



Valsts bērnu tiesību
aizsardzības inspekcija

Bērns ar traumatisku pieredzi. Izaicinājumi skolā.

Vineta Laizāne

VBTAI Konsultatīvās nodaļas psiholoģe
Sertificēta izglītības un klīniskā psiholoģe

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



Valsts bērnu tiesību
aizsardzības inspekcija



Kas ir trauma?

- Sākotnēji medicīnisks termins, lai apzīmētu ievainojumu. Tad to sāka izmantot, lai aprakstītu emocionālu ievainojumu.
- Trauma ir pārmērīgs vai hronisks stress, kas pārsniedz cilvēka spēju tikt ar to galā kā rezultātā cilvēks jūtas ievainojams, bezpalīdzīgs un nobijies.

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



Valsts bērnu tiesību
aizsardzības inspekcija

Var būt viens
notikums vai
vairāki notikumi

Bērns var būt
liecinieks vai
piedzīvojis
notikumu tieši

Notikums var radīt
tiešus vai uztvertus
nāves draudus,
draudus par
nopietnu
ievainojumu vai
seksuālu pārkāpumu

Kas ir trauma?

Pieredze ir
subjektīva

Bieži ietekmē
attiecības,
pašregulāciju,
pamata pārlicības
par sevi, citiem un
savu vietu pasaulē

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds



Valsts bērnu tiesību
aizsardzības inspekcija

Trauma ietekmē mācīšanos



- Draudi, apvainojumi, sarkasms aktivizē mandeli.
- Kad mandele tiek aktivizēta klasē, nepieciešamas **vismaz 30 – 90 minūtes, lai nomierinātos līdz mācīšanās līmenim.**

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



Valsts bērnu tiesību
aizsardzības inspekcija



Traumas sensitīva pieeja. Principi

- Izpratne par traumas ietekmi uz mācīšanos
- Savas lomas izpratne, saskaroties ar bērnu traumatisku stresu
- Uzvedības korekcija ar mērķi sekmēt bērnu pašregulāciju nevis paklausību
- Droša klase un skola
- Paņēmieni ar mērķi veicināt pašcieņu
- Attiecību veidošana ar mērķi veicināt uzticēšanos
- Māca bērniem būt attiecībās
- Māca bērniem, kā regulēt savas emocijas un atgūt mieru

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds



Valsts bērnu tiesību
aizsardzības inspekcija

Traumas sensitīva pieeja. Paņēmieni

Izvērtē bērna situāciju

- Kas šobrīd šim bērnam ir vajadzīgs?
- Cik emocionāli aktivizēts ir šis bērns?
- Vai bērns jūtas droši?
- Vai šobrīd šeit ir kādi atgādinājumi par traumu?
- Kāds ir mans balss tonis?
- Vai esmu bērna līmenī?
- Vai nepieciešams šo pārrunāt prom no citu acīm?



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



Valsts bērnu tiesību
aizsardzības inspekcija

Traumas sensitīva pieeja. Paņēmieni

Klases ierastā kārtība

- Kā ienākt klasē un kā uzsākt darbu?
- Kā paredzēt dienas kārtību?
- Kā rīkoties, kad trūkst mācību procesam nepieciešamie līdzekļi?
- Kā rīkoties, kad nepieciešama palīdzība?
- Kā rīkoties, kad vajag iziet uz tualeti?
- Kā rīkoties, ja kāds dara pāri?



Signāli, kas palīdz saprast darbības maiņu

Kā zināt, ka bērns visu dara pareizi?

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



Valsts bērnu tiesību
aizsardzības inspekcija

Traumas sensitīva pieeja. Paņēmieni

- Sasveicinies pie durvīm
- Iemāci uzmanības pievēršanas signālus
- Stundu sākuma / beigu rituāls
- Māci, kāda uzvedība tiek sagaidīta
- Apstiprini vēlamu uzvedību
- Klases tradīcijas



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



Valsts bērnu tiesību
aizsardzības inspekcija

Kāpēc svarīgi saglabāt mieru pašam



- Mierīga un cieņpilna pieaugušā izturēšanās modelē atbilstošu uzvedību bērniem.
- Emocionāla pieaugušā izturēšanās var saasināt situācijas emocionālo intensitāti un radīt cīņu par varu.

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



Valsts bērnu tiesību
aizsardzības inspekcija

Īpašais sveiciens

<https://www.youtube.com/watch?v=yYeDQi6X0mg>



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



Valsts bērnu tiesību
aizsardzības inspekcija

Paldies par uzmanību!

Jautājumi?

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē