

RĪGAS PEDAGOĢIJAS UN IZGLĪTĪBAS VADĪBAS AKADĒMIJA

Pedagoģijas fakultāte

Nepilna laika studijas

Pirmsskolas izglītības skolotājs

GUNITA LOMAŽA

**4-5 gadīgu bērnu savstarpējā agresija un tās mazināšana ar
pedagoģisko korekciju.**

Kvalifikācijas darbs

Darba vadītājs:

Akadēmiskais amats

Zinātniskais/ Akadēmiskais
grāds

Vārds, uzvārds

Paraksts

Darba autors:

Vārds, uzvārds

Paraksts

Saturs

Ievads	3-4
1. Agresijas un agresivitātes būtība un cēloņi	4-5
2. Agresijas cēloņi pirmsskolas vecuma bērniem.....	5
2.1. Vecāku neizglītība audzināšanas jautājumos.....	5
2.2. Jaunās tehnoloģijas.....	6-7
2.3. Negatīvs vecāku paraugs.....	8.
3. Agresijas izpausmes pirmsskolā 4-5 gadīgiem bērniem	9-10
4. Bērnu agresijas tipi un attiecību veidošanas modeļi.....	11-12
5. Bērnu agresijas mazināšanas iespējas	13-15
6. Agresijas mazināšanas pedagoģiskā programma.....	16
6.1. Situācijas analīze 4-5 gadīgu bērnu grupā.....	16-21.
6.2. Pasaku izmantošana agresīvās uzvedības mazināšanai bērniem pirmsskolas vecumā.....	21-24
6.3. Vecāku aptauju analīze.....	24-32
7. Rekomendācijas pedagogiem.....	33-34.
Secinājumi	
Izmantotā literatūra	

IEVADS

Bērnu agresija pirmsskolā ir ļoti plaši pētīta no psihologu, sociālo darbinieku un pirmsskolas pedagogu puses. Zinātnieki, veltījuši daudz laika, lai izprastu pirmsskolas bērnu agresivitātes un agresijas cēloņus, un iespējas kā to mazināt vai pat novērst. Tiek piedāvātas daudz un dažādas agresijas mazināšanas iespējas, lai gan zinātnieku viedokļi ļoti dažādi, ir metodes par ko domas nedalās. Diezgan izplatīta parādība ir bērnu agresija pirmsskolas vecumā. Nav nekas neparasts, ja jūsu mājās tik mīļais un paklausīgais mazulis bērnudārzā pēkšņi pārvēršas un sāk fiziski ietekmēt citus-kost, spert un sist. Nepatīkami, ja bērns pēkšņi iesper garām ejošam kaķēnam. Vēl jo grūtāk ir pieņemt brīžus, kad mazulis ir agresīvs pret savu mammu un tēti-sev vistuvākajiem cilvēkiem. Taču tā notiek un šādai rīcībai var būt dažādi iemesli.

Bērna agresija būtībā ir iekšēja emocionāla diskomforta pazīme, negatīvu emociju un pārdzīvojumu sabiezējums. Agresija darbojas kā psiholoģiskās aizsardzības mehānisms, lai arī pieaugušajiem tas, iespējams, liekas nepiemērots. Arī kvalifikācijas darba autore savā darbā, pirmsskolā, ļoti bieži saskaras ar agresīviem bērniem. Tāpēc viens no kvalifikācijas mērķiem, izpētīt 4-5 gadus vecu bērnu agresijas cēloņus pirmsskolā un metodes kā to mazināt vai novērst.

Līdz ar to šī tēma ir ļoti aktuāla arī pirmsskolā, jo agresija rodas jau pirmsskolas vecumā un pedagogu un vecāku uzdevums būtu laikus saprast, atšķirt agresiju, kas veidojusies vecumposmu īpatnību dēļ no agresijas, kurai ir citi iemesli.

Pētījumā tiks izmantota pedagoģiskās un psiholoģiskās literatūras izpēte un analīze, bērnu novērošana dažādās situācijās pirmsskolā, agresīvas uzvedības korekcijas iespēju praktizēšana pedagoga darbā un tās rezultātu analīze. Grupas vecāku anketēšana. Pētījums tiks veikts pirmsskolas izglītības iestādē "Ķīpars," kuru apmeklē sešpadsmit 4-5 gadus veci bērni.

Pētījuma mērķis: izpētīt 4-5 gadus vecu bērnu agresijas cēloņus pirmsskolā un metodes kā pedagogam šo agresiju mazināt un novērst.

Pētījuma priekšmets: bērnu agresijas iemesli pirmsskolā un tās mazināšana pedagoģiskā procesā

Hipotēze: Agresīva uzvedība 4-5 gadus veciem bērniem, mazināsies, ja pedagogs izpratīs bērna agresivitātes cēloņus un praksē izmantos metodes un paņēmienus bērna agresīvās uzvedības mazināšanai.

Pētījuma uzdevumi:

1. Izpētīt agresivitātes un agresīvās uzvedības teorētiskos aspektus.

2. Izpētīt metodes, kā mazināt bērna agresīvo uzvedību pirmsskolā.
3. Praktiski izpētīt biežākās pirmsskolas vecuma bērnu agresīvās uzvedības izpausmes un analizēt tās iespējamus cēloņus.
4. Aptaujāt vecākus, lai izzināt viņu viedokli par bērnu agresijas specifiku pirmsskolā.
5. Izstrādāt praktisku metodisko programmu bērnu agresīvās uzvedības mazināšanai pirmsskolas pedagoģiskajā procesā.
6. Apkopojot un analizēt iegūtos rezultātus uz izstrādāt rekomendācijas pedagogiem.

Pētījuma metodes:

1. Pedagoģiskās un psiholoģiskās literatūras izpēte un analīze.
2. Pedagoģiskais vērojums, analīze.
3. Anketēšana.
4. Pedagoģiskais eksperiments

Pētījuma bāze: Pirmsskolas izglītības iestāde ‘‘Çipars,’’ 16 bērni un viņu vecāki.

1. Agresijas un agresivitātes būtība un cēloņi

Literatūra, kurā aplūkota agresivitāte, un agresīvā uzvedība jeb agresija, ir ļoti daudzveidīga. D. Meijerss norāda, ka sociālie psihologi par agresivitātes un agresijas jēdzienu precīzu definēšanu, tomēr ir jautājumi, par kuriem zinātniekiem ir viens viedoklis.

Agresija-Ir uzvedības veids, kas parādās draudīgā situācijā konkrētā vidē. Savukārt, **Agresivitāte**-ir noturīga personības īpašība, kura parādās jebkurā vidē.

Kā vienus no pirmajiem un ievērojamākajiem agresijas pētniekiem varētu minēt psihoanalīzes pamatlicēju Z. Freids un psihologu un filosofu E. Frommu. Viņu abu uzskati par agresijas jēdzienu ir diezgan līdzīgi. Z. Freids uzskatīja, ka agresija ir daļa no dzīves enerģijas, tātad tā ir arī seksualitātes pamatā. Savukārt E. Fromms iedalīja agresiju pozitīvajā un negatīvajā. Pozitīva agresija ir bez mērķa nodarīt kādam ļaunu, tā bieži ir kā instruments, līdzeklis ceļā uz mērķi.

2. Agresijas cēloņi pirmsskolas vecuma bērniem

2.1. Vecāku neizglītība audzināšanas jautājumos

Agresiju var skaidrot dažādi, tās pamatā varbūt vairāki iemesli, tāpēc katrā ģimenē ir jāmeklē savas problēmas, savs situācijas izskaidrojums. Kāpēc bērns var būt agresīvs? Bērnu psiholoģe Sanita Aišpure bērnu agresiju skaidro šādi. Tādā veidā bērns var izlādēt spriedzi, kas radusies ģimenē, attiecībās ar sev tuviem cilvēkiem. Šādi mazais arī signalizē, ka jūtas slikti. Iespējams, bērns vel neprot izskaidrot, ka viņam kaut kas kaiš un ko īsti viņš pārdzīvo, tāpēc viņš emocijas izpauž, kožot vai sitot. Iespējams, ka bērns jūtas nedrošs, apdraudēts un negrib tiešā veidā to izrādīt. Ļoti izplatīts agresivitātes cēlonis ir protests pret kādu konkrētu situāciju, piemēram, uzsākot bērnudārza gaitas. Mazais cilvēciņš nesaprot, kāpēc vecāki viņu pēkšņi aizved uz svešu vietu pie nepazīstamiem bērniem un atstāj viņu tur uz visu dienu, kas liekas kā mūžība. Arī brīžos, kad ģimenē uzrodas vel viens bērniņš un vairāk uzmanības tiek veltīts jaundzimušajam, bērns var justies apdraudēts un nenovērtēts. Citreiz tā var būt reakcija, kas seko pēc izmaiņām ģimenē, kad vecāki strīdas vai šķiras, kad mamma atgriežas darbā pēc bērna kopšanas atvaļinājuma. Bērns arī ļoti ātri mācās no saviem vecākiem, piemēram, agresīvu komunikāciju vecāku vidū, pat ja tas ir pa jokam.

Agresivitāte var būt arī audzināšanas sekas. Vecāki apzināti vai neapzināti bērnu var tādu padarīt: Tu tikai cīnies! Nevienam neļauj darīt sev pāri! Aizstāvieties! Ja vecāki nepaskaidro, ka vajag aizstāvēties, bet ne uzbrukt, tad bērns to var pārprast, ieņemot šo aktīvi kareivīgo pozīciju.

Jāatceras, ka bērns ļoti labi jūt, ka vecāki ir satraukti, uzvilkti, viņu pārņem trauksme, nemoka neziņa un viņš informācijas trūkuma rezultātā var izdomāt visu to negatīvāko.

2.2. Jaunās tehnoloģijas.

Īpaši pēdējā laikā aktuāla ir kļuvusi televīzijas un datorspēļu atkarības problēma. Pārlietu to lietošana bērnu uzvelk, viņu satrauc straujā bilde, attēla ģirboņa. Jau lielākā vecuma bērni apgūst to, ko redz-kautiņus, vardarbību. Fakts, ka jaunās tehnoloģijas tik tiešām pasaulē ir kas jauns un iepriekš nav bijis nekā līdzīga, ir tas, kas neļauj objektīvi izvirzīt tehnoloģijas ietekmi uz bērnu prātu.

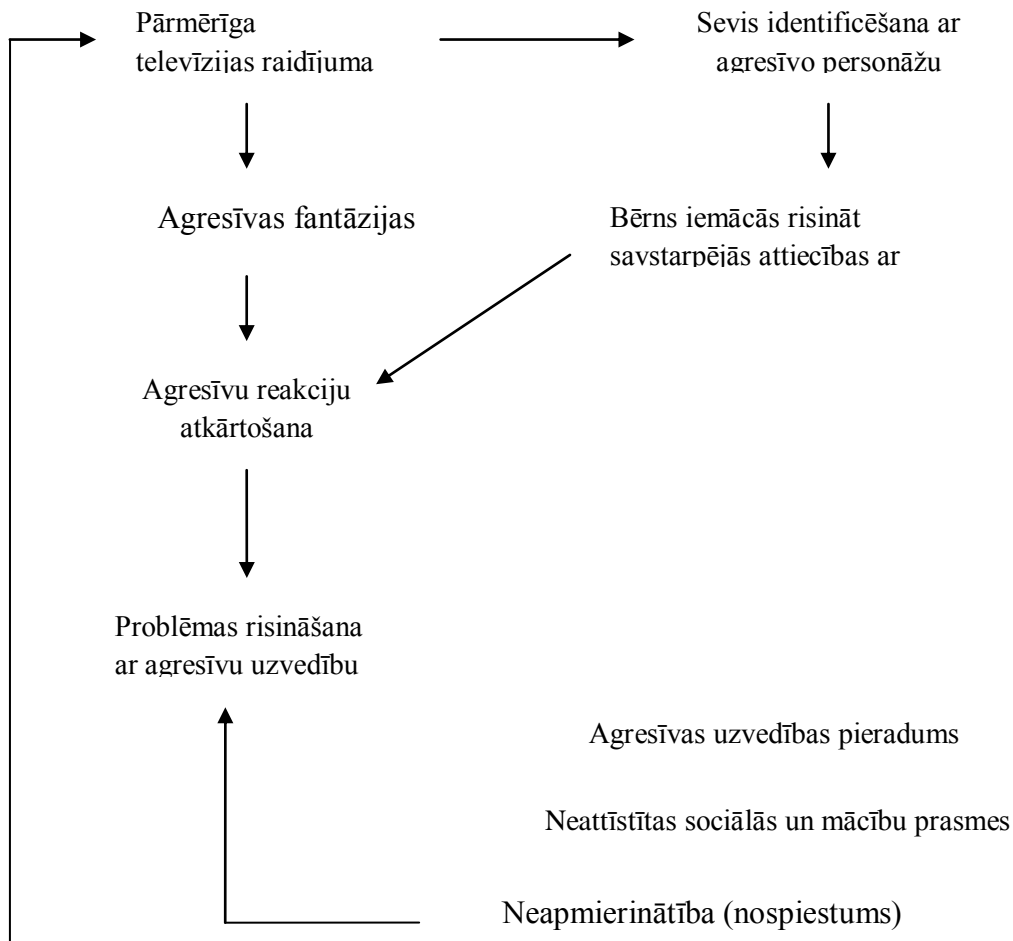
Emma Aspreja uzsver, ka nav tāda viena konkrēta vecuma, kurā bērni varētu sākt lietot tehnoloģijas. Tomēr Amerikas Pediatru asociācija norāda, līdz divu gadu vecumam bērnu nevajadzētu iedrošināt lietot jaunās tehnoloģijas, jo viņa smadzenes šajā periodā attīstās ļoti strauji un spēcīgi impulsi tām var kaitēt.

Pozitīvais aspekts: Neizbēgami, tehnoloģijas ir mainījušas to, kā bērni mācās un spēlējās. Bērni pārsteidzoši ātri apgūst modernās tehnoloģijas, un tās, savā ziņā, jau agrā vecumā sagatavo bērnus darba tirgum kur liela daļa darbu saistīti ar to izmantošanu ikdienā.

Negatīvie aspekti

- 1.) privātuma zudums
- 2.) nespēja koncentrēties
- 3.) nepārtraukti dalīta uzmanība
- 4.) bērna veselība

1.attēls. Televīzijas raidījuma skatīšanās un bērna agresivitāte (D. Kājiņa un I. Aunīte, 2006,106)



2.3. Negatīvs vecāku paraugs.

E. Indriksone raksta, ka pirmsskolas vecumā bērna agresivitāti visvairāk ietekmē viņa audzināšana ģimenē, vecāku attiecības, bērnu un vecāku attiecību stils. Bērnu uzvedību vistiešāk ietekmē vecāku uzvedības modeļi:

- Ja vecāki sistemātiski izrāda fizisku vai verbālu agresiju pret bērnu, iespējams, ka bērns demonstrēs aizsarg agresivitāti vai atdarinās vecāku uzvedības modeli, tāpēc iesaistīsies, kausies, nodarbībās, stundās bez uzaicinājuma var izkliegt dažādas frāzes.

3. Agresijas izpausmes pirmsskolā 4-5 gadīgiem bērniem

Bērnu psiholoģija vai jebkāda cita veida psiholoģijas, agresija ir uzvedība, kura ir definēta kā izpausme, dusmu un aizsardzības uzvedība. Tam var būt vairāki iemesli agresijai vēlētos radīt sāpes vai kaitējumu citiem vai parādītu dominējošo stāvokli. Katrs bērns, tāpat kā ikviens pieaugušais, reizēm piedzīvo skumjas, bēdas, depresiju, vilšanos, dusmas un niknumu.

Taču pieaugušie dzīves laikā ir iemācījušies vairāk vai mazāk kontrolēt savas emocijas, bet mazi bērni vēl nespēj tikt galā ar jūtu uzplūdiem un tikai mēģina nomierināties. Tāpēc agresīva uzvedība, kas izpaužas ar sišanu, košanu, speršanu, kliegšanu, krišanu zemē un citām izdarībām, līdz triju gadu vecumam ir normāla un dabiska izpausme. Tā liecina, ka bērns vēl nespēj dažādās jūtas salikt pa plauktiņiem. Šis ir ļoti svarīgs uzdevums – līdz pirmsskolas vecumam iemācīt bērnam kontrolēt savas emocijas un nomierināties. (<http://vecakiem.ucoz.lv/load/mazulis/agresivitate/2-1-0-14>)

Bērns dusmojas, jo:

- cenšas pievērst sev uzmanību;
- nespēj tikt galā ar savām emocijām;
- ir noguris;
- izjūt konkurenci;
- cīnās par savu neatkarību;
- viņam tuvojas slimība.

Kā apturēt agresiju?

Bērna agresīvā uzvedība parasti vecākos rada bailes un apjukumu – ko darīt? Nav vienas receptes, kas derētu visiem bērniem, tāpēc svarīga ir uzticēšanās gan sev – ka es ar bērnu tikšu galā, gan bērnam – ka viņš nav slikts, kaut arī reizēm uzvedas agresīvi. Jo bērniņš mazāks, jo mazāk var līdzēt ar vārdiem. Gadu pusotru vecam mazulim agresīvas uzvedības brīžos var paturēt roku vai pašu bērnu, var novirzīt viņa uzmanību uz kaut ko citu. Tas vairs nelīdzēs lielākiem bērniem, ar divus trīs gadus vecu bērnu jārunā. Bērnam nav jālasa morāle, bet vienkārši jānorāda: «Nesit!», «Nedrīkst sist!» Ar savu uzvedību vecākiem jādemostrē, ka, piemēram, iekošana nav nekādi jokī. Ja bērns ir dusmīgs vai pauž agresīvu uzvedību, nevajadzētu izturēties vienaldzīgi, bet sniegt atbalstu, mācot mazulim nomierināties. Stresa pilnajā situācijā bērnu nevajadzētu nosodīt un kritizēt, bet būt klāt un pieņemt – jā, tu esi dusmīgs, bet tāpēc ne mazāk mīļš – un domāt, kā palīdzēt. Optimāla

pieeja, kas noder gandrīz visās bērna audzināšanas situācijās – ja bērnam kaut ko neatļauj, tad to neatļauj nekad! Ja bērns labi zina, ko nedrīkst, bet jau desmito reizi pārbauda vecāku pacietību – varbūt tomēr drīkst –, tad var izmantot loģisko seku principu. Piemēram, ģimenē tiek noteikts: ja tu sit, mēs neejam ārā vai neskatāmies multenes.

Psiholoģe J. Smiltiņa raksta, ka agresijas izpausmes vecumā pēc 3 gadiem galvenokārt ir atkarīgas no vecāku attieksmes pret neadekvātām uzvedības formām. Bērns nesaprot robežas un šādu uzvedību uzskata par normu, jo vecāki pret to neiebilst, neizskaidro nepareizo uzvedību. Periodā no 4-6 gadiem agresijas izpausmes ir saistītas ar bērna dzimumidentifikācijas procesu un edipālām situācijām ģimenē. (*J. Smiltiņa, tiešsaistē, 2009*)

Psihoterapeite I. Tretjakova raksta, ka agresīvas uzvedības izpausmes bērnam var parādīties, ja vecāki šķiras, piedzimst brālītis vai māsiņa, bērns saņem pārāk maz uzmanības, no bērna tiek prasīts vairāk ne kā viņš spēj, bērnudārzā vai skolā rodas saskarsmes grūtības, bērns ilgāku laiku šķirts no vecākiem un ja bērns tiek aizvests dzīvot pie vecmāmiņas, bet kāds cits bērns paliek dzīvot pie vecākiem.

4. Bērnu agresijas tipi un attiecību veidošanas modeļi

Sastopoties ar bērna agresivitāti, mēs bieži neaizdomājamies par tās patiesajiem iemesliem, Visbiežāk vainojam sociāli nelabvēlīgas ģimenes, taču tā izpaužas arī bērniem no nelabvēlīgām ģimenēm. Vainojam iedzimtību, taču agresīvs bērns var būt arī īpaši miermīlīgiem un klusiem vecākiem. Meklējam vainu audzināšanā, taču patiesībā bērns ir hiperaktīvs. Iemesli var būt sociāli, tā biofizioloģiski vai psiholoģiski.

Hiperaktīvi agresīvs bērns. Pētījumi ir apstiprinājuši, ka hiperaktīviem bērniem agresivitātes līmenis var būt paaugstināts vairāku iemeslu dēļ. Šiem bērniem ir ievērojami grūtāk ievērot vispārējos uzvedības noteikumus, kādēļ viņi biežāk nekā citi nokļūst konfliktsituācijās. Viņu nepārvaramā enerģija pieprasa vienmēr atrasties kustībā, „izlādī”. Ja tas tiek ierobežots, viņi dod vaļu agresijai. Saskaņā ar Piažē koncepciju, psihologi iesaka šādiem bērniem ierīkot tādu kā „mājas stadionu” ar kāpnēm, apliem, virvēm, pildbumbām u.c., kur bērns var kustēties pēc sirds patikas, un kur viņa pārmērīgā enerģija nevis traucē personības attīstībai, bet gan sekmē to. Papildus fiziskās nodarbības noteikti mazinās agresivitāti. Ja runājam par attiecību veidošanu, tad lietderīgi ir izspēlēt situācijas, kas var atkārtoties bērnudārzā un skolā. Motivējiet bērnu atzīt savas kļūdas un uzņemties atbildību par tām. Māciet viņam nenovelt vainu uz citiem. Attīstīt empātijas spēju un līdzjūtību pret vienaudžiem, pieaugušajiem un dzīvniekiem.

Viegli uzbudināms, novājināts agresīvs bērns.

Bērna vieglā uzbudināmība var būt saistīta ne tikai ar kļūdām audzināšanā vai grūtības mācībās, bet arī ar viņa organisma un nervu sistēmas attīstības īpatnībām. Šādiem bērniem agresīvu uzvedību var provocēt paaugstināts jūtīgums, un ievainojamība. Līdz ar to noderēs viss, kas mazinās psihisko sasprindzinājumu. Vecāki kopā ar bērniem var iesaistīties jautrās rotaļās ar kārtīgu ”izdauzīšanos”. Arī tiešā nozīmē – bērnam var ļaut sadauzīt kādu šim nolūkam paredzētu priekšmetu, ledus gabalu, no sniega vai cita materiāla veidotu figūru. Plēst kartona vai paīra kārbas u.tml. Ja agresivitāte ir noturīga, vienlaikus būtu jācenšas izvairīties no sasprindzinātām situācijām. Lai palīdzētu bērnam sagatavoties dažādām negaidītām situācijām skolā, tās var pamodelēt mājās, tādā veidā bērns gūs pieredzi.

Agresīvs bērns ar izaicinošu uzvedību. Ja bērns izturas izaicinoši un provocējoši pret noteiktiem cilvēkiem, piemēram, vecākiem, tad, iespējams, problēmas ir savstarpējās attiecības. Iemesli var būt vairāki: bērniem trūkst vecāku uzmanības; viņi vairs nav bērnam autoritāte; viņam var būt garlaicīgi un tādējādi viņš savu neapmierinātību, slikto omu un problēmas pārliet uz vecākiem. Šādā gadījumā vecākiem ir jāsadarbjas ar bērnu, problēmas

jācenšas risināt kopā, bet ne bērna vietā. Tieši tāpat ar izpausties skolā, kad bērns izaicinoši uzvedas pret vienu noteiktu skolotāju- tad acīmredzot viņai ir vērts pārdomāt savu attieksmi pret šo skolēnu vai klasi kopumā. Nepatika var veidoties arī atsevišķu vienaudžu starpā-arī tad ir labi, ja konfliktsituācijā jau savlaicīgi nāk palīgā pieaugušais. Izlikšanās neko neredzam ir ne tikai nosodāma pieaugušā rīcībā, bet bieži vien tā noved pie patiešām bēdīgām bērnu psiholoģiskā un fiziskā terora sekām.

Bailīgs, bīkls agresīvs bērns. Šis ir gadījums, kad agresija ir, kā aizsargmehānisms. Bērns ir naidīgi noskaņots un aizdomu pilns šķietamu „uzbrukumu” gaidās. Šajā gadījumā ir jāstrādā ar baiļu sindromu- vecākiem kopā ar bērnu ir jāmodelē viņu it kā apraudošas situācijas, kas varētu bērnam iemācīt pārvarēt bailes un pastāvēt par sevi. Iedomātajā situācijā jāpastāv robežai starp nepatīkamo un patīkamo, kurā vienmēr pārsvarā ir patīkamais. Vienkāršākais piemērs varētu būt skolā tik izplatītā kājas aizlikšana jeb bērna leksikā – „padene”. Mājās vecāki to var izspēlēt sākotnēji vairākkārt brīdinot bērnu, ka viņi tā darīs, lai bērnam izstrādātos vajadzīgās prasmes noreāģēt fiziski un arī emocionāli. Kad tās apgūtas, var pievienot kādu nejaušības mirkli. Pēc tam vienmēr ir jāpārrunā ar bērnu, ka šādi vienaudži skolā mēdz rīkoties, bet, ja tu man esi gatavs, tad nekas briesmīgs nenotiek. Tā ir tāda sevis „uztrenēšanas” vai sagatavošana skolas dzīvei, kas nes sev līdzī arī gana daudz skarbu bērnu uzvedības izpausmju.

Nejūtīgi agresīvs bērns. Mēdz būt arī bērni, kuriem ir traucējumi emocionālajā sfērā. Līdz ar to viņi ir mazāk jutīgi pret citu vienaudžu pārdzīvojumiem, nespēj iejusties citu ādā jeb nav empātiski. Cēloņi tam var būt dažādi: nelabvēlīgi audzināšanas apstākļi ģimenē; bērna intelektuālās attīstības traucējumi, emocionāls vēsums, bezjūtīgums, kā arī paaugstināta efektīvā (emocionālā) uzbudināmība, ko savam bērnam nodod vecāki vai kāds cits tuvinieks. Šāds bērns ļoti bieži saniknojās vai gluži pretēji- ir vienaldzīgs, iesaistās kautiņos, grūstās, izsaka aizkarošanas piezīmes, cietsirdīgi izturas pret dzīvniekiem, turklāt viņam grūti saprast, ka aizvainojumam vai upurim ir slikti vai sāp. Palīdzēt nejūtīgam un agresīvam bērnam var tikai ar labu. Viņā pēc iespējas ir jāattīsta humānas jūtas. Bērnam ir jādzird daudz labu vārdu, jāsaņem daudz mīļu glāstu, viņam ir jādemonstrē mīlestība un rūpes pret dzīvniekiem. Visādā veidā jāstimulē līdzjūtība pret vājākiem, jā māca izprast otra cilvēka garastāvokļa maiņas, it īpaši tādas emocijas, kā bēdas, skumjas, izmisums. Atrasisīt vēlmi palīdzēt otram, līdzī just var tikai izpratne par cilvēcisko attiecību skaistumu. Vienlaikus bērns ir jāradina uzņemties atbildību par katru savu agresīvu rīcību. Tā ir atvainošanās, roka spiedienu, mantiņas uzdāvināšana aizskartajiem bērniem, kaķēnu noglāstīšana vai vienkārša atzīšanās sev: „Es rīkojos neiejūtīgi, aizkaroši un vienkārši muļķīgi!” (A. Krāsna Psiholoģijas pasaule 2009/54-55

5. Bērnu Agresijas mazināšanas iespējas.

Šīs nodaļas ietvaros tiks apskatīts pirmsskolas vecuma bērnu agresijas mazināšanās, novēršanas iespējas, kas palīdzētu izprast kā rīkoties gan vecākiem, gan pedagogiem, jo pirmsskolas pedagoģijas kursā šī problēma ir apskatīta ļoti minimāli, bet, strādājot pirmsskolā, šī problēma ir ļoti aktuāla.

Bērna agresīvā uzvedība parasti vecākos rada bailes un apjukumu- ko darīt?

Nav vienas receptes, kas derētu visiem bērniem, tāpēc svarīga ir uzticēšanās gan sev – ka es ar bērnu tikšu galā, gan bērnam- ka viņš nav slikts, kaut arī reizēm uzvedas agresīvi. Jo bērniņš mazāks, jo mazāk var līdzēt ar vārdiem. Gadu pusotru vecam mazulim agresīvas uzvedības brīžos var paturēt roku vai pašu bērnu, var novirzīt viņa uzmanību uz kaut ko citu. Tas vairs nelīdzēs lielākiem bērniem, ar divus trīs gadus vecu bērnu jārunā. Bērniem nav jālasa morāle, bet vienkārši jānorāda: „Nesit!”, ”Nedrīkst sist!”

Ar savu uzvedību vecākiem jādemonstrē, ka, piemēram, iekošana nav nekādi jokī.

Ja bērns ir dusmīgs vai pauž agresīvu uzvedību, nevajadzētu izturēties vienaldzīgi, bet sniegt atbalstu, mācot mazulim nomierināties. Stresa pilnajā situācijā bērnu nevajadzētu nosodīt un kritizēt, bet būt klāt un pieņemt- jā, tu esi dusmīgs, bet tāpēc ne mazāk mīļš- un domāt, kā palīdzēt. Optimālā pieeja, kas noder gandrīz visās bērna audzināšanas situācijās- ja bērnam kaut ko neatļauj, tad to neatļauj nekad! Ja bērns labi zina, ko nedrīkst, bet jau desmito reizi pārbauda vecāku pacietību- var būt tomēr drīkst, tad var izmantot loģisko seku principu. Piemēram, tāpēc padomājiet, pirms ko solāt bērnam, vai spēsiet to izdarīt.

Par agresijas mazināšanas vai pat novēršanas iespējām psihologu, zinātnieku un pedagogu domas ir ļoti dažādas, kāds uzskata, ka sods ir pieņemams pat vēlams, cits, ka tas tikai pastiprina agresivitāti, un bērnam pierāda tās nepieciešamību. Tomēr viedoklis, ka agresivitāte bērnam ir jāizpauž sabiedrībai pieņemamā veidā, sastopams lielākajā daļā psihologu un zinātnieku darbos.

Piemēram, pēc Roberta Barona domām sods ir pietiekoši efektīvs agresijas mazināšanas līdzeklis, Barons formulējis trīs efektīvas sodīšanas priekšnosacījumus:

1. Sodam jābūt pietiekoši nozīmīgam no sodāmā viedokļa;
2. Nepieņemama uzvedība ir jāsoda pēc iespējas ātrāk;
3. Sodāmajam ir jājūt, ka viņa agresīvā uzvedība neizbēgami tiks sodīta.

Šo priekšnosacījumu ievērošanas gadījumā sodīšana var būt pietiekami efektīvs līdzeklis agresijas mazināšanā. ((Barons1983)Reņģe, 2002, 84)

Pēc psiholoģes Antras Krasnā domām vājas agresijas, tāda, kura nav bīstama un tai var rast izskaidrojumu, gadījumā pedagogam jābūt mierīgai attieksmei. Līdz ar to šādas nevēlamas uzvedības pārtraukšanai var pielietot pavisam vienkāršus, bet iedarbīgus līdzekļus:

- Agresīvās reakcijas pilnīgu ignorēšanu;
- Bērna emocionālā stāvokļa novērtēšanu un atbalstu (“ Es saprotu, ka tu esi apbēdināts..”);
- Uzmanības pārslēgšanu;
- Bērna uzvedības pozitīvu raksturojumu (“ Tu esi dusmīgs, jo esi noguris”)

Jāatceras, ka bērni bieži pauž agresiju tikai tāpēc, lai piesaistītu pieaugušā uzmanību. Ja bērns pauž dusmas pieļaujamās devās, un, ja tam var rast izskaidrojumu, tad vislabāk ļaut viņam šīs dusmas ‘atreaģēt’.

A. Krasnā uzsver, ka cenšoties mazināt agresiju, uzsvars ir jāliek uz bērna uzvedību, ne personību. Analizējot konfliktsituācijas, pedagogam skaidri jānovelk robežas starp bērna personību un uzvedību.

Turklāt, apspriest uzvedību- rīcību, sliktus vārdus, muļķīgas grimases- būtu mērķtiecīgi, pēc tam, kad bērns ir nomierinājies. Ļoti būtiski, lai neizskanētu viņa personības vērtējums. Kritiski emocionāli izteikumi bērnam rada vēl lielāku aizkaitinājumu un protestu un tas nekādā gadījumā nevar novest pie problēmas risinājuma.

Tāpat analizējot bērna uzvedību ir jācenšas aprobežoties tikai ar konkrētiem faktiem, runāt par lietām, kas ir notikušas ‘šeit un tagad’, bet nevis pieminēt senus notikumus. Pretējā gadījumā bērns nespēs kritiski novērtēt savu uzvedību un, nespējot aptvert savu nodarījumu, viņā radīsies aizvainojums.

Viens no svarīgākajiem agresijas samazināšanas veidiem ir atgriezeniskās saiknes nodibināšana ar bērnu. Un vienmēr jāatceras, ka tikai pieaugušais spēj palīdzēt bērnam izkļūt no konfliktsituācijas un tam viņš var izmantot vairākus paņēmienus:

- Fakta konstatācija (“Tu uzvedies agresīvi”);
- Noskaidrojošu izjautāšanu (“ Tu esi dusmīgs?”);
- Agresīvas uzvedības motīvu noskaidrošana (“ Vai tu vēlies mani aizvainot vai parādīt savu spēku?”);
- Savas attieksmes paušanu pret nevēlamo uzvedību (“ Man nepatīk, ka ar mani runā tādā tonī!”);
- Apelēšana pie godaprāta- norunas (“ Mēs taču ar tevi vienojāmies!”).

Veidojot atgriezenisko saiti ar bērnu, pieaugušajam jābūt ieinteresētam un labvēlīgam, taču vienlaikus arī stingram. Šāda attieksme apliecinās, ka bērns tiek mīlēts un cienīts, taču nosodīta tiek tikai viņa rīcība. (*A. Krāsna Psihologijas pasaule. 2009. 1.*)

Psihoterapeite S. Omarova ierosina izmantot „negatīvo emociju muskulāro noreāģēšanu”, proti – papīra plēšanu, spilvena mīcīšanu, griešanu, veidošanu (plastilīns, sāls mīkla, māls, papīra masa), virteņu vēršanu, konstruēšanu, pīšanu, zīmēšanu un tamlīdzīgas darbības. (*S. Omarovo Pirmsskolas izglītība. 2008. Rudens*)

Psiholoģes D. Kājiņa un I. Aunīte piedāvā dažādus padomus, kā mazināt

- kliegt, cirst durvis, pat mētāties ar priekšmetiem. Bērns nenodara ar to nevienam sāpes, bet tas ļauj viņam izgāzt uzkrāto agresivitāti;
- agresīva rīcība un strīdi ir sevišķi intensīvi, ja vecāki iejaucas bērna strīdos. Skatītāju klātbūtne strīdēšanos padara vēl interesantāku. Ļaujiet bērniem pēc sirds patika strīdēties, strīdu intensitāte un ilgums kļūs mazāks;
- rociņa, kas sit, vai pašu bērnu turam ciet un viņam mierīgi, bet noteikti paskaidrojām, ka agresīvā rīcība mums nepatīk, bet viņš pats mums joprojām ir mīļš (*Kājiņa, Aunīte, 2006, 5*)

Kvalifikācijas darba autore piekrīt S. Omārovas idejai par agresivitātes izlādēšanu rokdarbos, šāds variants ir ļoti noderīgs tieši pirmsskolā, jo teju puse no nodarbībām ir saistīta ar praktisku darbošanos. D. Kājiņas un I. Aunītes idejai par durvju dauzīšanu, klaigāšanu u. tml., darba autore piekrīt daļēji, no vienas puses – labs veids kā atbrīvoties no agresijas, lai tā nekrātos un kādā brīdī neveidotu izvirdumu, tomēr pirmsskolā šī ideja realizēt būtu diezgan nereāli, jo apkārt ir daudz bērnu un šāda “izārdīšanās” kādu var traumēt. R. Bairaona domām par soda nepieciešamību, kvalifikācijas darba autore pilnīgi nepiekrīt, jo agresīvais bērns dzīvo nepārtrauktās bailēs par sodu, par to, ka kaut ko izdarīs nepareizi un tiks sodīts, bērns apspiež savu agresivitāti. Pēc darba autores domām grupā, kurā ir daudz bērnu un, protams, viņi visi nav agresīvi, varētu izmantot A. Krasnās rotaļas empātijas attīstīšanai un agresijas mazināšanai.

6. Agresijas mazināšanas pedagoģiskā programma

Pedagoģiskā izpēte un programma tika realizēta x pirmsskolā 4-5 gadīgu bērnu grupā, tika aptaujāti arī vecāki. Norises laiks: 2015. septembris-oktobris. Bērnu vārdi ir mainīti.

6.1. Situācijas analīze 4-5 gadīgu bērnu grupā.

Pedagoģisko vērojumu kvalifikācijas darba autore veica, lai:

- Lai izpētītu bērnu agresīvo uzvedību un tās iespējamās cēloņus.

Situācijas analīzes ir veiktas, spēlējoties grupā, pastaigu laikā, nodarbību laikā, individuālajās darbībās. Situāciju apraksts apkopots tabulā.

