

LATVIJAS UNIVERSITĀTE
Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte
Pirmsskolas skolotājs

VIKTORIJA RAJEVSKA

**4 gadus vecu bērnu sociāli emocionālo prasmju sekmēšana
pirmsskolas izglītības iestādē**

Kvalifikācijas darbs

Darba vadītājs

Asoc. prof.

Akadēmiskais amats

Dr. paed.

Zinātniskais /
akadēmiskais grāds

Baiba Kalķe

Vārds, uzvārds

Paraksts

RĪGA 2022

Anotācija

Viktorija Rajevska, darba autore, veica pētījumu par 4 gadus vecu bērnu sociāli emocionālo prasmju sekmēšanu pirmsskolas izglītības iestādē. Kvalifikācijas darba pētījuma mērķis ir izveidot sociāli emocionālo prasmju veicināšanas plānu 4 gadus veciem bērniem, pamatojoties uz veikto pedagoģisko novērojumu un pedagoģu interviju analīzi.

Kvalifikācijas darbu veido divas daļas – teorētiskā un empīriskā daļa.

Teorētiskajā daļā tika analizēta informācija par sociāli emocionālajām prasmēm 4 gadus veciem bērniem, to ietekmējošie faktori un apkopotas praktiskas metodēs, kā tās iespējams sekmēt, kā arī izzinātas, kādas sociāli emocionālās prasmes tiek izvirzītas pirmsskolas izglītības vadlīnijās 2. pirmsskolas vecumposma bērniem.

Empīriskajā daļā tika analizēta pašvaldības pirmsskolas izglītības iestādes “X” 4 gadus vecu bērnu sociāli emocionālās prasmes, balstoties uz iepriekš izveidota novērošanas protokola un intervijas laikā iegūto informāciju, no attiecīgās grupas pedagogiem par praktisko pieredzi sociālo un emocionālo prasmju pilnveidošanu.

Pētījuma laikā tika iegūta atbilde uz izvirzīto jautājumu, ka 4 gadus vecu bērnu sociāli emocionālās prasmes attīstās, kad pedagoģiskajā procesā tiek izmantoti daiļdarbi, rotaļas, vizuāli mākslinieciskie izteiksmes līdzekļi, kā arī mūzikas klausīšanās.

Kvalifikācijas darba apjoms ir 31 lapa un 8 pielikuma lapa. Darbā iekļauts 1 attēls, 3 tabulas un 25 bibliogrāfiskās saraksta vienības.

Atslēgas vārdi: sociāli emocionālās prasmes, sociāli emocionālā attīstība, metodes, 4 gadus veci bērni, pirmsskola.

Annotation

Viktorija Rajevska, the author, conducted a study on the promotion of socio-emotional skills of 4-year-old children in pre-school education. The aim of the qualification paper is to develop a plan for the promotion of socio-emotional skills in 4-year-old children based on the analysis of pedagogical observations and teacher interviews.

The qualification work consists of two parts - the theoretical part and the empirical part.

The theoretical part analyzed the information on socio-emotional skills of 4-year-old children, the factors influencing it and summarized in practical methods how they can be promoted, as well as the socio-emotional skills in the pre-school education guidelines for pre-school children.

In the empirical part, the socio-emotional skills of 4-year-old children of the municipal pre-school educational institution "X" were analyzed, based on a previously established observation protocol and information obtained from the group of teachers on practical experience in improving social and emotional skills.

During the research, an answer was obtained to the question that the socio-emotional skills of 4-year-old children develop when reading books, playing social games, drawing with visual artistic means of expression, as well as listening to music in the pedagogical process.

The volume of the qualification paper is 31 pages and 8 pages of the appendix. The work includes 1 image, 3 tables and 25 bibliographic items.

Keywords: socio-emotional skills, socio-emotional development, methods, 4-year-old children, preschool.

Saturs

Ievads.....	5
1. Sociāli emocionālās prasmes.....	7
1.1. Sociāli emocionālo prasmju attīstības ietekmējošie faktori.....	7
1.2. Sociāli emocionālās prasmes pirmsskola mācību programmā	8
2. 4 gadus vecu bērnu emocionālās attīstības raksturojums.....	10
3. Metodiskie paņēmieni sociāli emocionālo prasmju sekmēšanai.....	13
4. 4 gadus vecu bērnu sociāli emocionālo prasmju izpēte pirmsskolā	18
4.1. Pētījuma metodoloģiskais pamatojums	18
4.2. Pedagoģiskā novērošanā un pedagoģu intervijā iegūto datu analīze	20
4.3. Plāns sociāli emocionālo prasmju sekmēšanai	24
Secinājumi	28
Literatūras un citu avotu saraksts	30
Pielikumi.....	32

Ievads

Par bērna sociāli emocionālajām prasmju sekmēšanu izglītība un tās pozitīvo ietekmi uz bērna turpmāko dzīvi tiek analizēt un pētīts ar vien vairāk. To arī pierāda jaunā kompetenču mācīšanās pieeja, kur pirmsskolas mācību programmā tiek izvirzīti ne tikai akadēmisko zināšanu sasniedzamie rezultāti, bet arī sociālo un emocionālo prasmju attīstības uzdevumi (Skola2030 2019).

Gan pieaugušajam, gan bērnam ir pienākumi, kuri jāveic un reizēm trūkst motivācijas un gribas spēka to darīt, tāpēc emocionālais stāvoklis bremzē uzdevuma izpildi. Jāatceras, ka pieaugušais, lai sasniegtu savus izvirzītos mērķus, izmanto gadu gaitā uzkrātās emociju regulēšanas prasmes (Pūrēns 2019). Savukārt pirmsskolas vecuma bērnam šāda pieredze vēl trūkst, un reizēm pedagogu rosinātā uzdevuma izpilde iet pretrunā ar bērna tā brīža izjustajām emociju, tāpēc novērojama agresīva emociju “izlāde”. Autore uzskata, ka būtu interesanti uzzināt, kādas sociāli emocionālās prasmes 4 gadus vecs bērns piekopi vislabāk, kad emociju regulēšanas pieredzes tiek sekmēta jau agrā vecumā.

Pētījuma objekts: pedagoģiskais process pirmsskolā.

Pētījuma priekšmets: 4 gadus vecu bērnu sociāli emocionālās prasmes.

Pētījuma mērķis: Izveidot sociāli emocionālo prasmju veicināšanas plānu 4 gadus veciem bērniem, pamatojoties uz veikto pedagoģisko novērojumu un pedagogu interviju analīzi.

Pētījuma jautājums: Kā sekmēt sociāli emocionālās prasmes 4 gadus veciem bērniem?

Pētījuma uzdevums:

1. Apkopot literatūru par sociāli emocionālajām prasmēm un to sekmēšana pirmsskolas izglītības iestādē.
2. Izveidot un aizpildīt novērošanas protokolu par sociāli emocionālo prasmju apguvi.
3. Intervēt pedagogus, lai uzzinātu viņu praktisko pieredzi sociāli emocionālo prasmju sekmēšanā.
4. Apkopot, analizēt un interpretēt novērošanas protokolā un intervijas laikā iegūtos rezultātus, izdarīt secinājumus.
5. Izveidot sociāli emocionālo prasmju veicināšanas plānu, pamatojoties uz novērojumu un pedagogu pieredzi.

Pētīšanas metodes: teorētiskā (literatūras, avotu analīze), empīriskā (pedagoģiskais novērojums un intervija), datu apstrāde (korelācija, frekvenču tabulu veidošana).

Pētījuma bāze: pētījuma bāzi veido pašvaldības pirmsskolas izglītības iestādes 21 bērns un 2 pedagogi.

1. Sociāli emocionālās prasmes

1.1. Sociāli emocionālo prasmju attīstības ietekmējošie faktori

Sociāli emocionālo prasmju rašanās sākas pēc dzimšanas un agrīnā pieredze ietekmē to, kā bērni sāk saprast savu pasauli un sevi. To kā indivīds izjūt un izpauž uztvertās emocijas ietekmē gan sociālie un vides faktori, piemēram, nabadzība, konflikti ģimenē, slikta izturēšanās pret bērnu. Šie faktori var mazināt bērna spējas regulēt savas emocijas (Mantz, Bear, Yang & Harris 2018). Ja starp bērnu un vecāku nav izveidojusies pozitīva emocionālā saikne, piemēram, bērns piedzīvo emocionālo un/vai fizisko vardarbību, tad bērnam rodas grūtības atpazīt un izteikt vārdos savas emocijas (Mārtinsonsone, Miltuze 2015). Bērni ar plašām emociju zināšanām spēj labāk veidot sociālos kontaktus ar vienaudžiem, savukārt bērni, kuri iespējams cietuši no emocionālās vardarbības, neprot atpazīt citu cilvēku emociju izpausmes, tāpēc bieži vienaudžu starpā reaģē agresīvi (Medne 2015).

Bērna un vecāka mijiedarbība un tā ietekme uz sociāli emocionālo prasmju attīstīšanos:

1. Vecāks ir bērna paraugs, tāpēc nozīmīgas ir gan sarunu biežums ģimenē par emocijām, gan veids, kā par tām tiek skaidrots;
2. Vien no ietekmējošiem faktoriem, kas sekmē bērna emocionālo prasmju apguvi, ir vecāku veids kā tiek izpaustas emocijas, jo biežāk ģimenē tiek demonstrētas saprotošas un nosvērtas emociju izpausmes, jo vairāk tiek veicināta emociju zināšanu apguve;
3. Svarīga arī ir atbildes reakcijas konkrētā situācijā, ja vecāki izrāda pozitīvu līdzpārdzīvojumu bērna prieka brīžos, bet negatīvo emociju laikā reaģē ar mieru un nosvērtību, tad izpratne par emociju zināšanām tiek veicināta. Savukārt vecāki, kuri uz bērna dusmām un skumjām reaģē arī ar negatīvajām emocijām, tad emociju zināšana netiek pilnvērtīgi attīstīta (Medne 2015).

Visbiežāk emocijas izpaužas kā neiroloģiskas pārmaiņas mūsu organismā, ko mēs saucam par prieku un dusmām, kuras rodas iekšējo vai ārējo pārdzīvojumu iespaidā, kas savukārt ietekmē mūsu uzvedību (mīmiku, stāju, runu) konkrēti nozīmīgā brīdī (Psiholoģijas vārdnīca 1999). Tiek apgalvots, ka cilvēkam ir iedzimtas 10 pamatemocijas jeb bāzes emocijas: interese, prieks, pārsteigums, bēdas, riebums, dusmas, kauns, bailes, nicinājums un vainas izjuta. Jāatceras, ka šīs iedzimtās emocijas tiek nodotas no paaudzes paaudzē līdzīgi kā gēni, kas būtiski iespaido bērna sociālo un emocionālo prasmju attīstību un sasniegumus dzīvē (Mārtinsonsone, Miltuze 2015).

Individualizācijas process nozīmē sevis kā indivīda apzināšanos. Šajā procesā visbiežāk cilvēks lieto vietniekvārdus "Es" un "Mans". Pirmsskolas vecuma bērniem ir emocionāli

neapvaldītāks raksturs nekā periodā pirms un pēc tā, tāpēc šajā vecumā bieži veidojas konflikts starp “Es gribu!” un “Tā vajag!” (Svence 1999). Bērnā stabila dzimumidentitāte veidojas no apkārtējās vides ietekmes, kuras laikā bērns sevi pieskaita pie zēnu dzimuma grupas vai meitenes dzimuma grupas. No 4 līdz 7 gadu vecumam veidojas uzskati, kāda uzvedība ir atbilstoša noteiktajam dzimumam, kuri rodas šajā posmā novērojot apkārt esošos cilvēkus it sevišķi vecākus (Golubina 2007).

Pirmsskolas vecumposmā (3 – 7 gadi) par bērna vadošo darbību psihiskajā attīstībā kļūst sižetiskās lomu rotaļas. Pirmsskolas vecumā bērni arvien vairāk sāk sadarboties cits ar citu, tāpēc sižetiskajās lomu rotaļās galveno nozīmi iegūst loma, kas tiek atveidota, jo bērns darbību veic ar zināmu nolūku, lai veidotos socializēšanās process ar rotaļu dalībniekiem, tā apgūstot savstarpējo attiecību veidošanās prasmes (Lieģeniece 1992).

Darba autore secina, ka indivīda sociāli emocionālās prasmes veidojas balstoties uz tādiem faktoriem kā vecāka un bērna savstarpējās mijiedarbības, iedzimtajām emocijām un temperamenta iezīmēm, kā arī individualizācijas procesa un dzimuma identitātes veidošanos, un vadošās darbības attiecīgajā vecumposmā.

1.2. Sociāli emocionālās prasmes pirmsskola mācību programmā

Pirmsskolas mācību programmas saturu (Skola2030 2019) veido 7 mācību jomu apraksti, 6 caurviju prasmes, kā arī vērtības, tikumi, kuri nostiprinās veidojoties bērna ieradumos, kas sekmē bērna zināšanu un prasmju pilnveidošanos.

Sociāli emocionālās prasmes saistās ar cilvēka spējām saprast, pieņemt, pārvaldīt un kontrolēt spēcīgu emocionālo pārdzīvojumu konkrētajā situācijā. Jāatzīmē, ka labas emociju regulācijas spējas indivīdam palīdz veidot veiksmīgākas sociālās attiecības, būt empātiskam, paust atbilstošu uzvedību, labāk risināt problēmsituācijas un tikt galā ar grūtībām dzīvē (Medne 2015).

Pirmsskolas mācību programmā (Skola2030 2019) iespējams novērot, ka vairākās mācību jomās bērniem mācīšanās procesa laikā, pilnveidojas sociāli emocionālās prasmes. To iespējams sekmēt tādās mācību jomās kā valodas - analizējot daiļdarbu, bērniem jānosauc galveno varoņu emocijas un darbības; sociālajā un pilsoniskajā mācību jomā - gan atšķirot un nosaucot savas un citu emocijas, paradumus, gan atšķirot labu uzvedību no sliktas ne tikai saskarsmē ar citiem, bet arī ievērojot grupā izvirzītos kārtības noteikumus; kultūras izpratnes un pašizpaušmes mākslā – bērnam jāpastāsta, kā izjustās emocijas ir ietekmējušas radošā darbā attēloto; tehnoloģijas mācību jomā – bērnam pajautājot par radošajā darbā veikto un kā tas ir izdevies, bērnam jāpastāsta, vai neverbāli jāpauž savas emocijas, par darba rezultātu; veselība un fiziskās aktivitātes – bērns konkrētā situācijā stāsta par savām nepatīkamajām sajūtām.

Sasniedzamie rezultāti 2. posmā bērniem tik pilnveidoti, kad izglītojamais ir sasniegjis 4 pilnus gadus.

