

**LATVIJAS UNIVERSITĀTE**  
**Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte**  
**Nepilna laika studijas**  
**Pirmsskolas un sākumskolas skolotājs**

**DIANA GRĪNBERGA**

**Bērnu agresīva uzvedība un tās novēršanas iespējas vidējā  
pirmsskolas vecumā**

**Bakalaura darbs**

**Darba vadītājs**

Profesore

---

Akadēmiskais amats

Dr.psych.

---

Zinātniskais/akadēmiskais

grāds

Tija Zīriņa

---

Vārds, uzvārds

---

Paraksts

RĪGA 2019

## Anotācija

**Darba autore:** Diana Grīnberga

**Darba vadītāja:** Dr.psych.profesore Tija Zīriņa

**Darba tēma:** Bērnu agresīva uzvedība un tās novēršanas iespējas vidējā pirmsskolas vecumā.

**Darba mērķis:** –pētīt bērnu agresīvas uzvedības novēršanas iespējas vidējā pirmsskolas vecumā.

Bakalaura darbā ir teorētiskais un empīriskais pētījums par bērnu agresīvas uzvedības novēršanas iespējām vidējā pirmsskolas vecumā. Tika pētīta teorijas analīze par bērnu agresīvu uzvedību, veikta bērnu attīstības likumsakarības analīze vidējā pirmsskolas vecumā. Balstoties uz teorētiskajām atziņām, tika organizēts un veikts empīriskais pētījums, tika izstrādāti bērnu agresīvās uzvedības vērtēšanas kritēriji, atbilstoši kritērijiem veikta bērnu novērošana, tika noteikts bērnu agresīvās uzvedības līmenis pirms izmēģinājumdarbības un pēc izmēģinājumdarbības. Tika atrasti paņēmiemi un metodes bērnu agresīvas uzvedības novēršanai vidējā pirmsskolas vecumā. Bērnu agresīvas uzvedības novēršana bija veiksmīga, jo darba autors strādāja ar dažādām novēršanas metodēm, zīmēšana, runāšana, ieklausīšanās, elpošanas vingrinājumi, fiziskas aktivitātes, mācīja bērniem komunikācijas prasmes, lai aizstātu negatīvo, agresīvo uzvedību.

**Bakalaura darba apjoms:** 62 lpp., 3 tabulas, 18 attēli, 6 pielikumi, 34 literatūras avoti.

**Atslēgas vārdi:** agresīva uzvedība, vidējais pirmsskolas vecums, cēloņi, attīstības likumsakarības, individuāla pieeja, novēršana.

## **Annotation**

**The author:** Diana Grīnberga

**The adviser:** Dr.psych.professor Tija Zīriņa

**The research title:** Children aggressive behavior and its prevention options in the middle preschool age.

**The objective of the research:** investigate prevention options for children aggression at middle preschool age.

Qualification paper includes theoretical and empirical study about possibilities of preventing children aggressive behavior in the middle preschool age. An analysis of theory about children aggressive behavior was studied, analysis of the regularity of children development in the middle preschool age was performed. Based on theoretical knowledge, an empirical study was organized and carried out, criteria for the evaluation of children aggressive behavior were developed, children monitoring performed according to criteria, the level of aggressive behavior of children prior to testing and follow-up was determined. Techniques and methods were found to prevent children aggressive behavior in the middle preschool age. Prevention of children aggressive behavior was successful because the author worked with different prevention techniques: drawing, speaking, listening, breathing exercises, physical activities, taught children communication skills to replace negative, aggressive behavior.

**The content of the qualification paper includes:** 62 pages, 3 tabels, 18 pictures, 6 attachments, 34 literature sources.

**Key words:** aggressive behavior, middle preschool age, causes, development regularities, individual approach, prevention.

# Saturs

Ievads	5
1. Bērnu agresīvas uzvedības analīze pedagogu un psihologu teorijās	7
1.1. Agresijas jēdziena skaidrojums	7
1.2. Bērnu agresīvas uzvedības cēloņi	10
2. Bērnu attīstības likumsakarības vidējā pirmsskolas vecumā	14
2.1. Bērnu kognitīvās un emocionālās attīstības raksturojums	14
2.2. Bērnu fiziskās attīstības raksturojums	24
3. Paņēmienu bērnu agresīvas uzvedības novēršanai vidējā pirmsskolas vecumā	27
3.1. Individuālā pieeja bērnu agresivitātes novēršanai pedagoģiskajā procesā pirmsskolā	27
3.2. Bērnu agresivitātes novēršanas paņēmienu ģimenē	32
4. Pētījums par bērnu agresīvas uzvedības novēršanu vidējā pirmsskolas vecumā.	38
4.1. Pētījumā izmantoto metožu izvēle un pamatojums.	38
4.2. Pētījuma mērķauditorijas raksturojums.	39
4.3. Pētījuma norise.	43
4.4. Pētījuma rezultātu analīze un interpretācija	52
Secinājumi	58
Priekšlikumi	59
Literatūras un avotu saraksts	60
Pielikumi	62

## Ievads

Bērnu agresivitātes izpausmes ir viens no visbiežākajiem uzvedības traucējumiem, ar kuriem jātiek galā pieaugušajiem –vecākiem un speciālistiem (skolotājiem, psihologiem, psihoterapeitiem). Agresivitāte tā ir tēma, kura interesē speciālistus dažādas psiholoģijas nozarēs, sociologus, tiesību sargājošas institūciju darbiniekus, vecākus, pedagogus un arī filozofus.

Bakalaura darba gaitā ir veikta pedagogu un psihologu teoriju analīze, par bērnu agresīvu uzvedību. Veikta bērnu attīstības likumsakarību analīzi vidējā pirmsskolas vecumā. Atrasti paņēmieni bērnu agresīvas uzvedības novēršanai vidējā pirmsskolas vecumā. Veikts empīriskais pētījums par bērnu agresīvas uzvedības novēršanu vidējā pirmsskolas vecumā. Meklētas agresīvas uzvedības novēršanas metodes, tās pielietas pedagoģiskajā izmēģinājumdarbībā. Veikta pētījumu analīze un tās interpretācija.

Lielākā daļa bērnu cieš no tīšas un netīšas verbālās un fiziskās vardarbības, no sūdzībām un agresīvām fantāzijām, no apvainojumiem un draudiem, tiek iznīcinātas citu bērnu rotaļlietas, drēbju bojāšana, bērni sit viens otru, kož, splaudās. Tāda agresīva uzvedība vienmēr ir provokatīva, aktīva un dažreiz pat bīstama citiem un ir nepieciešamas korekcijas kompetencē. Tādēļ par agresivitāti ir jāsāk runāt jau attiecībā uz bērna agrīno, pirmsskolas vecumu, kad tā vēl tikai attīstās.

Tēmas aktualitāti nosaka arī tas, ka bērnu ar šādu uzvedību skaitu pieaug, jo pieaug arī apstākļi, kas agresivitāti var provocēt.

**Pētījuma objekts** –pedagoģiskais process pirmsskolā.

**Pētījuma priekšmets** –bērnu agresīvas uzvedības izpausmes.

**Pētījuma mērķis** – pētīt bērnu agresīvas uzvedības novēršanas iespējas vidējā pirmsskolas vecumā.

**Pētījuma uzdevumi:**

1. Veikt pedagogu un psihologu teoriju analīzi par bērnu agresīvu uzvedību;
2. Veikt bērnu attīstības likumsakarību analīzi vidējā pirmsskolas vecumā;
3. Atrast paņēmienus bērnu agresīvas uzvedības novēršanai vidējā pirmsskolas vecumā;
4. Veikt pētījumu par bērnu agresīvas uzvedības novēršanu vidējā pirmsskolas vecumā.

**Pētīšanas metode:**

- Pedagoģiskās un psiholoģiskās literatūras analīze.
- Pedagoģiskā novērošanas metode.

- Pedagoģiskā izmēģinājumdarbība.

### **Hipotēze:**

Bērnu agresīvas uzvedības novēršana būs veiksmīga, ja pedagogs:

- noteiks agresīvas uzvedības rašanās iemeslus;
- kā agresīvas uzvedības novēršanas metodi izmantos sarunas ar bērniem, viņu uzklausīšanu un veicinās iespēju izkustēties;
- mācīs bērnam atbilstošas alternatīvās prasmes - runāšanu, savaldīšanos, lai aizstātu negatīvo, agresīvo uzvedību, kas izpaužas bērna atbildēs uz situācijām un cilvēkiem ap viņu.

### **Pētījuma periods.**

Pētījums par bērnu agresīvas uzvedības novēršanu vidējā pirmsskolas vecumā tika veikts Rīgas pilsēts pašvaldības pirmsskolas izglītības iestādē, kurā ir 23 izglītojamie. Pētījums tika veikts 8 nedēļās, 3 posmos, laika periodā 2019.gada 09.septembra līdz 2019.gada 01.novembrim.

1. posmā tika apzināti bērni, kuriem ir agresīvas uzvedības izpausmes, laika posms divas nedēļas.
2. posmā tika veikta agresijas novēršana ar dažādām metodēm, laika posms 3 nedēļas.
3. posmā tika veikta novērošana pedagoģiskajai izmēģinājumdarbībai, analizēti apkopotie dati, laika posms 3 nedēļas.

# 1. Bērnu agresīvas uzvedības analīze pedagogu un psihologu teorijās

## 1.1. Agresijas jēdziena skaidrojums

Vārds agresija ir cēlies no latīņu vārda „*aggressio*”, kas tulkojumā nozīmē „uzbrukums” (Svešvārdu vārdnīca, 2008, 25).

„Agresivitāte – psihiska gatavība agresīvai rīcībai, stabila tieksme uz asu, agresīvu uzvedību, rīcību. Agresivitāte var būt rakstura īpašība, kuru ne vienmēr vērojam tieši, bet par to spriež, izvērtējot cilvēka rīcību.” Šāda definīcija par agresivitāti ir citēta psiholoģijas vārdnīcā.

Literatūra, kurā aplūkota agresivitāte ir plaša, to pēta dažādas zinātnes – gan dabas, gan sociālās. Agresiju, galvenokārt, aplūko psiholoģijas zinātne.

Vairums pētnieku mūsdienās par agresiju uzskata jebkuru uzvedības formu, kas ir mērķtiecīgi virzīta uz citas dzīvas būtnes apvainošanu, indivīda pazemošanu, iznīcināšanu vai kaitniecības nodarīšanu pretēji tās vēlmēm. Pēc izpausmes veida agresiju iedala:

- **Reaktīvā agresija** (ekspresīvā agresija, impulsīvā agresija, afektīvā agresija). Tas ir dusmu sprādziens bez mērķtiecības. Šis agresijas veids ir ātri pārejošs. Bērniem tās var būt kaprīzes vai stūrgalvība. Cēloņi šīm izpausmēm ir upura ceļā likti šķēršļi. Kad darbība nav pakļauta upura gribai, tad tā ieiet afektā. Afekta stāvoklis attīstās kritiskās situācijās, kad cilvēks nevar atrast izeju naidīgiem stāvokļiem, cilvēks nav spējīgs kontrolēt savu rīcību. Viņš var sarunāt rupjības, sist, lamāties utt., jo afekta stāvoklī notiek daudzu psihisko procesu, piemēram, domāšanas bremsēšana.

- **Naidīguma jeb ļaunprātīga, jeb motivētā agresija.** Tai ir raksturīgs mērķtiecīgs un pilnīgi apzināts nolūks nodarīt ļaunumu otram cilvēkam vai cilvēku grupai. Naidīgā agresija var būt gan īslaicīga, gan ilgstoša. Īslaicīga agresija tā ir tādā gadījumā, kad upuris nepretojas. Pretošanās gadījumā tā kļūst ilgstoša.

- **Instrumentālā agresija**, tā izpaužas apstākļos, kad subjekta mērķis ir neitrāls, bet agresija tiek izmantota kā viens no līdzekļiem. Tā var būt šantāža, kas sasiņta ar draudiem pret personu, varmācība pret nevainīgu gūstekni vai arī stingra audzināšana, pielietojot stingrus sodus (Baumeistar, Bushman, 2011).

Šie trīs galvenie agresijas veidi, var cieši savīties kopā, bet motīvi var atšķirties. Kā arī tie var ne tikai izpausties vienlaicīgi, bet laika gaitā mainoties pāriet no viena veida otrā.

Daudzi psihologi ir izstrādājuši teorijas cenšoties saprast agresijas dabu un atklāt dotās uzvedības nozīmi un jēgu.

Pedagoģijas un psiholoģijas literatūrā ir pazīstamas vairākas agresijas izpausmes teorijas, visbiežāk pieminētās ir 3 agresijas izcelsmes teorijas:

- dziņu teorija ( psihoenerģētiskais modelis);
- frustācijas (intrapsihiskā) teorija;
- sociāli iemācīta uzvedības teorija.

**Dziņu teorija** apskata agresivitāti kā instinktu. Šo teoriju veido psihoanalītiskās skolas pārstāvji: Z. Freids, K.G. Jungs, A. Adlers un K. Lorencs.

Z. Freida instinktu teorijas pamatā ir uzskats, ka cilvēku dzīve ir divu instinktu (dzīves un nāves) cīņas un kompromisa sekas. Agresija ir daļa no nāves instinkta un cilvēku tāpat kā dzīvnieku vada pamatinstinkti. Viņš apgalvo, ka agresija ir instinkts, un tas nozīmē, ka cilvēki ir agresīvi, lai izpaustu iedzimtu vēlmi (Freids, 2000).

Z. Freida personības struktūrā par instinktu kontroli atbild Ego daļa apzinātā psihe daļa, kas palīdz adaptēties sociālajā vidē un pieņemt sociāli pieņemamus lēmumus. Cilvēkam vienmēr ir jārēķinās ar savas personības daļu iekšējo konfliktu un vienīgā iespēja agresiju izpaust sociāli pieņemamā veidā ir attīstīt spēcīgu Ego daļu. Z.Freids pierādīja, ka agresija ir iedzimta – tāpat neizbēgama, un, ja agresīvā enerģija netiktu izpausta uz āru tā iznīcinātu pašu indivīdu iekšēji (Freids, 1997).

Tomēr emociju izpausme, kas pavada agresiju, kalpo kā agresīvās enerģijas izlādēšana un tādējādi samazinās iespējamība izdarīt vēl bīstamākus darbus.