1.tabula. Pedagoģiskais vērojums

Laiks	Bērnu agresīvās rīcības izpausme	Bērnu pretreakcija	Pedagoga rīcība
Nodarbības: Zīmēšana	Edgars zīmēšanas nodarbībā sēž blakām Robertam. Skolotāja liek bērniem zīmēt ģeometriskās figūras uz lapas. Edgars paņem savu otu un saķēpā Roberta lapu- Roberts sāk raudāt un saķēpā arī Edgaram. Edgars sadusmojās un nogrūž Robertu no krēsla.	Nodarbība tiek pārtraukta, bērni ir pievērsušies tikai Edgaram un Robertam.	Pedagogs lūdz zēnus nomierināties un atvainoties viens otram. Roberts tiek aizvests pie medmāsas, lai pieliek pie galvas kaut ko aukstu, jo ir liels puns galvā. Vakarā notiek pārrunas ar Edgara vecākiem, tiek izstāstīts dienas notikušais gadījums un Skolotāja lūdz, lai vecāki pārrunā mājās vel šo gadījumu.
Sporta nodarbība	Kristofers sporta nodarbībā paņem bumbas un speciāli met bērniem pa seju.	Bērni ir neapmierināti un aizrāda Kristoferam, ka tā nedrīkst darīt- otram sāp. Ir arī bērni, kas sāk raudāt. Kristofers paliek ļoti dusmīgs.	Sporta skolotāja sarāja un aprunājas par zēnu uzvedību un liek atvainoties bērniem, kuriem viņš meta ar bumbām pa seju un beigās liek apsēsties malā, kamēr pārējie

			bērni darbojās.
Rokdarbi	Marija sēž pie galda un griež dzijas gabalus ar vēl 5bērniem un Marijai blakām sēž Ričards. Ričards saka Marijai, ka viņa griež pārāk īsus gabalus- Marija saka, ka nē. Ričards paliek dusmīgs un ar šķērēm nogriež mazu šķipsniņu matus no Marijas galvas.	Marija, pamanot savus nogrieztos, matus sāk kliegt, raudāt un saukt pēc mammas.	Pedagogs aprunājas ar Ričardu, ka šī bija ļoti nepareiza rīcība, varēja arī slikti beigties savainot Marijas ar šķērēm. Ričardam tiek paņemtas šķēres nost. Vakarā tiek sagaidīti abi vecāki un izstāstīts dienas notikums
Spēlējoties grupā: zēni uz paklāju	Edgars ņem nost Rūdolfam no mājām līdzīgu mašīnu. Kad pedagogs aizrāda, lai tā nedara, Edgars apgalvo, ka Rūdolfam esot viņam mašīnu iedevis. Kad Rūdolfam cenšas dabūt atpakaļ savu auto, Edgars ar mašīnu iesit Rūdolfam pa galvu un aizsviež to.	Rūdolfam ir ļoti jūtīgs zēns, sāk uzreiz raudāt un apgalvo, ka neesot devis Edgara, savu auto. Un tagad viņš grib mašīnu ielikt skapī.	Pedagogs samīlo, nomierina Rūdolfu. Pedagogs ar Edgaru runā par to, ja mašīna tiek paņemta no mājām, tad spēlējās tikai tas, kas to ir paņēmis un kam tā pieder. Pedagogs lūdz Edgaram atvainoties Rūdolfam. Edgars tiek apsēdināts pie galda.
Konstruēšana (Darbs grupās)	Bērni, grupās no lielajiem klučiem veido mājas, pārējie sēž pie galdiem un darbojās ar galda spēlēm, Ričards arī. Sēžot pie galda Ričards vēro, kā bērni ceļ mājas, tad vienā	Bērni sāk kliegt un atgrūž Ričardu, aizrādot, ka tā nav viņa māja.	Pedagogs paskaidro Ričardam, ka mēs tagad strādājam pa grupām-tie bērni, kas spēlējās pie galda nevar tagad iet celt māju, kad pārējie būs pabeiguši, tad mainīsimies. Skolotāja arī paskaidro, ka citiem

	brīdī pielec kājās un pieskrien klāt, un izjauc uzcelto māju.		arī nav labi jaukt mājas. Skolotāja uzdod jautājumu Ričardam vai tev arī patiktu, ka tev jauc ārā to ko tu uzbūvē? Ričards atbild, ka nē, nepatiktu!
Puiši spēlējās ar leļļu ratiem.	Ričards stum lielos leļļu ratus un Edgars mazos stum. Edgars jautā Ričardam, ka grib arī lielos ratus stumt, bet Ričards nedod. Edgars sadusmojās un apgāž Ričarda ratus. Ričards arī paliek dusmīgs un apgāž Edgara ratus un bradājas ar kājām pa virsu. Abi puiši sāk raudāt.	Ričards, protams, nevēlas mainīties ar ratiem, abi zēni nāk pie skolotājas sūdzēties.	Pedagogs runā ar abiem zēniem un paskaidro, ka ir jādalās ar mantām, ka nevar uzreiz mesties virsū un gāzt ratus riņķī. Ja ir radusies kāda problēma, tad ir jāgriežas noteikti pie skolotājas, lai kopā varam atrisināt.
Pastaigas laikā: Smilšu kastē	Kristiāna smilšu kastē taisa smilšu kūkas, blakām Kristofers rok lielu bedri. Kristofers saka Kristiānai, lai palasās malā, jo viņš grib rakt lielāku bedri. Kristiāna neko neatbild un turpina taisīt savas smilšu kūkas. Kristofers atkārtoti vēl vienu reizi, lai palasās malā, Kristiāna saka, nē- neiešu malā! Kristofers sadusmojās	Citi bērni sadusmojas, un saka, ka smilšu kaste nav tev vienīgajam domāta, ka tā ir visiem bērniem un, ja tu metīsi smiltis acīs, tad ar tevīm neviens nespēlēsies!	Pedagogs pasauc Kristoferu malā pie sevis, un jautā zēnam, kas viņam tagad būtu jādara. Zēns dusmīgs, un bubina kaut ko pie sevis, ka atrauts no smilšu kastes. Skolotāja jautā vēl vienu reizi, kas viņam tagad ir jādara? Kristofers ar roku ievicina audzinātājam pa kāju-iesit. Pedagogs liek Kristoferam apsēsties smilšu kastes malā un palīdzēt Kristiānai uzcelt

	un iemet acīs smiltis, un izspārda smilšu kūkas. Meitene sāk raudāt.		jaunas smilšu kūkas!
Individuāls darbs:	Bērni sēž pie galdiem un darbojās-cits zīmē, griež, krāso grāmatiņu. Kristofers negribēja neko darīt, bet staigā apkārt un vēro ko citi dara. Pēc neilga laika iet klāt bērniem un iejaucās pa vidu-ņem zīmuļus nost, neļauj griezt ar šķērēm.	Bērni sāk kliegt, lai neaiztiekot viņa zīmuļus un sauc skolotājas pēc palīdzības.	Pedagogs aizrāda Kristoferam divas reizes, bet viņš izliekas, ka neko nedzird. Ar trešo reizi pedagogs nosēdina Kristofera pie galda un liek pastāstīt par savu nepareizo uzvedību. Bet zēns klusē un nesaka neko. Skolotāja liek izvēlēties kādu galdu spēli, bet Kristofers saka, ka negrib neko darīt, tad pedagogs liek vienkārši pasēdēt un nomierināties.
Rotaļas uz laukuma	Puiši spēlē ķērājus. Ričards un Edgars, spēlējot ķērājus tīšuprāt skrien citiem virsu un gāž bērnus zemē un lec ar visu augumu virsū.	Ir zēni, kas palīdz pārējiem zēniem piecelties un sāk aizstāvēties, grūst Ričardu un Edgaru.	Pedagogs pasauc zēnus pie sevis un lūdz paskaidrot savu rīcību. Zēni smejas un neko neatbild. Pedagogs paskaidro, ka tā rīkoties nav pareizi, ka citiem bērniem sāp. Zēni paliek pie skolotājās līdz pastaigas beigām.
Galda spēle	Edgars pie galda ar grūtībām liek puzli, un visu laiku atkārto, ka es nevaru un nemāku salikt-sēž neapmierināts.	Edgars sāk raudāt, pienāk klāt Marta un sāk Edgaram palīdzēt likt puzli, zēns saka, ka pats liks, ka nav vajadzīga palīdzība. Bet Marta turpina likt-Edgars	Pedagogs runā ar zēnu un paskaidro, ja tev sagādā kādas grūtības, tu droši vari man jautāt pēc palīdzības-es tev palīdzēšu! Un, ja tev kāds draugs vēlas palīdzēt-ļauj viņam, bet

		sadusmojās un nogrūž no galda nost-Marta spēcīgi sasitās un sāk raudāt.	nekad negrūsti otru, jo Marta gribēja tev tikai palīdzēt salikt puzli. Vakarā tiek izstāstīts vecākiem un skolotāja ierosina vecākiem vairāk mājās ar zēnu palikt puzles.
--	--	--	--

Bērnu agresīva uzvedība bija novērojama dažādās situācijās-ar kniebšanu, košana, kliegšana, sišana, traucēt citiem bērniem spēlēties, šaudīties, kas ir ļoti izteikts zēniem, vērojama filmu un datoru spēļu atdarināšana. Kvalifikācijas darba autore pēc savām domām agresīvos bērnus var iedalīt pēc agresijas tipiem. Pēc manām domām: Edgars un Ričards varētu piederēt pie **agresīvi bērni ar izaicinošu uzvedību**.

Šie bērni vairāk ir jānodarbina, jāliek pie atbildīgiem darbiem, piemēram, jāpalīdz saklāt pusdienas galds, kas bērniem ļoti patīk. Edgars un Ričards vienmēr būs kustībā, viņiem būs svarīgi izkustēties. Par nepareizām rīcībām jārunā ļoti daudz, jāuzdod jautājumi, lai saprastu, ka rīkojušies nepareizi. Kristofers, piemēram, pieder pie **viegli, uzbudināms, novājināts agresīvs bērns**. Šo bērnu vairāk pasargāt no saspringtām situācijām- vairāk likt darboties pie galda- griezt ar šķērēm, veidot, mīcīt kaut ko no plastilīna, kas arī zēnam ļoti patīk. Bet. Kā jau iepriekš minēju šādiem bērniem vislabāk ir atrasties nepārtrauktā kustībā, „izlāde”. Darba autore ir veikusi pārrunas ar bērna vecākiem, apkopojot vecāku atbildes ar pieejamo informāciju var secināt, ka visiem bērniem agresivitātes cēloņi slēpjas ģimenē.

Ričards- ir vienīgais bērns ģimenē, kas ir izaudzis bez tēva. Zēns nekad par sliktajiem darbiem nesaņem sodu, mājās ir visatļautība. Tāpat arī grupā, kad pedagogs kaut ko aizrāda, viņš vienkārši to visu ignorē un turpina darīt iesākto, kad pedagogs atkārtu vēl vienu reizi mazliet skaļāk-zēns paliek dusmīgs un paliek ļoti agresīvs. Arī pret pieaugušo nav nekāda cieņa. Ričardam arī ir ļoti izteikta cita bērna apsmiešana par ko pats uzjautrinās. Noskaidroju, ka tas nākot no opīša puses, opaps mēdz kaitinoši apsmiet pašu Ričardu, bet tas ir domāts, kā joks. Pati Ričarda mamma ir izteikusies, ka netiekot ar zēnu galā, ir bijušas reizes, ka Ričardu atstājot mājās un aizslēdzot durvis ciet un pati iet staigāties. Kvalifikācijas darba autore uzskata, ka šī rīcība ir bijusi ļoti nepareiza-tieši ir vajadzīgs palikt ar bērnu kopa, lai bērns jūt, ka nav pamest viens pats ar savām dusmām.

Edgars- Ja var tā teikt, ir no nelabvēlīgas ģimenes, jo tēvs lieto ļoti daudz alkoholu. Edgars daudzas darbības atnes uz bērnudārzu, kā, piemēram, imitē, kā dzer alkoholu, krīt gar

zemi, velk bikses nost un rāda pliko dibenu citiem bērniem. Pielieto ikdienā daudz sliktos vārdus. Vienu dienu Edgars uz bērnudārzu atnāca ar zilu aci, kad pedagogs jautāja kur tādu aci ir dabūjis, tad atbildēja, ka mamma iesita veikalā, jo neklausīju. Šeit ir ļoti liels cēlonis, tas, ka vecāki bieži vien iespaido fiziski, kas atstāj uz zēnu lielas sekas. Edgars bieži vien grupā paliek pēdējais, viņš ļoti izmainās, kad paliek ar pedagogu divatā, paliek ļoti mierīgs un mīļš. Kvalifikācijas darba autore uzskata, ka zēnam trūkst daudz mīlestības un uzmanības.

Kristofers- Ir vienīgais bērns ģimenē kam vecāki strādā ļoti daudz un zēnu katru vakaru izņem tēta draugs. Kristofera agresivitātes cēlonis ir no tā, ka vecāki maz pievērš uzmanības. Tāpēc arī zēns ikdienā visu laiku mēģina pievērst uzmanību-darot cietiem bērniem pāri. Var tikai secināt, ka paši vecāki ir agresijas cēloņi paši par to nenojauzdami. Ar savu visatļautību, uzmanības trūkumu, agresīvu izturēšanos pret savu bērnu, nodara ļoti lielu ļaunumu ko pēc tam ir grūti izmainīt, kas sabojā visu bērnu turpmāko dzīvi.