Sociāli emocionālās prasmes pilnveidošana tiek realizēta tādas caurviju prasmes kā pašvadīta mācīšanās, sadarbība un kritiskā domāšana, kuras paredz, ka bērns apzinās un atpazīst savas domas, emocijas, kā tās ietekmē uzvedību; emociju, domu un uzvedības pārvaldīšanu, kā arī sasniegt un pabeigt savu izvirzītos mērķi/darbību līdz galam; izturas līdzjūtīgi pret citiem, ciena citu vajadzības; spēju veidot, uzturēt un saglabāt pozitīvas attiecības ar citiem grupas biedriem, spēju komunicēt, ieklausīties un sadarboties ar citiem; spēju pieņemt lēmumus (Skola2030 2019).

Pirmsskolas mācību programmā (Skola2030 2019) tiek arī pievērsta uzmanība tikumiem: laipnība, solidaritāte, taisnīgums, savaldība, atbildība, gudrība, kas veidojas no ieradumiem un kuri sekmē sociāli emocionālās prasmju apguvi.

No apkopotās informācijas, darba autore secina, ka 4 gadus vecu bērnu sociāli emocionālās prasmes iespējams iedalīt 5 kategorijās: saprast sevi, pārvaldīt sevi (pašregulācijas prasme), sociālā izpratne, attiecību veidošanās prasme un atbildīgu lēmumu pieņemšana. Kur katrai no prasmēm izvirza būtiskākos 2-3 kritērijus, kas apzīmē, ka izglītojamajam piemīt konkrēti sociāli emocionālā prasme:

- Saprast sevi: bērns atšķir vismaz 4 emocijas; patstāvīgi izvirza sev nozīmīgu darbību/uzdevumu;
- Pašregulācijas prasme: bērns apdomājas pirms veic konkrētu uzdevumu/darbību; bērns spēj pagaidīt savu kārtu; izglītojamais savu iecerēto uzdevumu/darbību pabeidz līdz galam.
- Sociālā izpratne: bērns izrāda rūpes par to, kā citi jūtas; izglītojamais stāsta par citu sajūtām un izjūtam konkrētā situācijā.
- Attiecību veidošanās prasme: izglītojamais spēj sadraudzēties ar grupas bērniem; izglītojamais patstāvīgi saskaņo darbības ar citiem;
- Lēmumu pieņemšanas prasme: bērns atšķir labu rīcību no sliktas; bērns ikdienā ievēro grupas kārtības un drošības noteikumus; bērns apzinās savu rīcību un nevaino citus konfliktsituācijās.

Darba autore empīriskajā daļā izvirzītos kritērijus apkopo, lai noskaidrotu, četrus gadu vecu bērnu sociāli emocionālās prasmes.

2. 4 gadus vecu bērnu emocionālās attīstības raksturojums

Pirmsskolas vecuma bērniem no 3 līdz 4 gadiem ir iespējams novērot sociāli emocionālās prasmes:

- Bērni sāk draudzēties (attiecību prasme);
- Uzmanības noturība paaugstinās;
- Atkarībā no situācijas atšķir sabiedrībā pieņemtas uzvedības normas;
- Izrāda atbalstu, daloties ar rotaļlietām;
- Spēj noteikt un formulēt savas un citu cilvēku jūtas;
- Patstāvīgi cenšas risināt radušās konfliktsituācijas rotaļu laikā;
- Spēcīgu emociju iespaidā arvien vairāk koncentrējas uz to pārvaldīšanu;
- Ikdienas situācijās biežāk tiek realizē personīgi izvirzītie mērķi (Hemmeter, Ostrosky & Fox 2006).

Pirmsskolas vecuma bērniem mācīšanās un audzināšanas process ir atkarīgs no emocionālās attīstības. 4 gadu vecumā bērns jau ir fiziski aktīvāks un skaļāks, tādā veidā izrādot savas spējas un iniciatīvu. Šajā periodā koordinācijas spēju pilnveidošanās dēļ ir novērojama “plosīšanas”, ja bērni kustību aktivitātēs iekarst, tad šīs neapreķināmās kustības ir grūti kontrolējamas, proti, plosīšanos pārtraukt. Ne tikai skolotājiem, bet arī vecākiem bērnus ir ieteicams pieradināt pie labi saklausāmām signālu sistēmām, kuras apzīmē, ka konkrētā aktivitāte ir jāpārtrauc, jo tiek novērota plosīšanās. Bērnā reagējot uz signālu, tiek attīstītas paškontroles prasmes, kas ir viens no galvenajiem šī perioda uzdevumiem, jo pirmsskolas vecuma bērniem ir emocionāli neapvaldītāks raksturs nekā periodā pirms un pēc tā, tāpēc šajā vecumā bieži veidojas konflikts starp “Es gribu!” un “Tā vajag!”. Šis konflikts saistās ar to, ka bērna socializēšanās process netīši piespiež pievērst uzmanību ne tikai savām vajadzībām, bet arī apkārtējo, konstatējot, kā konkrētā rīcība iespaido gan sevi, gan citus (Svence 1999). 4 gadu vecumā bērns sāk apstrādāt pretrunīgas emocijas – konkrētā situācijā bērns var vienlaikus dusmoties un būt līdzjūtīgs, zaudēt paškontroli un paralēli palīdzēt kādam, - visbiežāk šādas pretēju izjūtu izpausmes var novērot bērnam, kad ģimenē ierodas papildus atvase, kur bērns par šo ziņu uzzināšanu var izradīt gan prieku, gan bēdas (Kerija 2020).

Garstāvoklis jeb emocionālais noskaņojums ir viens no emocionālajiem stāvokļiem, kas apzīmē gan konkrētā brīža emocionālo fonu, gan reakciju uz laika ziņā attālinātiem dzīves plāniem. Garstāvoklis parasti ir “ilgstošs, noturīgs, tomēr ne sevišķi intensīvs emocionālais stāvoklis” (Vorobjovs 2000, 149). Emocionālo noskaņojumu ietekmē ārējie un iekšējie faktori. Piemēram, vien no bērna garstāvokļa iekšēji ietekmējošiem faktoriem ir temperamenta dimensija - ir bērni, kas pārsvarā ir optimistiski noskaņoti, bet citi bērni pārsvarā ir

neapmierināti, kā arī viens no iekšējiem faktoriem tiek minēts fiziskais veselības stāvoklis (pašsajūta). Savukārt ārēji ietekmējošais faktors ir klimats, piemēram, iespējams novērot, ka bērni gada saulainajos periodos jūtas priecīgāki un rotaļīgāki, bet gada tumšajos periodos – nomāktāki un lēnīgāki (Mārtinsone, Miltuze 2015).

Savlaicīgi mācot un iepazīstinot bērnu ar cilvēka emocijām, jau 4 gadu vecumā var sāk attīstīties empātija, viņi saprot, ka citiem ir atšķirīgas emocijas un domas, un viņi nožēlo pārkāpumus un apzinās, ka viņu uzvedība ir sāpinājusi apkārtējos, kā arī šajā vecumā bērniem patīk justies kā situācijas noteicējiem, tāpēc viņi mācās palīdzēt citiem un uzņemas atbildību, bieži vien atdarinādami pieaugušos un gribēdami palīdzēt mājas uzkopšanas darbos. 4 gadu vecumā uzlabojas paškontrolē, taču bērni joprojām ir impulsīvi. Mācīdamies arvien labāk izteikt emocijas un vēlmes viņi dusmas, ticamāk, paudīs ar vārdiem, nevis darbiem (Kerija 2020).

No 4 gadu vecuma bērnam rodas apziņa, ka atmiņas par pagājušajiem notikumiem var izraisīt emocijas, kā arī zināšanas, ka negatīvi notikumi izraisa bēdas. Dusmas, bēdas un bailes tiek iedalītas pie negatīvajām emocijām, kuras bērnam atpazīt un nosaukt sagādā lielākas grūtības nekā pozitīvās emocijas, jo prieks tā mīmiskajā izpausmē jau tiek labi atpazīts zīdainā vecumā, savukārt “negatīvās emocijas tiek diferencētas, tikai sākot apmēram piecu gadu vecumā, pie tam dusmas un skumjas bieži vēl tiek jauktas, bet bailes relatīvi labi atpazīst tikai sešu gadu vecumā” (Medne 2015, 116).

Kā norāda D. Lieģeniece, bērnam jau 4 gadu vecumā rodas iekšējā regulācija, kas saistās ar tīšu uzmanību, tīšu iegaumēšanu, izvēlētu darbību, šis jaunveidojums sākas pirmsskolas vecuma posmā un turpina nostiprināties kļūstot vecākam. 4 gadu vecumā attīstās bērna patstāvība, pašapziņa un paškontrolē, tāpēc šajā posmā paradās jau zināma neatkarība un rodas tādas rakstura īpašības kā spītība un kaprīzes, vēlme darboties bez pieaugušā palīdzības, šīs rakstura īpašības liecina par bērna intereses izradīšanu uz apkārtnotiekošo, toties bērns vēl ne katru reizi spēj atšķirt labu no ļaunā it īpaši situācijā, kad vecāks ierobežot bērna darbības, pievēršot uzmanību noteikumiem (Lieģeniece 1992).

Bērnam sasniedzot 4 gadu vecumu, veidojas humora izjūta, interesē humoristiskas karikatūras, patīk stāstīt jokus un uzjautrināt citus. Bērns piedzīvo patiesu prieku, kad redz citus smejamies, it īpaši situācijās, kad prieka cēlonis ir viņš pats. Bērnam šajā vecumposmā veidojas empātija, viņš jūt līdzī tam, kurš ir noskumis, piemēram, var sākt raudāt, ja daiļdarba galvenajam varonim klājas slikti, var smieties līdzī, kad pasakas varonis izdarījis kaut ko neveiklu, vai pat priecāties, kad varonim ir izdevies sasniegt mērķi (Seefeldt & Wasik 2005).

4 gadu vecumā bērns pazīst mīmiskās reakcijas un spēj nosaukt to saistot ar konkrēto emociju, tāpat arī bērns spēj noteikt ārēji izpaustās emocijas ar atbilstošu ķermeņa uzvedību,

bērns ir spējīgs imitēt konkrētās emociju izpausmes, balstoties savā pieredzē (Великанова 2019).

Psiholoģijas doktore Guna Svence norāda, ja netiek ievērotas konkrētas bērna vajadzības, tad rodas emocionālās attīstības problēmas. Bērna vajadzības ir tieši tādas pašas kā ikvienam pieaugušam cilvēkam, lai spētu izdzīvot un veidotos pozitīvi stabila emocionālā attīstība. Viena no svarīgākajām vajadzībām bērnam ir vajadzība pēc piederības: bērna dzīvē ir vismaz viens cilvēks, kurš viņu mīl un rūpējas. Kā nākamā tiek minēta fizioloģiskā vajadzība: ēdiens, dzīvesvieta, apģērbs, kā arī aizstāvība. Bērna emocionālajā attīstībā svarīga pašizpausme: savu spēju un dotību attīstīšana, kur bērnam tiek dota iespēja darboties, tā gan veicinot, gan apmierinot zinātkāri. Vajadzība pēc novērtējuma saistās ar sociālajām iemaņām: pieaugušais sekmē bērna saskarsmes konkrētās grupās, piemēram, pirmos dzīves gadus tas ir bērnudārzs, kur 4 gadus vecs bērns iemācas draudzēties, sadarboties, bet jau vēlāk uzņemties atbildību (Svence 1999).

3. Metodiskie paņēmieni sociāli emocionālo prasmju sekmēšanai

Kompetenču mācīšanās pieeja ir vērsta uz bērna kā pētnieka, un skolotāja kā atbalsta personas lomu, kā arī uz skolas un grupas mācību vides uzlabošanu kopumu. Skolotājs tiek uzskatīts par darbības virzītāju, un tas tiek nodrošināts gan ar pastāvīgu bērnu sociālo un emocionālo prasmju novērtēšanu, gan refleksijas sniegšanu izglītojamajiem (Ferreira, Martinsone & Talic 2020).

Skolotāju loma ir gan atpazīt bērna mācīšanās procesu, lai sekmētu izglītojamā individuālās vajadzību attīstību, gan nodrošināt jēgpilnu mācīšanos. Būtiskākā pedagoga darbība mācīšanās procesa laikā ir pozitīvas un atbilstošas atgriezeniskās saites sniegšana. Piemēram, apgalvojumā “Jā, tu esi atbildējis uz visiem jautājumiem, bet tagad pajautāsim, kā citi domā.” partikula “jā” bērnam sniedz pozitīvu apstiprinājumu, bet frāze “tu esi atbildējis” norāda uz to, kas ir konkrēti izdevies labi, savukārt saiklis “bet” virza bērna uzmanību uz turpmāko darbību, un darbības vārds “pajautāsim” sniedz skaidri veicamu darbību (kura tiks veikta kopā ar pedagoga atbalstu) (Ferreira, Martinsone & Talic 2020).

Reflektējoši jautājumi ir tik pat svarīgi kā atgriezeniskās saites, lai bērns spētu izprast un kontrolēt savas emocijas. Kā palīdzēt bērnam tik galā ar negatīvajām emocijām - bailēm, dusmām un skumjām-, ko vajag teikt vai darīt un ko labāk nevajag teikt vai darīt spēcīgu emociju iespaidā (sk. 1. tabulu):

1.tabula. Negatīvo emociju izprašana

Emocija	Ko nevajag teikt vai darīt	Ko vajag teikt vai darīt
Bailes	<p>“Tavā vecumā baidīties nav labi!”(bailes kā pamtemocija mūs pavada visu mūžu); Sodīt bērnus par bailēs izdarītu muļķību; Zēnam teikt, ka vīrieši nebaidās; “Tikai meitenes baidās!”; “Jāsaņemamas!”; Teikt, ka “tas nav nopietni” un mazināt bērna pausto baiļu nozīmi.</p>	<p>Teikt, ka viņa vecumā baidīties ir normāli!/Sacīt bērnam, ka arī pieaugušie mēdz baidīties; Gan zēni, gan meitenes bailes izjūt vienādi; Bērns var runāt par savām bailēm, un jūs pret viņu neizturaties nosodoši; Palīdzēt bērnam runāt par savām bailēm, uzdodot nosacījuma izteiksmē formulētus jautājumus; Lūgt bērnam uzzīmēt izjustās emocijas; Ieteikt bērnam pajautāt, no kā baidās viņa draugi, jo arī viņi taču baidās!</p>
Dusmas	<p>Nekavējoties aizrādīt, ka bērns nekontrolē savu uzvedību; “Es esmu noteicējs, un tu darīsi to, ko es tev likšu!” (parādīt, kurš dusmu situācijā ir stiprākais); Ļaut bērnam dusmoties un gaidīt, kad dusmas pāries;</p>	<p>Pieņemt un atdzīt bērna dusmas; Noteikt robežas, ja nepieciešams; Prast izteikt aizrādījumus nepazemot; Ar piecu jautājumu palīdzību likt bērnam domāt par to, ko viņš jūt</p>

	Izteikt bērnam nievājošas piezīmes trešo personu klātbūtnē; Vainot bērnu par to, kā viņš rīkojas; Bērnu tūlīt sodīt; Reaģēt dusmu iespaidā.	(sarunas laikā tiek uzdoti pieci jautājumi, kuri sākas ar vārdu “kāpēc”).
Skumjas	Mazināt skumju emocionālo ietekmi; Mierināt bērnu ar racionāliem argumentiem; Dramatizēt.	Pieņemt bērna skumjas; Neinterpretēt bērna jūtas; Nevainot, bet likt justies atbildīgam; Atzīmēt skumju esamību nozīmē atvieglot to radītās ciešanas.