K.G. Junga viedoklis atšķiras no Z. Freida viedokļa dzīves enerģijas skaidrojumā. Cilvēkā atrodas dažādas struktūrvienības, kas piedalās paštapšanas procesā. Viens no tiem ir Ēna – viss ļaunais, nepatīkamais un negatīvais, kas pastāv neapzināti un ir nepieņemams cilvēku apziņai. Ja cilvēks atsakās no šīs saskarsmes, ja neredz sevī Ēnu, ļaunums var kļūt nekontrolējams un var izpausties dažādās agresīvās darbībās (Jungs, 1993).

A. Adlers norāda, ka cilvēka attīstības pamatā ir radošais dzīvespēks, kas virza cilvēku uz savu dzīves mērķu realizāciju. Iedzimto mazvērtības kompleksu cilvēks cenšas pārvarēt, tiecoties pēc kompensācijas – varas. Mazvērtības jūtas nospiež cilvēka pašapziņu un rada nedrošības izjūtu, tādēļ tiek meklētas kompensējošas iespējas. Atkarībā no tā vai cilvēks savu vērtību nostiprina produktīvā, sabiedrībai derīgā darbībā vai neproduktīvā – destruktīvā darbībā, kompensācija var būt produktīva un lietīška vai arī neproduktīva un izpausties kā agresija (Adlers, 1992).

Pēc A. Adlera agresivitāte ir neatņemama apziņas iezīme, kas organizē tās darbību. Agresīvā apziņa rada dažādas agresīvas uzvedības formas no simbolikas, līdz tiešai agresijai.

Tas saistīts ar to, ka agresīvā instinktā ir ietverts sievišķais narcistiskais komponents, kas pieprasa atzīšanu un dievināšanu (Adlers, 1992).

Psihoanalītiskās skolas teorētiķiem nav vienota viedokļa par agresivitāti. Daudzos jautājumos domas dalās, piemēram, vai agresija ir instinkts vai arī tā ir tikai enerģijas devējs šķēršļu pārvarēšanai ceļā uz citu dziņu apmierināšanu. Vairums uzskata, ka agresivitāte ir spēks, ar kuru cilvēks izpauž savu mīlestību un naidu pret apkārtējiem un pašiem pret sevi un ar ko viņš mēģina apmierināt savus instinktus.

**Frustrācijas teorijas** pamattēze ir ka frustrācija vienmēr noved pie agresijas, un agresija vienmēr ir frustrācijas rezultāts. Frustrācija ir ilgstošs emocionāls stāvoklis ar negatīvu emociju pārsvaru. Frustrācija rodas saskaroties ar šķērslī, kas traucē cilvēkam realizēt mērķi. Šķērslis galvenokārt ir reāls, bet ir gadījumi, kad tas ir izdomāts. Frustrācijas stāvoklī cilvēkam rodas dusmu, izmisuma un trauksmes sajūtas. Frustrācijas intensitāte ir atkarīga no mērķa sasniegšanas iespējām un no mērķa nozīmīguma. Ja mērķis ir ļoti nozīmīgs, bet šķērslis liels, frustrācija ieiet virssliekšņa fāzē un izpaužas spēcīgā agresijas uzliesmojumā (Krahe, 2013).

No tā secina, ka agresivitāte ir frustrācijas sekas, un, ka frustrācija vienmēr nav agresija. Pamatā ir uzskats, ka agresija tiek stimulēta kā neinstinktīvs motivējošs spēks, ja indivīdam tiek liegts apmierinājums kādai no vajadzībām; tā pastiprinās, pieaugot šāda veida deprivācijai, un tiek mazināta ar agresīvas uzvedības palīdzību (Krahe, 2013).

**Sociālās iemācīšanās teorija** – tā ir biheiviorāla pieeja, kas agresiju skaidro kā sociāli iemācītu parādību. Šajā teorijā ir divas pieejas. Viena skaidro agresiju kā pieredzes laikā iegūtu fenomenu, otra kā iemācīšanās procesa rezultātu – tiek iemācīti noteikti agresivitātes izpausmes veidi (Krahe, 2013).

Sociālās iemācīšanās teorija agresiju definē kā vienu no daudzveidīgajām uzvedībām, kuru indivīds izvēlas kā derīgu konkrētajā situācijā.

Pēc A. Banduras uzskatiem vairums mūsu uzvedības īpatnību attīstās kā cita modeļa imitēšana. Ja bērna vecāki izrāda agresivitāti, tad arī bērns, imitējot vecākus, kļūst agresīvs. Ja bērna modelis būs sodīts par agresiju, tas samazinās arī bērna agresīvās izpausmes. Pēc šīs teorijas viedokļa agresija ir kā iemācīta uzvedība (Krahe, 2013).

Agresīva uzvedība ir negatīvs afekta stāvoklis, kurš ietekmē fizioloģisko uzbudinājumu un domas par āridarījumu (Sukhodolsky, Scahill, 2012).

No apskatītajām teorijām, zinātniekiem nav vienota viedokļa, kas ir agresivitāte, kādi ir tās cēloņi. Kaut agresijai ir arī iekšējie cēloņi, tie var mainīties audzināšanas procesā.

Agresija nav, kaut kas novēršams: cilvēks var iemācīties neagresīvu darbību, tāpat kā agresīvu darbību.

## 1.2. Bērnu agresīvas uzvedības cēloņi

Visticamāk nav neviena bērna, kas reizi pa reizei neizplūstu dusmās vai neuzvestos impulsīvi vai pat agresīvi. Bērna agresija ir saistīta ar iekšējo un ārējo kustību, šāds dinamisks spēks kalpo personīgās identitātes izveidei.

Agresija kā produktīvs spēks virzās prom no sasniegtā un kalpo tam, lai atklātu nepazīstamo sevī un citos. Bērna attīstība nav iedomājama bez prasmīgas agresijas lietošanas. Tādēļ audzināšanā runa nevar būt par agresīvo spēku aizturēšanu vai nomelnošanu, bet gan par to, lai tie tiktu kontrolēti un kultivēti (Roge, 2010).

Bērna agresīvas uzvedības veidošanās ir sarežģīts un nevienmērīgi interpretējams process, kuru var ietekmēt gan bioloģiskie faktori, kā arī agresijas demonstrējumi masu informācijas līdzekļos, gan vienaudžu vidū. Taču vislielāko uzsvāru speciālisti liek tieši uz attiecībām ģimenē. Tieši šajā vidē norit bērna emocionālajai attīstībai visnozīmīgākie pirmie dzīves gadi.

V.Ruduša uzskata par būtiskiem šādus agresijas veidus:

- tiešā fiziskā agresija – sit un sper citam, grūstās, atņem mantas, nogrūž zemē, rauj aiz matiem vai aiz apģērba;
- tiešā verbālā agresija – kliec, apvaino, apsūkājās;
- netiešā agresija – aprunā, nesarunājas, ignorē citu, kļūst par cita draugu atriebjoties (Ruduša, 2012).

Agresija bērņus neatvairāmi pievelk, tās ir sasitīts ar viņu attīstību. Ja agresija ikdienā nevar tikt izdzīvota – kontrolēti, regulāri rituāli un droši – tad fascinējums sameklē sev simbolus un priekšmetus. Un tos bērņs atrod plašsaziņas līdzekļos, asa žanra scenārijos (Roge, 2010).

Ja pajautātu pieaugušajiem, ko viņi uzskata par agresīvu bērņu uzvedībā, viņi nosauktu dažādas bērņa aktivitātes. Iespējams, ka katram šo īpašību gamma atšķirtos, bet kopsummā tajās būtu minēta diezgan daudzpusīga bērņu uzvedība.