Tai pašā laikā, lai gan pedagogs reaģē uz katru no bērnu agresīvās uzvedības izpausmēm(pārtraucot, skaidrojot, sodot, liekot atvainoties u.tml.), tomēr vērojams, ka ne vienmēr reakcija uz jau notiekošu agresīvu uzvedību spēj mazināt bērna agresīvās uzvedības biežumu. Tādēļ nepieciešams izstrādāt mērķtiecīgu programmu bērniem gan agresīvās spriedzes mazināšanai, gan empātijas attīstīšanai, gan savu emociju izpaušanai sociāli pieņemamā veidā. Šī programma palīdzētu arī pārējiem bērniem gan labāk izprast agresīvo bērnu uzvedības cēloņus, gan arī nostiprināt sociāli vēlamās uzvedības modeļus. Tāpat arī jāpalīdz vecākiem apgūt nepieciešamās kompetences bērnu agresīvās uzvedības izpratnei un tās iespējamo cēloņu mazināšanai.

6.2. Pasaku izmantošana agresīvās uzvedības mazināšanai bērniem pirmsskolas vecumā.

Literatūrā tiek nereti minētas iespējas mazināt bērnu agresīvo uzvedību izmantojot pasakas un sižeta rotaļas, (Lutova, Miņine,2003). Balstoties šajos ieteikumos, tika izstrādāta pedagoģiskā eksperimenta programma, kuras laikā bērniem tika organizētas agresīvo uzvedību un emocionālo spriedzi mazinošas, pasaku sižetos balstītas rotaļas, kā arī tika veicināta sociāli pieņemama uzvedība.

1. Spēlē: „Mazie spociņi”

Mērķis: Iemācīt agresīvam bērnam pieņemamā veidā atbrīvoties no uzkrātajām dusmām.

Saturs: Bērni! Tagad mēs iejutīsimies mazu, labu spociņu lomās! Mēs gribam nedaudz pablēnoties un drusciņ pabaidīt viens otru. Kad sasitīšu plaukstas, jūs ar rokām veiksiet šādas kustības (pedagogs paceļ elkonī saliektas rokas ar izplestiem pirkstiem) un draudīgā balsī sauksiet „Ū”. Ja es plaukstas sasitīšu klusām- jūs klusām sauksiet „Ū”, ja es plaukstas sasitīšu skaļi,- arī jūs baidīsiet viens otru skaļi. Taču atcerieties, ka mēs esam labie spociņi un vēlamies tikai nedaudz pajokot! Pēc tam pedagogs uzsāk spēli, aktīvi iesaistoties ar

plaukšķināšanu, pedagogs uzmundrinoši saka: „Malači! Bet, nu, jokus pie malas! Pārvērtīsimies atkal par bērniem!”.

2. Spēle ”Burvju lodītes”

Mērķis: Mazināt emocionālo sasprindzinājumu.

Saturs: Bērni ir sasēdušies aplī. Pieaugušais lūdz aizvērt acis un no plaukstām izveidot „laiviņu”. Pēc tam viņš katram bērnam ieliek stila lodīti un paskaidro noteikumus: „Paņemiet lodīti plaukstās, sildiet to! Neatverot plaukstas paviļājiel lodīti, tad sasildiet to ar savu dvasi, atdodiet tikai daļu savu siltumu un glāstu! Atveriet acis! Aplūkojiet lodīti un tagad pēc kārtas izstāstiet par savām sajūtām(sajusts ar maņu orgāniem, piemēram, siltums, forma u. c.) un emocijām (prieku, mieru, izbrīnu, skumjas u.c.), kas radās spēles laikā!”

3. Spēle” Mans krietnais papagailis”

Mērķis: Veicināt empātijas attīstību, prasmi strādāt grupā.

Saturs: Bērni ir sastājušies aplī. Tad pieaugušais saka: „Bērni! Pie mums ciemos ir atlidojis papagailis. Viņš grib ar mums iepazīties un parotaļāties. Kā jūs domājat, ko mēs varētu darīt, lai viņam pie mums iepatiktos, lai viņš gribētu atlidot arī citu reizi? Bērni piedāvā: ”Laipni runāt ar viņu”, „Iemācīt viņu spēlēties” utt. Pedagogs maigi ieliek samta papagaili rokās vienam no spēles dalībniekiem. Bērnam, saņemot rotaļlietu, papagailis jānoglāsta, jāpiekļauj pie krūtīm un jāpasaka kāda mīļa frāze vai vēlējums un jānodod papagailis nākamajam bērnam.” Spēli vēlams novadīt mierīgi, runājot klusinātā balsī.

4. Spēle „Septiņas ziedlapas”

Mērķis: Palīdzēt bērniem novērtēt savas izjūtas, analizēt uzvedību.

Saturs: Pieaugušais jau savlaicīgi sagatavo no kartona izgrieztas puķes ar 7 ziedlapiņām. Uz katras attēlota viena emocija. Bērns aplūko ziedlapiņas, nosauc emociju un pastāsta, ar kādiem notikumiem saistās šī emocija un kā viņš tad ir juties. Šo spēli var atkārtot vairākas reizes mācību gadu laikā, bet gada beigās kopīgi ar bērnu var apspriest bērna uzskatus un attieksmi pret apkārtējiem un sevi. Piemēram, ja bērns gada sākumā ir priecājies par dāvanām, ko saņem no vecākiem, bet 2-3 mēnešiem pēkšņi paziņo, ka prieks ir tad, kad citi bērni viņu pieņem savā pulciņā, tad par to ar bērnu noteikti vajadzētu aprunāties. Pedagogam vajadzētu censties noskaidrot, kādēļ tik krasi ir mainījušies bērnu priekšstati.

5. Spēle „Kaķītis”

Mērķis: Mazināt emocionālo un muskuļu sasprindzinājumu un radīt pozitīvu gaisotni grupā.

Saturs: Bērni sēž uz paklāja un mierīgi mūzikas pavadījumā sacer pasaku par kaķīti, kurš:

- Gozējās saulītē (guļ uz paklāja)
- Izstaipās

- Mazgājas
- Asina nadziņus (skrāpē paklāju).

Jāizvēlas atbilstošs muzikālais pavadījums-„Dabas skaņas ”;”Mazulis mežā”; ”Putnu balsis” u.tml.

6. Spēle: ”Pasaku valstībā”

Mērķis: Veicināt empātijas attīstību, savstarpējo saprašanos starp bērnu un pieaugušo

Saturs: Pieaugušais kopā ar bērnu (mamma un bērns, audzinātāja/pedagogs un bērns u.tml.) lasa pasaku. Pēc tās izlasīšanas uz baltas lapas uzzīmē galvenos varoņus un atmiņā paliekošos notikumus. Tad pieaugušais lūdz bērnu atzīmēt to vietu zīmējumā, kur viņš (bērns) vēlētos nokļūt. Bērns apraksta savus piedzīvojumus „pasakā”. Pieaugušais zīmēšanas procesā uzdod bērnam dažādus jautājumus. Piemēram: ”Ko tu atbildētu pasakas varonim, ja tas tev jautātu..?, ”Bet ko tu darītu varoņu vietā?” vai arī „Kādas būtu tavas izjūtas, ja pasakas varonis parādītos šeit?”

7. Spēle ”Dadzis lipekļis”

Mērķis: Veicināt vienaudžu sadarbības prasmi, kolektīvā gara stiprināšanu un muskuļu atslābināšanu.

Saturs: Bērni dinamiskas mūzikas pavadījumā skrien, kustas, pārvietojas pa visu telpu. Divi bērni sadevušies rokās mēģina notvert vienaudžus saucot: „Es esmu dadzis lipekļis un vēlos tevi satvert! Katru notverto bērnu „dadži lipekļi” pievieno savai grupai. Tālāk viņi visi kopā ķer savos „tīklos” pārējos bērnus. Kad visi bērni kļuvuši par „lipekļiem”, viņi, sadevušies rokās vēl, kādu mirklīti dejo aplī. Nobeigumā skan mierīga mūzika.

Darba autore, pielietojot šīs spēles, ir novērojusi bērnos lielu interesi. Spēle ir dabiskākais, ko bērns prot darīt. Tā paredz lielu elastību sižeta, mērķu un priekšmetu izmantošanā. Rotaļas bērnam ir tas pats, kas pieaugušajam – valoda. Šīs spēles palīdzēja bērniem paust savas domas, jūtas, par kurām viņš nevēlas vai nespēj pastāstīt. Ar spēli pedagogs var bērnam palīdzēt apgūt jaunus uzvedības veidus, kas atvieglotu ikdienu gan viņam pašam, gan viņa vecākiem, gan audzinātājiem. Kvalifikācijas darba autore uzskata, ka izdevās bērnus aizraut ar šīm spēlēm un bērni pēc tam izmainījās-kļuva mierīgi un klusi. Vienīgi Kristofers arī pēc šīm spēlēm nebija mierīgs, nevarēja nosēdēt uz krēsla un sāka traucēt blakus sēdošo.

Vēl papildus spriedzes mazināšanai tika izmantotas arī citas aktivitātes:

Smilšu izmantošana-Smilšu spēļu izmantošana palīdz bērnam paust emocijas, iemācīties tās kontrolēt. Darbošanās ar smiltīm palīdz bērnam atbrīvoties no iekšējās spriedzes. Tā ir piemērota, lai pārstrādātu trauksmi un bailu izjūtas. Tieši tiem bērniem, kuri jūtas nedroši, bailīgi, uzvilkti, aizkaitināti, agresīvi, tiek piedāvāts darboties smilšu kastē, un tas bērnu

nomierina un atslābina. Piemēram, tiek, iedotas, 5 plastmasa glāzes, kurās ar labo roku lēnām jāšaber pilnas ar smiltīm, un pēc tam ar kreiso roku dara to pašu.

Zirņu izmantošana: Šis ir vienkāršais pārbēršanas vingrinājums, trenē bērna spēju koncentrēties, koordinēt kustības un māca kļūt patstāvīgam. Ir divas bļodas, viena ir pilna ar zirņiem otra ir tukša, tad, ņemot karoti rokā, ir lēnām jāpārber tukšajā bļodā.

Ūdens izmantošana: Pārļiešana no vienas krūzes otrā. Lejot ūdeni, izmantoja piltuvi, bērniem tas šķita interesanti, daudzi nebija redzējuši un jautāja, kas tas ir?

6.3. Vecāku aptauju analīze

Vecāku anketēšanas rezultāti, to apkopojums un analīze

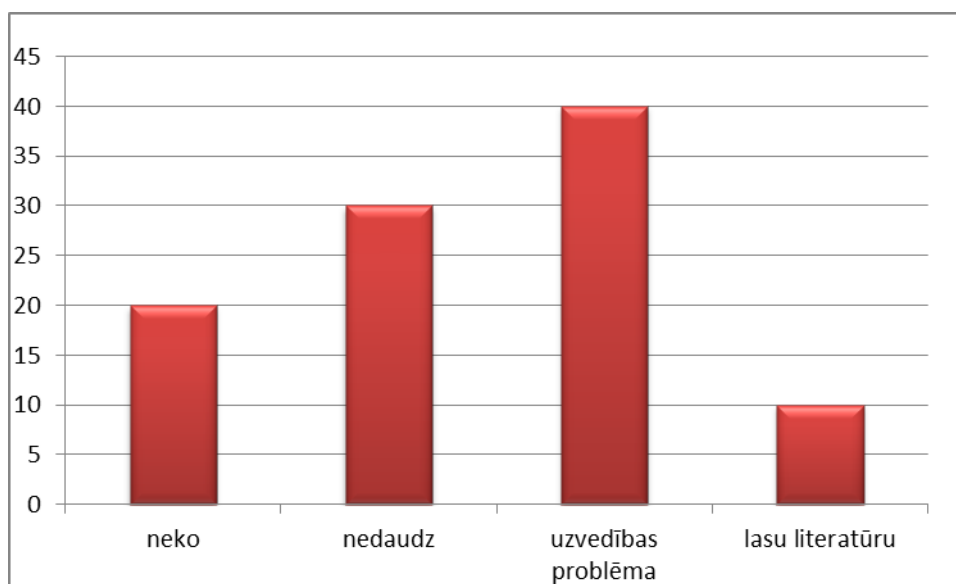
Kvalifikācijas darba autore anonīmi anketēja novērotās grupas vecākus. Veidojot šo anketu, darba autore izvirza sev trīs galvenos uzdevumus. Šos izvirzītos uzdevumus iespējams realizēt, ja bērnu vecāki sniedz godīgas un precīzas atbildes uz sagatavotajiem jautājumiem.

Anketēšanas uzdevumi:

1. Noskaidrot vecāku esošās zināšanas par bērnu audzināšanu un agresiju pirmsskolas vecumā.
2. Izzināt vecāku attieksmes un bērnu audzināšanas metodes, kuras varētu būt izmantojamas agresijas izpausmju mazināšanai pirmsskolā.
3. Noskaidrot saistību starp bērnu agresivitāti un vecāku bērnības pieredzi.