Bailes un dusmas ietekmē cilvēka uzvedību, proti, šīs emocijas liek mums rīkoties “uz āru”, piemēram, situācijas, kad jūtamies bailīgi, mūsos rodas vēlme vai nu bēgt, vai nu stāties pretī briesmām, savukārt, izjūtot dusmas un nespējot tās regulēt, mūsu ķermenis liek “mesties cīņā”, lai pārvarētu šķēršļus. Skumjas liek mums koncentrēties uz sevi, ieiet sevī un prātot par to, cik vērtīgi mēs esam, ja skumju māktam cilvēkam ir zems pašnovērtējums un ja šis zemais pašnovērtējums ir ilgstošs, tad rodas depresīvs stāvoklis (Zuili 2018).

Emocionālā pieredze bērnam attīstās kļūstot vecākam un tā veidojas sarunājoties par emocijām, rosinot tās izzināt un izprast, to ir iespējams izdarīt:

- Parādot bērnam, ka visi cilvēki kaut ko pārdzīvo;
- Runājot par emocijām, daloties pieredzē;
- Garastāvokli var mainīt, pārvarot negatīvi ietekmējošos faktorus;
- Iemācot apzināties un regulēt savas emocijas, jo ar savām emocijām mēs iespajdojam apkārtesošos (Medne 2015).

V. Pūrēns savā darbā min divus veidus kā bērni var iepazīt un atpazīt savas emocijas: citu novērojums (attēli, video) un pašnovērojums (tieši un netieši pamudinājumi) (Pūrēns 2019).

Citu novērojums. Emocijas var iepazīt izmantojot vizuālos materiālus (attēlus, video) un daiļdarbus. Iepazīstinot bērnus ar šiem materiāliem, kur noticis kāds emocionāls pārdzīvojums un kur atklātas varoņu izjūtas, pēc tam varam lūgt bērnu raksturot un nosaukt ārēji redzamās emociju izpausmes, kā arī vērtēt, kāpēc radušās konkrētās emocijas, tas rosinātu bērnu iedziļināties sižetā un izvirzīt savu versiju par varoņu emocionālo stāvokli, kura laikā, iespējams, bērns nosauks savas emocijas, atceroties līdzīgu atgadījumu (Pūrēns 2019).

Pašnovērtējums. Veicināt bērna prasmes novērtēt savas emocijas, kas ir izdarāms ar tiešiem un netiešiem pamudinājumiem. Netiešie pamudinājumi bērnam tiek izteikti no apkārt esošajiem cilvēkiem, piemēram, bērnudārzā tas ir pedagogs. Skolotājs ikdienā rosina bērnu iedziļināties emocionālās situācijās un nosauc attiecīgajā atgadījumā bērna emocijas, tā rosinot bērnu pievērst tām uzmanību, pazīt un ievērot to izpausmes sevī. Tiešie pamudinājumi ir saistīti ar savu pārdzīvojumu analīzi. Pedagogs skolēniem uzdod kontroljautājumus ar

pamudinājumiem, kura laikā bērniem ir jāanalizē savs emocionālais stāvoklis attiecībā pret kādu objektu. Skolotājs var uzdot ne tikai jautājumus, bet arī rosināt bērniem veidot emociju dienasgrāmatas. Emocija dienasgrāmata var sastāvēt no zīmējumiem un pierakstiem, pierakstos var tikt analizēts konkrēts dienas rita notikums (kas notika; kādas bija izjūtas; kā izjūtas uzlabot (emociju pašregulācija)) (Pūrēns 2019).

“Emociju regulēšana un regulēšanas stratēģijas mainās mainoties vecumam” (Medne 2015, 115). Emociju regulēšanas mehānisms ir vērsts uz negatīvo emociju pārvarēšanu, jo pozitīvās emocijas palielina cilvēka efektivitāte veikt konkrētu uzdevumu, savukārt negatīvās emocijas kavē darbību (Pūrēns 2019).

Paņēmienu emociju pārvaldīšanai: vispirms apstāties un nomierināties, tad noskaidrot problēmu un apzināties savu emociju izpausmes, pēc tam pārdomāt risinājumus kā pārvarēt negatīvā emocijas, kuras laikā bērnam nepieciešama saruna ar pieaugušo, lai no piedāvātajiem risinājumiem izvēlētos labāko un sāktu atrisināt problēmu (Valbis 2005). Iepriekš minēto emociju regulēšanas stratēģijas iespējams izmatot kā vingrinājumus rīta aplī, lai sekmētu bērna pašregulācijas prasmes (sk.2. tabulu).

2.tabula. Emociju regulēšanas vingrinājuma piemēri

Vingrinājums	Apraksts
Bruņrupuča metode	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bruņrupucis piedzīvo situāciju (skolotājs un bērni kopīgi izvēlas situāciju), kuras laikā ir negatīvo emociju iespaidā; 2. Domā “STOP!”; 3. Pēc tam bērns veic trīs dziļas ieelpas un izelpas; 4. Kad bruņrupucis ir nomierinājies, tiek meklēti risinājumi situācijas uzlabošanai.
Karstās šokolādes metode	<p>Iztēlojas, ka plaukstas ir krūzīte, kura piepildīta ar karsto šokolādi. Ieelpojam šokolādi (tiek veikta dziļā ieelpa), mazliet aizturam gaisu un pūšam laukā</p> <p>Atgādinājums, bērns rokās var turēt jebko kas smaržo vai garozā, jo mērķis ir apgūt elpošanas tehniku.</p>

Emociju vadīšanas metožu izmantojums sekmē bērna spējas nomierināties spēcīgu emociju iespaidā. Jāatceras, ka nomierināšanās vingrinājumu jātrenē katru dienu tad, kad bērns jūtas mierīgi, jo brīžos, kad emocijas ir sasniegušas augstu intensitāti, metožu pielietojums nav efektīvs (Martinsone 2020).

Analizējot skolotāju un psihologu praktisko pieredzi, ir iespējams noteikt efektīvas metodes un metodiskos paņēmienus pirmsskolas vecuma bērnu sociāli emocionālo prasmju attīstībai: didaktiskās un sižeta spēles, pasaku lasīšana, mūzikas klausīšanās, mākslas terapija (Каверина 2019).

Didaktiskās spēles. Spēlei ir milzīga ietekme uz bērnu jūtām. Tas piesaista bērnus, izraisa prieku, prieku, uztraukumu, prieku. Spēlē bērns, veicot noteiktas lomas, apliecina sevi

tajā, saņem emocionālu gandarījumu. Pozitīvs emocionālais tonis, pozitīva emocionālā pieredze, ko pirmsskolas vecuma bērns piedzīvo spēlējot, palīdz viņam viegli atrast kopīgu valodu ar vienaudžiem un sadarboties vienam ar otru (Каверина 2019).

Pasakas. Pasaku lasīšana ir lieliska metode, lai uzlabotu veidus, kā bērni mijiedarbojas ar ārpasauli. Pasakas ļauj bērnam sajūst varoņu stāvokli, just līdzīgi, piedzīvot pozitīvas emocijas situācijā, kad salīdzina sevi ar galvenajiem pasaku varoņiem (Каверина 2019). Raksturīgākā iezīme, kas rosina bērnam klausīties pasakas un darboties tai līdzīgi ir iemīļoti tēli, piemēram, rūķi, prinči, princeses, kā arī pasakas galvenais varonis, kurš ir bērns vai jauniešs attiecīgās vecuma robežās, kā auditorija, kam tiek veltīts daiļdarba stāstījums (Štāls 1927).

Mūzikas klausīšanās. Mūzika tās unikālo īpašību dēļ spēj, proti, elementāras melodiskas un ritmiskas improvizācijas ietekmē bērna emocionālo stāvokli, reducējot satraukumu, prieku, bailes, saviļņojumu, kā arī izraisīt interesi par sevi un sniegt dziļu emocionālu pieredzi (Каверина 2019). Dziesmas skaņu toņu vienmērīga atkārtotā pievērš bērna uzmanību, jo bērns ar patiku ilgstoši var klausīties vientonīgas melodijas atkārtotānos, it īpaši, ja dziesmā izmantotais mūzikas instruments, piesišanas, ritmiski sakrīt ar veikto kustību (Štāls 1927).

Emocionālo attīstību bērnam sekmē skaņdarbu klausīšanās, jo mūzikas melodija rosina bērnus domāt un pastāstīt par savām izjustajām asociācijām. Skolotājs pēc skaņdarba noklausīšanās bērniem var jautāt: kā juties, kas patika, kas nepatika, ko varētu darīt, skatot šai mūzikai. Emocionālo uztveri bērnam veicina ne tikai skaņdarbu klausīšanās, bet arī kopīgi radot un iepazīstot nepatīkamus trokšņus, jo bērni baidās no skaļām, dobajām, čīkstošām skaņām, tāpēc tas ir lielisks veids kā apzināties izjusto emociju cēloni (Brice 2013).

Vizuāli mākslinieciskā darbība. Darbojoties ar dažādiem veidošanas materiāliem un iepazīstot mākslinieciskās izteiksmes līdzekļus, bērni mācās izteikt savas jūtas, emocijas ar krāsu, māla, smilšu palīdzību, kas rada emocionālo prasmju attīstību. Ar šīs tehnikas palīdzību bērnus var iepazīstināt, ka konkrēta krāsa var raksturot kādu emociju, tādā veidā sekmēt pozitīvo emociju veidošanos un mazināt negatīvās emocijas (Каверина 2019). Mākslinieciskā darbība ir viens veidiem, kā saprast, kas bērnam visspilgtāk palicis atmiņā konkrētā situācijā, jo vizuālās mākslas tehnika ir viens no līdzekļiem, ar ko bērns var izpaust uz ārieni to, ko viņš ir jutis, atcerējies savā dvēselē, pārdzīvojis konkrētajā brīdī, realizējot savu ieceru, veicot kādu darbu (Štāls 1927).

Viena no metodēm, kā sekmēt bērna sociālo izpratni un attiecību veidošanās prasmi, ir darbs grupās/pāros, jo grupu darbs iemāca sadarboties, iepazīstot gan sevi, gan citus, kā arī ievērojot un uz klausot atšķirīgus viedokļus un kā konkrēti izvēlēta uzvedība ietekmēs citus.

Grupu darbs ir socializēšanās process, kura laikā indivīds iemācās, kā noteiktas fiziskas un verbālas norādes var atklāt to, kā jūtas citi (Valsts izglītības satura centrs 2019).

Pēc apkopotās informācijas darba autore secina, ka bērniem sociāli emocionālās prasmes attīstās veicot jebkādu radošo darbību. Lai pedagoģiskajā procesā izmantotu tādas metodes kā didaktiskās spēles, mūzikas klausīšanos, mākslinieciski radošās darbība, lai sekmētu sociāli emocionālās prasmes, bērnam vispirms jāiepazīst emocijas. Savu emociju iepazīšanu bērns apgūst ikdienā vērojot apkārtesošo cilvēkus un vizuālos materiālus, kā arī dzirdot un analizējot tiešus un netiešus pamudinājumus. Pēc tam, lai bērns spētu kontrolēt savas emocijas, jāattīsta pašregulācijas prasmes, ko iespējams veicināt rīta aplī, piekopjot elpošanas vingrinājumus. Savukārt sociālo izpratni un attiecību veidošanās prasmi bērnam vislabāk iemācīt iesaistoties grupu vai pāru darbos, kur paralēli šim procesam bērns arī attīsta lēmumu pieņemšanas prasmi.

4. 4 gadus vecu bērnu sociāli emocionālo prasmju izpēte pirmsskolā

4.1. Pētījuma metodoloģiskais pamatojums

Kvalifikācijas darba ietvaros tika veikts empīrisks pētījums, kura laikā tika izmantota pētīšanas metode – pedagoģiskais novērojums, lai noteiktu 4 gadus vecu bērnu sociāli emocionālo prasmju apguvi, kā arī intervija, lai noskaidrotu pedagogu praktisko pieredzi, kā šīs prasmes tiek sekmētas pedagoģiskajā procesā.

Intervija ir cieņpilna komunikācija starp divām vai vairāk personām, lai mērķtiecīgi iegūtu atbildes uz iepriekš sagatavotiem jautājumiem. Interviju iespējams uzsākt, ja pirms tam konkrēti zināms intervētājs, cilvēks, kurš uzdod jautājumus intervējamajam, atvalstoši intervijas mērķim izvēlēta persona, kas sniedz atbildes uz jautājumiem, lai pēc tam tiktu apkopota un analizēta iegūtā informācija. Intervija sastāv no trim daļām: ievaddaļas, kuras laikā notiek sasveicināšanās, iepazīstināšana ar intervijas mērķi un norisi; galvenās daļa, kuras laikā notiek secīgs dialogs starp intervētāju un intervējamo; nobeiguma daļas - atvadīšanās brīdi. Intervijas ilgums var būt no 5 līdz pat 30 minūtēm. Intervijai ir vairāki veidi: nestrukturētā, daļēji strukturētā un pilnīgi strukturētā (Chand n.d.). Darba autore empīriskajā daļā izmanto pilnīgi strukturēto interviju, jo iepriekš, izanalizējot teoriju, sagatavoja jautājumus. Darba autores intervija notika neitrālā gaisotnē, kuras laikā tika intervētas divas pedagoģes, kuras iepriekš tika iepazīstinātas ar intervijas mērķi; intervija starp darba autori un grupas skolotājiem notika 16 minūtes.

Novērojums ir konkrēti izvēlētas grupas sistemātiska novērošana, veicot atzīmes, izmantojot iepriekš izveidotu konkrētu atzīmju skalu. Visbiežāk tas ir novērošana protokols, kurā pētnieks fiksē, atzīmē novērotās uzvedībās darbības. Būtiski atcerēties, ka pētnieks neizpauž savu nolūku vērošanas laikā, lai neiespaidotu noteikto indivīdu/grupas psihisko procesu dabisko norisi, bet gan labprātīgi iesaistās darbību norisē, kas viņam interesē, lai pēc iespējas precīzāk fiksētu iegūto informāciju novērošanas protokolā (Psiholoģijas vārdnīca 1999).

Darba autore kvalifikācijas darba empīrisko daļu veica pašvaldības pirmsskolas izglītības iestādē. Pētnieciskās daļas ietvaros iestādē uzturēja divas nedēļas.

Darba autore kvalifikācijas darba empīrisko daļu pilnveidoja pirmsskolas izglītības iestādes 2. grupā, kur novēroja 21 grupas bērnus, kur 11 no tām bija meitenes, bet 10 no tiem bija zēni, kā arī visi izglītojamie ir sasnieguši pilnus 4 gadus. Ierodoties grupā darba autore iepazīnās ar bērniem un pedagogiem. Pētījuma laikā darba autore komunicēja ar abām grupas pedagoģēm un gan vēroja, gan sarunājās ar grupas bērniem.

