rūpju, lai viņus disciplinētu (MacKenzie, 2001, Landy, 2009). 1. tabulā aplūkots, kā temperamenta iezīmes ietekmē bērna disciplinēšanu.

1. tabula *Temperamenta iezīmju saistība ar bērnu disciplinēšanu*

Temperamenta iezīme	Viegli tikt galā, audzinot bērnu	Var radīt grūtības, audzinot bērnu
Aktivitātes līmenis	zems	augsts
Regularitāte	regulārs	neregulārs
Pirmā reakcija uz jauno	tuvojas jaunajam	noraidošs
Pielāgošanās	ātra	lēna
Sensorais jutīgums	zems	augsts
Reakcijas intensitāte	vāja	izteikta
Noskaņojums	pozitīvs	negatīvs
Uzmanības noturība	ilgstoša	zema
Neatlaidība	īss periods	ilgs periods

Bērnu temperamenta iezīmes ietekmē audzināšanas stilu un disciplinēšanas metodes, ko pieaugušie pielieto viņu audzināšanā (Landy, 2009). Piemēram, bailīgi bērni, kas noraida jauno un lēni pielāgojas, kļūst ļoti trauksmaini un nespēj ievērot noteikumus, ja viņu disciplinēšanā tiek pielietoti fiziski sodi, verbāla agresija (Landy, 2009).

Disciplinēšanas nozīme

Disciplīna un uzvedības noteikumi padara bērna dzīvi saprotamu un paredzamu, kā arī rada drošības izjūtu (Gipenreitere, 2006), tādēļ noteikumiem jābūt katra bērna dzīvē, tomēr to nedrīkst būt pārāk daudz. Lī un Marlēna Kanteri (Canter, 1976), runājot par disciplinēšanas plāna ieviešanu, vērš uzmanību uz šādām idejām par disciplinēšanu: disciplinēšana nosaka robežas un ir nepieciešama psiholoģiskai drošībai, tā attur cilvēkus no darbībām, par kurām vēlāk jākaunas, kā arī uztur efektīvu mācīšanās un attīstības vidi.

Arī citi autori (Lendija, Ozola, 2004) norāda, ka disciplinēšana māca bērniem to, ka ir jāpielāgojas citu vajadzībām un zināmai kārtībai. Bērni, kuriem regulāri jāpakļaujas pieaugušajiem, kļūst nomākti, jūtas bezspēcīgi. Savukārt, ja bērni rīkojas, balstoties uz savām vēlmēm, tad neiemācās pielāgoties citu prasībām, kas ir nepieciešams, lai varētu saprasties ar citiem cilvēkiem. Pētījumi rāda, ka bērnu disciplinēšana mazina iespēju attīstīties antisociālai uzvedībai (Bosmans, 2011).

Bērniem piemērota disciplinēšana veicina pozitīva pašvērtējuma veidošanos un nostiprināšanos, kas ir iespējams, ja viņi pieņem savus lēmumus un izdara izvēles, par kurām paši ir atbildīgi (Cline, Fay, 2006). Bērniem, īpaši pusaudžiem, ir svarīgi piemērotā līmenī līdzdarboties ikdienas lēmumu pieņemšanā, tas var palīdzēt sociālās rehabilitācijas mērķu sasniegšanā, īpaši situācijās, kad viņu pašvērtējums ir pazemināts, kas nereti ir sastopams vardarbībā cietušiem bērniem.

Diānas Baumrindes (Baumrind, 1978) pētījumos norādīts uz dažādiem audzināšanas stiliem, kādus bērnu audzināšanā pielieto vecāki, taču vienlīdz labi tie ir izmantojami, lai runātu par darbiniekiem īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijās. Arī katram bērnu ikdienas aprūpes īstenošanā ir savs audzināšanas stils, taču, profesionāli audzinot bērnus, jāpieņem autoritatīvais stils un jāattīsta prasmes, kas

raksturo šo audzināšanas stilu. Diānas Baumrindes pētījumos norādīts, ka labākais ir tieši autoritatīvais stils, kurā pieaugušais ir kā paraugs bērnam attiecībā uz uzvedības standartiem. Pieaugušo paraugu kā spēcīgāko bērna uzvedības veidotāju min arī citi autori (Špalleka, 1998).



Bērni, kuri ir audzināti autoritatīvā stilā, ir orientēti uz sasniegumiem, neatkarīgi, ar labākām saskarsmes spējām. Autoritatīvs audzināšanas stils ietver sevī atbalstu un kontroli, atsaucību un iejūtīgu attieksmi pret bērniem no pieaugušā puses, vienlaicīgi nosakot skaidras robežas (Kremer, 2010, pēc D.Baumrindas). Autoritatīvā stilā audzināti bērni mācās atbildību par savu rīcību, sadarbību, neatkarību, paškontroli, mācās ievērot noteikumus un sekot autoritātēm (MacKenzie, 2001). Savukārt, ja bērni tiek audzināti autoritārā stilā, kad lēmumus ģimenē pieņem vecāki, nerēķinoties ar bērna viedokli, bērniem izaugot ir grūtības uzņemties atbildību, viņi pārāk pakļaujas citu vēlmēm, bieži ir agresīvi. Autoritārā stilā audzināti bērni mācās to, ka vecāki ir atbildīgi par bērnu problēmu risināšanu, jo vecāki risina visas problēmas un kontrolē procesu (MacKenzie, 2001). Arī visatļautībā augušiem bērniem, kuriem netiek izvirzītas nekādas prasības, novērotas grūtības sevi pietiekami regulēt, viņi var būt nenobrieduši, nepaļaujas uz sevi. Gan autoritāra, gan visatļaujosa audzināšanas stila pielietošana bērnu audzināšanā tiek dēvēta par neefektīvu un ir saistīta ar bērnu galēji nevēlamu uzvedību (Parent et.al, 2011). Pētījumos (Parent et.al, 2011) norādīts, ka autoritāra bērnu disciplinēšana ir kaitīga gan zēniem, gan meitenēm, kamēr visatļaujosa audzināšana rada vairāk kaitējuma zēniem, jo viņiem ir vājāka pašregulācija nekā meitenēm. Vairākos pētījumos norādīts uz bargas bērnu disciplinēšanas, kas iekļauj bērnu fizisku sodīšanu, draudēšanu un kliegšanu uz bērniem, negatīvo ietekmi un atklāj tikai vienu pozitīvu efektu – bērna tūlītēju piekrišanu pieaugušajam (Sheehan, Watson, 2008), kas var būt noderīga krīzes situācijās. Autoritāri audzinātiem bērniem raksturīga zemāka morālās internalizēšanas spēja, sliktāka garīgā veselība un augstāks agresijas

līmenis. Tāpat sodu izmantošana un autoritāra bērnu audzināšana ir saistīta ar bērnu uzvedības problēmām (Rae, 2010), un ir pētījumi, kas rāda, ka atbalstoša audzināšana (attiecību veidošana ar bērnu, noteikumu mācīšana, bērna autonomijas veicināšana) un piemērotu disciplinēšanas metožu pielietošana var mazināt bērnu uzvedības problēmas, savukārt negatīvas bērnu audzināšanas metodes (bieža un barga sodīšana, nekonekventa disciplinēšana) veicina bērnu uzvedības problēmu pieaugšanu (Vanderfaeillie, 2013). Tāpat valstīs, kur bērnu fiziska sodīšana ir plaši pielietota, bērni ir agresīvi un trauksmaini (Landy, 2009).

Līdzīgi kā ģimenē, arī institūcijā, pielietojot autoritatīva audzināšanas stila iezīmes, bērnu disciplinēšanā ir iespējams gūt vislabākos rezultātus. Turpmāk tiks aplūkoti arī disciplinēšanas pamatprincipi, kas ietver lielu daļu autoritatīvā audzināšanas stilā pielietoto audzināšanas metožu un vienlaikus arī norāda, cik liela nozīme ir katra darbinieka rīcībai, lai iestādē ieviestu vēlamās uzvedības standartus.

Disciplinēšanas pamatprincipi īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijā

Saņemot sociālo rehabilitāciju, bērns saskaras ar citiem bērniem un pieaugušajiem, un jebkura jauna vide un situācija maina bērna pieredzi, tādējādi iekļauj arī audzinošo komponenti, jo bērnam jāpielāgojas citādi kārtībai, jāpieņem līdz šim, iespējams, nezināmas normas un uzvedības noteikumi. Taču, kā jau minēts iepriekš, noteikts dienas režīms un lietu kārtība, skaidra izpratne par to, ko drīkst un ko nedrīkst, palīdz bērnam justies droši (Vecgrāve, 1996). Drošas vides uzturēšana un bērna drošības izjūtas atjaunošana ir īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijas uzdevumi, lai bērna sociālā rehabilitācija noritētu pēc iespējas veiksmīgāk.

Īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijā ar bērniem saskaras visi darbinieki - audzinātāji, aukles, sociālie darbinieki, pedagogi u.c.-, un visiem šiem darbiniekiem var būt nepieciešams iesaistīties bērnu disciplinēšanā.

Ieteikumi pozitīvai bērnu disciplinēšanai.

1. Konsekvence. Darbiniekiem jābūt konsekventiem, jo konsekvence ir būtiskākais priekšnoteikums jebkura disciplinēšanas modeļa un metodes veiksmīgai ieviešanai. Ja darbinieks nebūs konsekvents, bērnu nevēlamā uzvedība turpināsies. Bērniem ir skaidri jāzina un jāpiedzīvo tas, ka visi darbinieki vienmēr vienādā veidā sekos līdzīgu noteikumu ievērošanai un reaģēs uz nevēlamu uzvedību.

2. Sadarbība visu iesaistīto darbinieku starpā. Nav pieļaujama situācija, ka dažādi darbinieki uz vienu un to pašu bērna uzvedību reaģē būtiski atšķirīgi vai pielieto dažādas sekas. Piemēram, ja viens audzinātājs reaģē un bērna rupju lamāšanos, bet otrs to ignorē, maz ticams, ka bērna uzvedība mainīsies. Visi darbinieki vienojas par metodēm, izprot tās un pielieto vienādi. Tāpat ikvienam darbiniekam ir jātic, ka izmantotā metode dos rezultātu, t.i., darbinieki tic izvēlētajam disciplinēšanas plānam un pielietotajām metodēm. Var būt situācijas, kad, neatbilstoši pielietojot, arī laba disciplinēšanas metode var nedot gaidīto rezultātu un radīt vilšanos bērnam un darbiniekā. Bieži praksē nākas saskarties ar sūdzībām par tā saukto kalendāra metodi, jo to pielieto neatbilstoši, piemēram, pieaugušais nepamana bērna labo uzvedību un tādēļ nedod viņam pozitīvu novērtējumu (zvaigznīti, punktu, uzlīmīti), par ko bērni jūtas vilušies un pārstāj reaģēt uz šo metodi.

3. Skaidri saprotami noteikumi, dienas kārtība un paredzamas nepareizās uzvedības sekas. Bērniem ir jāzina, ka par noteikumu neievērošanu būs noteiktas sekas. Par noteikumiem un dienas kārtību bērni ir jāinformē, kolīdz viņi ierodas institūcijā. Vēlams, lai noteikumi būtu novietoti bērniem zināmā vietā, lai tie būtu viegli saprotami un nebūtu pārāk gari.

Disciplinēšanā jāpielieto sekas, kas runā skaidrāk par pieaugušā teiktiem vārdiem, un tās parasti pārtrauc nevēlamu uzvedību (MacKeznie, 2001). Vardarbīgs sods vēl nevienu bērnu nav mainījis uz labo pusi, un šāda soda vietā nepieciešams bērnu iepazīstināt ar jauniem iespējamiem uzvedības veidiem dažādās situācijās (Bikše, 2008). Kā viena no būtiskākajām atšķirībām starp vardarbīgu sodu un sekām tiek minēts tas, ka sods pazemo, bet sekas bērnam māca, kādu uzvedību no viņa pieaugušie sagaida (Kwasny, 2012). Katrai uzvedībai ir jābūt sekām, kas ir dabiskas vai loģiskas un izriet

no bērna rīcības, un tās palīdz bērnam izprast iemeslus, kuru dēļ ir izvirzīti noteikumi. Tas var palīdzēt bērnam internalizēt noteikumus (Landy, 2009).

Sods visbiežāk nemāca bērnam, kā risināt problēmas un kā uzvesties labāk, tas loģiski neizriet no bērna rīcības, tādēļ tas bērnam var būt neskaidrs, rada pāridarījuma izjūtu, vēlmi atriebties. Savukārt sekas, kas kopīgi ar bērnu ir iepriekš noteiktas sarunu laikā, izriet no zināmiem nosacījumiem, iestājas uzreiz pēc rīcības un, pat, ja ir atliktas uz laiku, joprojām ir saprotama loģiskā saikne starp rīcību un sekām. Sekas māca bērnam atbildību un lēmumu pieņemšanu, kā arī to, kā labot nodarīto pāridarījumu (Kwasny, 2012).