Par agresīvu uzvedību bieži vien uzskata to, ka bērņs izrāda savu iniciatīvu. Parasti pieaugušie nosaka kādus uzvedības rāmjus, kurus pārkāpjot bērņa uzvedība tiek traktēta kā agresīva. Piemēram, ja bērņs nepareizā laikā un nepareizā vietā nepareizi uzvedas, pieaugušajiem ir tendence reaģēt uz bērņa rīcību ar dusmām, neiecietīgi, pat kliecēt vai

fiziski iespaidojot. Pieaugušie kļūdas, ja uzskata, ka no viņu dusmām bērns ir sapratis, ka tieši pašreiz, šeit un tagad, tā uzvesties nav labi, bērns to iztulkos, ka vispār tā uzvesties nav labi, pieaugušais apspiež bērna normālu vēlmi darboties un izzināt pasauli. Citā situācijā, kurā pieaugušais gribēs, lai bērns izrāda šo iniciatīvu, viņš to vairs neizrādīs, un atkal to traktēs kā agresīvu uzvedību, tikai tagad kā spītību un reaģēs ar dusmām un aizkaitinājumu. Bērna uzvedība kļūst haotiska, viņš vairs nesaprot, kā šī pasaule ir būvēta un kā tajā ir jāuzvedas (Plaude, 2009).

Biežāk tiek sodīta tā agresija, kas vērsas pret vecākiem jeb pieaugušo, stiprāko. Tas savukārt nostiprina bērnam pārliecību, ka no pieaugušā ir jābaidās, taču attiecībā pret kādu vājāku, mazāku bērnu vai dzīvnieku, var droši izpaust agresīvas jūtas. Bērna agresīva uzvedība ne vienmēr ir nevainīga bērna iniciatīvas izrādīšana, nereti tā tiešām ir ļoti agresīva, ar reāliem kaitējumiem. No psiholoģiskā viedokļa raugoties, šāda bērna uzvedība ir tikpat atklāts kliedziens pēc palīdzības cik viņa nodarītais kaitējums (Plaude, 2009).

Viss ko bērns sevī apspiež, baiļu dēļ neizrādot vecākiem, neapšaubāmi, ir bīstami, jo emociju aizture neļauj izlādēties, atbrīvoties un pamazām rada visai nopietnus rakstura trūkumus.

#### **Agresīvas uzvedības izpausmes bērnam var parādīties ja:**

- Vecāki šķiras;
- Piedzimst brālis, māsa;
- Bērns saņem pārāk maz uzmanības;
- No bērna tiek prasīts vairāk, nekā viņš spēj;
- Rodas saskarsmes grūtības.

Vecākiem, kas nespēj izrādīt nekādu pretestību pret sava bērna agresivitāti, pienāk laiks, kad viņi bērnu neapzināti sāk garīgi atstumt. Tāpēc bērna agresija pastiprinās vēl vairāk, viņš baidās par vecāku mīlestību, un viņam šķiet, ka agresīvi jāuzvedas tāpēc, lai piesaistītu uzmanību.

Agresiju var radīt agrās bērnības emocionālā pieredze, ciešanas, sāpes, bailes, nedrošība, stress, bezspēcība, uzvedības parauga atdarināšana vai arī kāda apbalvojums par agresīvu uzvedību. Agresīvas uzvedības cēloņi var būt arī izlutinātība, kad bērni pieraduši darīt visu, ko grib, vai arī autoritatīvas audzināšanas rezultāts, kad bērnam neļauj būt pašam, neļauj pašam izteikties, neiedziļinās viņa problēmās, kāds viņa vietā vienmēr zina labāk, kas jādara. Vai arī greizsirdības rezultāts - vairāki bērni ģimenē, jaunāko greizsirdība pret vecāko vai vecākā bērna greizsirdība pret jaunākā lutināšanu. Agresivitātes iemesls var būt arī aizsardzība ("agresivitāte ir labākais aizstāvēšanās veids"), lai samazinātu sasprindzinājumu. Ja bērns ir sasprindzis, labāk ļaut viņam samazināt sasprindzinājumu kustībās, psihodrāmu

izspēlēšanā. Agresivitāte var izpausties arī bērna vispārējā tieksmē nodarīt kādam pāri, atriebties par pārinodarījumiem. Dažreiz agresija ir vairāk verbāla nekā fiziska (Svence, 1999).

Agrā bērnībā par agresivitāti var runāt daļēji, jo rīcības mērķis nav kaitēt apkārtējiem, bet īsta agresivitāte izpaužas, kad bērns, būdams mierīgs, citiem apzināti dara sāpes. Īsta agresija ir reti sastopama parādība. Biežāka ir aizargreakcija, kad bērns citu uzvedību uztver kā draudīgu un attiecīgi uz to arī atbild agresīvi (Zuili, 2018).

Bērna iekšējā neapmierinātība var izlausties kā negaidīts dusmu uzliesmojums šķietami nepamatotās situācijās, kad dusmas ir ilgstoši uzkrājušās, skarot pilnīgi citu cilvēku vai lietu.

Bērna uzvedība ir atkarīga no tā, kādu pieredzi, izpaužot savas agresīvās īpašības, bērns gūst vidē, kurā dzīvo, tāpēc bērna audzināšana nav improvizācija, bet pieaugušu, nobriedušu cilvēku attieksme pret bērnu.

Jo vairāk vecāki cenšas ieaudzināt bailes no agresijas, vai to aizliedz un izslēdz, jo mazāk bērni jūtas pieņemti ar šīm savas personības sastāvdaļām. (Roge, 2010).

Bērna regulāra ignorēšana, uzmanības nepievēršana, maiguma trūkums, vardarbība, kas vērsta pret bērnu izraisa vislielākās negatīvās sekas, palielinot agresivitāti pret sevi un citiem.

Bieži vien agresivitāti bērnā rada vecāki, kuri neapzināti pastiprina bērna vainas izjūtu. Kaunināšana un vainas apzināšanās cilvēkā rada negatīvismu pret sevi un vienlaikus arī pret citiem. Ja bērna vainas izjūta ir pārāk nomācoša, attīstās agresivitāte.

Psihoanalītiskās skolas pārstāvji uzskata, ka agresivitātes nostiprināšanos bērna psihē visvairāk veicina agrā bērnībā piedzīvotas psiholoģiskās traumas un to izraisīto negatīvo emociju uzkrāšanās bērna psihē.

### **Secinājumi par 1. nodaļu**

1. Veicot pedagogu un psihologu teoriju analīzi par bērna agresīvu uzvedību, no apskatītajām agresijas izpausmes teorijām, dziņu teorija, frustācijas teorija, sociāli iemācītas uzvedības teorijas, zinātniekiem nav vienota viedokļa, par to, kas ir agresivitāte un kādi ir tās cēloņi, bet vairums pētnieku mūsdienās par agresiju uzskata jebkuru uzvedības formu, kas ir mērķtiecīgi virzīta uz citas dzīvas būtnes apvainošanu, indivīda pazemošanu, iznīcināšanu vai kaitniecības nodarīšanu pretēji tās vēlmēm. Agresijas iekšējie cēloņi, var mainīties audzināšanas procesā, cilvēks var iemācīties neagresīvu darbību, tāpat kā agresīvu darbību.