Vispirms tika izveidots novērošanas protokols, pēc tam tika veikts novērojums, kā arī izveidoti intervijas jautājumi. Intervija tik ierakstīta, pēc tam no tās tika izveidots intervijas transkripts (sk. 4. pielikumu). Grupas pedagogi tika intervēti vispirms un pēc tam ikdienā darba autore veica piezīmes novērošanas protokolā.

Lai novērošanas protokolā par katru bērnu atzīmētu atbilstošo kritēriju, darba autore iesaistījās dienas rīta darbībās. Toties visbiežāk sociāli emocionālās prasmes darba autore konstatēja bērniem no rīta atnākot uz pirmsskolas izglītības iestādi – kā bērni rotaļājās, sarunājās viens ar otru; rīta aplī – vērojot bērnu iesaisti rotaļās un kopīgā dienas rīta plānošanā; pēcpusdienā – kā bērni veic uzdevumus interešu centriņos un rotaļājoties.

Iegūtie dati novērošanas protokolā tika apkopoti Google Veidlapas mājaslapā, pēc tam tie tika apstrādāti programmā excel.

Vispirms tika apkopota informācija par sociāli emocionālo prasmju apguvi 4 gadus veciem bērniem pirmsskolā. Pēc datu apkopošanas, tika sastādīts novērošanas protokols (sk.1. pielikumu), kurš sastāvēja no 2 vispārīgiem jautājumiem, lai noskaidrotu bērna vārdu un dzimumu, no 12 vērojamiem kritērijiem, novērtējot katru no piecām sociāli emocionālajām prasmēm: saprast sevi, pašregulācijas prasme, sociālā izpratne, attiecību veidošanās prasme un atbildīgu lēmumu pieņemšana, un no 4 atbilžu variantiem (sācis apgūt, turpina apgūt, apguvis, apguvis padziļināti), kas raksturotu izvirzītā kritērija apguves līmeni. Pirmais un otrais kritērijs atbilda sociāli emocionālai prasmei saprast sevi, trešais, ceturtais un piektais kritērijs atbilda – pašregulācijas prasmei, sestais, septītais kritērijs – sociālā izpratne, astotais, devītais kritērijs – attiecību veidošanās prasme, pēdējie trīs kritēriji atbilda prasmei pieņemt atbildīgus lēmumus. Lai darba autore novērošanas protokolā veiktu atzīmes par katru kritēriju, pirms tam bija jāsaprot, katram apguves līmenim pamatojums (sk. 2. pielikumu), lai novērojuma laikā par konkrēto bērnu izvēlētos vispiemērotāko atbildi. Apguves līmeņa aprakst sastāv no četrām kolonnām un divpadsmit rindām, kur pirmā kolona raksturo, ka bērns sociāli emocionālo prasmi ir tikai sācis apgūt, otrā kolona raksturo – turpina apgūt, savukārt trešā kolona apstiprina, ka bērns izvirzīto kritēriju (sociāli emocionālo prasmi) ir apguvis, bet ceturtnā kolona norāda, ka bērns sociāli emocionālo prasmi ir apguvis padziļināti.

Intervija sastāvēja no desmit jautājumiem (sk. 3. pielikumu), kuri tika uzdoti abām 2. grupas skolotājām. Katrs jautājums tika uzdots tā, lai noskaidrotu kādas metodes grupas pedagogi izmanto, lai sekmētu bērnu sociāli emocionālo prasmju apguvi, un pēc tam skolotāju atbildes pielīdzinātu novērošanas protokola un secinātu, vai attiecīgi izvēlēta metode palīdz bērnam apgūt sociāli emocionālās prasmes. Pirmais intervijas jautājums tikai uzdots, lai noskaidrotu bērnu raksturīgākās emocijas, savukārt otrais jautājums tika vaicāts, lai noteiktu ar kādām metodēm pedagoges bērniem sekmē šo emociju apzināšanos. Vispirms bērns apzinās

savas emocijas, tikai tad viņš tās spēj pārvaldīt, tāpēc trešais jautājums tika uzdots, lai noskaidrotu kā grupas pedagogi bērniem attīsta pašregulācijas prasmes. Ceturtais jautājums tika uzdots, lai noskaidrotu kādas metodes pedagoģiskajā procesā izmanto skolotājas, lai bērni saprastu citu vajadzības un izādītu līdzjutību. Piektais jautājums tika uzdots, lai noskaidrotu, kā grupas bērniem veicas ar attiecību veidošanos un lai uzzinātu, kādas metodes skolotājas izmanto šīs emocionālās prasmes sekmēšanā. Sestais un septītais jautājums sniedz priekšstatu par būtiskāko sociāli emocionālo prasmi – atbildīgu lēmumu pieņemšana, kas saistās ar noteikumu ievērošanu un labas un sliktas rīcības atšķiršanu. Sniegtās atbildes uz šiem diviem jautājumiem norādīs uz to, vai pedagogu izvēlētās metodes sekmē bērna apguvi atbildīgu lēmumu pieņemšanā. Astotais intervijas jautājums norādīs uz to, vai ikdienā pievēršot bērna uzmanību uz konkrētu sociāli emocionālai prasmei, arī sekmē bērna apguvi šajā prasmē. Devītais un desmitais jautājums tika uzdots, lai noskaidrotu, vai iespējamās ievērot uzlabojumus bērnu uzvedībā, mācīšanās procesā piekopjot sociāli emocionālās prasmes.

4.2. Pedagoģiskā novērošanā un pedagogu intervijā iegūto datu analīze

No novērošanas protokola un intervijas tika iegūta informācija, no kuras savukārt izriet pētījuma rezultāti.

Sociāli emocionālā prasme saprast sevi bērniem pilnveidojas no savu emociju atpazīšanas un sev nozīmīgu mērķu izvirzīšana. Pirmsskolas izglītības iestādes “X” pedagogi, lai 4 gadus veciem bērniem pilnveidotos prasmes atpazīt savas emocijas, pirmkārt, ikdienā izmanto didaktiskos materiālus, kur bērns ik rītu var piespraust savu attēlu pie attiecīgās emociju kartītes. Otrkārt, pedagogi sarunājas ar bērniem, minot savas emocijas. Vispirms nosaucot konkrēti izjusto emociju, pēc tam to pamato, kāpēc tā jūtas. Pedagoģiskajā procesā piekopjot iepriekš minētās metodes 38% bērni ir apguvuši prasmi atšķirt vismaz četras emocijas, savukārt 29% bērni ir apguvuši padziļināti prasmi ikdienā izvirzīt sev nozīmīgu darbību un spēj to pamatot. Apkopojot šo kritēriju rezultātus, lielākā daļa (57%) grupas bērni ir apguvuši vai apguvuši padziļināti sociāli emocionālo prasmi - saprast sevi.

4 gadus veciem bērniem pašregulācijas prasme attīstās gaidot savu kārtu, apdomājoties pirms veic konkrētu uzdevumu, kā arī pabeidzot savu iecerēto uzdevumu līdz galam. Pirmsskolas izglītības iestādē no otrās grupas bērniem gan puse (50%) zēnu, gan puse meitenes (50%) sākuši apgūt/turpina apgūt vai apguvuši/ apguvuši padziļināti prasmi apdomāties pirms veic konkrētu uzdevumu. Interesanti tas, ka zēni (90%) ir labāk apguvuši prasmi pagaidīt savu kārtu nekā meitenes (73%). Lielākā daļa bērnu (43%) spēj savu iecerēto uzdevumu pabeigt līdz galam. Tas arī apstiprina to, ka divas trešdaļas (66%) bērni ir apguvuši vai apguvuši padziļināti pašregulācijas prasmes. Gan puse zēnu, gan puse meiteņu ir pilnveidojuši prasmi pārvaldīt sevi,

to arī apstiprināja grupu salīdzināšana pēc T- testa sakarības, jo netika atrastas statistiski nozīmīgas atšķirības, kas nozīmē, ka zēni ir apguvuši prasmi pārvaldīt sevi tik pat labi kā meitenes.

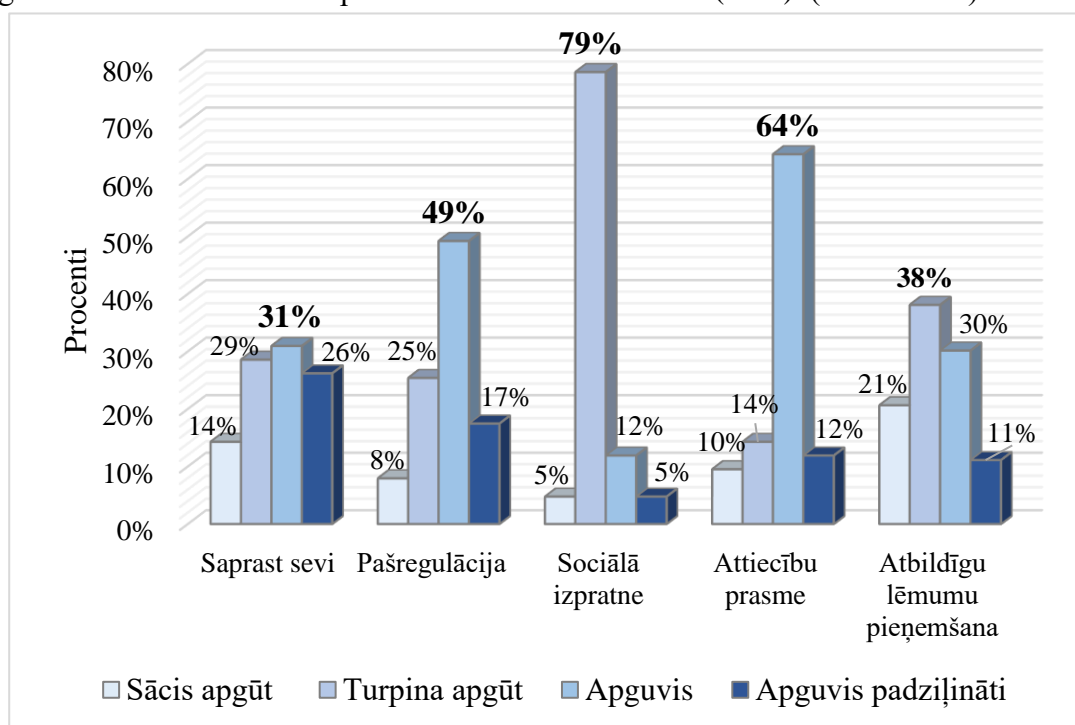
Sociālā izpratne bērniem veidojas, izrādot rūpes par to, kā citi jūtas un stāstot par konkrētajām izjūtām attiecīgajā situācijā. Intervējot pedagogus noskaidrojās, ka grupas skolotāji bērniem, lai attīstītu sociālās izpratnes prasmes, pedagoģiskajā procesā lasa un pārrunā pasakas galveno varoņu izjūtas un rīcību, kā arī skatoties mēmos video, kuras laikā bērniem jāsecina, par ko pārdzīvo galvenie varoņi. Šo metožu izmantošana norādīja, ka gan 80% zēni, gan 82% meitenes turpina apgūt prasmi izrādīt rūpes par to, kā citi jūtas. Interesanti, ka 60% zēni turpina apgūt, bet 30% zēni jau ir apguvuši prasmi stāstīt par citu sajūtām un izjūtām konkrētā situācijā, toties visas meitenes (91%) turpina apgūt prasmi pastāstīt par citu cilvēku sajūtām, izņemot viena meitene, kura ir apguvusi šo prasmi padziļināt. Pēc šiem rezultātiem, var secināt, ka vairāk kā divas trešdaļas (79%) bērnu turpina apgūt sociāli emocionālo prasmi – saprast citus.

Bērnam ir attīstījusies veiksmīga attiecību veidošanās prasme, ja izglītojamais spēj sadraudzēties ar grupas biedriem un ja bērns patstāvīgi saskaņo darbības ar citiem grupas bērniem. Gan lielāka daļa meiteņu (82%), gan lielākā daļa zēnu (70%) spēj sadraudzēties ar citiem grupas biedriem. Līdzīgi rezultāti arī attēlojas prasmē saskaņot darbības ar citiem grupas biedriem, jo 73% meitenes šo prasmi ir apguvušas, toties tikai puse (50%) no visiem grupas zēniem ir apguvuši. Tas liecina par to, ka lielākā daļa bērnu (64%) ir apguvušas prasmi veidot pozitīvas attiecības ar citiem. Toties meitenes attiecību veidošanās prasme ir labāk apguvušas nekā zēni. Novērošanas protokola rezultāti apliecina arī pedagogu teikto par grupas bērniem, jo grupas skolotājas apgalvoja, ka izglītojamie ir draudzīgi viens pret otru, patstāvīgi vada un organizē sižetiskās lomu rotaļas,

Atbildīgu lēmumu pieņemšana saistās ar prasmēm atšķirt labu rīcību no sliktas, ikdienā ievērot grupas kārtības un drošības noteikumus, apzināties savu rīcību un nevainot citus konfliktsituācijās. Grupas pedagogi, lai bērniem sekmētu labu un sliktu rīcības atšķiršanu izmanto didaktiskos materiālus, kura rezultātā mazliet vairāk par vienu trešo daļu (48%) no visiem grupas bērniem atšķir labu rīcību no sliktas. Savukārt, lai bērniem attīstītos prasme ievērot grupas noteikumus, vispirms pedagogi ar bērniem kopīgi iepazīnās ar kārtības noteikumu attēlu kartītēm un pēc tam pa grupu tās piestiprināja attiecīgās vietās. Šīs metodes izmantošana, lai sekmētu bērnu prasmi ievērot noteikumus, norāda, ka viena trešā daļa (33%) izglītojamo ikdienā ievēro grupas kārtības un drošības noteikumus. Kā arī mazliet vairāk par vienu trešo daļu (43%) no visiem grupas bērniem, apzinās savu rīcību un nevaino citus, kad

nonāk konfliktsituācijās. Tas norāda, ka sociāli emocionālā prasme – atbildīgu lēmumu pieņemšana, bērniem vēl jāturpina apgūt.

Aprēķinot rezultātus par katru izvirzīto kritēriju, pēc tam attiecīgi saskaitīti tika tie kritēriji, kuri atbilda noteiktai sociāli emocionālai prasmei, tad tika aprēķināts vidējais aritmētiskais vērtējums no kopējās summas, lai uzzinātu kā bērni ir apguvuši konkrēto sociāli emocionālo prasmi. No iegūtajiem datiem iespējams konstatēt, ka 4 gadus veci bērni vislabāk apguvuši sociāli emocionālo prasmi – attiecību veidošana (64%) (sk. 1. attēlu).