Dabiskās sekas ir bērna rīcības dabiskais rezultāts. Tās dabiski izriet no bērna rīcības vai situācijas (MacKenzie, 2001). Šajā situācijā bērns atbild par savu izvēli. Piemēram, ja ar rotaļlietu spēlējas nepiemēroti, tā saplīst un ar to vairs nevar spēlēties; ja bērns neieliek savas netīrās drēbes veļas kastē, tās netiek izmazgātas. Tās ir dabiskās sekas, kas iestājas pēc bērna rīcības (Kwasny, 2012). Dabiskās sekas iesaka pielietot (MacKenzie, 2001) situācijās, kad kaut kas ir pazaudēts, sabojāts, kad bērnam rodas ieradums „aizmirst”, viņš novilcina laiku, nepilda savus pienākumus. **Loģiskās sekas** parāda bērnam, kā būtu jārikojas un kā nevajadzētu rīkoties. Lai šāda situācija rastos, bērnam jāzina iestādē pastāvošie noteikumi. Noteikumu zināšana veido bērnam drošības izjūtu, kā arī ļauj pieņemt lēmumus par savu uzvedību, jo bērns zina, ka pēc nevēlamas uzvedības būs negatīvas sekas, bet, ja rīkosies tā, kā sagaida pieaugušie, sekas būs pozitīvas. Loģiskās sekas pieaugušie piemēro situācijās, kad dabisko seku iestāšanās var apdraudēt bērna veselību, labklājību, piemēram, situācijā, kad bērns vēlas ziemā iet laukā nepiemērotā apģērbā, jāpiemēro loģiskās sekas, jo dabisko seku iestāšanās gadījumā bērns var saslimt.

Loģiskās sekas ir kā strukturētas mācību situācijas, ko nosaka pieaugušais, piedzīvo bērns, un šīs sekas ir loģiski saistītas ar situāciju un bērna uzvedību. Loģiskās sekas iesaka pielietot situācijās (MacKenzie, 2001), kad bērns nesadarbojas ar citiem bērniem, rada nekārtību, nerūpējas par savām mantām, bērnam ir destruktīva uzvedība, viņš nepilda savus mājas pienākumus, dara pāri citiem u.c. situācijās.

4. Pozitīvas uzvedības apbalvošana. Pieaugušajiem ir svarīgi sniegt bērnam pozitīvu pastiprinājumu, kas visbiežāk ir uzslava par pareizu un atbalstāmu uzvedību. Nereti bērni saņem pieaugušo uzmanību tikai gadījumos, ja to uzvedība neatbilst pieaugušo gaidām, tādējādi bērnos var nostiprināties pārliecība, ka tikai ar sliktu, nepieņemamu uzvedību bērns var saņemt pieaugušā uzmanību. Vēl būtiski atcerēties, ka vajag slavēt nevis bērnu pašu, bet bērna rīcību (Vikofs, Anela, 1998). Tāpat ieteicams atturīgi izmantot nopēlumus un nav pieļaujams par bērna nevēlamu uzvedību izteikties, to vērtēt publiski, citiem bērniem un pieaugušajiem dzirdot, jo tas bērnam var radīt negatīvas emocionālās sekas, traumas simptomus (Cameron, Sheppard, 2006). Tāpat, kā ievērojot un slavējot labo uzvedību, arī norādot uz nevēlamu uzvedību, ir jārunā, ka rīcība, nevis pats bērns, ir slikta (Vikofs, Anela, 1998). Izsakot jebkuru prasību bērnam, pieaugušajam ir jāfokussējas uz nevēlamo uzvedību un jānoraida tā, nevis pats bērns, kurš šādi uzvedas (MacKenzie, 2001). Lai jebkura pielietotā disciplinēšanas metode būtu rezultatīva, pieaugušajiem svarīgi izvairīties arī no agrāk bijušas negatīvas uzvedības pieminēšanas. Ja tiek pieminētas bērna agrāk pieļautās kļūdas, tas neveicina pozitīvu rīcību un labas bērna un darbinieka attiecības.

5. Pozitīva komunikācija. Bērnu disciplinēšanā jāpielieto „Es-vēstījumi”, jāizvairās no draudu lietošanas. Tāpat svarīgi pēc iespējas izvairīties no pastāvīgu aizrādījumu, aizliegumu, pavēļu izteikšanas bērnam un biežas „nē” teikšanas (Špalleka, 1998), kas savstarpējās attiecības var tikai pasliktināt. Dorotija Folca-Greja (Foltz-Gray, 2012) vērš uzmanību uz pieaugušo prasmēm izvirzīt jebkura vecuma bērnam skaidrus noteikumus, īsi un vienkārši formulējot uzvedību, kuru sagaida no bērna, nevis draudot ar sekām, par kurām gan bērns, gan pieaugušais zina, ka tās netiks izpildītas. Bieži gan vecāki, gan dažādās institūcijās strādājoši pieaugušie, piemēram, pedagogi, audzinātāji, treneri, mēdz izteikt draudus, kurus nespēj realizēt, un pēc tam paši jūtas neveikli. Folca-Greja draudēšanas vietā iesaka piedāvāt bērnam izvēles, sekot līdzi uzdevumu izpildei, atvainoties, izteikt skaidras prasības. Pozitīva komunikācija sevī ietver to, ka pieaugušais raksturo problēmu un pastāsta, kā jūtas attiecībā uz noteiktu bērna uzvedību, pasaka, ko gaida no bērna, parāda vai paskaidro, kā notikušo var labot, piedāvā izvēli un rīkojas, ja bērns neievēro noteikto plānu. (Kwasny, 2012,

Fābere, Mezliša, 2007). Lai komunikāciju varētu saukt par pozitīvu, ir svarīgi izvairīties no papildu komentāru izteikšanas.

Izsakot bērnam prasības, vienlīdz svarīga ir arī saskaņotība starp verbālo un neverbālo komunikāciju (MacKenzie, 2001), kā arī pieaugušā teikto un rīcību. Jau iepriekš minēts, ka bērni labāk mācās no tā, ko pieaugušie dara, nevis no tā, ko viņi saka, tādējādi ir svarīgi, lai, izsakot prasības, pieaugušais neradītu nekādas šaubas, ka teiktais ir domāts nopietni. Kad pieaugušā teiktais ir saskaņots ar viņa rīcību, bērns izprot, kādu uzvedību pieaugušais no viņa sagaida. Kad pieaugušais ir tiešs un precīzs, izmanto normālu balsu toni, informē par sekām, bērnam ir vieglāk izpildīt prasības un ievērot disciplīnu.

Ja darbinieks ir pārliecināts, ka bērnam noteikumi ir zināmi, vajadzētu izvairīties no vēlējumu, cerību izteikšanas, no bezjēdzīgas atkārtotības un atgādināšanas, brīdinājumiem, otro iespēju došanas, lūgšanās, aicināšanas, draudēšanas un atkārtotas skaidrošanas. Neskaidru norādījumu došana, argumentēšana un diskusijas arī paver bērnam daudz iespēju atteikties no prasību izpildes (MacKenzie, 2001).

6. Bērna beznosacījuma pieņemšana. Pieaugušie respektē katra bērna individualitāti, pieņem bērnu tādu, kāds viņš ir. Dažreiz konflikti bērna un darbinieka starpā var būt arī noteiktu darbinieka gaidu vai pārliecību rezultāts, piemēram, konflikts var rasties, ja darbinieks pauž neslēptu nepatiku pret vienu bērnu, nepamatoti aizrādot, par ko var sadumpoties visa grupa (<http://shkola13gorny.edusite.ru/p54aa1.html>). Lielai daļai pieaugušo parasti ir zināmas cerības un gaidas attiecībā uz bērnu uzvedību (MacKenzie, 2001). Ja bērna uzvedība atbilst pieaugušā gaidām, attiecības parasti veidojas dabiski, viegli. Šāda saskaņa tiek vērtēta divos līmeņos – emocionālā jeb tas, ko pieaugušais jūt attiecībā pret bērnu, un tas, ko



pieaugušais domā par bērnu (cik pieņemama pieaugušajam ir bērna uzvedība). Lai bērna disciplinēšana un audzināšana būtu veiksmīga, pieaugušajam ir jāpieņem, ka bērns var neuzvesties tā, kā pieaugušais sagaida, t.i., pieaugušajam ir jāatvadās no „ideālā” bērna. Šī nav viegla prasme, taču svarīga, lai katrs bērns justos pieņemts un viņam netiktu izvirzītas nereālas gaidas.

7. Pārliecība par pozitīvu izmaiņu iespējamību. Ja darbinieks netic, ka bērna uzvedība ir maināma, tad, visticamāk, arī nebūs vēlāmā rezultāta. Jebkuram darbiniekam, strādājot ar bērniem institūcijā, jāapzinās, ka lielākā daļa bērnu pārbaudīs darbinieka robežas, lai izprastu, cik droši ir uzvesties vienā vai citā veidā, tomēr šāda un cita veida uzvedība ir maināma. Bērni nevar zināt, vai nepareizas uzvedības gadījumā tiks piemērotas sekas, tādēļ viņi to izmēģina praksē, pārbaudot noteiktās robežas (MacKenzie, 2001).

8. Darbiniekiem jāatpazīst sava attieksme un emocijas. Katram cilvēkam saskarsmē ar citiem rodas dažādas domas un jūtas. Bērni, kuriem uzvedības problēmu vai kādas savas pieredzes dēļ ir grūtības ievērot noteikumus, parasti izraisa darbiniekos spēcīgas jūtas. Darbiniekam svarīgi atpazīt savas emocijas un domas un piemēroti tās izpaust, lai nekaitētu bērnam. Darbiniekam, strādājot ar bērnu, jāspēj atzīt vairākas lietas – bērna uzvedība var izraisīt dusmas, pieaugušajam ir tiesības uz savām dusmām, un katram ir tiesības izpaust, izrādīt savas dusmas, taču nedrīkst aizskart bērnu (Vecgrāve, 1996). Visbiežāk darbiniekam dusmas parādās laikā, kad tiek apdraudēts kas cilvēkam personīgi nozīmīgs, piemēram, pašcieņa, manta, principi u.tml., tomēr, ja dusmas vai kādas citas emocijas sāk radīt grūtības ikdienas darbā, ieteicama kovīzija vai supervīzija, lai saņemtu kolēģu vai profesionāļu atbalstu.

9. Tāpat grūtības bērnu disciplinēšanā var radīt zināšanu trūkums, nedrošība par savu pieaugušā (kā disciplinētāja) lomu, negatīva attieksme pret bērnu, pieaugušo neadekvātas gaidas, visatļaujoša pieeja audzināšanā, neatrisināti personiskie konflikti, laika un atbalsta sistēmas trūkums, kā arī bērns, kura temperamenta iezīmes rada grūtības ievērot noteikumus (Landy, 2009).

Disciplinēšanas ieviešana institūcijā

Sākot veidot iestādes disciplinēšanas plānu, ir svarīgi ņemt vērā, ka situācijas viena no otras var atšķirties un katru dienu var rasties atšķirīgas problēmas. Stratēģija, kas labi darbojusies vakar, varētu nedarboties šodien, tādēļ ir lietderīgi izstrādāt vairākas disciplinēšanas stratēģijas, no kurām izvēlēties piemērotāko. Turpmāk tiks piedāvāti arī vairāki uzvedības veidošanas modeļi, kas var noderēt noteiktas iestādes disciplinēšanas plāna izstrādei.

Lai turpinātu disciplinēšanas plāna izveidi, nepieciešams apzināties un nošķirt pieņemamu bērnu uzvedību un nevēlamu uzvedību – tā saukto „slikto uzvedību”.

Uzvedību var definēt kā visas cilvēka veiktās fiziskās un mentālās darbības. Tādējādi uzvedība ir jebkas, ko cilvēks dara, vienalga, vai slikti vai labi, pareizi vai nepareizi, produktīvi vai nelietderīgi utt. Nevēlama uzvedība ir apzīmējums jebkādai uzvedībai, kura tiek uzskatīta par nepiemērotu apstākļiem vai situācijai. Vairumā gadījumu tiek uzskatīts, ka bērni rīkojas apzināti, zinot, ko viņiem nevajadzētu darīt (<http://www.teachermatters.com/classroom-discipline/creating-discipline-plans/understanding-behavioral-problems.html>).

Definējot nevēlamu uzvedību, katram darbiniekam ir svarīgi saprast, ka viņš ar noteikto bērna uzvedību domā to pašu, ko citi darbinieki, tādēļ katru nevēlamu uzvedību ir svarīgi definēt pēc iespējas konkrētāk.

Darbinieki sastopas ar šādiem 5 plaši izplatītiem nevēlamas uzvedības tipiem:

1. agresija – bērnu fiziski un verbāli uzbrukumi darbiniekiem vai citiem bērniem;
2. amoralitāte - krāpšanās, melošana, zagšana;
3. autoritātes ignorēšana - bērni noraida, pretojas darīt to, ko darbinieks no viņiem prasa;
4. nodarbību vai citu veicamu uzdevumu traucēšana, piemēram, skaļa runāšana, ākstīšanās un mētāšanās ar priekšmetiem, staigāšana pa telpu, piemēram, guļamtelpu, kad jāguļ;
5. laika izniekošana, piemēram, muļķošanās, aizsapņošanās, kas sevī ietver nepieciešamo uzdevumu, darbību neveikšanu, taču šis nevēlamās uzvedības tips retāk kā iepriekš minētie četri tipi varētu radīt grūtības institūciju darbiniekiem.