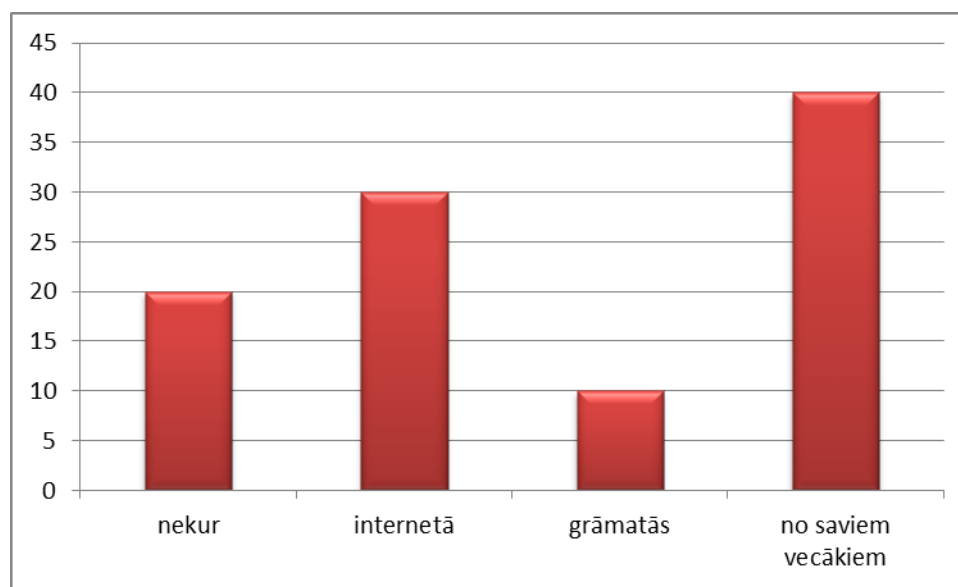
Anketēšanas bāze: x pirmsskolas izglītības iestāde, 4-5 gadus vecu bērnu vecāki.

Anketā pēc atbilžu „brīvības pakāpes” darba autore izmanto slēgtos jautājumus un atvērtos. Tā sastāv no 11 jautājumiem. Anketas atbildes tiks saskaitītas un salīdzinātas vecāku atbildes, kvalifikācijas darba autore aprēķinās procentuāli.



1. attēls. Respondentu atbildes uz 1.jautājumu” Cik daudz zināt par bērnu agresivitāti pirmsskolā?”

Apkopojot vecāku atbildes uz anketas pirmo jautājumu, kvalifikācijas darba autore secina to, ka lielākā daļa, 40 % no vecākiem zina tikai to, ka tā ir uzvedības problēma, 30% vecāku par agresiju pirmsskolā zina nedaudz, bet 20% nezina pilnīgi neko. Protams, daļēji iemesls tam, ka vecākus šī problēma neinteresē, var būt arī pedagogs, ne vienmēr informējot vecākus par bērna agresīvām izpausmēm grupā vai pret grupas biedriem. Ir liels prieks, ka kaut arī neliela daļa 10 % no vecākiem par agresiju pirmsskolā interesējas, lasot literatūru.



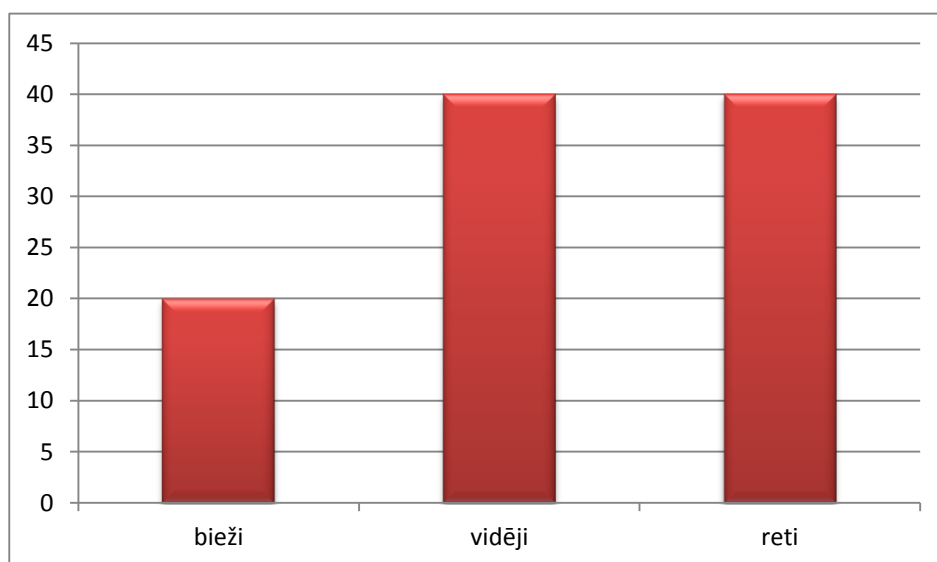
2. attēls. Respondentu atbildes uz 2.jautājumu'' Kur Jūs smeļaties zināšanas par bērna audzināšanu un attīstību?''

Darba autore, apkopojot vecāku atbildes uz otro jautājumu, secina, ka 20 % no vecākiem neuzskata par vajadzīgu iegūt zināšanas par bērnu audzināšanu un attīstību. 30 % no vecākiem lasa dažādus rakstus interneta mājas lapās, tādās kā mammamtetiem.lv, maminuklubs.lv un citus. Darba autore konstatē, ka ir arī vecāki 10%, kas šo informāciju smeļas dažādās grāmatās, kas ir viens no precīzākajiem avotiem. Bet, ir liela daļa vecāku, 40%, kas lūdz padomu saviem vecākiem. Tai pašā laikā, iespējams, ka vecvecāki, balstoties autoritārās audzināšanas pieņemamos, dod nepareizus un novecojušus padomus, kas beidzas ar agresīvu uzvedību ģimenē vai pat fizisku vardarbību.



2. attēls. Respondentu atbildes uz 3.jautājumu'' Vai atvainojaties bērnam, ja esat kļūdījis un nepatiesi viņu apvainojis?''

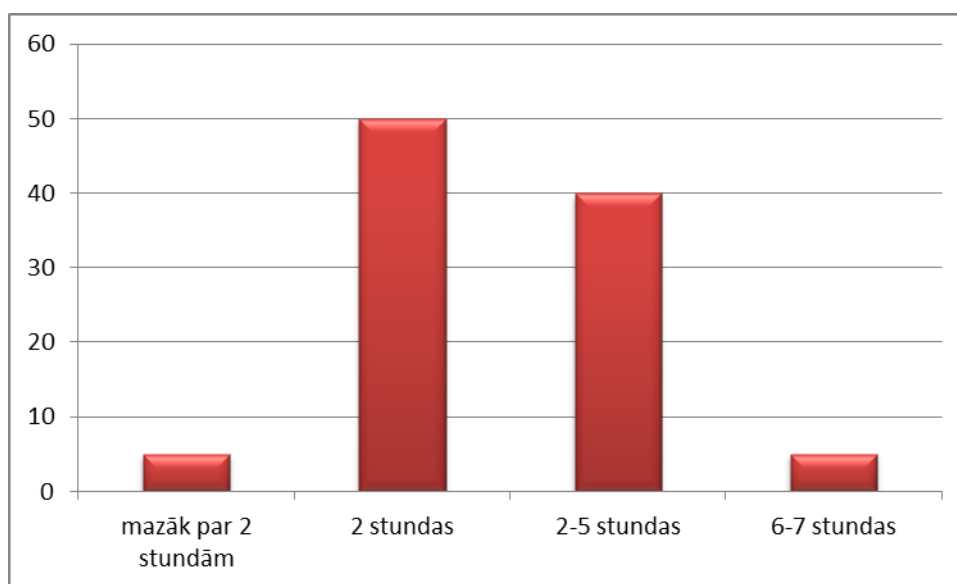
Pēc trešā jautājuma apkopošanas kvalifikācijas darba autore noskaidro to, ka 40 % no vecākiem, neatzīst savas kļūdas bērnam un neatvainojas bērnam, ja nepatiesi viņu apvainojuši, tikpat procenti no vecākiem atzīst, ka kļūdījušies un atvainojas, bet 20 % no vecākiem dara to dažreiz. Darba autore secina, ka ir vecāki, kas nerāda bērnam piemēru, kāda būtu adekvāta uzvedība, tad ja esi kļūdījis. 40 % no bērnu vecākiem šādā veidā pēc būtības nerespektē savu bērnu izjūtas un domas, neatvainojoties par savām kļūdām.



4. attēls. Respondentu atbildes uz 4.jautājumu'' Cik bieži ikdienā Jūs uzklausat bērnu?''

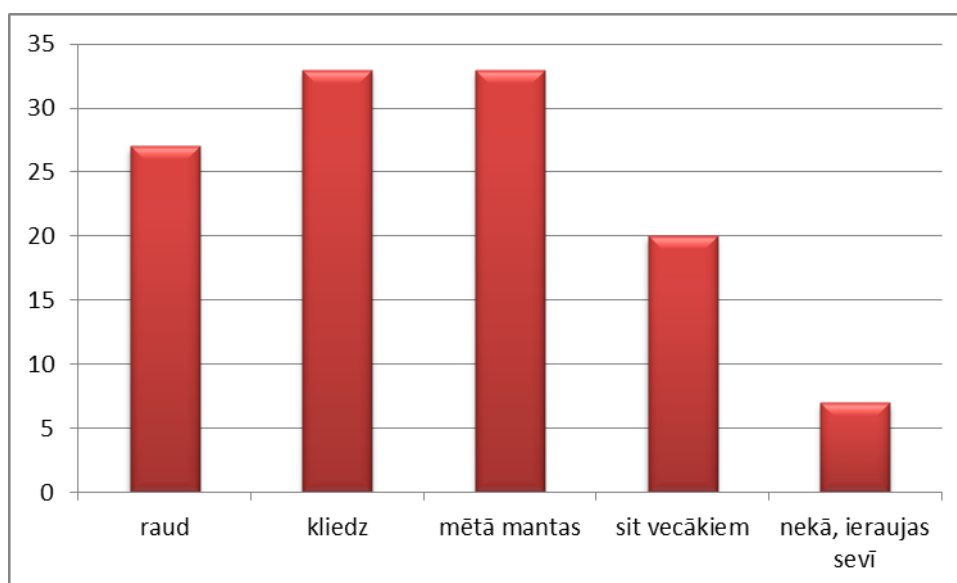
Apkopojot ceturrtā jautājuma rezultātus darba autore uzzina, ka liela daļa no aptaujātajiem vecākiem savus bērnus uzklausa dažkārt, tie ir 40%. Arī 40% no vecākiem bērnus uzklausa reti, bet 20% bieži. Pēc šī jautājuma varam secināt, ka ir liela daļa vecāku,

kas bērnus uzklausa reti, aizbildinoties ar laika trūkumu, aizmāršību. Protams, ir vecāki, kas uzklausa savus bērnus gandrīz vienmēr.



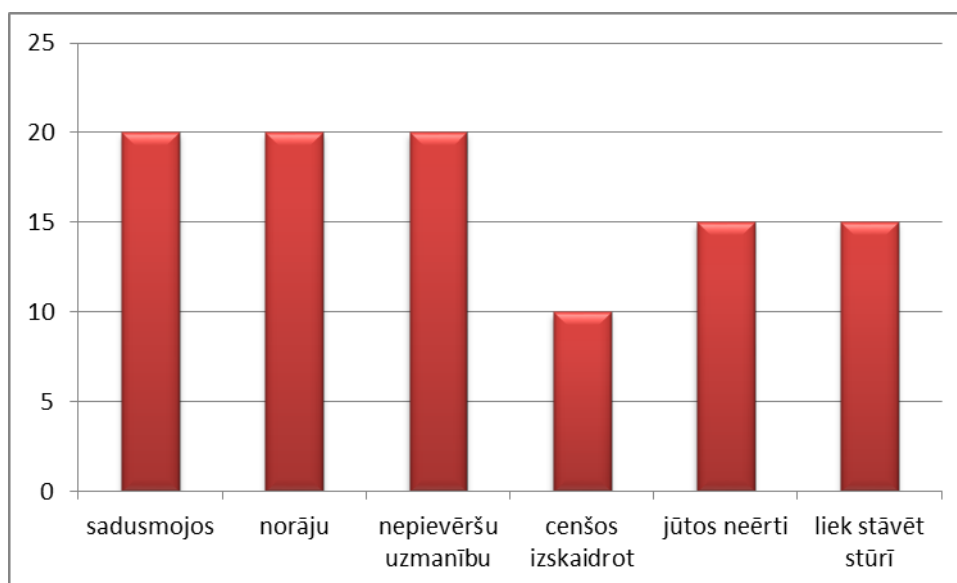
1. attēls. Respondentu atbildes uz 5.jautājumu'' Cik daudz laika darba dienā Jūs pavadāt kopā ar savu bērnu?''