1.attēls. 4 gadus vecu bērnu sociāli emocionālo prasmju raksturojums

Pedagoģiskā novērojuma laikā, darba autore tik tiešām ievēroja to, ka bērni savā starpā spēj veidot draudzīgas attiecības. It īpaši patstāvīgi organizējot lomu rotaļas. Darba autore ievēroja to, ka bērni izspēlē sižetisko lomu rotaļu “Veikals”. Darba autore konstatēja, ka veikala pārdevēja ir rotaļas iniciatore, kas iesaista pārējos grupas bērnus, lai tie atveidotu pircēju lomas. Sižetiskās lomu rotaļas laikā katrs bērns patstāvīgi iesaistījās šīs spēles pilnveidošanā, jo daži bērni mākslas centrā veidoja saldējumus, lai tos būtu iespējams pārdod, matemātikas centrā bērni grieza kvadrātus un apvilka ciparus, kas kalpoja par naudu rotaļas laikā. Bērniem tik ļoti patika šī spēle, ka pat rotaļu laukumā bērni saorganizējās, lai turpinātu iesākto lomu rotaļu.

Nākamā vislabāk apgūtā sociāli emocionālā prasme ir pašregulācija, kuru puse (49%) no visiem grupas bērniem šo prasmi ir apguvuši. Pašregulācijas prasmes saistās ar spējām apdomāties pirms tiek veikta konkrēta darbība un pagaidīt savu kārtu atšķirīgā situācijā. Darba autore ievēroja, ka bērniem dienas rita laikā bieži bija jāpiekopt šīs prasmes. Jau pirmajā novērošanas dienā bija iespējams konstatēt, ka bērni apzinās, ja tiek veidota rinda, tad jāstājas rindā tā, lai vispirms būtu meitene, pēc tam zēns, tad atkal meitene, zēns. Darba autore ievēroja,

ka puse no grupas bērniem spēj ilgāk pagaidīt savu kārtu, kad jāsastājas šādā rindā, jo pamanīja, ka bērni pievērš lielāku uzmanību rindas sastāšanās ritma ievērošanai, tādā veidā noturot bērna uzmanību un netiek bakstīts, grūstīt viens otrs, kad jāgaida sava kārtā.

Trešā labāk apgūtā prasme ir sevis saprašana, jo viena ceturtdaļa (31%) no visas grupas to ir apguvusi. Darba autore ievēroja, ka bērniem patīk atšķirt emocijas. Iesaistoties pedagoģiskajā procesā darba autore arī ik rītu savu knaģi ar fotogrāfiju piestiprināja pie emociju apļa, balstoties uz izjustajām sajūtām. Bērni pirms piestiprināja savu knaģi pie attiecīgās emociju kartītes, vispirms nosauca visu bērnu vārdus kuri ir priecīgi, kuri ir dusmīgi, kuri ir bēdīgi. Tāpat arī autore konstatēja, ja pati biežāk darbojās interešu centros, bērniem radās interese un dzirdēja, kā izglītojamie patstāvīgi izvirzīja sev veicamo darbību, piemēram, “es arī šodien izveidošu aitu no vates” “man arī jāpabeidz sava aita, jāpielīmē viņai kājas”, kas saistās ar sociāli emocionālo prasmi – saprast sevi (sev nozīmīgu darbību izvirzīšana)

Lielākā daļa (79%) bērnu turpina apgūt sociālo izpratni. Pēc pasaku izlasīšanas, bērni visbiežāk atsaucās uz skolotāju piedāvātajiem raksturotajiem vārdiem, lai konstatētu galveno varoņu izjūtas. Tāpat arī konfliktsituācijā, kad tika pagrūsta meitene, bērni atsaucās pārdzīvojuma tikai tad, kad skolotāja pievērsa izglītojamo uzmanību uz šī brīža izjustajām emocijām, bet pēc šī incidenta tikai viena meitene izrādīja rūpes par savu draudzeni un viņu apskāva.

Savukārt mazliet vairāk kā viena ceturtdaļa (38%) no visiem grupas bērniem turpina apgūt prasmi – atbildīgu lēmumu pieņemšana. Lai darba autore bērniem konstatētu šo prasmi, tika novērots kā bērni ikdienā ievēro grupas kārtības noteikumus. Autore pamanīja, ka bērni pēc aizrādījuma, kad ir pārkāpts kārtības noteikums, apzinās, kurš kārtības noteikums tas ir, parādot attiecīgo kartīti un pastāstot attēlā redzamo sagaidāmo uzvedību atrodoties grupā, bet tik un tā pēc pāris minūtēm atkal pārkāp to pašu noteikumu. Līdzīga situācija arī bija ar labu un sliktu rīcības ievērošanu, it īpaši sliktā rīcība tika konstatēta bērniem atrodoties rotaļu laukumā, kad bērni smilšu kastē mētājās ar smiltīm, lai gan bērni apzinājās, ka smiltis atrodas tikai paredzētajā kastē

Tādas sociāli emocionālās prasmes kā sociālā izpratne un atbildīgu lēmumu pieņemšana bērniem vēl ir jāpilnveido, toties pašregulācijas, attiecību veidošanās un sevis saprašanas prasmes bērni ir apguvuši atbilstoši vecumposmam.

4.3. Plāns sociāli emocionālo prasmju sekmēšanai

Turpmāk tekstā darba autore apkopojā plānu, pamatojoties uz novērojumiem un pedagogu pieredzes iegūtās informāciju, par sociāli emocionālo prasmju sekmēšanas iespējām rotaļnodarbībās, izmantojot gan vizuāli māksliniecisko līdzekļus, gan daiļdarbus, gan mūzikas klausīšanos, gan rotaļas. Plāna norādīti katrai sociāli emocionālai prasmei sasniedzamais rezultāts (Turpmāk - SR) jeb kritērijs, kas veido attiecīgo prasmi. (sk. 3. tabulu).

3.tabula. Sociāli emocionālo prasmju sekmēšanas aktivitātes

Saprast sevi
SR: Bērns atšķir vismaz 4 emocijas (prieks, dusmas, bēdas, bailes).
<u>Aktivitātes prasmes sekmēšanai:</u> Didaktiskie materiāli: emociju kartītes, katra bērna attēls, knaģis. Šo metodi iespējams pielietot ik rītu, kad bērns ir ieradies bērnudārzā, skolotāja var mudināt bērnu izvēlēties savu knaģi, kur piestiprināts viņa attēls un aicināt to pieknaģēt pie atbilstošās emocijas. Netiešie pamudinājumi: skolotāja jēgpilni verbālie apgalvojumi. Skolotājs ikdienā pamana bērnu emocijas un nosauc tās vārdos, pamatojot tos ar savām emocijām un rosinot izglītojamo pastāstīt par savām, piemēram, sakot: “Es redzu, ka tu esi bēdīgs. Es šodien no rīta arī biju bēdīga, jo man nāca miegs, bet tagad es esmu priecīga, jo jūtos jau pamodusies. Pastāsti, kāpēc tu esi bēdīgs?” Mākslinieciski radošā darbība: vizuālās mākslas piederumi (otas, krāsas, flomāsteri, zīmuļi). Skolotāja aicina bērnu izjustās emocijas uzzīmēt, noskaidrojot, kura krāsa varētu raksturot konkrētā brīža emocijas, kāda biezuma līnijas varētu zīmēt, saistībā ar noskaņojumu, piemēram, prieks – dzeltenas krāsa, smalkas garas līnijas; dusmas – melnas biezas, sašvīkātas līnijas; bailes – zilas krāsa, saraustītas līnijas. Kad zīmējums pabeigts, uz tā var uzrakstīt datumu, kad tas tika veidots, lai uzzīmētos zīmējumus iekrātu un no tiem izveidot emociju dienasgrāmatu.
SR: Bērns patstāvīgi izvērza sev nozīmīgu uzdevumu/darbību.
<u>Aktivitātes prasmes sekmēšanai:</u> Mākslinieciski radošā darbība: vizuālie izteiksmes līdzekļi, plastikas materiāli un citi radošās darbības piederumi. Skolotājs attiecīgi mēneša tēmai piemeklē atbilstošus darba piederumus un materiālus, kurus bērns viegli var ieraudzīt, paņemt un pielietot, lai realizētu savu izvērzīto darbību. Jo vairāk bērnam tiek sniegta iespēja darboties pašam, jo biežāk bērns izvērza savas darbības mērķi pats. Netiešie pamudinājumi: skolotāja iesaistās radošo darbu izveidē. Skolotājs nevis tikai stāsta, kā vajag veidot konkrēti radošo darbu, bet arī kopā ar bērniem pie galda sēž un veido to. Piemēram, skolotāja var teikt: “Es redzēju, kā tu ar prieku aplīmēji šablonu ar vates bumbuliem, tāpēc es arī izveidošu aitu. Kamēr es veidošu aitu, kādu darbu tu nākamo veiksi?”. Jautājumu uzdošana bērnu rosina domāt un patstāvīgi izvēlēties sev nozīmīgu darbību.
Pašregulācijas prasmes
SR: Bērns apdomājas, pirms veic konkrētu darbību.
<u>Aktivitāte prasmes sekmēšanai:</u> Pārdomu vieta: “STOP!” krēsls. Pedagogs kopā ar bērniem izvēlas speciālu vietu grupā, kur novietot krēslu, kurš paredzēt brīžos, kad bērns ir spēcīgu emociju iespaidā un nespēj savaldīt savu uzvedību, lai ir iespēja aiziet apsēties un nomierinātos un lai pārdomātu savu turpmāko rīcību.

SR: Bērns spēj pagaidīt savu kārtu atšķirīgās situācijās.
<p><u>Aktivitātes prasmes sekmēšanai:</u></p> <p>Izveidot gaidīšanas noteikuma principu: “Zēns, meitene”.</p> <p>Bērni kopā ar skolotāju ir izveidojuši noteikumu, kāda tiek gaidīta sava kārtā, lai viens pēc otra tiktu uz tualeti, paņemtu nepieciešamos piederumus, kā arī, lai kaut ko novērotu atšķirīgās dienas rīta situācijās. Katrs bērns, atbilstoši dzimuma, ir izveidojis meitenes vai zēna ķermeņa siluetu un to pareizā vietā ir pievienojis pie plakāta, kas raksturo vienu no grupas noteikumiem, ka rinda tiek veidota pēc stāšanās principa “zēns, meitene”.</p> <p>Mūzikas klausīšanās: vizuāli mākslinieciskās izteiksmes līdzekļi un mūzikas klausīšanās.</p> <p>Bērni pēc nejaušības principa sadalās pāros, izvelkot kartītes un atrodot vienādās, pēc tam skolotāja pastāsta, ka katram pārim būs tikai viena lapa un viens zīmulis. Kamēr mūzika tiek atskaņota viens bērns zīme lapā, kad mūziku nedzird, bērns sniedz zīmuli savam grupas biedram un viņš atsāk zīmēt, kad mūzika atkārtoti ir iespējams dzirdēt, un tā vairākas reizes bērni mainās ar rakstāmpiederumiem. Šī metode attīsta bērna spējas pagaidīt, jo kamēr viens izglītojamais zīmē, otram ir jāpagaida</p>
SR: Bērns savu iecerēto uzdevumu pabeidz līdz galam.
<p><u>Aktivitāte prasmes sekmēšanai:</u></p> <p>Mākslinieciski radošā darbība: plakātu veidošana.</p> <p>Bērns biežāk pabeigs uzdevumu līdz galam, ja zinās secīgi veicamos soļus, tāpēc pirms darba veikšanas, iepriekš kopīgi ar bērniem izrunāt un sagatavot plakātu ar soļiem, lai sasniegtu rezultātu. Piemēram, pirms grupā tiek audzēti dārzeni un ziedi, ir izveidot plakāts ar procesu, kā tas tiek darīts.</p>
Attiecību veidošanās prasmes
SR: Bērns spēj sadraudzēties ar grupas biedriem
<p><u>Aktivitāte prasmes sekmēšanai:</u></p> <p>Rotaļa: “Kas mums ir kopīgais un kas - atšķirīgs”.</p> <p>Šo rotaļu var spēlēt rīta aplī, kad skolotāja bērniem pajautā: “Pavērojiet viens otru un padomājiet, vai mēs visi esam vienādi? Kas mums ir kopīgs? (10 rokas pirksti, divas acis, rokas) Kas mums ir atšķirīgs (matu krāsa, apģērba krāsa, garums)?”, sarunas laikā pedagogs aicina bērns grupēties pēc vienas pazīmes, salīdzinot apģērba, matu krāsas, un izvīrīt vēl kādas pazīmes, pēc kurām varētu sagrupēties. Šī spēle veicina ne tikai attiecību veidošanās prasmi, bet arī sociālo izpratni, jo komunicēšanas un sadarbošanās procesa laikā, bērni iepazīstam viens otru tuvāk un saprot, ka visi cilvēki nav vienādi.</p> <p>Rotaļa: deja pa pāriem.</p> <p>Skolotāja ar bērniem var dejot tautas deju “Viena maza turku pupa”. Pedagogs bērnus iepazīstina ar tautas dejas principiem, ka parasti jādejo pa pāriem, tāpēc vienam ar otru jādraudzējas, lai veidotos kopīga deja.</p>
SR: Bērns patstāvīgi saskaņo darbības ar citiem grupas bērniem
<p><u>Aktivitāte prasmes sekmēšanai:</u></p> <p>Sižetiskā lomu rotaļa: “Veikals”.</p> <p>Grupas vide iekārtota tā, lai bērniem būtu iespēja spēlēt sižetisko lomu rotaļu “Veikals”, pedagogs novēro bērnu darbības, komentē tās, iesaistās rotaļā, uzdod bērniem jautājumus par pirkšanas un pārdošanas procesu. Piemēram, jautājot “Kā var nopirkt veikalā precī? Kā var nopelnīt naudu? Kādi profesijas cilvēki strādā veikalā? Kas mums nepieciešams, lai spēlētu rotaļu “Veikals”?” un tamlīdzīgus jautājumus.</p> <p>Celtniecības rotaļa: “Uzbūvē māju”.</p> <p>Skolotāja ierosina bērnus sadalīties grupās, pāros vai pa vienam izveidot no telpas pieejamajiem materiāliem, piemēriem, klučiem, krēsliem, šallēm un citiem priekšmetiem, māju. Pēc tam parunāt dažādus jautājumus par to, no kā māja tika uzbūvēta, kas mājā varētu dzīvot. Celtniecības rotaļu laikā bērnam vienam ar otru jāsarunājas, lai vienotos par kopīgu rezultātu.</p> <p>Teatrālā rotaļa: Ulrika Kestere “Ezītis un lielā oga”.</p>

Pedagogs ar bērniem var izlasīt pasaku “Ezītis un lielā oga”. Pēc pasakas izlasīšanas noskaidrot, kas notika daiļdarba sižetā un kopīgi attēlot pasakas scenāriju, norunājot kādu tēlu katrs no bērniem atveidos. Bērni var piedāvāt variantus, kā izvēlēties lomu sadali.

Sociālā izpratne

SR: Bērns izrāda rūpes par to, kā citi jūtas.

Aktivitātes prasmes sekmēšanai:

Pasaku lasīšana: Laima Bikše “Esi mans draugs”.