Iestādē rodoties jauniem apstākļiem, piemēram, kad tiek lemts mainīt līdzšinējo bērnu disciplinēšanas sistēmu vai noslēdzies kāds posms (beigušās brīvdienas), ierodas jauns bērns u.c., tiek ieteikts (Canter, 1976):

- izlemt, kādu uzvedību no bērniem ir nepieciešams panākt, kā arī noteikt vēlamas un nevēlamas uzvedības sekas;
- rakstiski sagatavotos un pieņemtos noteikumus apstiprina iestādes vadītājs. Tas ir svarīgi ne tikai bērniem, bet arī pašiem darbiniekiem, jo veido iestādes iekšējo kultūru;
- pirmajā tikšanās reizē ar bērnu ir jāapspriež uzvedība, sekas un tas, kādas metodes darbinieks izmantos, lai sekotu līdzīgu noteikumu izpildei;
- iestādē jau dzīvojošiem bērniem var lūgt uzrakstīt sarakstu ar prasībām un sekām, kas būs, ja noteikumus neievēros. Arī citi pētījumi (Cameron, Sheppard, 2006) rāda, ka bērnu aktīva iesaistīšana uzvedības noteikumu veidošanā rada pozitīvu efektu;
- informējot bērnus par noteikumiem, jāuzsver, ka šie noteikumi palīdzēs būt atbildīgiem;
- jāvaicā bērnam, lai viņš saviem vārdiem izstāsta, kā tas saprot noteikumus un iespējamās savas uzvedības sekas;
- izvērtējot nepieciešamību, par iestādē esošiem noteikumiem jāinformē arī bērnu aprūpētāji un cilvēki, kas bērnu ievieto sociālās rehabilitācijas institūcijā, lūdzot viņu atbalstu un sadarbību bērna labā. Tas var būt īpaši noderīgi situācijās, kad top skaidrs, ka bērnam mājās noteikumi nav bijuši, jo šajā situācijā noteikumu izskaidrošana bērnam ir tikpat svarīga kā saruna ar darbiniekiem, kas bērnu ievieto institūcijā (sociālo darbinieku, bāriņtiesas pārstāvi vai citu), lai viņš izprastu, kādēļ iestādē ir noteikumi un kādas būs to neievērošanas sekas. Tāpat, pēc uzturēšanās īslaicīgās sociālās rehabilitācijas institūcijā, bērna interesēs var būt iestādē pielietoto disciplinēšanas metožu turpmāka pielietošana laikā, kad bērns atgriežas iepriekšējā dzīves vidē;
- nekavējoties jāuzsāk pārliecinošas disciplinēšanas plāna realizācija.

Tiek (Canter, 1976) izdalītas arī kļūdainas pārliecības par disciplinēšanu:

- labi darbinieki var tikt galā ar disciplīnas problēmām paši, bez jebkādas palīdzības;
- stingra disciplīna rada bērniem psiholoģisku traumu;
- disciplīnas problēmas izzūd, ja bērniem tiek piedāvātas nodarbes, kas atbilst viņu vajadzībām;
- nevēlamai uzvedībai ir tik dziļi iemesli, ka uzvedība nemainīsies.

Lai veiksmīgi realizētu jebkuru disciplinēšanas plānu un katru noteiktu disciplinēšanas metodi, darbiniekiem ir jāizvērtē, vai kāda no iepriekš minētajām kļūdainajām pārliecībām netraucē bērnu disciplinēšanai. Ja darbinieks atklāj, ka viņam ir kāda no šīm pārliecībām, to vērts pārrunāt ar kolēģiem supervīzijā vai komandas sapulcē.

Disciplinēšanas un uzvedības veidošanas modeļi

Pārsvarā, runājot par disciplinēšanu un nevēlamas uzvedības maiņu, tiek runāts par kognitīvi biheiviorālām metodēm, uz ko balstās arī turpmāk aplūkoti Skinnera (pēc Andrius, 2013) un Lī un Marlēnas Kanteru (Canter, 1976) veidotie disciplīnas modeļi. Biheiviorisma teorijā uzvedībai tiek izdalītas trīs sastāvdaļas – stimulsi, reakcija, sekas. Un reakcija šajā gadījumā ir vēlamā uzvedība, kas atrodas starp diviem apkārtējās vides ietekmes veidiem. Viens ievada uzvedību un ir stimulsi jeb iepriekšēji notikumi, un otrs seko tūlīt pēc uzvedības izpausmēm un dēvējams par sekojošiem notikumiem jeb pastiprinājumiem. Visbiežāk pieaugušie izvēlas mainīt bērnu uzvedību, mainot sekas jeb, citiem vārdiem sakot, pielietojot dažāda veida pastiprinājumus (Liepīņa, 1998).

Lai veiksmīgi iedarbotos uz bērnu nevēlamu uzvedību, tiek ieteikts (Landy, 2009):

- 1) definēt problēmu uzvedības līmenī (piemēram, bērns sit citiem bērniem) un saskaitīt, cik bieži tas parādās;
- 2) novērot, kas notiek pirms un pēc tam, kad šī uzvedība notiek un kas varētu uzturēt šo uzvedību;
- 3) izmainīt apstākļus, kas veicina šo uzvedību;

4) izmainīt to, kas notiek pēc nevēlamās uzvedības, vai izmainīt sekas un pateikt bērnam, kādas tās būs;

5) novērtēt intervences efektu, skaitot, cik bieži parādās nevēlamā uzvedība (sit citiem) un cik bieži parādās vēlamā uzvedība (sadarbojas, neizmantojot fizisku spēku).

Skinnera uzvedības veidošanas modelis

Skinner (pēc Andrius, 2013) uzskatīja, ka cilvēka uzvedību var veidot vēlamā virzienā, sistemātiski piemērojot pastiprinājumu.

Skinnera galvenās idejas:

1. uzvedību veido sekas, kas notiek ar individu uzreiz pēc noteiktās uzvedības;
2. sistemātiska pastiprinājuma (apbalvojuma) izmantošana var veidot bērnu uzvedību vēlamā veidā;
3. uzvedība pavājinās, ja tai neseko pastiprinājums;
4. arī sods mazina uzvedību;
5. agrīnā uzvedības mācīšanas stadijā konsekventa pastiprināšana dod vislabāko rezultātu;
6. kad uzvedības veidošanā ir sasniegts vēlamais līmenis, to vislabāk iespējams uzturēt, laiku pa laikam dodot pastiprinājumu;

Uzvedības veidošana notiek divējādi:

- ja darbinieks novēro nevēlamu bērna uzvedību un to pastiprina, tad bērns tiecas darbību atkārtot. Pastiprinājums var būt jebkāda reaģēšana uz bērna uzvedību, piemēram, situācijā, kad bērna uzvedības mērķis ir bijusi uzmanības pievēršana, pieaugušais reaģē uz nevēlamu uzvedību, un bērns savu mērķi ir sasniegjis, līdz ar to viņš arī citās situācijās uzvedīsies līdzīgi, lai atkal saņemtu pieaugušā uzmanību.
- darbinieks novēro nevēlamu bērna uzvedību, un bērnu atbilstoši soda vai ignorē, savukārt citu bērnu apbalvo, kad viņš uzvedas vēlamā veidā. Līdz ar to bērns ar nevēlamu uzvedību mazāk atkārtos savu nepareizo rīcību.

7. uzvedības veidošanā var sekmīgi pielietot dažādus pastiprinājumus. Lai pielietotu jebkuru no turpmāk aprakstītiem pastiprinājumiem, ir jāizprot, kādu apbalvojumu bērns novērtēs. Balstoties uz Skinnera idejām, var izdalīt vairākus pastiprinājuma veidus:

7.1. sociālie pastiprinājumi

Sociālie pastiprinājumi sastāv no vārdiem, žestiem un sejas izteiksmēm. Daudzi bērni cenšas uzvesties vēlamā veidā, lai iegūtu uzslavu, atzinību, labus vārdus vai smaidu no darbinieka. Sociālie pastiprinājumi tiek iedalīti verbālajos (piemēram, O-o! Lieliski! Jauki! utt.) un neverbālajos (piemēram, smails, mājiens, acu kontakts, pacelts īkšķis, pozitīvs pieskāriens, u.tml.)

7.2. grafiskie pastiprinājumi

Grafiskais pastiprinājums ietver zīmes, piemēram, skaitļus, atzīmes, ķeksīšus, „smaidīgus”, speciālos simbolus. Darbinieks tos var uzrakstīt, uzlikt ar zīmogu, pielīmēt (uzlīmes) u.tml.

7.3. aktivitāte kā pastiprinājums

Aktivitātes kā pastiprinājumi ietver tādus pasākumus, kas bērnam patīk un kam viņš dod priekšroku. Jebkura aktivitāte var būt pastiprinājums. Piemēram, jaunākiem bērniem - spēles vai rotaļlietas izvēle, dzīvnieku pabarošana, vidēja vecuma bērniem - spēles izvēle, telpas dekorēšana, papildu brīvais laiks, savukārt vecākiem bērniem - nedalīta uzmanība no svarīga pieaugušā, atbrīvojums no kāda darba, iespēja veikt ko īpašu u.c.

7.4. materiālie pastiprinājumi

Materiālie pastiprinājumi ir reāli objekti, ko bērni var nopelnīt kā atlīdzību par vēlamu uzvedību, un dažiem bērniem tie ir nozīmīgāki par cita veida pastiprinājumiem. Tos plaši izmanto bērniem, kuriem ir īpašas uzvedības problēmas. Piemēram, materiālie pastiprinājumi var būt uzkodas (čipsi, rozīnes, konfektes), uzlīmes, zīmūji, nozīmītes utt.

Kanteru pārliecinošas disciplinēšanas modelis

Modelis disciplīnas nodrošināšanai klasē tika izveidots 70. gados (Canter, 1976). Vispirms tas bija orientēts uz autoritatīvu pieeju, bet mūsdienās ir attīstījies un kļuvis demokrātisks. Pārliecinoša disciplinēšana ir sistemātisks un objektīvs veids, kā panākt pedagoga kontrolētu vidi klasē, taču vienlaicīgi tas ir attiecināms arī uz citām institūcijām. Vēl var teikt, ka pārliecinoša disciplīna ir disciplinēšanas plāns, kas uzsver pieaugušā gaidas, kā arī pozitīvas un negatīvas uzvedības sekas bērniem.

Pieaugušā pašpārliecinātība un neatlaidība ir Kanteru modeļa uzmanības centrā. Šis modelis nodrošina efektīvu korigējošu disciplīnas sistēmu. Kanteri uzskata, ka modeļa galvenā panākumu „atslēga” ir piemērotas bērna uzvedības pamanišana, izsakot atzinību un tādējādi iedrošinot turpināt vēlamu uzvedību.

Darbiniekiem vajadzētu veicināt cienīgu un atbildīgu rīcību no bērnu puses. Ir jāpanāk, ka šāda uzvedība ir nepieciešama bērniem, vecākiem un sabiedrībai kopumā. Audzināšanas un mācīšanas process bez tā ir neefektīvs. Daudzi pieaugušie kļūdaini uzskata, ka stingra kontrole ir nospiedoša un nehumāna. Taču, šī modeļa autori uzskata, ka pareizi pielietota stingra kontrole var būt humāna un brīvību veicinoša.

Šajā modelī tiek pasvītrotas bērnu un darbinieku tiesības. Kā galvenās darbinieku tiesības tiek minētas: veidot optimālu audzināšanas un mācīšanās vidi, pieprasīt un sagaidīt atbilstošu uzvedību, kā arī saņemt atbalstu un palīdzību. Savukārt bērna būtiskākās tiesības ir: būt ar darbiniekiem, kas palīdz ierobežot pašdestruktīvu un nevēlamu uzvedību, un izvēlēties uzvedības veidu, apzinoties sekas. To var sasniegt, pielietojot pārliecinošas disciplinēšanas modeli. Darbinieks skaidri izsaka savas prasības bērnam un seko līdzi to izpildei ar atbilstošu un konsekventu rīcību. Pārliecinošas disciplinēšanas modeļa pamatprincipi pieaugušā uzvedībā:

- spēja skaidri definēt prasības;
- spēja bērnam par noteiktu tā uzvedību pateikt: „Man tas patīk”, „Man tas nepatīk”;
- spēja atkārtoti izteikt prasības un emocijas;
- spēja uzturēt acu kontaktu;
- spēja izmantot stingru un pārliecinošu balss toni;

- spēja izmantot neverbālo komunikāciju saskaņā ar verbāliem izteikumiem;
- spēja lietot „Es-vēstījumus”;
- spēja sekot līdz saviem solījumiem, konsekventi ievērojot iepriekš noteiktās sekas;
- spēja būt pārliecinošam un noteiktam, izsakot prasības, norādot uz sekām, skaidrojot, kādēļ attiecīgā rīcība ir nepieciešama.

Pieci soļi pārliecinošas disciplinēšanas modeļa ieviešanai

1. solis. Pārliecinošas disciplīnas šķēršļu atpazīšana un novēršana.