2. Daudzos jautājumos domas dalās, piemēram, vai agresija ir instinkts vai arī tā ir tikai enerģijas devējs šķēršļu pārvarēšanai ceļā uz citu dziņu apmierināšanu. Vairums uzskata,

ka agresivitāte ir spēks, ar kuru cilvēks izpauž savu mīlestību un naidu pret apkārtējiem un pašiem pret sevi un ar ko viņš mēģina apmierināt savus instinktus.

3. Var secināt, ka bērnam agresīva izpausme ir kādu dvēseles sāpju sekas. Pieaugušie par lietām un situācijām, kas viņus satrauc, var izstāstīt ar vārdiem. Savukārt bērns par savu trauksmi stāsta ar ķermeni. Tāpēc ir ļoti svarīgi, lai pieaugušie ievērotu bērna ķermeņa valodu un ieklausītos tajā.

4. Bērna agresija ir saistīta ar iekšējo un ārējo kustību, šāds dinamisks spēks kalpo personīgās identitātes izveidei. Agresija kā produktīvs spēks virzās prom no sasniegtā un kalpo tam, lai atklātu nepazīstamo sevī un citos.

5. Bērna attīstība nav iedomājama bez prasmīgas agresijas lietošanas. Tādēļ agresīvas uzvedības cēloņos runa nevar būt par agresīvo spēku aizturēšanu vai nomelnošanu, bet gan par to, lai tie tiktu kontrolēti un kultivēti. Bērna uzvedība ir atkarīga no tā, kādu pieredzi, izpaužot savas agresīvās īpašības, bērns gūst vidē, kurā dzīvo, tāpēc bērna audzināšana nav improvizācija, bet pieaugušu, nobriedušu cilvēku attieksme pret bērnu.

## 2. Bērnu attīstības likumsakarības vidējā pirmsskolas vecumā

### 2.1. Bērnu kognitīvās un emocionālās attīstības raksturojums

**Kognitīvā attīstība** vispirms saistās ar izziņas procesu un runas attīstību. Par kognitīvās attīstības faktoriem psihologi uzskata manipulācijas ar priekšmetiem un saskarsmi ar pieaugušajiem un vienaudžiem, kā arī smadzeņu šūnu nobriešanu, centrālās nervu sistēmas izmaiņas. Ž. Piažē kognitīvo attīstību saista ar intelektu, domāšanu, kas 4-7 gadu vecumā norisinās kā pāreja no atdarināšanas un refleksijas uz loģisko spriestspēju. Šajā periodā zināšanas turpina veidoties kopējā sistēmā - vienotos uztveres tēlos, iekšējās kognitīvas shēmās (Svence, 1999).

Kognitīvos psihiķes procesus Ž. Piažē saista ar šādiem psihiķes mehānismiem: operācijas, asimilācijas, akomodācijas, līdzsvars.

**Operācija nozīmē**, ka bērniem attīstās spējas domāšanas procesā atgriezties atpakaļ pie iepriekš izdomātā un paredzēt turpmāko darbību.

**Asimilācija nozīmē**, ka bērns, uztverot kaut ko jaunu, atmiņā un uztverē nebijušu, salīdzina to ar atmiņā jau esošu, līdzīgu, pielīdzina jauno līdzīgajam vecajam un tad tikai pieņem — asimilē. Piemēram, 5 gadus vecs bērns pirmo reizi redz lidmašīnu, viņš zina, kādi ir putni un, ka tie lido. Bērns asimilē jauno informāciju par lidmašīnu, salīdzinot to ar putna tēlu.

**Akomodācija nozīmē**, ka jaunā informācija kādos rādītājos nesaskan ar vecajiem priekšstatiem, ir pretrunā ar vecajām shēmām, neatbilst iepriekš zināmajam. Tad notiek akomodācija. Piemēram, salīdzinot lidmašīnu ar putnu, kaut kādas pazīmes nesaskan, tas liecina, ka tas nav putns. Bērns jautā vecākiem, kas tas ir. Uzzinot jaunu jēdzienu, notiek jaunu zināšanu ienākšana, veco priekšstatu nomaiņa ar jauniem — akomodācija. Kad bērns ir pieņēmis un izpratis jauno, tad iestājas līdzsvars (Svence, 1999).

#### **Ž. Piažē ir saskatījis 4 kognitīvās attīstības stadijas:**

- Sensomotorā – no dzimšanas līdz 2 gadiem;
- Pirmsoperacionālā – no 2 līdz 7 gadiem;
- Konkrēto operāciju stadija – no 7 līdz 12 gadiem;
- Formālo operāciju stadija – no 12 gadiem (Svence, 1999)

**Pirmsoperacionālā stadija** ilgst no 2 līdz 7 gadiem. Šīs stadijas laikā notiek būtiskas izmaiņas bērna domāšanā – bērnu domāšana pakāpeniski kļūst loģiskāka, veidojas izpratne par likumiem un nosacījumiem. Tomēr pirmsskolas vecumā bērnu domāšanai piemīt dažādas

īpatnības. Bērni pirmsskolas vecumā var jaukt vietām vārdu burtus, vienus aizstāt ar citiem vai arī dažus no tiem vispār neizrunāt. Egocentrisms ir bērna nespēja iztēloties pasauli no citu cilvēku redzes viedokļa. Bērns spēj pievērst vienlaicīgi uzmanību tikai vienai lietai vai parādībai. Pirmsskolas vecumā atbilstoši izprast laiku ir grūti, arī izprast pulksteņus un attiecināt to uz reālo laiku pirmsskolas vecumā ir grūti, un sākotnēji bērni to mācās konkrētā veidā (Svence, 1999).

Ž. Piažē, ievērojamais bērnu attīstības psihologs, kā psihiskās attīstības pamatvajadzību nosaucis bērna mijiedarbību ar sociālo vidi. Katram indivīdam ir vajadzības, no kuru apmierināšanas atkarīga viņa kā personības attīstība. Bērns piedzimst ar attīstības ģenētisko programmu, bet sociālo programmu viņš apgūst sociālajā vidē – saskarsmē ar cilvēkiem. Saskarsmē gūtie stimuli veicina smadzeņu nobriešanu un psihisko attīstību, intelekta attīstību. (Piažē, 2002).

Bērnu psihiskā attīstība ir nepārtraukta, tā sākas ar piedzimšanas brīdi un turpinās ilgi vēl pēc fizikā brieduma sasniegšanas, vai pat visa mūža garumā. Psihiskā attīstība ir saistīta ar galvas smadzeņu nobriešanu un izzināšanas procesu jeb kognitīvo attīstību sajūtas, iztēle, uztvere, domāšana, temperaments, spējas, raksturs, intereses, vajadzības. Smadzeņu kvalitatīva attīstība var notikt tikai tad, ja bērna nervu sistēma uztver sociālās vides stimulus, kuri izraisa atbildes reakcijas. Tā notiek, ja bērns ir saskarsmē ar pieaugušajiem, ja ar viņu nodarbojas, ja viņš gūst aizvien jaunus iesaļidus. Bet ja bērns ir izolēts no sociālās vides, ja viņam nav pietiekami daudz kontaktu ar cilvēkiem, kaut arī galvas smadzenes aug, to funkciju – psihiskās darbības – attīstība ir aizturēta; ierobežota ir kognitīvo spēju uztveres, domāšanas, atmiņas attīstība. (Puškarevs, 2009). Tāpēc galvas smadzeņu ātra augšana ir pamats cilvēka psihes attīstībai.