Skolotāja bērniem lasa pasaku “Esi mans draugs”. Pēc pasakas izlasīšanas ar bērniem pārrunā galveno varoņu izjūtas, piemēram, “Kā jutās vāverīte, kad viņai nebija draugu? Kā jutās ezītis, kad viņam nebija draugu? Kā jutās cilvēki, kad viņiem ir draugi? Kā var iegūt draugus? Kas ir draugi?”. Bērni var izspēlēt šī daiļdarba scenāriju rotaļā.

Mūzikas klausīšanās: L.Delībs “Picikato” (Classical Music 2012).

Skolotāja atskaņo bērniem skaņdarbu “Picikato” un stāsta: “Ka šis skaņdarbs liek domāt par vasaras dienu, kurā bērni dodas ārā rotaļāties,” pēc tam jautā bērniem: “Kāda diena varētu būt (saulaina, lietaina, apmākusies), kā bērni jūtas šajā dienā (priecīgi, noskumuši, bēdīgi), ko bērni varētu darīt tālāk?”. Skaņdarba klausīšanās mērķis ir, lai bērns ieklausās mūzikā un dzirdēto melodiju saskaņotu ar savām izjustajām emocijām.

Radošā darbība: “Jūtu plakāts”.

Skolotāja sagatavo žurnālus, bukletus, aicina katram paņemt un apskatīt tajā redzamo informāciju, un izgriezt tos attēlus, kur redzami cilvēki. Kad attēli ar personām ir izgriezti, skolotāja rosina bērnus attēlus klasificēt pēc viņu sejas izteiksmēm, darbībām, piemēram, cilvēks ir priecīgs, bēdīgs, dusmīgs, bailīgs.

SR: Bērns stāsta par citu sajūtām, konkrētā situācijā.

Aktivitātes prasmes sekmēšanai:

Perspektīvas ieņemšana: pastaigas laikā vērot dabu.

Bērni pastaigājas, skolotāja mudina bērniem vērot apkārtni, nosaucot, ko ir ieraudzījuši, pēc tam pedagogs bērniem jautā: “Es redzu, ka kaķis apgūlies zālē, bet vārna sēž uz koka zara. Ko redz vārna? Ko redz kaķis?”. Šādu jautājumu uzdošana bērniem sekmē fizisko perspektīvas ieņemšanu, kas vēlāk uzlabo emocionālo perspektīvas ieņemšanu, piemēram, jautājot bērniem: “Kārlis, Anna un Robert nopirka saldējumu, bet Anna paklupa, un viņai saldējums izkrita no rokām un nokrita zemē. Kā jūtas Anna? Kā jūtas Roberts un Kārlis?”.

Didaktiskā rotaļa: “4 sajūtas”.

Pedagogs iepriekš ar bērniem ir izveidojis 4 izjūtu kociņus, kopīgi nosakot kāda krāsa varētu raksturot prieku, dusmas, skumjas un bailes (katram bērnam ir jāizveido šāds kociņš). Kad krāsa ir izvēlēta, katrs bērns izgriež attiecīgās krāsas aplus un tos salīmē vienu pret otru tā, lai tas atrastos kociņa vienā galā. Aplus arī var iezīmēt sejas mīmikas. Kad spēles priekšmeti ir sagatavoti, tad skolotāja aicina bērnus sasēsties pusaplī un paņemt katram tika divus izjūtu kociņus, piemēram, prieks – dusmas, bailes – skumjas, skumjas – prieks, pēc tam pedagogs nosauc dažādas situācijas, kuras bērniem ir jāizvērtē un jāpaceļ tas kociņš, kas ataino to, kā jūtas cilvēks šajā situācijā. Piemēram, “meitenei skrēja un pakrita”, “man dzimšanas dienā uzdāvināja mīksto rotaļlietu lāci”, “es šodien pabeidzu krāsot sauli” un citi apgalvojumi, kuros iespējams konstatēt izjūtas. Pirmajā dienā bērni darbojas ar “prieka un bēdu kociņiem”, bet nākamajā – “baiļu un dusmu kociņiem”.

Atbildīgu lēmumu pieņemšana

SR: Bērns atšķir labu rīcību no sliktas.

Aktivitātes prasmes sekmēšanai:

Didaktiskā spēle: “Laba un slikta rīcība” (attēlu kartītes, metamais kauliņš).

Jāizvēlas viena no vairākām attēlu kartītēm, un jāuzmet metamais kauliņš, ja uz metamā kauliņa ir sarkans aplis, jāpasaka, kāda slikta rīcība redzamā attēlā, bet, ja uz metamā kauliņa ir zaļš aplis, tad – laba rīcība. Piemēram, attēls ar kāpnēm, labā rīcība – turēties pie margām, iet lēniem soļiem, kāpt pa vienam solim, slikta rīcība – skriet pa trepēm, grūstīties.

Pasakas lasīšana: Kristīne A. Ādamsa “Kā kļūt par labu draugu?”.

Skolotāja bērniem lasa pasaku “Kā kļūt par labu draugu?”. Pēc pasakas izlasīšanas bērni pārrunā un izveido noteikumu plakātu par to, kāda rīcība sekmē draudzīgu attiecību veidošanos, savukārt, kāda rīcība neveicina draugu iegūšanu.
SR: Bērns ikdienā ievērot grupas kārtības un drošības noteikumus; bērns apzinās savu rīcību un nevaino citus, kad nonācis konfliktsituācijā.
<p><u>Aktivitātes prasmes sekmēšanai:</u></p> <p>Mākslinieciski radoša darbība: plakāta veidošana “Kārtību rullis”.</p> <p>Pedagogs kopā ar bērniem izpēta attēlu kartītes un izrunā, kādi kārtības un drošības noteikumi ir jāievēro grupā. Pēc tam kopīgi izvietojot attēlu kartītes ar attiecīgajiem noteikumiem novietot atšķirīgās vietās, piemēram, “Kad ienāku grupā, noģērbjos un nomazgāju rokas” tiek piestiprināts pie koridora durvīm, “Guļamtelpā runāju klusu” atrodas guļamistabā. Kad noteikumi ir izvietoti pa grupu, katrs bērns to apliecina ar rokas nospiedumu uz plakāta.</p> <p>Tiešie pamudinājumi: skolotāja jēgpilni verbālie apgalvojumi.</p> <p>Bērniem, kuriem grupas kārtības un drošības noteikumus ievērot ir grūtāk, skolotājs sekmējot bērna pozitīvo uzvedību, izsaka apgalvojumus, kuri apliecina bērna centienus ievērot tos. Piemēram, sakot: “Mani iepriecināja tava uzvedība, jo redzēju, ka tev šodien izdevās draugam palūgt rotaļlietu!”.</p> <p>Ārējie motivācijas avoti: “Labo darbu burciņa”.</p> <p>Grupā ieviest “labo darbu burciņas”, kur bērns par pozitīvu uzvedību saņem zvaigznīti, kuru pēc tam var iemainīt pret nelielu balvu. Šī metode bērnam attīsta kritiskās domāšanas caurviju prasmi, kas saistās ar atbildīgu lēmumu pieņemšanu, jo brīdi, kad bērns sāk apzināties, ka par sagaidāmo uzvedību tiek saņemta balva, bērns aizdomāties par savu rīcību un izdarīs izvēli saistībā ar uzvedības uzlabošanu.</p> <p>Daiļdarba lasīšana: Dāvis Ozols, Ruta Svaža “Tracis Bērnistabā”.</p> <p>Skolotāja bērniem lasa pasaku “Tracis bērnistabā” un pārrunā ar bērniem daiļdarba notikumus. Piemēram, jautājot: “Kāda bija Baibas rīcība: laba vai slikta? Kur Baibas rotaļlietām bija jābūt novietotām? Kurš Baibas istabas noteikumus ir tāds pat, kā mūsu grupā (paņemtās rotaļlietas jānoliek atpakaļ plauktos)?”.</p>

Plānā iespējams novērot, ka tādas sociāli emocionālās prasmes kā atbildīgu lēmumu pieņemšana, sociālā izpratne un attiecību veidošanu var pilnveidot lasot pasakas, kurās attēlota galveno varoņu mijiedarbība ar citiem daiļdarba personāžiem. Svarīgi atcerēties, ka pasakām jābūt izvēlētam par bērna iemīļotajiem tēliem, kā arī galvenais varonis ir bērns, jo tad izglītojamajam būs noturīgāka uzmanība klausīties pasaku un salīdzināt sevi ar daiļdarba tēlu, tā gūstot emocionālo līdzpārdzīvojumu (Štāls 1927). Novērojuma laikā autore secina, bērni labprātīgi klausās pasakas, kur pieminēti multfilmu varoņi (“Cūciņa Pepa”, “Ķepu patruļa”), ko bērni visbiežāk redzējuši televizorā vai YouTube video.

Sociālās prasmes bērnam var sekmēt klausoties skaņdarbus, arī darba autores plāna ir pieminētas aktivitātes, kuras laikā bērni darbojas mūzikas pavadījumā. Klausoties skaņdarbus, bērnam jāpastāsta par savām izjūtām, kuras radušā balstoties savā pieredzē, kā arī jābūt uzmanīgam, jo jādzird, kurā brīdī mūzika vairs neskan un kurā atkārtoti sāk skanēt, bet kurā brīdī nomainās skaņas tonalitāte, jo dzirdētā skaņa var ietekmēt bērna stāstījumu. Darba autore arī plānā piedāvā aktivitātes, kur mūzikas klausīšanos tiek apvienot ar radošo darbību, kuras laikā bērns klausoties skaņdarbu ar krāsām attēlot savas izjūtas. Šī darbības laikā bērns sekmē sociāli emocionālās prasmēs – sevis saprašana, sociālo izpratni un pašregulāciju.

Secinājumi

1. 4 gadus veca bērna sociāli emocionālās prasmes veidojas balstoties uz tādiem faktoriem kā vecāka un bērna savstarpējās mijiedarbības, iedzimtajām emocijām un temperamenta iezīmēm, kā arī individualizācijas procesa un dzimuma identitātes veidošanos, un vadošās darbības, kas šajā vecumposmā ir sižetiskā lomu rotaļa.
2. Liela nozīme sociāli emocionālo prasmju apguvē ir izmantotajām metodēm, lai bērnam attīstītos konkrētā prasme, pedagogam jāizvērtē izglītojamā attīstības īpatnības un bērna vajadzības, lai pedagoģiskais process tiktu organizēt tā, lai veicinātu bērnam gan atpazīt un regulēt savas emocijās, kā arī izradītu līdzjūtību un veidoto pozitīvas attiecības ar grupas biedriem un, protams, pieņemtu atbildīgus lēmumus.
3. Bērniem sociāli emocionālās prasmes attīstās veicot jebkādu radošo darbību. Lai pedagoģiskajā procesā izmantotu tādas metodes kā didaktiskās spēles, mūzikas klausīšanos, mākslinieciski radošās darbība, lai sekmētu sociāli emocionālās prasmes, bērnam vispirms jāiepazīst emocijas. Savu emociju iepazīšanu bērns apgūst ikdienā vērojot apkārteso cilvēkus un vizuālos materiālus, kā arī dzirdot un analizējot tiešus un netiešus pamudinājumus. Pēc tam, lai bērns spētu kontrolēt savas emocijas, jāattīsta pašregulācijas prasmes, ko iespējams veicināt rīta aplī, piekopjot elpošanas vingrinājumus. Savukārt sociālo izpratni un attiecību veidošanās prasmi bērnam vislabāk iemācīt iesaistoties grupu vai pāru darbos, kur paralēli šim procesam bērns arī attīsta lēmumu pieņemšanas prasmi.
4. Apkopojot novērošanas protokola datus, noskaidrotājās tas, ka izmantojot didaktisko materiālus un izsakot netiešus pamudinājumus par konkrētu uzdevumu, 4 gadus vecs bērns spēj nosaukt vismaz četras emocijas, kā arī izvirzīt sev personīgi nozīmīgu uzdevumu, kas saistās ar sociāli emocionālo prasmi - saprast sevi.
5. Pašregulācijas prasme saistās ar izvirzītā uzdevuma paveikšanu līdz galam, apdomāties pirms tiek veikts kāds uzdevumu un spēju pagaidīt savu kārtu atšķirīgās situācijās. Pēc pētījuma rezultātiem noskaidrojās, ka bērni, kuri ikdienā spēj izvirzīt sev nozīmīgu sasniedzamu darbību, arī prot pabeigt to līdz galam.
6. 4 gadus veci bērni spēj labāk sagaidīt savu kārtu, ja ikdienā pedagoģiskajā procesā tiek piekopts bērniem zināms rindas gaidīšanas princips.
7. Sociālo izpratni var bērniem sekmēt lasot pasaka, kā arī skatoties mēmos video, bet jāatceras, ka attiecīgi izvēlētie literārie darbi jāizanalizē vairākas reizes, lai bērniem veidotos sapratne par to, kā galveno varoņi daiļdarbā jūtas. Pašvaldības pirmsskolas izglītības iestādes "X" 4 gadus veciem bērniem sociālā izpratnes spēja vēl ir jāpilnveido,

pedagogu izmantotās metodes sekmē šo prasmju apguvi, bet ne pietiekami, lai bērns izrādītu līdzjūtību un domātu par citu indivīdu sajūtām.

8. Bērnu attiecības veidošanās prasmes ietekmē gan grupas mikroklimate, gan izmantotie metodiskie paņēmieni. Ja grupas darbinieku savstarpējās attiecības tiek veidotas cieņpilnas un ja skolotāji sadarbojoties mācību procesu organizē izmantojot pāru vai grupu rotaļas, sižetiskās lomu rotaļas, tad arī izglītojamajiem attīstās pozitīva attiecību veidošanās prasme.
9. Pirmsskolas izglītības iestādes "X" 4 gadus veci bērni, kuri atšķir labu rīcību no sliktas, arī ievēro grupas kārtības un drošības noteikumus, kā arī konfliktsituācijās apzinās savu rīcību un nevaino citus.
10. Pirmsskolas izglītības iestādes bērni, kuriem ir 4 gadi, ir apguvuši ļoti labi draudzīgu attiecību veidošanās prasmi, toties sociālās izpratnes un atbildīgu lēmumu pieņemšanas prasme lielākai daļai izglītojamajiem tā ir jāpilnveido.
11. Daiļdarbu lasīšana sekmē sociāli emocionālo prasmju pilnveidošanos, jo pasaku klausīšanās laikā bērnam iespēja salīdzināt sevi ar galveno varoni un izjust viņa emocionālo stāvokli.
12. Sociāli emocionālās prasmes bērnam var attīstīt darbojoties ar vizuālās mākslas līdzekļiem, kas bērnam dod iespēju sniegt savu redzējumu par konkrēto krāsu un materiālu saistībā ar emocionālo noskaņojumu.
13. Lai bērnam sekmētu pozitīvas attiecības veidošanās prasme, visbiežāk tiek izmantotas gan celtniecības, gan teatrālās, gan lomu rotaļas. Rotaļu laikā bērns mācās vienoties ar saviem grupas biedriem, lai sasniegtu kopīgu mērķi.