Apkopojot 5. Jautājumu vecāku atbildes, kvalifikācijas darba autore noskaidro, ka 50 % no vecākiem ar bērniem, darba dienā pavada aptuveni 2 stundas laika, 2-5 stundas pavada 40 % no vecākiem. Maza daļa tikai 5 % no vecākiem ar bērniem pavada mazāk par divām stundām, bet ir arī vecāki, 5%, kas saviem bērniem var veltīt ļoti daudz laika 5-7 stundas no darba dienas. Darba autore secina, ka puse no vecākiem ar bērniem pavada 2 h darba dienā. Ir arī vecāki, kas ar bērniem pavada ļoti maz laika- mazāk par 2 h.



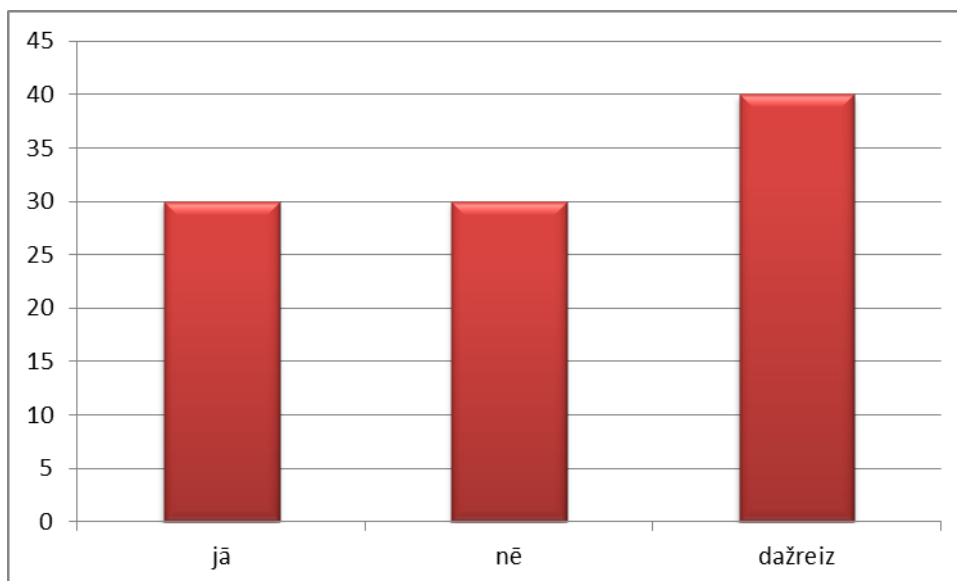
2. attēls. Respondentu atbildes uz 6.jautājumu'' Kā Jūsu bērns izlādē savas sakrājušās, negatīvās emocijas?''

Apkopojot sesto jautājumu kvalifikācijas darba autore uzzina, ka visbiežāk bērni, lai izlādētu savas negatīvās emocijas, kliez- 33% vai mētā mantas 33%. Arī liela daļa no vecākiem 27 % snieguši atbildi, ka bērni raud, bet 20 % no vecākiem bijuši atklāti un atbildējuši, ka bērni viņiem sit, lai izlādētos. 6 % no bērniem savas negatīvās emocijas neizrāda, bet ieraujas sevī, kas, pēc autores domām, nebūtu vēlams. Pēc šī anketas jautājuma var secināt, ka veidi, kā bērns izlādē negatīvās emocijas, ir ļoti dažādi, bet lielākā daļa no tiem tieši vai arī netieši ietekmē cilvēkus, kas konkrētajā brīdī ir blakus. Darba autore priecājas, ka vecāki atbildējuši godīgi, jo arī grupas vidē novērojama agresīva uzvedība pret pieaugušo.



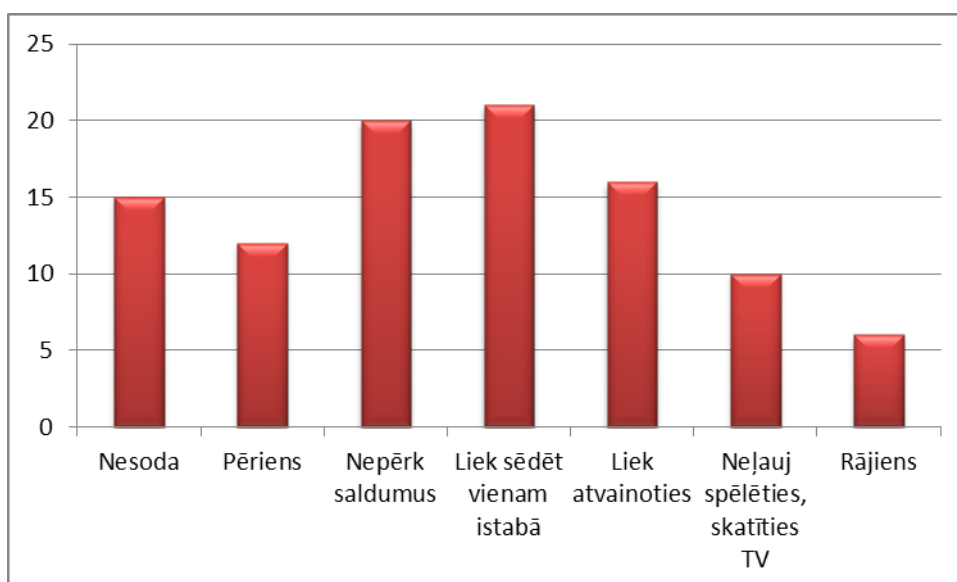
3. attēls. Respondentu atbildes uz 7.jautājumu'' Kā Jūs reaģējat, kad Jūsu bērns uzvedas agresīvi?''

Apkopojot astotā jautājuma atbildes, kvalifikācijas darba autore noskaidro, ka vienādās daļās sadalās trīs vecāku reakcijas, 20% vecāku bērnu agresīvai uzvedībai nepievērš uzmanību, tāpat 20% bērnus norāj vai dusmojas par bērna agresivitāti. 15% no vecākiem jūtas neērti par savu bērnu agresivitāti, tāpat 15% liek bērnam stāvēt stūrī. Ir arī vecāki, kaut gan tikai 10 %, kas cenšas saviem bērniem izskaidrot agresīvo uzvedību. Darba autore secina to, ka lielākā daļa vecāku neprot adekvāti reaģēt uz bērna agresīvo uzvedību, rādot bērnam nepareizu piemēru, dusmojoties, rājot vai kauninot bērnu.



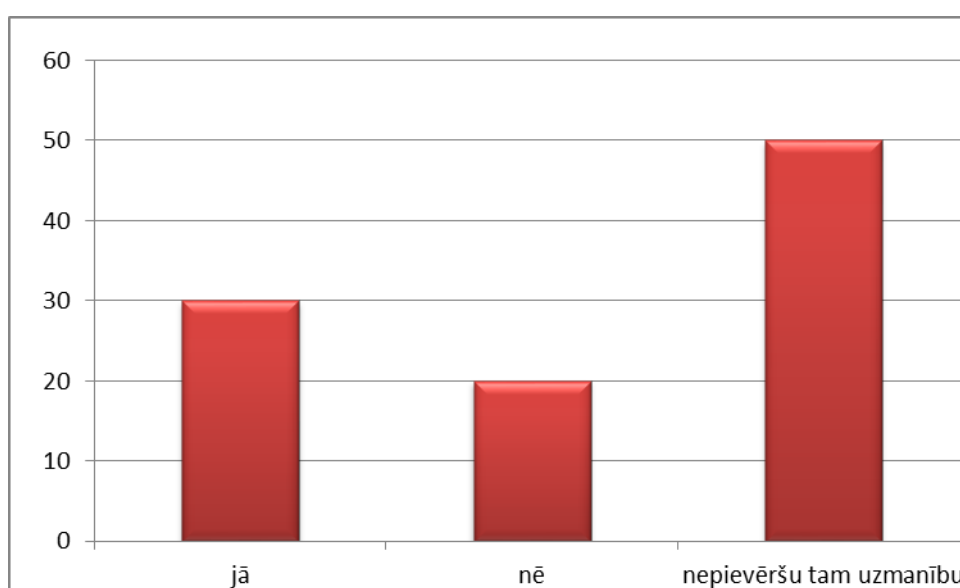
4. attēls. Respondentu atbildes uz 8.jautājumu'' Vai Jūs pievēršat uzmanību, saturam, tekstam, ko Jūsu bērns skatās pa TV, internetā vai viedtālrunī?''

Kvalifikācijas darba autore, apkopojot septītā jautājuma rezultātus uzzina, ka 30% no vecākiem pievērš uzmanību saturam, kāds bērnam tiek piedāvāts TV, internetā vai viedtālrunī. Tikpat procentu vecāku tas nešķiet būtiski un viņi tam nepievērš uzmanību, bet 40% no vecākiem uzmanību saturam pievērš dažreiz. Pēc šī jautājuma darba autore secina to, ka liela daļa bērnu var brīvi izvēlēties, ko viņi vēlas skatīties, bet līdz ar to, iespējams, ka no šiem avotiem bērns var apgūt arī nevēlams uzvedības modeļus, 30% ir vecāki, kas kontrolē bērniem pieejamo informāciju.



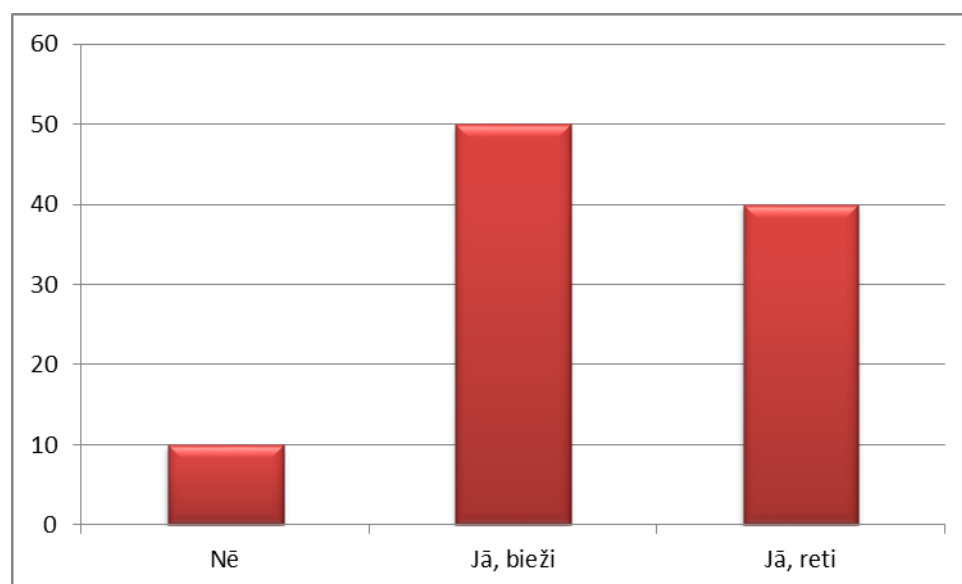
5. attēls. Respondentu atbildes uz 9.jautājumu'' Vai Jūs sodat savu bērnu, kad viņa uzvedība ir bijusi agresīva, ja sodat, tad kā?''

Apkopojot devītā jautājuma atbildes, darba autore noskaidro, ka ir daļa, kas savus bērnus pēc agresīvas rīcības nesoda - 15% no vecākiem, pie tam, šo vecāki ir gan tie, kuriem ir vienaldzīga bērnu uzvedība, gan tie, kuri pārrunā ar bērnu nevēlamo uzvedību, vēl 19% no vecākiem saviem bērniem pēc agresīvas rīcības nepērk saldumus. 21% bērnus par agresīvu rīcību soda ar vientulību, liekot sēdēt vieniem savā istabā. Vēl joprojām ir vecāki- 12%, kas savus bērnus per pēc agresīvas rīcības. 16% no vecākiem bērniem liek atvainoties, bet 10% aizliedz bērnam dažādas izklaides, spēlēšanos, TV skatīšanos. Ir arī neliela daļa- 6 %, kas izmanto rājienu, kā soda veidu. Pēc šī jautājuma apkopošanas var secināt, ka vecāki paši izmanto dažādus vardarbības veidus kā sodīt bērnu pēc bērnu agresīvas uzvedības, tādā veidā nerādot bērnam pareizu uzvedības modeli.



6. attēls. Respondentu atbildes uz 10.jautājumu'' Vai bērns dzird un redz ģimenes konfliktus? ''

Kvalifikācijas darba autore, apkopojot desmitā jautājuma rezultātus uzzina, ka 30% no vecākiem necenšas izvairīties no bērna klātbūtnes konflikta laikā. Tāpat arī 50 % tam nepievērš uzmanību. Tikai 20 % no vecākiem šķiet svarīgi bērnu pasargāt no ģimenes locekļu konflikta.