Kanteri uzskata, ka jebkurš spēj būt neatlaidīgs un noteikts, kad tas ir nepieciešams. Tomēr ir dažādi šķēršļi, kas darbiniekiem ir jāpārvar, izsakot savas prasības un panākot bērnu piekrišanu. Vairums no šiem šķēršļiem ir saistīti ar darbinieku negatīvajām gaidām attiecībā uz bērna uzvedību. Bieži darbinieki sagaida, ka bērni izturēsies nepareizi. Darbiniekiem ir jāpieņem, ka viņi var labvēlīgi ietekmēt bērna uzvedību, neatkarīgi no tā, kādas ir sākotnējās problēmas. Lai mazinātu darbinieku negatīvās gaidas, ieteicams ņemt vērā, ka:

- bērniem ir nepieciešamas robežas, un darbiniekiem ir tiesības tās noteikt un sagaidīt to ievērošanu;
- darbiniekiem ir tiesības prasīt un saņemt palīdzību no vadības, kolēģiem un vecākiem. Darbinieki, kam ir šāds atbalsts, nejutīsies iebiedēti, ja bērni uzvedīsies izaicinoši vai naidīgi;
- pret visiem bērniem nevar izturēties vienādi. Eksistē uzskats, ka prasības un sekas ir jāpiemēro visiem bērniem vienādi, bet dažādi bērni vienā un tajā pašā situācijā var reaģēt atšķirīgi. Bērni parasti saprot, ka dažkārt viņu vienaudžiem ir nepieciešama īpaša palīdzība, un pieņem, ja noteiktiem bērniem tiek pielietoti kādi noteikti stimuli vai uzvedības veidošanas pasākumi.

2. solis. Pārliecinošu reaģēšanas veidu praktizēšana

Kanteri uzskata, ka darbinieka reaģēšanas veids bērnu grupā nosaka mikroklimatu, kas saistīts ar bērnu pašvērtējumu un sasniegumiem. Kanteri izšķir 3 reaģēšanas veidus, kas raksturo darbinieku attiecības ar bērniem, kam raksturīga nevēlama uzvedība:

- nepārliecinoša reaģēšana

Nepārliecinoša reaģēšana ir tipiska darbiniekiem, kuri nespēj vai uzskata, ka ir nepareizi bērnu uzvedībai uzlikt stingras robežas. Darbinieki neizvirza saprotamas prasības, ir pasīvi un nespēj nodrošināt prasību izpildi. Viņi cer, ka labvēlīgā attieksme panāks prasību ievērošanu. Darbinieki parasti samierinās un pieņem jebko, ko bērni nolemj darīt, savukārt bērni jūtas apjukusi un samulsuši.

- naidīga reaģēšana

Naidīga reaģēšana ir tipiska darbiniekiem, kuri jūt, ka netiek galā ar bērniem. Viņi izmanto tādus paņēmienus kā sarkasms, draudi, bieži kliez uzskata, ka viss jākontrolē, lai nepieļautu haosu. Naidīga izturēšanās izraisa negatīvas emocijas, necieņu pret pieaugušo un vēlmi atriebties, kā arī ierobežo bērnu vajadzības pēc drošības un emocionāla siltuma.

- pārliecinoša reaģēšana

Pārliecinoša reaģēšana ir tipiska darbiniekiem, kuri skaidri izsaka bērniem savas prasības, pastiprina spēju piemērot sekas gan situācijās, kad bērni ievēro izvirzītos noteikumus, gan tad, kad neievēro. Pārliecinoša reaģēšana jāpraktizē tik ilgi, kamēr tā saskarsmē ar bērniem kļūst par dabisku un pašsaprotamu.

3. solis. Ierobežojumu noteikšana

Lai darbinieks būtu pārliecinošs, viņam skaidri jādefinē, kādu uzvedību viņš sagaida, un tas jāizskaidro bērnam. Pēc tam ir jāizlemj par uzvedības sekām. Vēlamai uzvedībai parasti pietiek ar verbālu apstiprinājumu. Nevēlamas uzvedības gadījumā darbiniekam jābūt gatavam stingrā un noteiktā veidā atgādināt bērnam prasības. Ierobežojumu noteikšanas tehnikas:

- piemērotas uzvedības pieprasīšana:
 - × mājienu – laiku pa laikam izteikt atgādinājumus par gaidām, piemēram, „Turpiniet darbu, sarunājoties klusi”;
 - × „Es-vēstījumi” – paskaidrot, kā bērna uzvedība ietekmē darbinieku, piemēram, „Kad Tu runā tik skaļi, es nevaru dzirdēt, ko saka citi bērni”;
 - × norādījumi jautājuma formā, piemēram, „Kā būtu, ja Tu tagad atgrieztos pie istabas kārtības?”

- ✗ skaidra prasības izteikšana, saucot bērnu vārdā, piemēram, „Jāni, atgriezies savā istabā!”

Piemērotas uzvedības pieprasīšana var būt neveiksmīga, ja, izvirzot prasību, darbinieks nav bijis gatavs sekot tās izpildei.

- Verbālo prasību izteikšana, lietojot balss intonāciju, acu kontaktu, žestus.

Balss intonācijai jābūt uzstājīgi neitrālai un lietišķai. Tā nedrīkst būt asa, aizvainojoši sarkastiska vai biedējoša, arī ne jautra, nenopietna, jo tā nedos vēlamo rezultātu. Lai ar teikto panāktu vislielāko efektu, darbiniekam ir jāskatās bērnam tieši acīs. Tai pašā laikā nav jāuzstāj, lai bērns skatītos darbiniekam acīs. Pat ja bērns novēršas, darbiniekam, izsakot prasību, ir jāvērs uz bērnu tieš skatiens. Savukārt žestu izmantošana ievērojami pastiprina verbāli nododamās ziņas, taču nav pieļaujama pirkstu un dūru vicināšana pie bērna sejas. Fizisks pieskāriens var būt īpaši efektīvs, ja tiek izmantots kopā ar verbālu izteikumu. Visbiežāk plecam uzlikta roka ziņo bērnam par atbalstu, sapratni, pieņemšanu, sirsnību un palīdz bērnam fokusēties uz darbinieku. Tomēr ir gadījumi, kad bērni no pieskāriena izvairās, ko ir svarīgi respektēt, tādēļ ir ieteicams izvērtēt, ar kuru bērnu fizisku pieskārienu var pielietot un ar kuru tas nebūtu vēlams.

- Uzstājīga sākotnējo norādījuma atkārtošana.

Šī tehnika, saukta arī par „Vecās plates” tehniku, īpaši efektīva ir tad, kad bērns mēģina izvairīties no izteiktās prasības. Šī tehnika jāizmanto tad, ja bērns nevēlas ieklausīties, turpina uzvesties neatbilstoši vai atsakās uzņemties atbildību par savu uzvedību. Tādos gadījumos jāatkārto frāze, sākot ar vārdiem „Es saprotu, taču ...”, „Jā, varbūt, taču...” To atkārto ne vairāk kā 3 reizes. Pēc trešās atkārtošanas reizes jāpiemēro sekas.

4. solis. Sekošana līdz noteikto ierobežojumu ievērošanai

Sekošana līdz paredz atbilstošu darbinieka rīcību, kas tiek pielietota, kad bērni prasību izpilda (pozitīvs rezultāts) vai neizpilda (negatīvs rezultāts). Svarīgi, lai bērni zinātu par sekām, kas iestāsies atkarībā no izvēlētajās uzvedības. Darbiniekam nepieciešams informēt par sekām, kas iestāsies nevēlamas uzvedības rezultātā. Jāizvairās no draudēšanas, jo draudi ir apgalvojumi, kas pauž nodomu sāpināt vai kaitēt. Jau

pirms noteikumu ievērošanas vai neievērošanas darbiniekam jāizvēlas atbilstošas sekas. Šīm sekām jābūt gan pozitīvām, gan negatīvām, ar dažādu „smaguma” pakāpi dažādu noteikumu pārkāpumu gadījumiem.

5.solis. Pozitīvo jeb labvēlīgo seku ieviešana

Darbinieka reaģēšana situācijās, kad bērni uzvedas vēlamā un atbilstošā veidā, palielina darbinieka iespējas ietekmēt bērnu uzvedību, veicina nevēlamas uzvedības mazināšanos un rada labvēlīgu mikroklimatu. Darbinieka īpaša, pozitīva personiskā attieksme ir viens no visnozīmīgākajiem bērna uzvedības pastiprināšanas (apbalvošanas) veidiem. Šo attieksmi bērnam var nodot, izmantojot uzslavas, īsu sarunu, smaidu, acu kontaktu u.tml. Parasti bērni pozitīvi atsaucas uz īpašām balvām par labiem sasniegumiem, uzvedības uzlabošanu u.tml. Jāizveido tāda uzvedības seku sistēma, kas ir viegli izpildāma. Parasti bērni reaģē pozitīvi tad, kad viņiem ir pieejamas kādas privilēģijas, piemēram, sakārtot aprīkojumu, veikt kādu īpašu darbu u.tml.

Dreikursa loģisko seku disciplinēšanas modelis

Dreikurss uzsvēra nepieciešamību noteikt katra bērna uzvedības mērķi, lai veiksmīgi izmainītu bērna uzvedību. Lai izprastu bērna uzvedības mērķus (R.Dreikurss, pēc Balsons, 1995, Gipenreitere, 2006), bērna uzvedība tiek aplūkota viņa dzīvesstila kontekstā. Tiek uzskatīts, ka nevēlamu uzvedību izraisa indivīda nepareizi izvirzīts mērķis sasniegt ievērojamu pārkāpumu pār citiem, lai apklusinātu savu mazvērtības izjūtu. Tādējādi jebkura uzvedība ir mērķtiecīga, t.i., uzvedības vienīgais virzītājs ir mērķis, un uzvedības mērķi var būt (R.Dreikurss, pēc Balsons, 1995):

- 1) gūt uzmanību. Bērna uzvedībai raksturīga: kārtības traucēšana, „āksts”, slinkums, bailīgums, nekārtība, nemierīgums, slikta mācīšanās. Savukārt pieaugušais kā atbildi uz bērna uzvedību izjūt īgnumu (saīgumu, sapikumu), priecājas, kad nevēlamā uzvedība beidzas.
- 2) cīņa par varu. Bērna uzvedībai raksturīga: nepaklausība, stūrgalvība, slinkums, dusmu lēkmes, izaicināšana, savas taisnības

pierādīšana. Pieaugušais kontaktā ar bērnu jūtas apdraudēts, saniknots, personiski izaicināts. Jūt uzvaras prieku, kad nevēlamā uzvedība tiek pārtraukta.

3) atriebība. Bērna uzvedībai raksturīga – zagšana, vardarbība, brutalitāte, vandalisms, nežēlība. Bērna iekšējā pārliecība ir, ka pret viņu izturas netaisni. Pieaugušais kontaktā ar bērnu izjūt aizvainojumu, jūt, ka viņam dara pāri, ka bērns ir nepateicīgs (jūtas dziļi aizskarts). Pieaugušais jūtas atvieglots, kad bērna uzvedība sāk uzlaboties.

4) glābšanās norobežojoties (izmisums, bezcerība). Uzvedībā vērojams, ka bērns izvairās piesaistīt sev uzmanību, it kā pauzot, ka ir muļķis, neprašā, norobežojas no jebkādas darbības, lai izvairītos no sāpēm, pazemojumiem, garīgiem triecieniem. Pieaugušie attiecībā uz šo bērna uzvedību izjūt bezpalīdzību, izmisumu, no bērna neko negaida, grib padoties.

Darbiniekam svarīgi pamanīt savas izjūtas, kas rodas, kontaktējoties ar bērnu, jo tas var palīdzēt noskaidrot bērna uzvedības mērķi, tādējādi atvieglot disciplinēšanu, jo izvēlēta disciplinēšanas metode vienādā situācijā var dot atšķirīgus rezultātus, ja bērna uzvedības mērķi ir dažādi. Tomēr arī šeit vēlreiz jāatgādina, ka disciplinēšanā nedarbojas princips, ka vienreiz lietota metode identiskā situācijā nākamajā reizē dos tieši tādu pašu rezultātu. Tāpēc pieaugušajiem jābūt elastīgiem un gataviem meklēt katrai situācijai piemērotu risinājumu katru reizi no jauna.

Dreikurs aizstāv ideju, ka, lai izveidotu un ieviestu loģiskas uzvedības sekas, ar bērnu jāstrādā individuāli. Šis modelis atbalsta demokrātisku pieeju gan noteikumu izveidošanā, gan ieviešanā. Pieaugušā loma vairāk ir būt vadītājam, kurš ir atbildīgs par to, lai palīdzētu bērniem saprast savas nevēlamās uzvedības mērķus. Loģiskās sekas ir jānošķir no soda, piemēram, loģiskas sekas ir tad, kad bērni, kuri nemācās, saņem zemākas atzīmes pārbaudes darbos.

Gaterkola saprātīgās disciplinēšanas modelis

F.Gaterkola (Gathercoul, 2001) saprātīgās disciplinēšanas modelis ir vērst uz bērnu tiesību ievērošanu. Šis disciplinēšanas modelis ir balstīts uz ētiku, pieaugušā profesionālu rīcību un bērnu tiesībām un pienākumiem. Šis modelis ir piemērots vecākiem bērniem un ļauj tiem izprast viņu kā pilsoņu tiesības un pienākumus. Pieaugušie veido bērniem atbildīgu uzvedību un ievieš saprātīgus noteikumus un sekas ar demokrātiskas mācīšanās palīdzību.