Pirmskolas vecuma laiks ir uzskatāms par īpaši kritisku bērna attīstības periodu, jo pastāv vispārējās skolas gaidas, specifiskas gaidas no vecākiem un radnieku puses. Bērns tiek aktīvi gatavots skolai, tiek apgūta lasīšana, rakstīšana, matemātika. Notiek vispārēja nervu sistēmas pārkārtošanās vairākos integrācijas līmeņos. Šajā periodā mainās arī bērna attieksme pret apkārtējo vidi, pārkārtojas bērna psihe. Psihes pārkārtošanās jēga ir iekšējās psihes un uzvedības pašregulācijas izveidē (Strautmane, 2013).

Šajā vecumā ir novērojams pretstatīšanas periods, kas ir nepieciešamas bērna „ES” attīstībai. Bērns izceļ sevi no pārējiem un salīdzina ar pārējiem, un tas viss veicina viņa kognitīvo spēju attīstību, apkārtējo priekšmetu labāku diferenciaciju. Šajā vecuma posmā bērniem notiek sevis pieņemšanas process, kā rezultātā tiek novērots narcisisma periods, kad bērns cenšas parādīt sevi vislabākajā gaismā, iegūst labus iesaļidus par sevi un attīstīt pozitīvu pašnovērtējumu (Nikiforovs, 2007).

To ka psihe attīstība ir nevienmērīga, parādīja krievu psihologs Ļevs Vigotskis ar stadiālās attīstības teoriju. Viņaprāt personības attīstības gaita ir iedalāma stadijās, bet katrā stadijā attīstības posmu nomaina īss krīzes posms. Krīzes posmi – tas ir psihiskās attīstības laika pagriezieni, kad notiek jaunu psihisko veidojumu rašanās (Puškarevs, 2009)

Ļ. Vigotskis, kā arī citi psihologi secinājuši, ka katrā attīstības stadijā straujāk attīstās, kāda dominējoša psihe funkcija. Piemēram, dzīves pirmajā gadā tā ir uztvere ar izteiktu emocionālo nokrāsu, otrajā un trešajā dzīves gadā bērns intensīvi apgūst runu, sākumskolas vecumposmā pakāpeniski attīstās teorētiskā jeb apstraktā domāšana (Puškarevs, 2009).

Ļoti svarīgi, lai bērnam tiktu radītas iespējas attiecīgās darbības apguvei, ja to nav, padziļinās ar attīstības krīzi sasitītās negatīvās izpausmes. To, ka katrā attīstības stadijā ir kāda krīze, parāda arī psihologs Eriks Eriksons savā psihosociālās attīstības teorijā. Eriks Eriksons par personības attīstības ietekmējošo faktoru uzskata sabiedrību, galevenokārt ģimeni un sabiedrību visplašākajā nozīmē (Puškarevs, 2009).

E. Eriksons apraksta personības izaugsmes pakāpes parādot indivīda personības attīstību, kurā atklājas pedagoģisko, psiholoģisko un sociālo faktoru saistība personības attīstībā. E. Eriksons ir aprakstījis astoņas personības attīstības stadijas, katrā no stadijām bērnam var veidoties viena no divām alternatīvajām pasaules izjūtām pozitīvais vai negatīvais. Kura no tām kļūs par dominējošo, tas ir atkarīgs arī no audzināšanas. Šajā personības attīstības teorijā atklājas pedagoģisko, psiholoģisko un sociālo faktoru saistība personības attīstībā (Puškarevs, 2009).

Saskaņā ar teoriju, veiksmīgas katras attīstības stadijas sasniegšanas rezultāts ir pārliecināta personība un ieguvums pamatvērtībām. Pamatvērtībām ir raksturīgas stiprās puses, kuru ego izmanto, lai atrisinātu turpmākās krīzes. Individuālais attīstības līmenis katrā posmā var būt atšķirīgs. Novirzes var ietekmēt iedzimtība, dzimums, dzīves apstākļi. Tomēr, neatkarīgi no minētajām novirzēm, katram vecumposmam paliek savas tipiskās attīstības īpatnības.

Neizdošanās veiksmīgi pabeigt stadiju var ietekmēt veiksmīgi sasniegt nākamās stadijas, izveidojot daudz nepārliecinātāku personību un pašvērtējumu. Šīs stadijas ir iespējams veiksmīgi labot vēlākā dzīves laikā.

Pirmskolas vecuma bērnu kognitīvā attīstība atbilst pirmsoperacionālai stadijai, kura pēc E. Eriksona attīstības stadijām iekļauj sevī psihosociālo krīzi, kurā izveidojas iniciatīva vai vainas apziņa, ar pamatvērtībām pēc mērķa sasniegšanas, caur rotaļām, spēlēm. Pirmsoperacionālai stadijai galvenā pazīme ir simbolu izmantošana, tai skaitā vārdu kā simbolu apguve.

Viens no pirmsskolas perioda psihiskās attīstības priekšnosacījumiem ir lomu un sižeta spēļu spēlēšana. Bērni sevi sāk identificēt ar noteiktām lomām, sāk ievērot spēles noteikumus, seko tiem līdzī, tādējādi attīstot paškontroli un normu izpratni, apgūst sociālās uzvedības normas. Šī perioda psihiskā attīstība ir pamatā pārējo attīstības periodu rezultātiem (Svence, 1999).

Rotaļas uzdevums ir verbāli atbalstīt bērnu, paust labvēlīgu attieksmi pret bērna izpaušmi (Piažē, 2002).

Bērnā jāizspēlē visas lomas, jāizjūt, ka katram savā vietā var būt taisnība. Šodien spēlējot vienu lomu, bet rīt – pilnīgi pretēju, bērns sapratīs, ka viss uzreiz mainās viņa apziņā un notikušā vērtējumā. Tas iemāca bērniem saprast citam citu, veidot dialogu ar saviem pretiniekiem un ienaidniekiem. Kad bērns izspēlē visas lomas, viņš šo lomu aspektus atrod sevī. Turklāt, bērnam neviens nepasaka, ka viņā ir gan labais, gan sliktais, un ka viņš, piemēram, ir nervozs vai agresīvs. Rotaļas procesā bērns to pats saprot (Latmans, 2013).

Personības galvenās pamatkvalitātes, fundamentālās iezīmes, dominējošie motīvi un vajadzības attīstās un nostiprinās bērnībā. To, kāpēc tieši bērnībā veidojušos ietekmju loma ir tik svarīga bērna personības attīstībā, var skaidrot dažādi, katra psiholoģijas skola saskata kādu citu niansi. Viens no skaidrojumiem saistās ar smadzeņu attīstību - smadzeņu šūnas bērnībā atrodas nepārtrauktā attīstības procesā, tās ir uzņēmīgākas pret ietekmēm, saņemtie kairinājumi netiek diferencēti, visi tiek uzņemti.

Bērnībā nostabilizējas tādas personības kvalitātes kā ekstraversija un introversija, trauksmainība un nemiers, uzticēšanās vai neuzticēšanās, emocionalitāte, sabiedriskums. Šīs kvalitātes nostiprinās daudzu faktoru - genotipa, vides, apziņas un zemapziņas, atdarināšanas un pašregulācijas — ietekmē (Svence, 1999).