Literatūras un citu avotu saraksts

1. Brice, B. (2013). *Viss sākas ar rotaļu*. Rīga: Izdevniecība RaKa.
2. Chand, S. (n.d.). *Interview: Definition, Objectives, Types and Guidelines for Effective Interviewing*. Retrieved from [Interview: Definition, Objectives, Types and Guidelines for Effective Interviewing \(yourarticlelibrary.com\)](https://www.yourarticlelibrary.com/interview-definition-objectives-types-and-guidelines-for-effective-interviewing/).
3. Classical Music. (2012). *Pizzicato-Léo Delibes*. Pieejams: <https://www.youtube.com/watch?v=kNuVE5DcudM>
4. Ferreira, M., Martinsone, B., Talic, S. (2020). *Promoting Sustainable Social Emotional Learning at School through Relationship-Centered Learning Environment, Teaching Methods, and Formative Assessment*. *Journal of Teacher Education for Sustainability*. Retrieved from [https://www.researchgate.net/profile/Marco-Ferreira-15/publication/343230247 Promoting Sustainable Social Emotional Learning at School through Relationship-Centered Learning Environment Teaching Methods and Formative Assessment/links/5f1e8f14a6fdcc9626b684d0/Promoting-Sustainable-Social-Emotional-Learning-at-School-through-Relationship-Centered-Learning-Environment-Teaching-Methods-and-Formative-Assessment.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Marco-Ferreira-15/publication/343230247_Promoting_Sustainable_Social_Emotional_Learning_at_School_through_Relationship-Centered_Learning_Environment_Teaching_Methods_and_Formative_Assessment/links/5f1e8f14a6fdcc9626b684d0/Promoting-Sustainable-Social-Emotional-Learning-at-School-through-Relationship-Centered-Learning-Environment-Teaching-Methods-and-Formative-Assessment.pdf).
5. Golubina, V. (2007). *Pirmsskolas pedagoga rokasgrāmata*. Rīga: Izglītības soli.
6. Hemmeter, M. L., Ostrosky, M., Fox, L. (2006). *Social and Emotional Foundations for Early Learning: A Conceptual Model for Intervention*. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/228349912 Social and Emotional Foundations for Early Learning A Conceptual Model for Intervention](https://www.researchgate.net/publication/228349912_Social_and_Emotional_Foundations_for_Early_Learning_A_Conceptual_Model_for_Intervention).
7. Kerija, T. (2020). *Ko domā mans bērns?* Rīga: Zvaigzne ABC.
8. Lieģeniece, D. (1992). *Bērns pasaulē-pasaule bērņā*. Rīga: Zvaigzne.
9. Mantz, L., S., Bear, G., G., Yang, C., Harris, A. (2018). *The Delaware Social-Emotional Competency Scale (DSECS-S): Evidence of Validity and Reliability*. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/309559373 The Delaware Social-Emotional Competency Scale DSECS-S Evidence of Validity and Reliability](https://www.researchgate.net/publication/309559373_The_Delaware_Social-Emotional_Competency_Scale_DSECS-S_Evidence_of_Validity_and_Reliability).
10. Martinsone, B. (2020). *Sevis apzināšanās un pašregulācija, sociālā apzināšanās un attiecību veidošanās prasmes*. Powerpoint prezentācija. Rīga: Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte.
11. Mārtinsone K., Miltuze A. (2015). *Psiholoģija. 1. daļa*. Rīga: Zvaigzne ABC.
12. Medne, D. (2015). Emocijas bērnu attīstībā. Špona, A. *Bērņa sasnieguma veicināšana pirmsskolā* (113. – 131. lpp). Rīga: Izdevniecība RaKa.

13. *Psiholoģijas vārdnīca*. (1999). Mācību grāmata. Rīga: G. Breslava red.
14. Pūrēns, V. (2019). *Kā izprast emocijas*. Rīga: Izdevniecība RaKa.
15. Seefeldt, C., Wasik, B., A. (2005). *Early Education: Three, Four, and Five-Year-Olds Go to School*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall, Merrill.
16. Skola2030. (2019). *Caurviju prasmes pirmsskolā. Metodiskais līdzeklis pirmsskolas skolotājam*. Valsts izglītības satura centrs. Pieejams: <https://mape.skola2030.lv/resources/357>.
17. Skola2030. (2019). *Pirmsskolas mācību programma*. Valsts izglītības satura centrs. Pieejams: <https://mape.skola2030.lv/resources/10>.
18. Svence, G. (1999). *Attīstības psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
19. Štāls, M. (1927). *Audzinašana un mācīšana agrā bērnībā*. Rīga: Valters un Rapa.
20. Valbis, J. (2005). *Skolēna personības attīstība – izglītības virsuzdevums*. Rīga: Zvaigzne ABC.
21. Valsts izglītības satura centrs. (2019). *Metodiskie paņēmieni skolēnu sociāli emocionālo prasmju novērtēšanai skolā*. Rokasgrāmata. Pieejams: https://www.visc.gov.lv/sites/visc/files/data_content/rokasgramata_met_pan_sem1.pdf.
22. Vorobjovs, A. (2000). *Vispārīgā psiholoģija*. Rīga: Izglītības soli.
23. Zuili, R. (2018). *Kā izprast mūsu bērnu emocijas. Vecumā no 0 – 10 gadiem*. Izdevniecība: SIA Liegra.
24. Великанова, Е., Г. (2019). *Эмоционально-личностное развитие детей 4-5 лет*. Pieejams: [Эмоционально-личностное развитие детей 4-5 лет. | Статья: | Образовательная социальная сеть \(nsportal.ru\)](#)
25. Каверина, А., Н. (2019). *Эмоциональное развитие детей 4-5 лет в условиях дошкольного учреждения*. Pieejams: [Эмоциональное развитие детей 4-5 лет в условиях дошкольного учреждения | Статья \(средняя группа\): | Образовательная социальная сеть \(nsportal.ru\)](#).

1. PIELIKUMS. Novērošanas protokols

Vārds _____

Dzimums _____

Novērojuma protokols

Katram kritērijam izvēlēties atbilstošo atbildi un atzīmēt ar "x".

Vērojamie kritērijs	SA	TA	A	AP
Saprast sevi:				
Bērns atšķir vismaz 4 emocijas (prieks, dusmas, bēdas, bailes).				
Bērns patstāvīgi izvirza sev nozīmīgu uzdevumu/darbību				
Pašregulācijas prasmes:				
Bērns apdomājas, pirms veic konkrētu darbību				
Bērns spēj pagaidīt savu kārtu atšķirīgās situācijās				
Bērns savu iecerēto uzdevumu pabeidz līdz galam				
Sociālā izpratne:				
Bērns izrāda rūpes par to, kā citi jūtas				
Bērns stāsta par citu sajūtām, konkrētā situācijā				
Attiecību veidošanās prasme:				
Bērns spēj sadraudzēties ar grupas biedriem				
Bērns patstāvīgi saskaņo darbības ar citiem grupas bērniem				
Atbildīgu lēmumu pieņemšana:				
Bērns atšķir labu rīcību no sliktas				
Bērns ikdienā ievērot grupas kārtības un drošības noteikumus				
Bērns apzinās savu rīcību un nevaino citus, kad nonācis konfliktsituācijā				

Piezīmes:

2. PIELIKUMS. Sociāli emocionālo prasmju apguves līmeņu apraksts

Sācis apgūt (SA)	Turpina apgūt (TA)	Apguvis (A)	Apguvis padziļināti (AP)
Saprast sevi			
Vēro apkārtējo bērnu emociju izpausmes, ar žestiem un mīmiku atsaucas tām.	No skolotājas nosauktajām emocijām, izvēlas atbilstošo.	Bērns nosauc vismaz 4 emocijas (prieks, dusmas, bēdas, bailes).	Nosauc raksturīgākās emocijas, runājot par cilvēkiem, dzīvniekiem un literāriem, vizuāliem vai mūzikas tēliem.
No skolotājas piedāvātajām darbībām izvēlas veicamo uzdevumu.	Ar skolotājas atbalstu bērns ikdienā izvirza vismaz vienu sev nozīmīgu uzdevumu/darbību	Patstāvīgi izvirza sev nozīmīgu darbību/uzdevumu.	Patstāvīgi izvirza sev nozīmīgu darbību/uzdevumu, pamato savu izvēli, vērtē rezultātu.
Pašregulācijas prasmes			
Nepieciešami regulāri skolotājas apstiprinājumi pirms veic konkrētu darbību.	Ar skolotāja palīdzību veic konkrēto darbību/uzdevumu.	Bērns apdomājas, pirms veic konkrētu darbību.	Bērns apdomājas, pirms veic konkrētu darbību, pamato savu rīcību izvēli.
Bērnām nepieciešams individuāls uzaicinājums, lai pievienotos rindai un gaidītu savu kārtu.	Ar skolotājas aizrādījumiem gaida savu kārtu.	Bērns spēj pagaidīt savu kārtu atšķirīgās situācijās	Spēj pagaidīt savu kārtu un apzinās, kurās situācijās jāastājas rindā saistībā ar dienas rita darbībām.
Bērns iesāk konkrēto darbību/uzdevumu, bet regulāri nepieciešami atgādinājumi par darba pabeigšanu.	Pieaugušā mudināts, pabeidz darbu līdz galam.	Bērns savu iecerēto uzdevumu pabeidz līdz galam.	Bērns patstāvīgi savu iecerēto uzdevumu pabeidz līdz galam un vērtē darbības rezultātu.
Sociālā izpratne			
Pēc skolotājas aizrādījumu, bērns izrāda līdzjūtību un atvainojas par savu rīcību.	Atsaucas un vēro cita pārdzīvojumu.	Bērns izrāda rūpes par to, kā citi jūtas.	Bērns konstatē daiļdarba galvenā tēla raizes un pamato to cēloni.
Apzinās, ka cilvēki atšķirīgās situācijās jūtas dažādi.	Ar skolotājas atbalstu nosauc citu cilvēku iespējamās sajūtas.	Bērns stāsta par citu sajūtām un izjūtām konkrētā situācijā.	Bērns stāsta par citu sajūtām un izjūtām konkrētā situācijā, paskaidrojot, kāpēc tās radušās.
Attiecību veidošanās prasme			
Dažreiz darbojas kopā ar citu bērnu.	Bērns labprātīgi izrāda vēlmi draudzēties.	Bērns spēj sadraudzēties ar grupas bērniem.	Bērns skaidro, ka ar visiem grupas bērniem jādraudzējas.

Bērns ikdienā darbojas individuāli.	Ar skolotājas pamudinājumu iesaistās darbībā ar citiem grupas bērniem.	Bērns patstāvīgi saskaņot darbības ar citiem grupas bērniem.	Aicina citus grupas bērnus iesaistīties rotaļās.
Atbildīgu lēmumu pieņemšana			
Ikdienas situācijās cenšas ievērot labu un sliktu rīcību, bet nepieciešami regulāri skolotājas atgādinājumi.	Saskarsmē ar citiem grupas biedriem ievēro labu un sliktu rīcību.	Bērns atšķir labu rīcību no sliktas.	Bērns atšķir labu rīcību no sliktas, pamato, kāpēc rīcībai ir negatīva vai pozitīvas sekas.
Bērns ievēro tikai dažus grupas kārtības un drošības noteikumus.	Cenšas ievērot grupas kārtības un drošības noteikumi; saprot un norāda, kuru grupas kārtības un drošības notikumu ir pārkāpis.	Bērns ikdienā ievērot grupas kārtības un drošības noteikumus.	Ievēro kārtības un drošības noteikumus, skaidro kādi drošības noteikumi jāievēro atrodoties ārpus iestādes.
Bērnā nepieciešami regulāri skolotājas aizrādījumiem konfliktsituācijās.	Ar skolotājas pamudinājumiem bērns apzinās savu rīcību konfliktsituācijā.	Bērns apzinās savu rīcību un nevaino citus, kad nonācis konfliktsituācijā.	Bērns apzinās savu rīcību un skaidro, ko izdarījis nepareizi un kā būtu jārikojas pareizi.

**Intervijas jautājumi pedagogiem par sociāli emocionālo prasmju sekmēšanu
pirmsskolas izglītības iestādē**

Sasveicināties!

Iepazīstināt ar interviju un tās nepieciešamību.

Intervijas jautājumi:

1. J: Nosauciet vismaz četras raksturīgākās emocijas, kādas saviem grupas bērniem esat ievērojušas un kurās situācijās tās izpaužas?

A: Viena no emocijām, ko uzreiz varu pateikt ir prieks. Bērns priecājas, kad ir ienācis grupiņā un pamana, ka arī viņa draugs šodien ir atnācis, kā arī parasti bērni ir priecīgi par jebkuru izveidoto darbiņu, kurš ir izdevies kā iecerēts. Protams, vēl bērni it īpaši pirmdienās ir skumīgi, kad jāatvadās no vecākiem, kas ir saprotams, jo iepriekšējās divas dienas tika pavadītas kopā ar mammu un tēti, un ir grūtāka šī šķiršanās no vecākiem.

L: Jā, es piekrītu, ka tas ir prieks, bet vēlos papildināt tavu teikto, ka šajā pašā situācijā, kur bērns priecājas par izveidoto darbiņu, lai nonāktu līdz šim prieka momentam, paralēli bērnam kā viena no emocijām arī ir dusmas, ka sākumā kaut kas nesanāca, kā gribētos un tad vispirms ir dusmas, bet beigās, kad pacenšas darbu pabeigt līdz galam, pats bērns jūtas priecīgs.

A: Jā, tās parasti ir tās dusmas, kad kaut kas nav pa prātam izdevies. Dismīgs, kad nav izdevies darbiņš, dismīgs, ka jāpagaida pirms tiek spēlētās ar konkrēto rotaļlietu. Tā, kādas emocijas vēl esam ievērojušas, dusmas, prieku, skumjas nosaucām.

L: Es gribētu teikt, ka tas ir aizvainojums. Īsā brīža aizvainojums, ja kāds ir nodarījis pāri. Visbiežāk, kāds ir pagrūdis, iesitis, uzkāpis uz kājas. 4 gadīgi bērni jau ir aktīvāki un skaļāki nekā trīsgadīgi, tāpēc bieži vien nejauši nākas vai nu iesist, vai uzkāpt virsū uz kājas viens otram, bet bērni jau vēl neapzinās, ka tas bija nejauši.

2. J: Pastāstiet, kādas metodes, materiālus izmantojat pedagoģiskajā procesā, lai sekmētu bērnam emociju iepazīšanu un atšķiršanu/konstatēšanu?

A: Pirmkārt, pašas paužot savas emocijas un nosaukt tās vārdos. Piemēram, es saku bērniem “es esmu priecīga, ka Anna novietoja pareizā vietā netīrās otas, tas nozīmē, ka viņa ir dzirdējusi to, ko mēs sarunājām”, vai, piemēram “es esmu apbēdināta, ka tu neievēro grupas noteikumu, jo mēs esam norunājuši, ka sporta stundās mēs skrienam, savukārt pa grupu ejam lēniem soļiem”. Otrkārt, mēs izmantojam emociju kartītes, pie sienas ir piestiprinātas trīs emociju attēli: priecīgs, dismīgs un bēdīgs. Bērns paņem knaģi, pie kura pielīmēt viņa attēls un tad dodas piestiprināt to pie attiecīgās attēlu kartīte.