Demokrātijas pamatelements ir cilvēktiesības, ko visi ievēro un valsts aizsargā, un Gaterkols šo ideju attiecina un bērnu disciplinēšanu. Pieaugušajiem, pielietojot šo bērnu disciplinēšanas modeli, ir jāpalīdz un jāatbalsta katrs bērns kā individualitāte.

Gaterkols izdala 10 pamatprincipus, kas nodrošina bērnu veiksmīgu disciplinēšanu. Pirmie trīs principi nodrošina disciplinēšanas rāmi un struktūru, norāda uz bērnu tiesībām:

- brīvība nozīmē, ka bērniem ir tiesības būt pašiem un izpaust sevi ar savu uzvedību un uzskatiem. Pieaugušo atbildība ir aizsargāt un cienīt katra bērna individualitāti un bērna tiesības pieņemt lēmumus par savu dzīvi;
- taisnīgums. Noteikumi un sekas ir visiem vienādas. Tas nozīmē, ka bērnam, kuram bijusi nevēlama uzvedība, arī ir tiesības izstāstīt savu versiju par notikušo;
- vienlīdzība nozīmē vienādas iespējas katram bērnam. Tas nozīmē atpazīt katra bērna individuālās vajadzības, lai nodrošinātu katram iespēju gūt panākumus. Pieaugušais pielieto individuālu pieeju. Vienlīdzība nenozīmē visiem bērniem izvīzīt vienādas prasības, bet pieaugušā spēju atpazīt un atbildēt uz bērna vajadzībām, lai ikviens bērns varētu gūt sekmes un būt veiksmīgs.

Ar bērniem ir jāpārrunā ne tikai viņu tiesības, bet arī atbildība, kas saistīta ar iepriekš minētajām tiesībām un ietver četrus nākamos principus:

- īpašuma bojājums vai zaudējums vai īpašuma izmantošana ar cieņu. Lielākā daļa bērnu izprot nepieciešamību aizsargāt īpašumu, un viņiem parasti nav problēmu ar savu vai citu īpašumu aizsargāšanu. Dažreiz bērni neaizdomājas, ka viņu darbības rezultātā

īpašums tiek bojāts, un viņiem ir nepieciešamas instrukcijas, kā lietot, piemēram, datorus u.c.;

- pamatot izglītības nolūku jeb uzņemt atbildību par mācīšanos. Tā ir iespēja pieaugušajiem veidot noteikumus un pieņemt lēmumus, kas ir balstīti uz pieaugušo zināšanām. Pieaugušā noteikumi bērniem var likties diezgan patvaļīgi, bet ir balstīti uz profesionālām zināšanām un pieredzi un veidoti tā, lai bērniem palīdzētu mācīties. Mācīšanos šajā gadījumā var paplašināt, attiecinot to ne tikai uz mācībām skolas ietvaros, bet arī uz noteiktu dzīves prasmju mācīšanos. Var būt situācijas, kad ne visi noteikumi bērniem ir patīkami, taču tie ir nepieciešami, lai bērniem palīdzētu.

- veselība un drošība vai darbošanās drošā un veselīgā veidā. Šis princips nozīmē, ka skaidri un apstiprināti noteikumi par fizisko veselību un drošību institūcijā ir būtiski, lai nodrošinātu neskartu un drošu mācīšanās vidi. Šis princips iekļauj ne tikai fizisku drošību un veselību, bet arī emocionālu un psiholoģisku labklājību. Bērni, kas ķircina un neliek mierā citus, ietekmē viņu emocionālo veselību. Bērniem ir jāatgādina par viņu atbildību par citu cilvēku emocionālo labklājību, lai veidotu izpratni par toleranci un cieņu pret citiem. Veselībai un drošībai jābūt abpusējai – gan no bērnu, gan pieaugušo puses, neizmantojot spēku, bet zināšanas, valodu, modelēšanu, sarunas un sapratni par savstarpēju cieņu kopienā;

- nopietna mācību procesa pārtraukšana vai citu cilvēku vajadzību un tiesību cienīšana. Parasti, kad tiek meklēti faktori, kas ietekmē labu mācīšanās vidi, tiek atklāts, ka par šo vidi ir atbildīgs ikviens bērns, kurš uzvedas vēlamā veidā, netraucē vai attiecīgi traucē citiem. Bērniem ir jāuzņemas atbildība, lai viņa uzvedība nekaitētu citiem.

Pēdējie trīs pamatprincipi ir laiks, vieta un veids.

Lai pārtrauktu nevēlamu bērna uzvedību, viņam ir jāatgādina, ka attiecīgās uzvedības, piemēram, futbola spēlēšanas iekšelpās, vieta, laiks un veids nav piemēroti. Kad pieaugušais bērnam norāda uz šiem 3 pēdējiem principiem, tad izvairās bērnu konfrontēt un norāda uz viņa atbildību. Runājot par piemērotu laiku, vietu un veidu, pieaugušais veido un pastiprina bērna atbildīgu domāšanu.

Iepriekš aprakstītie 10 principi dzīvē tiek ieviesti, izmantojot valodu. Piemēram, situācijā, kad kāds citu apsūk, tā vietā, lai teiktu „pārstāj

apsaukāt” pieaugušais var atgādināt bērnam par viņa atbildību, sakot pamatprincipa nosaukumu „veselība un drošība”. Pieaugušais, kurš redz, ka bērns bojā inventāru, var vaicāt „vai šis ir īpašuma jautājums”? Jautājumi, kas vērsti uz šo principu ievērošanu, palīdz izvairīties no konfrontācijas, jo nošķir pieaugušos no noteikumiem un autoritāras lomas, lai noteiktu bērniem, ko darīt. Pieaugušais šajā gadījumā atgādina principus.

Gaterkols uzskata, ka bērnu iesaistīšana uzvedības noteikumu izveidē ir pirmais solis viņu atbildības izjūtas veidošanā. Ja bērni ir iesaistīti noteikumu izstrādē, viņi izjūt lielāku atbildību par to ievērošanu nākotnē, kā arī situācijās, kad noteikumi ir pārkāpti, pieaugušais nejūtas personiski aizskarts, jo spēj nodalīt sevi no noteikumiem.

Disciplinējot bērnu, ieteicams izvairīties no pārmetumu izteikšanas un bērna vērtēšanas, pieaugušajam jāpieņem bērns tieši tāds, kāds viņš ir, un ar tādu uzvedību, kāda viņam ir, ticot, ka bērns uzvedies vislabākajā veidā. Tas gan nenozīmē, ka pieaugušais piekrīt visam, ko bērns dara.

Kad ar bērnu ir runāts par nevēlamu uzvedību, neskatoties uz to, ko bērns pasaka, kā nākošais jautājums ir jāizvirza „ko var darīt šobrīd?” Šī saruna un jautājums ir kā sava veida plāns, kā labot notikušo. Ja ir aizskartas kāda cita cilvēka jūtas, tad ir jāatvainojas. Kad bērns ir atradis situācijas risinājumu, nākamais jautājums ir „ko mēs varam no tā mācīties?” Jautājumi un sarunas ir saistīti ar to, lai mainītu mērķus un attieksmi, kā arī runātu par to, „ko var darīt nākamajā reizē, lai tas vairs neatkārtotos?” Šī ir svarīga sarunas daļa, lai pārrunātu nevēlamas uzvedības sekas. Pieaugušajam ir jārunā ar bērnu tādā veidā, kas palīdz bērnam pašam izvēlēties, kādus lēmumus pieņemt.

Modelis norāda uz nepieciešamību bērnu disciplinēšanā iekļaut demokrātiskos un ētiskos aspektus, tādējādi atklāj arī eksistenciālo



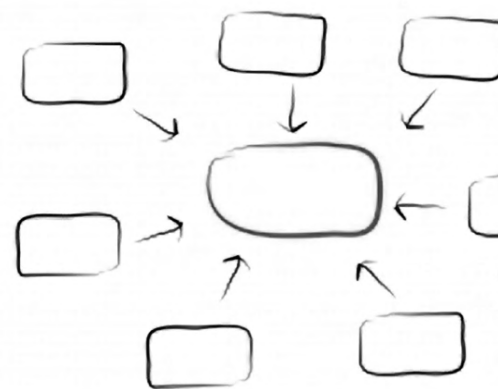
ideju pielietošanu bērnu disciplinēšanā. Modelis norāda, ka bērni ir jāiesaista uzvedības noteikumu izstrādāšanā, kas var palīdzēt viņiem pašiem justies atbildīgiem par to ievērošanu (<http://free-doc-lib.com/book/a-theoretical-discipline-management-foundation.pdf>).

Katram no iepriekš aprakstītajiem uzvedības veidošanas modeļiem ir veltāma gan kritika, gan uzsverami pozitīvie aspekti. Piemēram, darbiniekiem, kas sistemātiski pielieto Skinera modeli, uzvedības pastiprināšana kļūst par dabisku audzināšanas procesu, kas ar laiku notiek automātiski. Šāda dabiska, spontāna darbinieka rīcība padara pastiprinājumu vēl efektīvāku. Kā viens no būtiskākajiem iebildumiem Skinera modelim ir, vai un kādā mērā uzvedības veidošana kļūst par pieaugušā pilnīgu kontroli pār bērnu domām un darbībām, nerēķinoties ar viņu brīvo gribu. Sastopami arī apgalvojumi, ka pastiprinājumi veicina iekšējās motivācijas mazināšanos un aizstāj to ar ārēju kontroli. Speciālisti, kuri izmanto šo uzvedības veidošanas modeli, to uzskata par īpaši efektīvu preventīvai un atbalstošai uzvedības kontrolei. Tomēr attiecībā uz nevēlamas uzvedības korekciju, speciālisti šo procesu saredz kā lēnu un apgrūtināšu, bieži arī neefektīvu.

Kanteru modelis sevī integrē daudzu citu modeļu idejas un tehnikas. Taču šim modelim ir savas unikālās īpašības: pielietošanas vienkāršība, bērnu un darbinieku tiesību ievērošana, uzsvars uz rūpēm par bērnu, ierobežojot viņa pašdestruktīvo uzvedību, kā tiek uzsvērtā iestādes vadības un darbinieku sadarbību. Dreikursa modelim tiek veltīta kritika attiecībā uz to, ka tas paredz individuālu pieeju, savukārt speciālisti pozitīvi novērtē to, ka šis modelis izskaidro bērnu uzvedības mērķus, kam nepievēršas citi autori. Atsevišķi speciālisti Gaterkola modeli uzskata par pārāk demokrātisku, un tiek pausts viedoklis, ka tas nav piemērots darbā ar jaunākiem bērniem, tikmēr kā modeļa pluss tiek vērtēts tas, ka tas balstīts uz ētiskiem principiem, demokrātiski iesaista bērnus uzvedības noteikumu izstrādāšanā un uzturēšanā.

Katram modelim ir gan plusi, gan mīnusi, tādēļ nevar apgalvot, ka kāda viena modeļa pielietošana visās situācijās dos vislabāko rezultātu. Disciplinējot bērnus, ir pieļaujams, ka turpmāk aprakstītās disciplinēšanas metodes tiek pielāgotas, ņemot vērā katras situācijas vajadzības, taču metodes izvēlei un modificēšanai jānotiek saskaņā ar kādu no iepriekš minētajiem uzvedības veidošanas modeļiem, par to vienojoties komandas sapulcē.

Disciplinēšanas metožu apraksts



Krīzes centra iekšējās kārtības noteikumi

Vecums. 3 – 18 gadi

Kādā situācijā pielietot. Iestājoties īslaicīgās rehabilitācijas iestādē.

Kādiem bērniem nepielietot. Atbilst visiem bērniem attiecīgajā vecumposmā.

Apraksts. Atbilstoši Bērnu tiesību aizsardzības likuma 68.panta otrajai daļai, institūcijās kārtības uzturēšana nodrošināma „ar iekšējās kārtības noteikumiem, kuri atbilst likuma prasībām un neaizskar bērna cieņu”. Līdz ar to katrai institūcijai ir nepieciešami savi iekšējās kārtības noteikumi, ar kuriem bērns jāiepazīstina.

Sociālais darbinieks vai sociālais audzinātājs ar bērnu, tam saprotama valodā, pārrunā galvenos iekšējās kārtības noteikumu punktus. Bērnam tiek izskaidrota to nozīme, prasītas viņa domas attiecībā uz viņa spējām tos ievērot. Ja nepieciešams, tiek izveidoti atbalsta pasākumi, kas palīdz bērnam pielāgoties institūcijas prasībām. Ar pirmskolas vecuma bērniem noteikumi tiek pārrunāti, izmantojot piktogrammas.

Pielietošanas ilgums. Līdz 30 minūtēm, skolas vecuma bērniem, un līdz 15 minūtēm, pirmskolas vecuma bērniem.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par Gaterkola saprātīgās disciplinēšanas modeli.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Iekšējās kārtības noteikumi. Pirmskolas vecuma bērniem piktogrammas, kas ataino galvenos iekšējās kārtības noteikumu punktus.

Negatīvā pieredze pielietojot. Bērni nepakļaujas iekšējās kārtības noteikumiem vai nevēlas tos pieņemt.

Pārrunas par iekšējās kārtības noteikumu neievērošanu

Vecums. 3 – 18 gadi

Kādā situācijā pielietot. Bērns uzvedās nevēlamā veidā, pārkāpjot iekšējās kārtības noteikumus.

Kādiem bērniem nepielietot. Atbilst visiem bērniem attiecīgajā vecumposmā.