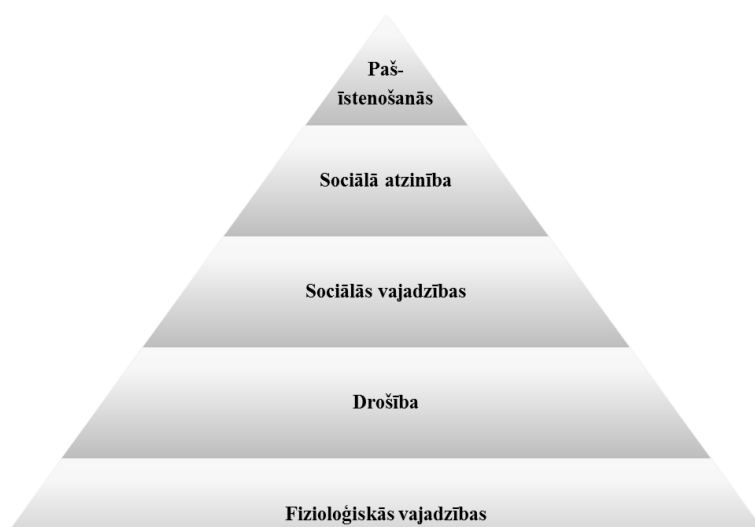
Kognitīvo procesu gatavība. Vispirms tā ir izziņas procesu gatavība, uztveres, domāšanas, atmiņas, uzmanības, iztēles, runas attīstības līmenis. Uztverē - prasme izvēlēties no vairākiem variantiem, uztvert kopveselumā, piešķirt priekšmetiem jēdzienus. Uzmanība - noturīgums, pārslēgšanās biežums. Uzmanība saistīta ar īpaši svarīgu psihes procesu — gribas kvalitātēm, tas ir, vai bērns spēj ilgāk par 1 minūti koncentrēties, lai iegaumētu un vēlāk reproducētu. Gribas kvalitātes izziņas procesos saista ar jēdzieniem tīšs vai netīšs. Tīšo procesu attīstības līmenis saistīts ar spēju būt uzmanīgam, izpildīt uzdevumus līdz galam, pārvarēt grūtības u. c. Domāšana - kurš domāšanas veids attīstījies, kā attīstījušās iemaņas salīdzināt, pretstatīt, grupēt pēc noteiktas pazīmes, loģiskā secībā risināt sižetu. Atmiņa — iegaumēšanas, saglabāšanas un reproducēšanas prasmes un iemaņas. Iztēle - vislabāk attīstītais psihes process šajā vecumā. Runa - prasme lietot vārdu tā adekvātajā nozīmē, izprast

vārdisku instrukciju un izpildīt darbību pēc tās, kontrolēt runu, saskarsmē savu uzvedību, rakstīšanas iemaņas (Svence,1999).

### **Emocionāla attīstība**

Bērns attīstās, apmierinot vajadzības. Vajadzības ir nepieciešamība pēc tā, kas veicina indivīda dzīvību un personības attīstību. Vajadzību apmierināšana ir attīstības virzītājspēks. Kā bērna agrās psihiskās attīstības vajadzības psihologs Ļevs Vigotskis ir akcentējis vajadzību pēc saskarsmes un vajadzību darboties. Bērnam ir vajadzīga saskarsme ar cilvēkiem, īpaši emocionālais kontakts ar māti, vajadzīga informācijas uztvere, iespējas darboties. Tās ir pamatvajadzības, kuru apmierināšana nodrošina bērna normālu fizisko un psihisko attīstību Z. Freids, akcentējot saskarsmes lomu bērna attīstībā, parādījis, ka saskarsmes trūkums var novest pie psihiskām traumām, negatīvi ietekmēt indivīda turpmāko psihisko attīstību. Bērns kura vajadzības pēc saskarsmes un emocionālā kontakta ir apmierinātas, arī atbild ar pozitīvām emocijām (Nikiforovs, 2007).

Amerikāņu psihologs A. H. Maslovs personības vajadzības sakārtojis atbilstoši to nozīmīgumam jeb hierarhijai (sk.1.attēlu). A. Maslovs uzskata, lai sasniegtu augstākā līmeņa vajadzības, vispirms jāapmierina pamatvajadzības.



***1. attēls. A.Maslovs - vajadzību piramīda (Nikiforovs, 2007).***

Cilvēkam pēc A.Maslova koncepcijas, jau no dzimšanas un arī turpmākajā brieduma sasniegšanas procesā secīgi izpaužas piecas vajadzību grupas:

- Fizioloģiskās (organiskās) vajadzības - uzturs, miegs, siltums, kustību ietekme;
- Drošības vajadzības - aizsardzība no briesmām, kārtība un tiesības, drošība (vajadzības, kas orientētas uz izdzīvošanu nākotnē);
- Sociālās vajadzības - ģimene, draudzība, grupas atbalsts, mīlestība, intimitāte, komunikācija;

- Sociālā atzinība - sociālais statuss, atzinība, cieņa, ietekme, panākumi darbā un privātajā dzīvē, labklājība;
- Pašīstenošanās - individualitāte, apdāvinātība, personīgā potenciāla īstenošana, pašattīstība (Nikiforovs, 2007).

Saskaņā ar šo teoriju, cilvēku vajadzības veido hierarhiju un aktualizējas pakāpeniski viena pēc otras. Cilvēks sākumā mēģina apmierināt viszemākā līmeņa vajadzības un tikai tad nākamais līmenis kļūst par visspēcīgāk izteikto vajadzību, paaugstinot motivāciju to apmierināt. Maslovs saka, ka potenciāli šie pieci vajadzību līmeņi ir katrā cilvēkā. Cilvēki atšķiras ar to, kurš no šiem pieciem vajadzību līmeņiem cilvēkam ir nozīmīgākais, svarīgākais, ar ko ir saistīta cilvēka vērtību sistēma, viņa mērķi, intereses, ar ko viņš dzīvo. Maslovs to apzīmē ar jēdzienu personības virzība (Nikiforovs, 2007).

Agresīvās uzvedības raksturs ir atkarīgs no bērnu vecuma attīstības likumsakarībām. Izabelle Filjoza raksta, ka, ja bērns saņem vajadzīgo mīlestības daudzumu, viņš jūtas drošībā, un ir gatavs sadarboties, spēlēties utt. Un pretēji, ja vecāki ir satraukti, izturas rezervēti vai nevelta bērnam laiku, „vajadzību rezervuārs” iztukšojas, radot bērnam trauksmi, uz ko viņš var reaģēt ar agresivitāti. Izaugsmei, pārdomām, uzvedības izprašanai un mainīšanai ir nepieciešama iekšējā atvērtība, un daudz enerģijas. Lai izkļūtu no agresivitātes, jāpapildina bērna „vajadzību rezervuārs” – jāsmaida, jāspēlējas ar bērnu un jāatbild uz viņa vajadzībām (Filjoza, 2016).