L: Bērniem patīk ar tiem knaģiem darboties, jo ikdienā iespējams novērot, ka bērni paši savā starpā sarunājas par izjustajām emocijām un pārspauž savu knaģi pie citas emociju kartītes.

Mūsu grupas bērniem ļoti patīk dziesma “Ja tu esi priecīgs, dari tā...”. Tā ir dziesma, kur tiek nosaukta attiecīgā emocija un paralēli jāveic kustība, kas attēlo konkrēto izjūtu, tā arī ir dziesma, kuru visbiežāk bērni izvēlas dziedāt rīta aplī. Reizēm pat bērni pēcpusdienā jautā, lai atskaņo to dziesmu, jo grib padziedāt šo dziesmu.

3. J: Pastāstiet, kādas metodes, materiālus izmantojat pedagoģiskajā procesā, lai bērnam attīstītos prasme kontrolēt un vadīt savu uzvedību un emocijas?

A: Grūti jau 4 gadus vecam bērnam kontrolēt savu uzvedību, jo viņam jau nav izveidojusies pietiekami liela pieredze, lai to spētu izdarīt. Pārsvārā mēs ar grupas bērniem cenšamies pārrunāt ikdienas situācijas, Kāds bērns ir bijis dusmīgs, bēdīgs. Bērni jau arī ikdienā cenšas piekopt prasmi vadīt savu uzvedību tādās situācijās kā gaidot savu kārtu. Grupā piekopjam principu “meitene, zēns”, kad secīgi vispirms izveidojam rindu, un tad katrs gaida savu kārtu, lai kaut ko novērotu, paņemtu, piestiprinātu un tamlīdzīgi.

L: Sākoties jaunajam gadam, grupā arī izveidojām vietu, kur atrodas “STOP” krēsliņš lai mazinātu negatīvo emociju saasināšanos.. Kad bērns dusmojas, tad rosinām viņam aiziet apsēsties, un aicinām nākt atpakaļ, kad bērns jūtas nomierinājies, un pēc tam kopīgi pārrunājam un jautājam, kāpēc bijī dusmīgs, ko labāk var darīt, kad esi dusmīgs.

4. J: Pastāstiet, ar kādām metodēm, materiāliem sekmējat bērnam empātijas izrādīšanu pret citiem?

A: Mācam bērniem priecāties par saviem un citu panākumiem, tāpat arī just līdzīgu skumīgajos brīžos- samīļojot un pažēlojot. Šodien no rīta arī atgadījās situācija, ka Henriks raudāja un Robert pienāca un jautāja: “Kāpēc Henriks raud?”. Tad es skaidroju, ka es arī nezinu, jo viņš vēl nav pateicis. Lai gan, protams, es zināju, jo viņa mamma jau paspēja pateikt, ka tas tāpēc, ka no rīta nevarēja uz bērnu dārzu braukt ar riteni. Tad mēs ar Robertu spriedām, kāpēc Henriks varētu raudāt, līdz brīdim, kad viņš pateica: “Parasti, kad man brālis raud es jūtos bēdīgs, tāpēc es viņu samīļoju”. Man ļoti iepriecināja šī frāze, jo viņa teikuma jau parādījās tas, ka bērns spēj just līdzīgu. Domāju, ka šis ir lielisks piemērs tam, ka ar bērnu ir jāsarunājas tāpat kā ar pieaugušo, bet tikai vajag vairāk laika un pacietības, lai uzzinātu, ko viņš domā.

L: Es tev pilnīgi piekrītu, un bērns jau ir tas pats mazais pieaugušais. Gribētu vēl pieminēt, ka lasām gan pasakas, gan skatāmies mēmos video, kur nav dialogi, bet gan redzam galveno varoņu mīmiku, darbības un izjūtas, kuras tiek attēlotas ar skaņu efektiem. Bērni redzot video cilvēka mīmiku un dzirdot mūziku, uzreiz nosauc, kā cilvēks jūtas, kāpēc viņam ir radušās šādas emocijas. Izlasot pasakas pēc tam tās pārrunājam un reizēm arī izspēlējam scenāriju. Mākslas centriņā izveidojām jaunu didaktisko materiālu, proti, ielaminējām darba lapu, kurā attēlots zēna un meitenes siluets un kur lapas augšpusē attēlotas četri emociju aplī: prieks, dusmas, bēdas, izbrīns. Bērns paņem ielaminēto darba lapu un plastilīnu, un, veltnējot plastilīnu, izveido

vai nu zēnam, vai meitenei seju. Visbiežāk šo didaktisko materiālu bērniem aicinām izmantot, pēc pasakas vai video noskatīšanās, rosinot bērniem attēlot, kā galvenie varoņi jutās konkrētā brīdī. Bērniem, ļoti patīk šī darba lapa, nesen nācās veidot jaunu, jo viens no bērniem secināja, ka pie emociju apliem nebija attēlots miegains sejas izteiksme, jo viņš no rītiem, atnākot uz bērnudārzu jūtas miegains.

5. J: Jūs piekrītat apgalvojumam, ka jūsu grupas bērni ir draudzīgi? Pastāstiet, kādas metodes, materiālus izmantojat pedagoģiskajā procesā, lai sekmētu pozitīvu attiecību veidošanos citam pret citu?

A: Jā, piekrītu, ka mūsu grupas bērni ir draudzīgi, jo nešķiroju bērnus pēc sociālā, vai kaut kāda cita stāvokļa, mana izturēšanās pret visiem ir vienlīdzīga. Bieži vien spēlējam ar bērniem rotaļas, kur jādarbojas pa pāriem. Šodien no rīta pat dejojām tautas deju pa pāriem, puisis meitene. Kopīgi no māksliniecišķajiem līdzekļiem veidojam kompozīcijas. Nesen arī kopīgi izveidojām kukaiņu māju, no sūnām, zāles, zariņiem.

L: Tik tiešām, mūsu grupas bērni ir draudzīgi, jo bērni patstāvīgi spēlē sižetiskās lomu rotaļas. Parasti ir četri bērni, kuri ir iniciatori, kuri iesaista pārējo grupas bērnu. Bērni sadalās, kurš būs tētis, kura mamma, pat ģimenē ir bērni, kuri tiek attēloti, un, protams, arī mājdzīvnieks, parasti, tas ir suns. Varu apgalvot, ka arī ļoti svarīgs ir grupas mikroklimate. Jo, kā tu bērniem vari sekmēt attiecību prasmi, ja pats nemāki sadarboties. Arī mēs, grupas darbinieki: pedagogi un pedagoga palīgs sadarbojamies, lai veicinātu draudzīgu un pozitīvu grupas vidi. Patiesībā, bērni jūt, ja grupas kolēģu starpā ir nesaskaņas.

6. J: Pastāstiet, kādas metodes, materiālus izmantojat pedagoģiskajā procesā, lai bērnam veidotos priekšstats par labu un sliktu rīcību?

A: Atšķirt sliktu un labu rīcību grupas bērni turpina tikai vēl apgūt. Visbiežāk izmantojam didaktisko materiālus, proti, attēlu kartītes, kur bērnam jāuzmet metamais kauliņš, ja uz metamā kauliņa ir sarkans aplis, jāpasaka, kāda sliktā rīcība redzamā attēlā, bet ja uz metamā kauliņa ir zaļš aplis, tad – laba rīcība.

L: Tagad, uz mācību gada beigām, kad arī paliek siltāks un saulaināks bērni arvien vairāk ir aktīvāki un skaļāki, un mazliet grūtāk savaldāmi. Pati arī pamanu, ka ikdienā biežāk izsaku pozitīvi pastiprinošos apgalvojumus, piemēram, “redzēju, ka tev šodien draugam izdevās palūgt rotaļlietu”, “pamanīju, ka tev šodien izdevās trīs minūtes pagaidīt savu kārtu”, nākas biežāk bērnus paslavēt. Grupā arī esam ieviesuši labo darbu burciņas, kur bērns par pozitīvu uzvedību saņem zvaigznīti, kuru pēc tam var iemainīt pret nelielām balviņām. Tas bērniem ir tāds ārējais motivācijas avots, un ikdienā novēroju, ka ir aptuveni četri bērni, kuri tam pievērš lielu uzmanību, jo brīvajā brīdī izskaita savas zvaigznītes un secina, cik vēl pietrūkst, lai tiktu pie nelielās balviņas.

7.J: Pastāstiet, kā bērniem veicas ar grupas pieņemto kārtības un drošības noteikumu ievērošanu? Kādi noteikumi visbiežāk tiek pārkāpti/ievēroti?

A: Bērni zina grupas noteikumus, mācību gada sākumā kopīgi tos izrunājām un izvietojām pa grupu, bet, protams, dažreiz ir grūti tos ievērot, jo bērni ir ļoti aktīvi un rotaļājoties nākas "iekarst" un grūtāk savaldāmi. Visbiežāk pārkāptais noteikums ir "Pa grupu mēs pārvietojamies soļiem" un "Grupā mēs runājam klusāk". Bērniem izdodas ievērot noteikumu "Āra drēbes tiek skapītī pakarinātas un pirms gulēt iešanas drēbes tiek uzliktas uz krēslīņa". Ziemā bērni pat vienmēr atcerējās, ka mitrie cimdi bija jāliek uz radiatoriem, bet kombinezons jāpakarina tā, lai tas izžūtu.

L: Bieži vien par pārkāptajiem noteikumiem bērni viens otram aizrāda un dodas ar pirkstu norādīt uz attēlu kartītes, kurš noteikums tika neievērots. Bērni reizēm pat saulainajās dienās karina āra apģērbu uz pakaramajiem tā, lai tie izžūtu. Esam priecīgas, ka bērniem ļoti labi izdodas ievērot noteikumu "Pēc sevis vienmēr savāc savu darba vietu", bērni pat viens otram palīdz sakārtot savu darba vietu, vai nu nolikt paliktņi vietā, vai spēles piederumus salikt atpakaļ kastē un ievietot plauktiņā.

8. J: Kuros dienas rīta brīžos jūs ikdienā pievēršat bērna uzmanību uz sociālo prasmju attīstīšanos?

A: Kā jau iepriekš minēju, ka ikdienā tas notiek rīta cēlienā, kad bērns atnāk uz bērnudārzu un tiek rosināts piespraust savu knaģīti pie attiecīgās emociju kartītes.

L: Jā, tas (emociju noteikšana) pārsvarā notiek no rītiem, cenšamies ar katru bērnu parunāties, kad bērns piesprauž knaģi pie attiecīgās emocijas. Bērni no rītiem jūtas priecīgi, kad ir ieradušies un visbiežākais iemesls tagad ir tas, ka ir iespējams atbraukt ar riteni uz bērnudārzu. Interesanti bija ziemā, kad katrs otrais bērns savu knaģīti no rītiem sprauda pie bēdīgās emociju kartītes, tikai tāpēc, ka nākot uz bērnudārzu bija auksti.

9.J: Jūs esat ievērojusi grupas bērnu sociāli emocionālo prasmju uzlabošanu? Vai bērnu uzvedībā ir vērojamas izmaiņas, salīdzinot ar mācību gada sākumu un tagad, mācību gada beigām? Kādas izmaiņas?

A: Jā, noteikti. Kolēģes no pirmās grupas šausminājās, par šiem bērniem, pirms nāca pie mums uz otro grupu. Viņas teica, tas neklausā, tas niņojas un nemazgā rokas, tas atkal ar visiem kaujas un šitas nemāk ģērbties un tā tālāk. Protams, pirmie mācību gada mēneši bija grūtāki, jo bērni atkal sākās jauns adaptācijas periods un pierast bija grūtāk, bet tagad ir ļoti labi redzamas pozitīvas izmaiņas uzvedībā, bērni zina, kas, kur grupā atrodas, draudzējas vien ar otru, jautā pēc palīdzībās, tā kā, protams, ir ievērojamas izmaiņas.

L: Varu papildināt ar to, ka bērniem atvadīšanās no vecākiem ir vieglākas un bez negatīvam emocijām nekā tas bija gada sākumā, kad bērni bieži raudāja. Bērni ir sadraudzējušies sava

starpā un zina grupas noteikumus, tāpēc viņiem uzturēšanās bērnudārzā ir patīkama un emocionāli droša.

10. J: Kurās mācību jomās liekat lielāko uzsvaru uz sociāli emocionālo prasmju apguvi?

A: Visbiežāk tā ir tehnoloģijas mācību joma un kultūras un pašizpaušme mākslas joma, kur bērniem aicinām darboties ar krāsām un citiem mākslinieciskajiem materiāliem, rosinām pastāstīt, ko katra krāsa varētu nozīmēt saistībā ar emocijām, kā arī kāš patika vai nepatika veicot konkrēto darbu.

L: Protams, tikko minētajām divām mācību jomām, paralēli sekmējam valodas mācību jomu, jo ikdienām lasām pasaka, kur bērniem jāpastāsta par galvenajiem varoņiem un viņu rīcībām, izjūtām. Bērniem ļoti patīk pasakas par dabu un dzīvniekiem, tāpēc arī pēc to izlasīšanas izrunājam par to, ka gan pret dabu, gan dzīvniekiem jāizturas saudzīgi, ka nevar piesārņot apkārti un slikti izturēties pret dzīvniekiem, kas sekmē sociāli emocionālā prasme par to, kā mana rīcība ietekmē dzīvniekus un vidi.

Atvadišanās!

GALVOJUMS

Es, Viktorija Rajevska apliecinu, ka darbs izstrādāts atbilstoši zinātniskās ētikas principiem.

Darbā izmantotā literatūra u. c. avoti norādīti literatūras u. c. avotu sarakstā. Dažāda veida informācijai (atziņām, citātiem, attēliem, tabulām u. c.), kas iegūta no minētajiem avotiem, pētnieciskajā darbā un tā pielikumos norādītas atsauces.

Darba autors:

Viktorija Rajevska

Datums: 25.05.2022

Kvalifikācijas darbs “4 gadus vecu bērnu sociāli emocionālo prasmju sekmēšana pirmsskolas izglītības iestādē” izstrādāts Latvijas Universitātes Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultātē.

Ar savu parakstu apliecinu, ka pētījums veikts patstāvīgi un izmantoti tikai tajā norādītie informācijas avoti.

Autors: Viktorija Rajevska
(vārds, uzvārds)

Rekomendēju darbu aizstāvēšanai

Darba zinātniskais vadītājs/a: Dr. paed. Baiba Kalķe
(zinātniskais grāds, vārds, uzvārds)

2022. gada pavasara semestris

ŠIS DARBS PARAKSTĪTS AR DROŠU ELEKTRONISKO PARAKSTU UN SATUR LAIKA ZĪMOGU.