Apraksts. Pieaugušais lieto stingru, noteiktu, bet laipnu balsi un skaidri pasaka bērnam, kas viņa uzvedībā ir nevēlams un kā tas viņam liek justies. Pēc tam maigākā balsi tonī tiek pateikts, kāda uzvedība līdzīgā situācijā būtu atbilstoša. Tad bērnam tiek jautātas viņa domas un izjūtas par notikušo un iespējamo risinājumu. Tas tiek fiksēts. Ja nepieciešams, pieaugušais ar bērnu vienojas par papildu pasākumiem, kas varētu veicināt vēlamo uzvedību citās situācijās. Piemēram, „Kad Tu dari..., es jūtos..... Nākamreiz, būtu ļoti labi, ja Tu darītu Ko Tu par to domā, kā jūties. Es saprotu, ka Tu jūties, domā.... Varbūt tev varētu palīdzēt, ja mēs Tipiski kā papildu palīdzība bērnam tiek izmantotas metodes, kas saistītas ar pozitīvo pastiprinājumu.

Pielietošanas ilgums. Līdz 10 minūtēm.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par Gaterkola saprātīgās disciplinēšanas modeli.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Nav nepieciešams.

Negatīvā pieredze pielietojot. Bērns atsakās pārrunāt notikušo vai neiesaistās sarunā par to un savu nevēlamo uzvedību.

Punktu sistēma

Vecums. 7 – 18 gadi

Kādā situācijā pielietot. Ikdienā, lai mācītos uzvesties vēlamā veidā.

Kādiem bērniem nepielietot. Bērniem ar smagiem intelektuālās attīstības traucējumiem.

Mērķis. Nodrošināt iekšējās kārtības noteikumu ievērošanu.

Apraksts. Katru rītu bērns „saņem” 100 punktus. Pirms bērns tiek iesaistīts punktu sistēmā, viņš jāiepazīstina ar to, cik punktu viņš zaudēs par noteiktu nevēlamu uzvedību. Tabulā attēlots piemērs punktu sadalījumam, taču katrai institūcijai tas jāpielāgo savām vajadzībām.

	-10	-20	-30	Zaudēti visi punkti
Lamu vārdi	Pasaka lamu vārdu, kas nevienam nav adresēts	Pasaka lamu vārdu citam bērnam	Pasaka lamu vārdu citam pieaugušajam	-
Fiziska vardarbība	Garāmejojot iesit citam	Mērķtiecīgi sit citam	Piekauj citu	Kautiņš, kā rezultātā ir miesas bojājumi
Personīgā higiēna	Neiet dušā vai netīra zobus	-	-	-
Inventāra bojāšana	Bez atļaujas paņemt inventāru	Mērķtiecīgi bojā inventāru	Mērķtiecīgi sabojā inventāru, bet bērns to spēj salabot	Mērķtiecīgi sabojā inventāru un bērns to nespēj salabot

Bērna mērķis ir saglabāt visus punktus līdz vakaram. Par katru nevēlamu uzvedību bērns zaudē noteiktu punktu skaitu. Situācijās, kad darbinieks redz nevēlamu uzvedību, viņš bērnam pasaka: „Tu šobrīd dari..., tādēļ zaudē ... punktus”. Bērnam šos punktus var iedot arī materiālā veidā, piemēram, izgrieztus no papīra lapas. Tādā gadījumā, darbiniekam novērojot bērna nevēlamu uzvedību, ir jālūdz atdot noteikts punktu skaits. Ja tiek izmantots šāds variants, tad katram

bērnam jāsaņem punkti savā krāsā vai kā citādi jāiezīmē, kuri punkti kuram bērnam pieder.

Katru vakaru jānovada „vakara aplis”, kura laikā tiek pateikts un tabulā atzīmēts, cik punktus bērnam izdevies saglabāt. Ja bērnam nav skaidrs, par ko viņš punktus zaudējis, tas tiek pārrunāts individuālā sarunā, atgādinot bērnam situācijas, kurās viņa uzvedība bijusi nevēlama un cik punktus viņš tajās zaudējis. Tiek pieļauts, ka bērns dienā var izdarīt nenozīmīgus pārkāpumus, tādēļ tiek sagaidīts, ka bērns spēs saglabāt 80 punktus. Bērna lielais mērķis ir nedēļas laikā nopelnīt 560 punktus, lai varētu saņemt apbalvojumu (pozitīvu pastiprinājumu) par vēlamu uzvedību. Punktu summēšana ir nepieciešama, lai gadījumos, kad bērnam sanācis veikt lielākus pārkāpumus, citās dienās, uzvedoties tikai vēlamā veidā, varētu atgūt zaudēto un saņemt apbalvojumu. Tipiski kā apbalvojums tiek izmantotas aktivitātes ārpus institūcijas – kino, baseina, pasākuma apmeklējums, izjāde ar zirgiem, pikniks u.c. Izvēlētajam apbalvojumam jābūt bērniem saistošam. Dažkārt ir lietderīgi maziem bērniem sagatavot no lielajiem bērniem paredzētā atšķirīgu apbalvojumu.

Lai veicinātu vēlamu uzvedību, īpaši var apbalvot, piemēram, ar diplomu, tos bērnus, kuriem ir izdevies dienas laikā saglabāt visus punktus vai iegūt vairāk punktu nekā iepriekšējā dienā. Par noteiktu diplomu daudzumu, piemēram 3 diplomu, var noteikt mazākus pozitīvos pastiprinājumus – saldumiņš, mantiņa, papildu laiks pie datora u.c.

Tiem bērniem, kuriem nevēlama uzvedība novērojama ļoti bieži un attiecībā uz kuriem ir prognozējams, ka visdrīzāk viņiem dienas laikā neizdosies saglabāt 80 punktus, dienu var sadalīt vairākās daļās. Uzsākot katru dienas posmu bērns atkal saņem 100 punktus. Vakārā kopējā tabulā tiek izlikti vidējie punkti, summējot saglabātos punktus katrā posmā un izdalot tos ar posmu skaitu.

Pielietošanas ilgums. Visu rehabilitācijas laiku

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par Skinnera uzvedības veidošanas modeli. Vienota darbinieku izpratne par punktu piemērošanu nevēlamās uzvedības gadījumā. Precīzi jāzina, par kādu nevēlamu uzvedību tiek atņemts kāds punktu skaits.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Visiem bērniem redzamā vietā novietota punktu sistēmas piešķiršanas kārtība, tabula ar bērnu

vārdiem, datumiem, noteiktajā dienā saglabājamiem punktiem un kopējo punktu skaitu katram bērnam. Apbalvojumi.

Ierobežojumi. Nav efektīva metode bērniem, kuri zaudējuši jebkādu motivāciju. Kā arī gadījumos, ja bērns jau nedēļas sākumā ir zaudējis tik daudz punktu, ka viņš vairs nespēj savākt pietiekami daudz punktu, lai saņemtu apbalvojumu nedēļas beigās. Līdz ar to punktu sistēma bērnu nemotivē ievērot noteikumus vēl atlikušo nedēļu.

Uzvedības kalendārs




Vecums. 3 – 12 gadi

Kādā situācijā pielietot. Ja ikdienā tiek novērotas konkrēta nevēlama uzvedība, kas bieži atkārtojas.

Kādiem bērniem nepielietot. Atbilst visiem bērniem attiecīgajā vecumposmā.

Mērķis. Novērst konkrētu nevēlamu uzvedību.

Apraksts. Identificēt noteiktu nevēlamu bērna uzvedību, kas ir visizteiktākā un rada vislielākās grūtības pašam bērnam un/vai citiem. Parasti bērnam kalendāra nepieciešamību izskaidro, sakot „Es esmu pamanījis, ka tu bieži dari... (nosaukt noteikto nevēlamo uzvedību), es gribu Tev palīdzēt iemācīties... (nosaukt noteikto vēlamo uzvedību). Lai tev vieglāk būtu to iemācīties, mēs ar Tevi izveidosim kalendāru...”. Pēc tam bērnam izskaidro, kā darbojas uzvedības kalendārs, kāda uzvedība tiks novērota, cik ilgā laika periodā un kādu apbalvojumu (pozitīvo pastiprinājumu) bērns saņems. Tad pieaugušais kopā ar bērnu uzzīmē kalendāru un ieraksta vēlamo uzvedību. Var izmantot arī iepriekš sagatavotus kalendārus.

	Pirm-diena	Otr-diena	Treš-diena	Ceturtdiena	Piekt-diena	Sest-diena	Svētdiena
Iet citu bērnu istabīgā tikai ar darbinieka atļauju	1 	2	3 	4 	5	6	7
Katru dienu, ja Tu būsi gājis citu bērnu istabīgā tikai ar darbinieka atļauju, Tu saņemsi ☀ Kad būsi nopelnījis trīs ☀, saņemsi iespēju 20 minūtes spēlēt ar audzinātāju divatā.							

Svarīgi, lai kalendārā tiktu ierakstīta vēlamā uzvedība, par kuru bērns saņems pozitīvu pastiprinājumu. Ja nevēlamā uzvedība ir ļoti izteikta, dienu var dalīt vairākās daļās, katru posmu novērtējot atsevišķi.

Katru vakaru vai noteiktā posma noslēgumā bērns kopā ar pieaugušo saņem kalendāru un ielīmē vai uzzīmē simbolu, kas atspoguļo to, ka bērnam ir izdevies uzvesties vēlamā veidā. Pielietojot šo metodi,

pastāv tikai divas iespējas, vai nu bērnam izdodas uzvesties vēlamā veidā vai nē. Nav iespējams saņemt pozitīvo pastiprinājumu, ja kaut reizi vai kaut nedaudz bērns ir uzvedies nevēlamā veidā. Ja bērnam nav izdevies saņemt pozitīvo pastiprinājumu, svarīgi tam pievērst pēc iespējas mazāk uzmanības, savukārt, ja ir, tad sniegt daudz pozitīva pastiprinājuma gan verbāli, gan neverbāli.

Pēc noteikta vēlamās uzvedības daudzuma bērnam ir jāsaņem lielāks apbalvojums. Svarīgi, lai tas būtu bērnam saistošs un nozīmīgs. Ja bērnam kāda nevēlama uzvedība ir ļoti izteikta, viņš apbalvojumu var saņemt jau pēc pirmā nopelnītā simbola. Kad tas izdevies, simbolu skaitu kāpina, piemēram, nākamo apbalvojumu bērns varēs saņemt, kad būs nopelnījis 3 simbolīgus, pēc tam, piemēram, kad būs nopelnījis 3 vēlamās uzvedības simbolīgus pēc kārtas.

Kad bērns ir iemācījies uzvesties vēlamā veidā, kalendārs vairs nav nepieciešams. To paskaidro arī bērnam: „Es redzu, ka Tev tagad ļoti labi sanāk... (nosaukt noteikto vēlamo uzvedību), tādēļ Tev kalendārs vairs nav nepieciešams, jo Tu esi to iemācījies. Ja tas ir iespējams, to var arī nosvinēt kopā ar citiem bērniem, piemēram, pagatavojot piena kokteiļus.

Ar pusaudžiem var slēgt sadarbības līgumu, kur rakstiskā veidā atrunā, kāda uzvedība tiek sagaidīta un kādu pozitīvo pastiprinājumu, (apbalvojumu) un pēc cik ilga laika bērns iegūs, ja uzvedīsies vēlamā veidā.

Pielietošanas ilgums. Visu rehabilitācijas laiku.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par Skinnera uzvedības veidošanas modeli, īpaši par pozitīvā pastiprinājuma nozīmi un pielietojumu bērna uzvedības izmaiņu panākšanā.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Izdrukāts vai pašdarināts kalendārs, uzlīmes, apbalvojumi.

Negatīvā pieredze pielietojot. Darbinieki aizmirst aizpildīt kalendāru vai iedot apbalvojumu.

Izolēšana

Vecums. 7 – 18 gadi

Kādā situācijā pielietot. Ja bērns attiecībā pret citiem uzvedas izteikti nevēlamā veidā, bet nav zaudējis kontroli pār sevi, bet ir tuvu tai robežai, vai ja bērna uzvedības mērķis ir pievērst sev uzmanību.

Kādiem bērniem nepielietot. Bērniem, kuriem ir izteiktas bailes palikt vienam vai no slēgtām telpām.

Apraksts. Bērnam, kurš uzvedas nevēlami attiecībā pret citiem bērniem, ir emocionāli vai fiziski agresīvs un pēc aizrādījumiem savu uzvedību nepārtrauc, tiek lūgts doties uz savu istabu vai speciāli šim mērķim paredzētu telpu un pavadīt tur tik minūtes, cik bērnam ir gadu. Tipiski bērnam tiek teikts: „Es redzu, ka šobrīd Tev ir grūti kontrolēt savu uzvedību un Tu citiem (nosaukt attiecīgo nevēlamo uzvedību), tādēļ Tev šobrīd jādodas uz un jāpavada tur minūtes, lai Tu varētu nomierināties un atgūt spēju uzvesties vēlamā veidā”. Kad noteiktais laiks ir pagājis, darbinieks dodas pie bērna, izsaka pozitīvu pastiprinājumu tam, ka bērns ir ievērojis uzvedības ierobežojumu, un, ja nepieciešams, pārrunā attiecīgo situāciju, skaidri pasakot, kāda uzvedība no bērna tiek sagaidīta turpmāk.