7. attēls. Respondentu atbildes uz 11.jautājumu'' Vai Jūsu vecāki bērnībā Jūs sodīja? Ja jā, cik bieži un kā? ''

Kvalifikācijas darba autore apkopojot 11, jautājuma rezultātus uzzina, ka 50 % no vecākiem bērnībā ir sodīti bieži, šie vecāki min pērienu vai palikšanu vienam, arī publisku kaunināšanu. 40% no vecākiem atzīst, ka ir sodīti, bet reti, šie vecāki, kā soda veidu, min tikai pērienu. Ir arī vecāki, kas bērnībā nav sodīti- 10% no vecākiem. Pēc šī jautājuma, darba autore secina, ka vecāku bērnībā, bērnu sodīšana, kaunināšana tika uzskatīta par normu, jo gandrīz visi vecāki atzīst, ka bērnībā dažādi sodīti.

Kvalifikācijas darba autore, veidojot anketu izvirzīja sev trīs mērķus, kurus palīdzēja sasniegt godīgas vecāku atbildes uz anketas jautājumiem. Apkopojot vecāku atbildes uz uzdotajiem jautājumiem, var secināt, ka:

1. Lielākā daļa no vecākiem par agresiju pirmsskolā zina tikai no, ka tā ir uzvedības problēma, ir vecāki, kas nezina pat to. Vecākiem nav zināšanas par šo problēmu un viņiem nav priekšstatu kā to risināt.
2. Pārsteidz tas, ka 40 % zināšanas par bērnu attīstību, audzināšanu jautā saviem vecākiem, kaut gan lielākā daļa no bērnu vecākiem, bērnībā tika pērti vai citādi nopiesti. Vecāki to uzskata par normu un neinteresējas par to, kā citādi risināt šīs problēmas, piemēram, balstoties uz bērnu vecumposmu īpatnībām, ko būtu svarīgi noskaidrot bērnu vecākiem.
3. Apkopojot vecāku atbildes, uz jautājumu, cik daudz laiku viņi pavada kopā ar savu bērnu, darba autori pārsteidza, ka ir vecāki, kas kopā ar savu bērnu pavada 2 stundas dienā vai pat mazāk. Tas varētu būt viens no iemesliem, kāpēc bērns uzvedas agresīvi, jo bērnam pietrūkst vecāku uzmanības, mīlestības un atbalsta.

4. Vecāki savus bērnus soda dažādi ,bet visi no soda veidiem ir vardarbīgi pret bērnu, arī bērna uzvedības ignorēšana.
5. Puse no vecākiem bērnība ir sodīti bieži par dažādām nerātībām. Salīdzinot atbildes, ko vecāki devuši par veidiem kā viņi sodīti un kā vecāki soda savus bērnus atbildes ir līdzīgas- vientulība, pēriens, kaunināšana, pēc kā varam secināt, ka vecāki bērnu audzināšanā izmanto tās pašas metodes, ko viņu vecāki, bet tas nekādā veidā neveicina bērnu agresīvās uzvedības mazināšanos. Protams, ir arī vecāki, ka iet līdzī laimam un interesējas par sava bērna garīgo un fizisko veselību un cenšas izskaidrot dažādas situācijas, izmantojot gūtās zināšanas bērnu vecumposmu attīstībā un bērnu audzināšanā.

7.Rekomendācijas pedagogiem

1. Jebkuram cilvēkam mēdz būt situācijas, kad viņš jūtas „iespiests stūrī”, bērnam ir grūti pašam tikt galā ar savām emocijām, tāpēc viņš izmisumā metas kost, skrāpēt, sist citus (vienaudzus un pieaugušos). Ir ļoti svarīgi gan mazināt bērna agresīvo uzvedību, lai varētu sadarboties ar pedagogu, ar saviem vienaudžiem, un ar saviem vecākiem, gan arī apgūt sociāli pieņemamus negatīvo emociju izpausmes veidus.
2. **Pasakas ar morāli**-Jau kopš seniem laikiem bērnus audzināja uz pasakām, jo laba pasaka obligāti apvieno sevī izklaides un didaktiskus elementus. Tā dod bērnam rakstītās patiesības, stāsta par to, kā ir labi, bet kā ir slikti, audzina bērnā labestības jūtas, atbildību, atsaucību, un tajā pašā laikā māca neuzticēties svešiniekiem, rēķināties ar saviem spēkiem, būt mērķtiecīgam. Tomēr, lai pasakas lasīšanai būtu pienācīgs efekts, maz vienkārši ir izlasīt to bērnam. Vecākiem ir jāsakārto vajadzīgie akcenti, lai palīdzētu bērnam pareizus secinājumus no dzirdētā. Piemēram, ne tajā ir pasakas morāle «Rausis», ka nedrīkst uzticēties lapsām, bet tajā, ka nevajadzēja bēgt prom no vecmāmiņas ar vectētiņu.
3. **Spriedzes mazināšanai** veiksmīgi var izmantot spēles un vingrinājumus, piemēram, spēli ”Mazie spociņi”, kas labi palīdz atbrīvoties no uzkrātajām dusmām. Spēle „Kaķītis”, kas palīdzēs noņemt sasprindzinājumu radīt pozitīvu gaisotni grupā.No vingrinājumiem palīdzēs-ūdens pārliešana no krūzes uz krūzi un smilšu pārbēršana no smilšu kastes krūzē.
4. **Emociju izpaušanu sociāli pieņemamā veidā** to bērns apgūst caur dažādām spēļu un rotaļu situācijām. Tā pati smilšu terapija palīdz izpaust emocijas. Zīmēšana palīdz paust iekšējās emocijas, domas un palīdz nonākt pie kāda rezultāta. Elpošanas vingrinājumi, figūra veidošana.
5. **Ko ieteikt vecākiem?** Bērnu uzvedība vairāk ir atkarīga no vecāku piemēra, nevis moralizēšanas. Tas attiecas gan uz laiku, kas tiek pavadīts pie datora, gan arī uz saskarsmes stilu ikdienā un interneta vidē. Ja vecāku saskarsmes ētikā dominē laipnība, atsaucība, cieņa un arī prasme sociāli pieņemamā veidā paust savas negatīvās emocijas, to pašu atkārtoti arī bērns – gan ikdienā, gan sociālajos tīklos. Svarīgi arī tas, ka bērniem nepieciešams apzināties savas uzvedības un brīvības

robežas. Tas ir pamatu pamats ne tikai bērna sociāli vēlamajai uzvedībai, bet arī paša bērna emocionālajai un fiziskajai drošībai.”

6. Pedagoģs iesaka vecākiem vairāk pievērst uzmanību saviem bērniem, pavadīt laiku ar saviem bērniem, interesēties par bērnu ikdienu bērnudārzā, saskarsme ar skolotāju.
7. Ļoti būtiski ir palīdzēt vecākiem apzināties, ka bērna disciplinēšana agresīvā veidā noved bērnu vēl pie sliktākas situācijas.

Secinājumi:

1. Agresija bērna vecumā var būt dabiska aizsargreakcija uz apdraudējumu, kurā bērns vēl nav apguvis sociāli pieņemamus uzvedības modeļus.
2. Kā izpaužas bērna agresija? Agresija var izpausties dažādi, kas var būt arī atkarīgs no situācijas. Bērns var kost, bļaut, sist, kliegt, spert, raudāt, kniebt, mest ar priekšmetiem
3. Kā vecāki var ietekmēt? No vecākiem ir ļoti daudz atkarīgs, kā bērns jūtas ikdienā, bērnudārzā un tāpēc pēc iespējas vairāk ir jāvelta bērniem uzmanības, mīlestības, laiks ko pavadam kopā ar bērnu. Jo tas ir svarīgi bērnam un arī mums vecākiem.
4. Pētījumi pierāda, lielāko daļu vecāku par agresiju pirmsskolā zina tikai to, ka tā ir uzvedības problēma. Vecāki to uzskata par normu un neinteresējas par to, citādi risināt šīs problēmas. Vecāki ļoti maz pavadā laiku ar saviem bērniem, un tas varētu būt viens no iemesliem, kāpēc bērnu uzvedās agresīvi.
5. Bērnu agresiju var mazināt, lai mazinātu agresiju, bērnam jāmaņa atslābināties un tikt vaļā no spriedzes. Spēlē: "Klapējam putekļus", "Spilvena kaujas", "Krītošais tornis" Papīra burzīšana, savas sliktās emocijas uzzīmē uz lapas un aizsviež tās prom, plastilīna mīcīšana, izklaigāties, izskrieties sporta laukumā, spilvena mīcīšana, rokdarbi.
6. Pedagogam ir iespējams ar mērķtiecīgu izstrādātu programmu palīdzēt mazināt bērnu agresiju.
7. Turpmākajā darbā būtu jāpievērš lielāka uzmanība vecāku izglītošanai un viņu bērna uzvedības regulācijas prasmju pilnveidošanai.

Izmantotā literatūra

1. Kūlīte, V.(2009) Agresiju izraisa datorspēles. *Psiholoģija ģimenei un skolai*, Nr.01. 20. – 26. lpp.
2. Krāsna, A.(2009)psiholoģijas pasaule,Nr.01. 52-53.lpp.
3. Dzintere, D. Stangaine. I,(2007) Rotaļa-bērna dzīves prasmju sekmētāja,RAKA,81lpp.
4. Svence, G.(1999) *Attīstības psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne 90-91lpp.
5. Smita, H.(1995) Vai tavs bērns ir laimīgs? Rīga:94-95lpp.
6. Grejs, Dž.(1999) Bērni ir no debesīm,256lpp.
7. Aunīte, I.(2012)Mans mazais. Labās sliktās multenes,Nr.09,54-55lpp.
8. Taivāne, G.(2007) Mans mazais. Agresivitāte-cīņa par neatkarību,Nr.7,32-33lpp.
9. Tretjakova, I. (2006)Psiholoģija ģimeneiAgresivitāte,Nr.05,06,10-15lpp.
10. Smiltiņa, J. (2010)Psiholoģijas pasaule Saskarsmes principi kontaktējoties ar agresīviem bērniem un pusaudžiem,Nr.1,30-31lpp
11. Landsbergiene, A.(2015)”Ir” Ceļš uz tolerantu sabiedrību sākas jau bērnudārzā,Nr.10,48-49lpp
12. Kšuškovnikas, D.Tiltiņas, I.Dudkinas, A.(2015)Psiholoģija ģimenei un skolai,Nr.66,24-31lpp
13. Pļaviņa, I.(2011)Mans mazais-Sit, kož, skrāpē.Nr.11,62-63lpp
14. Zande, D.(2014)Mans mazais-Niķi, stiķi un temperaments,Nr.09,40-47lpp
15. Rutka, L.(2014)Bērnu agresija cieši jāsaista ar vecāku uzvedību[tiešsaiste]pieejams: <http://www.delfi.lv/calis/jaunumi/psihologe-bernu-agresija-ciesi-jasaista-ar-vecaku-uzvedibu.d?id=45258288>
16. Pastare, I. Batņa, V.(2011)Tavu bērnu vislabāk ārstē rotaļas [tiešsaiste]pieejams: <http://www.kasjauns.lv/lv/zinas/55044/tavu-bernu-vislabak-arste-rotalas-nevis-zales>
17. Ļutova,E.K(2003)Psiholoģijas pasaule,Nr.1,53lpp

Pielikums

ANKETA

Sveiki vecāki!

Esmu 3.kursa studente un veicu pētījumu sava kvalifikācijas darba izstrādāšanai. Pētījumu veicu par bērna agresivitāti pirmsskolā, tādēļ lūdzu, piedalīties aptaujā par šo tematu.

Anketas aizpildīšana ir anonīma un tā neaizņems daudz Jūsu laika.

1. Cik daudz Jūs zināt par bērnu agresivitāti pirmsskolā?

2. Kur Jūs smeļaties zināšanas par bērna audzināšanu un attīstību?

3. Vai atvainojaties bērnam, ja esat kļūdījies un nepatiesi viņu apvainojis?

- Jā
- Nē
- Dažreiz

4. Cik bieži ikdienā Jūs uzklausāt bērnu?

- Bieži
- Vidēji
- Reti

5. Cik daudz laika darba dienā Jūs pavadāt kopā ar savu bērnu?

6. Kā Jūsu bērns izlādē savas sakrājušās, negatīvās emocijas?

7. Vai Jūs pievēršat uzmanību, saturam, tekstam, ko Jūsu bērns skatās pa TV, internetā vai viedtālrunī ?

- Jā
- Nē
- Dažreiz

8. Kā Jūs reaģējat, kad Jūsu bērns uzvedas agresīvi?

9. Vai Jūs sodiet savu bērnu, kad viņa uzvedība ir bijusi agresīva, ja sodiet, tad kā?

10. Vai bērns dzird un redz ģimenes konfliktus?

- Jā
- Nē
- Nepievēršu tam uzmanību

11. Vai Jūs vecāki bērībā Jūs sodīja? Ja jā, cik bieži un kā?

PALDIES PAR ATSAUCĪBU!