Pielietošanas ilgums. Tik minūtes, cik bērnam gadu.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par visiem disciplinēšanas modeļiem. Jāzina, vai bērnam nav bailes no slēgtām telpām vai palikt vienam.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Bērna Bērna istaba vai speciāli tam paredzēta telpa. Taimeris precīza ierobežojuma laika noteikšanai, kā arī atgādinājumam, ka bērns atrodas izolācijā.

Negatīvā pieredze pielietojot. Bērns var nerespektēt prasību palikt telpā vienam noteiktu laiku. Citi bērni var mēģināt traucēt bērnu, kuram tiek pielietota šī disciplinēšanas metode. Darbinieks aizmirst par izolēto bērnu un viņš izolācijā pavada ilgāku laiku, nekā bijis noteikts sākumā.

Stop krēsls

Vecums. 2 – 6 gadi

Kādā situācijā pielietot. Kad bērns uzvedas nevēlamā veidā, ir zaudējis savaldīšanos, bet nav zaudējis kontroli pār sevi.

Kādiem bērniem nepielietot. Atbilst visiem bērniem attiecīgajā vecumposmā.

Apraksts. Ir nepieciešams iekārtot noteiktu krēslu, vislabāk tā, lai tas nav redzams citiem, bet vienlaikus bērns neatrastos pilnīgā izolācijā. Tai būtu jābūt tādai vietai, kurā bērns nevar spēlēties.

Ja tiek novērota nevēlama uzvedība, bērnam tiek izteikts brīdinājums un norāde par vēlamo uzvedību „Es redzu, ka Tu dari..., būtu labi, ja Tu tagad ietu un darītu..., pretēja gadījumā Tev būs jāpasēž Stop krēslā ... minūtes”. Ja bērns izvēlas turpināt nevēlamo uzvedību, viņam tūlīt pat ir jādodas uz Stop krēslu. Ievediet bērnu kādā drošā vietā, lai viņš tur kādu laiku uzturas, līdz ir nomierinājies. Uzslavējiet bērnu par to, ka tas ir nomierinājies. Kad noteiktais laiks ir pagājis, darbinieks dodas pie bērna, izsaka pozitīvu pastiprinājumu tam, ka bērns ir ievērojis uzvedības ierobežojumu, un, ja nepieciešams, pārrunā attiecīgo situāciju, skaidri pasakot, kāda uzvedība no bērna tiek sagaidīta turpmāk.

Pielietošanas ilgums. Tik minūtes, cik bērnam gadu.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par visiem disciplinēšanas modeļiem.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Krēsls, taimeris precīza ierobežojuma laika noteikšanai, kā arī atgādinājumam, ka bērns atrodas Stop krēslā.

Negatīvā pieredze pielietojot. Bērns var pretoties un izrādīt nevēlēšanos doties uz Stop krēslu.

Piespiedu izolēšana

Vecums. 7 – 18 gadi

Kādā situācijā pielietot. Ja bērns apdraud savu vai citu dzīvību vai veselību.

Kādiem bērniem nepielietot. Bērniem, kuriem ir izteiktas bailes palikt vieni vai no slēgtām telpām.

Apraksts. Piespiedu izolēšana ir balstīta uz Bērnu tiesību aizsardzības likuma 41. panta piekto daļu, saskaņā ar kuru 1999. gada 4. maijā ir izdoti MK noteikumi Nr.162. Kārtība, kādā veicama bērna izolācija vispārējā bāreņu un bez vecāku gādības palikušo bērnu aprūpes un audzināšanas iestādē.

Bērnu, kurš apdraud savu vai citu dzīvību vai veselību, izolē atsevišķā, labi pārskatāmā telpā ar bērna vecumam atbilstošu aprīkojumu, kas garantē bērna drošību, sadzīves un higiēnas prasību ievērošanu un nepieļauj iespēju bērnam patvaļīgi aiziet no iestādes. Bērnam jāpaskaidro, kāpēc tas ir nepieciešams. Atrodoties šajā telpā, bērnam jābūt iespējai kontaktēties ar personālu, vai personām, kas īsteno aizgādību, saņemot fizisku aprūpi un ēdināšanu. Lēmumu par bērna piespiedu izolēšanu pieņem audzinātājs, par to nekavējoties paziņojot iestādes vadītājam un izdarot attiecīgu ierakstu bērnu izolēšanas reģistrācijas žurnālā.

Npk.	Bērna vārds, uzvārds	Izolēšanas iemesls	Izolācijas laika sākums (datums, stunda, minūtes)	Izolācijas laikā veiktie pasākumi	Lēmums par izolācijas laika pagarinājumu	Izolācijas laika beigas (datums, stunda, minūtes)	Atbildīgā persona

Iestādes vadītājs, ņemot vērā bērna fizisko un garīgo stāvokli, norīko konkrētu darbinieku - ārstu, psihologu vai audzinātāju-, kas ir atbildīgs par bērna stāvokli izolācijas laikā.

Pielietošanas ilgums. Līdz bērns atgūst pilnīgu kontroli pār savu uzvedību. Parasti tas nenotiek ilgāk par 1 stundu. Svarīgi noteikt

sākotnējo izolācijas laiku, pēc kura tiek novērtēts bērna emocionālais stāvoklis un, ja nepieciešams, pieņemts lēmums par izolācijas laika pagarināšanu.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par visiem disciplinēšanas modeļiem. Jāzina, vai bērnam nav bailes no slēgtām telpām vai palikt vienam. Jābūt pārliecībai, ka darbinieks spēs šo metodi pielietot. Tipiski tās realizēšanai nepieciešami vairāki darbinieki.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Atbilstoši iekārtota telpa.

Negatīvā pieredze pielietojot. Piespiedu izolēšana kāpina bērna dusmas un agresiju, tādēļ bieži vien izolācijai paredzētās telpas tiek izdemolētas.

Uzmanības pārslēgšana

Vecums. 1 – 6 gadi

Kādā situācijā pielietot. Kad nespēj pārslēgties uz citu darbību un turpina nevēlamo uzvedību, vai izteikts aizrādījums, bet bērns to ignorē.

Kādiem bērniem nepielietot. Atbilst visiem bērniem attiecīgajā vecumposmā.

Apraksts. Maziem bērniem uzmanība ir ļoti nenoturīga, un to ir viegli pārslēgt. Bērnam, redzot, ka viņš uzvedas nevēlamā veidā, norāda uz kādu citu priekšmetu, pēkšņi norādot uz kādu citu aktivitāti vai darbību: „Vai tu redzēji to putnu aiz loga? Nāc ātri, paskatīsimies, vai tas vēl ir šeit!” Bērns pārslēdz uzmanību un ir zaudējis interesi par to, ko darīja iepriekš.

Šo metodi var izmantot arī tad, ja bērns grib spēlēt ar lietām, kas nav viņam piemērotas, mēģina tās sabojāt, saplēst. Tad bērnam piedāvā citu, viņam interesējošu rotaļlietu, ar ko spēlēt.

Pielietošanas ilgums. Dažas sekundes.

Priekšzināšanas. Nav nepieciešamas.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Nav nepieciešams.

Negatīvā pieredze pielietojot. Bērns nenoreaģē uz uzmanības pārslēgšanu.

Ignorēšana

Vecums. 2 – 18 gadi

Kādā situācijā pielietot. Ja bērns vēlas pievērst uzmanību ar nevēlamas uzvedības palīdzību un tā nerada draudus citiem.

Kādiem bērniem nepielietot. Atbilst visiem bērniem attiecīgajā vecumposmā.

Apraksts. Visbiežāk bērni izsaka rupjus vārdus vai veic citas darbības, kas tipiski izsauc dusmas. Šādā gadījumā jācenšas tam nepievērst uzmanību, ignorējot viņa darbību, vai arī jāsāk ar bērnu runāt par citu tēmu. Ja bērns sāk darīt kaut ko citu, viņam jāsniedz pozitīvs pastiprinājums, uzslava par vēlamu uzvedību bez salīdzinājuma vai atsauces uz nevēlamo, piemēram, „Man patīk ar Tevi runāt par datorspēli” vai „Tas ir tik jauki, kad Tu ar mani runā tik patīkamā tonī”.

Šo metodi var izmantot arī tad, ja bērna nevēlamā uzvedība ir vērsta uz citu bērnu uzmanības pievēršanu. Tādā gadījumā visi bērni, kas tieši vai netieši vēro to, atrodas vienā telpā ar bērnu, kas nevēlami uzvedas, tiek aicināti doties uz citu telpu un veikt kādas citas aktivitātes.

Pielietošanas ilgums. No dažām sekundēm līdz dažām minūtēm.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par Dreikursa loģisko seku disciplinēšanas modeli.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Nav nepieciešams.

Negatīvā pieredze pielietojot. Bērns turpina pievērst uzmanību ar nevēlamas uzvedības palīdzību, un pieaugušais uz to reaģē, sniedzot negatīvu pastiprinājumu.

Verbāls pozitīvs pastiprinājums

Vecums. 1 – 18 gadi

Kādā situācijā pielietot. Bērns uzvedas vēlamā veidā vai pats pēc savas iniciatīvas pārstāj uzvesties nevēlamā veidā.

Kādiem bērniem nepielietot. Bērniem, kuri ir zaudējuši kontroli pār sevi.

Apraksts. Jācenšas sniegt pozitīvs pastiprinājums, izsakot atzinību bērnam par vēlamu uzvedību, neatkarīgi no tā, vai ikdienā viņš tipiski uzvedas vēlamā vai nevēlamā veidā, piemēram, paslavējot bērnu, ka viņš skaisti rotaļājas ar citiem bērniem vai prot teikt „lūdzu” un „paldies”.

Pielietošanas ilgums. Līdz 1 minūtei viena pozitīvā pastiprinājuma epizodē, bet kopumā nepārtraukti, kombinējot to ar citām disciplinēšanas metodēm.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par Skinnera uzvedības veidošanas modeli, īpaši par pozitīvā pastiprinājuma nozīmi un pielietojumu bērna uzvedības izmaiņu panākšanā.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Nav nepieciešams.

Negatīvā pieredze pielietojot. Nav novērota.

Ciešs apskāviens

Vecums. 2 – 10 gadi

Kādā situācijā pielietot. Situācijās, kad bērns dusmojoties, kļūst agresīvs pret sevi un citiem.

Kādiem bērniem nepielietot. Bērniem ar autisma spektra traucējumiem un bērniem, kuri ir noraidoši vai kuriem bail no fiziska kontakta.

Apraksts. Bērnu cieši satver un tur klēpī (var aptvert ar segu un tad paņemt klēpī) vai cieši apskauj. Bērnu tur tik ilgi, līdz viņš nomierinās un agresīvā uzvedība ir beigusies. Jābūt ļoti uzmanīgam, kontrolējot savu spēku, lai bērnam nenodarītu fiziskas sāpes vai neradītu savainojumus. Dažkārt, lai šo disciplinēšanas metodi realizētu, ir nepieciešams iesaistīties vairākiem darbiniekiem.

Pielietošanas ilgums. Tik ilgi, kamēr bērns nomierinās, tipiski – 5 - 10 minūtes, atsevišķos gadījumos process var ilgt līdz 20 minūtēm.

Priekšzināšanas. Ir jāzina bērna iepriekšējā dzīves pieredze un emocionālais stāvoklis, lai šī metode nepadziļinātu bērna traumu.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Var būt nepieciešama sega.

Negatīvā pieredze pielietojot. Bērna nomierināšanai nepietiek fiziska spēka.

Apstādināšana

Vecums. 3 – 18 gadi

Kādā situācijā pielietot. Bērna nevēlamā uzvedība ir sasniegusi tādu pakāpi, kad tā apdraud pašu vai citus bērnus.

Kādiem bērniem nepielietot. Atbilst visiem bērniem attiecīgajā vecumposmā.

Apraksts. Situācijās, kad bērna uzvedība rada draudus un ir nepieciešams tūlīt pat to apstādināt, pieaugušais stingrā un noteiktā balsī saka: „Stop!” vai „Pietiek!” Ja bērns pakļaujas apstādināšanai, tas ir pozitīvi jāpastiprina. Ja bērns turpina nevēlamo uzvedību, jāizvēlas cita uzvedību ierobežojoša metode.

Pielietošanas ilgums. Dažas sekundes.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par Kanteru pārlicinošas disciplinēšanas modeli.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Nav nepieciešams.

Negatīvā pieredze pielietojot. Bērns nepakļaujas apstādināšanai.

Prasību konsekvence

Vecums. 3 – 18 gadi

Kādā situācijā pielietot. Bērns nepilda darbinieka prasību.

Kādiem bērniem nepielietot. Bērni, kuri ir zaudējuši kontroli pār sevi.

Apraksts: Pieaugušais izsaka prasību, kurai bērnam ir jāpakļaujas. Taču bērns atsakās to darīt. Pieaugušais stingrā un noteiktā balsī atkārtoti prasību un paliek blakus bērnam. Ja bērns joprojām nesāk to darīt, tad pieaugušais vēl vienu reizi atkārtoti prasību un paliek blakus bērnam, gaidot, kad viņš to izdarīs. Piemēram, ieliks savas drēbes skapī. Atsevišķās situācijās pieaugušais var piedāvāt to darīt kopā ar bērnu.

Pielietošanas ilgums. 5 minūtes.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par Kanteru pārliecinošas disciplinēšanas modeli.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Nav nepieciešams.

Negatīvā pieredze pielietojot. Bērns nepakļaujas, un pieaugušais nonāk situācijā, kurā ar bērnu cīnās par varu.

Dabiskās sekas

Vecums. 2 – 18 gadiem

Kādā situācijā pielietot. Kad bērns uzvedas nevēlamā veidā, neapdraudot sevi un citus. Dabiskajām sekām drīkst ļaut iestāties tikai tajos gadījumos, kad tas neapdraud bērna drošību vai veselību.

Kādiem bērniem nepielietot. Atbilst visiem bērniem attiecīgajā vecumposmā.

Apraksts. Pielietojot dabiskās sekas, pieaugušais neveic nekādas darbības, lai izmainītu bērna uzvedību. Viņš ļauj notikt tam, kas notiek, un ļauj bērnam piedzīvot to, pie kā tāda uzvedība noved. Piemēram, ja bērns nevēlas vilkt cimdus, tad bērnam ļauj iziet ārā bez cimdiem (ja ārā nav pārāk auksts) un piedzīvot, ka rociņām bez cimdiem ir auksti, un tad atkārtoti piedāvāt uzvilkt cimdus. Nākamreiz bērns, balstoties uz savu pieredzi, varēs izvēlēties attiecīgajai situācijai atbilstošāku uzvedību.

Pielietošanas ilgums. Visa metode kopumā var aizņemt vairākas stundas, pat dienas.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par Dreikursa loģisko seku disciplinēšanas modeli.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Nav nepieciešams.

Negatīvā pieredze pielietojot. Dažkārt var būt grūti izvērtēt apdraudējuma pakāpi.

Loģiskās sekas

Vecums. 3 – 18 gadiem.

Kādā situācijā pielietot. Bērns nozīmīgi pārkāpj iekšējās kārtības noteikumus. Ir izmēģinātas citas, mazāk ierobežojošas disciplinēšanas metodes, bet tās nav devušas rezultātu. Tad vienojas ar bērnu par loģiskajām sekām, kas iestāsies atkārtota pārkāpuma rezultātā.

Kādiem bērniem nepielietot. Atbilst visiem bērniem attiecīgajā vecumposmā.

Apraksts. Loģiskās sekas var iestāties tikai pēc tam, kad pirms tam ir bijusi vienošanās ar bērnu par to iestāšanos noteiktas nevēlamas uzvedības rezultātā. Sarunas laikā ar bērnu tiek pārrunāts, kāda tieši uzvedība ir nevēlama, kas bērnam būtu jādara, kāda uzvedība jāizvēlas, lai viņa uzvedību uzskatītu par vēlamu. Tad vienojas par loģiskajām sekām, kas iestāsies, ja bērns atkārtos nevēlamo uzvedību. Ir labi, ja loģiskās sekas pēc iespējas var sasaistīt ar nevēlamo uzvedību, piemēram, ja bērns mācību laikā spēlē spēles mobilajā tālrunī, tad viņam tas tūlīt pat ir jāiznes uz savu istabu un jāatstāj tur, vai arī cits variants, viņam to pēc mācību laika beigām uz 3 stundām būs jānodod audzinātājas glabāšanā. Tipiskākās loģiskās sekas ir saistītas ar ierobežojumu skatīties TV, lietot datoru, izmantot brīvo pastaigu laiku u.tml.

Svarīgi, lai bērns loģiskās sekas zinātu pirms tam, jo tādā veidā bērns mācās uzņemt atbildību par savu uzvedību un iekšēji pieņemt lēmumu uzvesties nevēlami un piedzīvot sekas.

Ar pusaudžiem var slēgt sadarbības līgumu, kurā rakstiskā veidā atrunā nosacījumus, kāda uzvedība tiek sagaidīta un kādas loģiskās sekas iestāsies, ja tas netiks ievērots.

Pielietošanas ilgums. No dažām minūtēm līdz vairākām dienām.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par Dreikursa loģisko seku disciplinēšanas modeli.

Speciāls aprīkojums, materiāli. Nav nepieciešams.

Negatīvā pieredze pielietojot. Dažkārt, ja loģiskās sekas jāpielieto vairākas dienas pēc norunas, ka tādas būs nevēlamās uzvedības gadījumā, darbinieks tās nepielieto, jo pieņem lēmumu, ka šajā

gadījumā ignorēs nevēlamo uzvedību, respektīvi nav konsekvents. Savukārt darbinieks, kas strādā nākamajā dienā, sastopoties ar nevēlamo uzvedību, pielieto loģiskās sekas, līdz ar to bērns var izjust dusmas, kas izpaužas kā verbāla agresija pret šo darbinieku, jo pieredzējis nekonekvenci.

Motivācijas atrašana

Vecums. 3 – 6 gadi

Kādā situācijā pielietot. Bērns nevēlas veikt pašaprūpes darbības.

Kādiem bērniem nepielietot. Atbilst visiem bērniem attiecīgajā vecumposmā.

Apraksts. Situācijās, kad bērnam jāveic pašaprūpes darbības, bet viņš to nevēlas, piemēram, noģērbties, iztīrīt zobus u.tml., svarīgi bērnam dot izjūtu, ka viņš to var paveikt, stiprinot viņa pašvērtējumu, un ka viņš to var izdarīt ātri un labi. To var veicināt, ieviešot sacensību pašam ar sevi. Piemēram, „Es ticu, ka šodien Tev sanāks noģērbties un uzvilkt pidžamu ātrāk nekā man aiziet uz virtuvi un atnest Tev dzeramo. Pamēģinām!” Neatkarīgi no tā, cik bērns tālu ticis, svarīgi viņu paslavēt – dot pozitīvu pastiprinājumu par progresu: „O! Tu esi jau tik tālu ticis! Tev ir izdevies uzvilkt pidžamas bikses un palicis uzvilkt tikai krekliņu! Tev tas izdevās ļoti ātri!”

Pielietošanas ilgums. 3 – 7 minūtes.

Priekšzināšanas. Nepieciešama izpratne par visiem disciplinēšanas modeļiem.

Speciāls aprīkojums, materiāli: Nav nepieciešams.

Negatīvā pieredze pielietojot. Bērnam tiek uzlikts pārāk sarežģīts uzdevums, kas prasa darbību plānošanu, un bērns to nespēj veikt, piedzīvojot neveiksmi.

Izmantotā literatūra

Andrius, J., 2013. Models of discipline, The Skinner Model of Shaping Desired Behavior, pēc Skinner, B. F., 1971, „Beyond freedom and dignity”, Knopf, New York. (<http://www.teachermatters.com/classroom-discipline/models-of-discipline/the-skinner-model.html>).

Balsons, M., 1995. Kā izprast klases uzvedību. Lielvārds.

Baumrind, D. (1978). Parental disciplinary patterns and social competence in children. *Youth and Society*, 9, 238-276. (Pēc Lendija, Ozola, 2004, un <http://www.positive-parenting-ally.com/3-parenting-styles.html>).

Bikše, K., 2008. Lūdzu, skolotāj... Ievadlekciju kurss mūsdienu pozitīvajā pedagogijā. Lekciju konspekts. 1.daļa, SIA „Kvalitātes vadība”, Direktoru skola.

Bosmans, G., Braet, C., Beyers, W., Van Leeuwen, K.& Van Vlierberghe, L., 2011. Parents' Power Assertive Discipline and Internalizing Problems in Adolescents: The Role of Attachment. *Parenting: Science and Practice*, 11, p. 34-55.

Boulbijs, Dž., 1998. Drošais pamats. Apgāds „Rasa ABC”.

Cameron, M., Sheppard., S.M., 2006. School Discipline and Social Work Practice: Application of Research and Theory to Intvervention. *Children & Schools*, Vol. 28., N.1

Canter, L. 1976. “Assertive Discipline: A Take Charge Approach for Today's Educator”, <http://www.teachermatters.com/classroom-discipline/models-of-discipline/the-canter-model.html>; <http://www.docstoc.com/docs/84887868/LEE-AND-MARLENE-CANTER>

Cline, F.W, Fay, J., 2006. Parenting teens with love and logic: preparing adolescents for responsible adulthood. NavPress, USA.

Fābere, A., Mezliša, E., 2007. Kā sarunāties ar tiņiem. Zvaigzne ABC.

Flaskerund, J.H., 2011. Discipline and Effective Parenting. *Mental Health Nursing*. Vol 32, p. 82-84.

Gathercoal, F., 2001. Judicious Discipline. Caddo Gap Press, San Francisco, CA (http://www.dock.net/gathercoal/judicious_discipline.html).

- Gipenreitere, J., 2006. Kā saprasties ar bērnu? Nordik.
- Irons, J., Allen D., A Theoretical discipline Management Foundation: The Missing link in Secondary Teachers Practice and Preparation. <http://free-doc-lib.com/book/a-theoretical-discipline-management-foundation.pdf>
- Kremer, M., Smith, A.B., Lawrence, J.A., 2010. Family discipline incidents: An analysis of parental diaries. *Journal of Family Studies*, Vol. 16, p. 251-263.
- Kwasny, A., Trabinska-Haduch, M., 2012. Bez pēriena. Kā ar mīlestību un cieņu noteikt bērnam robežas. Apmācības programma vecākiem. Nodibinājums „Centrs Dardedze”.
- Landy, S., 2009. Pathways to Competence. Encouraging Healthy Social and Emotional Development in Young Children. Paul H. Brookes Publishing Co, Baltimore.
- Lendija, S., Ozola, E., 2004. Bērna emocionālā audzināšana. Vecāku apmācības programma. Rokasgrāmata grupu vadītājiem. Apgāds „Rasa ABC”.
- Liepīņa, T., 1998. Hiperaktīvo bērnu uzvedības korekcija. Izdevniecība „Vārti”.
- McKee, L., Roland, E., Coffelt, N., Olson, A.L., Forehand, R., Massari, C., Jones, D., Gaffney, C.A., Zens, M.S., 2007. Harsh Discipline and Child Problem Behaviors: The Roles of Positive Parenting and Gender. *Journal of Family Violence*, N. 22, p. 187-196.
- MaCKenzie, R.J., 2001. Setting Limits with your Strong-Willed Child. New York.
- Parent, J., Forehand, R., Merchant, M.J., Edwards, M.C., Conners-Burrow, N.A., Long, N., Jones, D.J., 2011. The Relation of Harsh and Permissive Discipline with Child Disruptive Behaviors: Does Child Gender Make a Difference in an At-Risk Sample? *Journal of Family Violence*, N. 26, p. 527-533.
- David L. Rowland, Luca Incrocci, 2008. Handbook of Sexual and Gender Identity Disorders.
- Joel Fischer, 2007. Measures for Clinical Practice and Research: A Sourcebook Volume 1: Couples, Families, and Children, Oxford University Press.
- Joel Fischer, Kevin Corcoran, 2007. Measures for Clinical Practice and Research: A Sourcebook Volume 2: Adults, Oxford University Press.
- Rae, H., McKenzie, K., Murray, G., 2010. Health Care Worker’s Knowledge of Current Child Protection Legislation and Child Discipline Practices. *Child Abuse Review*, Vol. 19., p. 259-272.
- Pirsko, L., 2010. Iedzīvotāju attieksme pret vardarbību pret bērniem. Ziņojums par pētījuma rezultātiem. (<http://www.centrsdardedze.lv/lat/petijumi>).
- Pirsko, L., Balode, L., Anspoka, R., Dzijuma, D., Bumbiere, J., Kalniņa, L., Reinfelde, A., Sevastjanova, L., 2010. Rokasgrāmata darbam ar vardarbībā cietušiem bērniem. SIA „White Cat”.
- Špalleka, R., 1998. Māmiņ, vai tu mani mīli? Preses nams.
- Sheehan, M.J, Watson, M.W, 2008. Reciprocal Influences Between Maternal Discipline Techniques and Aggression in Children and Adolescents. *Aggressive Behavior*, Vol. 34, p. 245-255.
- Vanderfaeillie, J., Van Hoen, F., Vanschoonlandt, F., Robberechts, M., Stroobants, T., 2012. Children placed in long-term family foster care: A longitudinal study into the development of problem behaviour and associated factors. *Children and Youth Services Review*. Vol. 35, p. 587-593.
- Vecgrāve, A., 1996. Kā man saprast savu bērnu. Zvaigzne ABC, Rīga.
- Vikofs, D., Anela, B., 1998. Disciplīna bez uzkliedzieniem un pļaukām. Pirmsskolas vecuma bērnu uzvedības problēmu praktiskie risinājumi. Apgāds „Krauklītis”, Aizkraukle.
- Vinikots, D., V., 2004. Sarunas ar vecākiem. Izdevniecība RaKa, Rīga.
- Foltz-Gray, D., 2012. http://www.babycenter.com/0_moving-beyond-threats-ages-3-to-4_65543.bc; http://www.babycenter.com/0_alternative-to-threats-big-kids_72301.bc
- Фурманов, И.А., 2008, <http://www.bsu.by/Cache/pdf/91713.pdf>
- <http://www.teachermatters.com/classroom-discipline/creating-discipline-plans/understanding-behavioral-problems.html>
- <http://shkola13gorny.edusite.ru/p54aa1.html>



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