Bērna mācīšanas un audzināšanas procesa attīstība ir atkarīga arī no bērna emocijām un jūtām. Svarīgi, kā bērns izturas pret sevi, pret pieaugušajiem un vienaudžiem, kā bērns pārdzīvo savas veiksmes un neveiksmes. Pirmsskolas vecumā bērniem ir emocionāli neapvaldītāks raksturs nekā periodā pirms un pēc tā. Pirmsskolas vecuma bērniem ir raksturīgas ambivalentas jūtu izpausmes - vienlaikus bērni var dusmoties un būt līdzjūtīgi, zaudēt paškontroli un palīdzēt kādam. Bērns var izjust vainas apziņu un meklēt sev attaisnojumu. Šajā vecumā bieži veidojas konflikts starp "Es gribu!" un "Tā vajag!". Šo konfliktu saista ar emocionālo decentralizāciju, kad arvien pieaugošā bērna socializācijas pakāpe spiež atteikties no dabiskā egoisma un biežāk rēķināties ar citiem, ar "sociālo pasūtījumu". Tāpēc psiholoģijā runā arī par problemātisku uzvedību, kas saistīta ar "grūti audzināmo bērnu" tēmu, agresijas tēmu vai "atkāpēm no normas emocionālajā attīstībā" (Svence, 1999).

Daži kritēriji par bērnu vajadzībām, kuru neievērošana varētu novest pie emocionālās attīstības problēmām.

1. Mīlestība, audzināšana un gādība. Katram bērnam ir nepieciešams vismaz viens cilvēks, kurš viņu mīl un priecājas ar viņu par kopā pavadīto laiku.

2. Ēdiens, siltums, apģērbs, pajumte, aizstāvība.

3. Iespēju piedāvāšana un nodrošināšana, lai bērna iekšējās potences, dotības varētu attīstīties. Apmierināt bērna ziņkārību, dot iespējas skraidīt, lēkāt, darboties ar priekšmetiem, būvēt, konstruēt, spēlēties, fantazēt, zīmēt utt.

4. Pieradināšana pie sistēmas, noteikumiem, tradīcijām, rituāliem, ierobežojumiem. Bērna pirmsskolas periodā viens no pieaugušo uzdevumiem būtu radināt bērnu pie vienaudžu saskarsmes īpatnībām, pie dzīves grupā (bērnudārzs). Tas var mazināt nemieru un sekmēt pakāpenisku adaptāciju dzīvei sabiedrībā.

5. Sociālās iemaņas un rūpes par citiem. Prasmes kontaktēties ar citiem, draudzēties, uzņemties atbildību, piemēroties (Svence, 1999).

Bailes uztur bailes, vēl vairāk pastiprina un paplašina tās, vienlaicīgi neļaujot bērnam saprātīgi domāt. Tās ir kā inde, kuras iedarbībā bērnam vienam pašam nomierināties un tās pārvarēt ir ļoti grūti. Bērns neprot skaidri pateikt, no kā viņš baidās. Tas ir pāri viņa spēkiem! Pieaugušie var palīdzēt nosaukt vārdā to, kas biedē, pastāstīt par to, ko jūt, tādā veidā nomierinot. Reizēm pietiek tikai ar neuzbāzīgu sarunu, lai bailes mazinātos vai izzustu (Zuili, 2018).

Nepietiekama emocionālā attīstība var veicināt pēkšņu fizisko un vārdisko agresiju, kuru iznākums var būt traumatisks un nelabvēlīga ietekme uz pašu bērnu to attiecības ar vecākiem, māsām un brāļiem, skolotāju, vienaudžiem (Greene, 2014).

### **Problemātiska uzvedība tā var izpausties dažādi:**

#### 1. Agresivitāte - sišana, košana, grūstīšanās u. tml.

Vispirms ir jānodala nosacīti veselu bērnu agresīvās reakcijas no tādu bērnu agresivitātes, kuriem ir minimāla cerebrāla disfunkcija, attīstības traucējumi ar to radītajām sekām: galvassāpēm, uzbudinātu garastāvokli, bailēm, paaugstinātu jūtīgumu, kontaktēšanas grūtībām, "bremžu" trūkumu. Agresiju var radīt agrās bērnības emocionālā pieredze, ciešanas, sāpes, bailes, nedrošība, stress, bezspēcība, uzvedības parauga atdarināšana vai arī kāda apbalvojums par agresīvu uzvedību. Agresīvas uzvedības cēloņi var būt arī izlutinātība, kad bērni pieraduši darīt visu, ko grib, vai arī autoritatīvas audzināšanas rezultāts, kad bērnam neļauj būt pašam, neļauj pašam izteikties, neiedziļinās viņa problēmās, kāds viņa vietā vienmēr zina labāk, kas jādara. Vai arī greizsirdības rezultāts - vairāki bērni ģimenē, jaunāko greizsirdība pret vecāko vai vecākā bērna greizsirdība pret jaunākā lutināšanu. Agresivitātes iemesls var būt arī aizsardzība ("agresivitāte ir labākais aizstāvēšanās veids"), lai samazinātu sasprindzinājumu. Ja bērns ir sasprindzis, labāk ļaut viņam samazināt sasprindzinājumu kustībās, psihodrāmu izspēlēšanā. Agresivitāte var izpausties arī bērna vispārējā tieksmē

nodarīt kādam pāri, atriebties par pārinodarījumiem. Dažreiz agresija ir vairāk verbāla nekā fiziska.

## 2. Bailes un nemiers.

Pirmsskolas vecumā var pieaugt bērnu bailes un nemiers. Viņi var baidīties no briesmoņiem, svešiniekiem, kukaiņiem, dzīvniekiem un "bubuļiem". Bērni var slikti gulēt un baidīties iet ārā. Visbiežāk bailes un nedrošību uzjūt kautrīgi, rāmi un pakļāvīgi bērni, īpaši, ja viņi ir atstāti vieni vai dzirdējuši draudus. Dažreiz bērni var izrādīt dusmas pret vecākiem, un, ja šīs dusmas tikušas vardarbīgi apspiestas, tās var izpausties baiļu formā.

## 3. Brāļu un māsu sāncensība.

Bērniem augot lielākiem, saasinās cīņa par savu vietu ģimenē. Vecākie bērni grib būt līderi, gudrākie un stiprākie. Par mazāko bērnu agresivitātes cēloni var būt vēlme uzvarēt vecāko, tīri emocionāli. Trīs bērnu ģimenē visgrūtāk parasti ir vidējam bērnam, jo viņš nekad nav bijis vienīgais un "nogāzts no troņa", piedzimstot trešajam. Par pirmā, otrā un trešā bērna problēmām rakstījis A. Ādleris: kad piedzimst otrs bērns, pirmais jūtas pazemots, un tāda pārmaiņa viņam nemaz nepatīk. Īstenībā tā viņa dzīvē ir traģēdija, jo viņam ir piederējusi vara un nu tās vairs nav. Otrā bērna stāvoklis ģimenē arī ir īpatnējs. Viņš jau sev priekšā atrod ceļa rādītāju. Parasti otrais bērns savu ceļa rādītāju panāk un pārspēj, jo, no vienas puses, viņam priekšā ir paraugs, no otras puses, viņā mostas spītība un stūrgalvība panākt pirmo un izcelties ar kaut ko. Ja neizdodas izcelties ar kaut ko īpašu, tad atliek spītīga pretdarbība, bērns dara visu, kas ir pretējs pirmajam bērnam. Psihologi iesaka-nesalīdziniet bērnus nekad ne tieši, ne netieši, tas veicina konkurenci un agresivitāti.

## 4. Nervozi paradumi.

Nagu graušana, īkšķa sūkāšana, matu virpināšana, masturbācija, šūpošanās u. c. Šie paradumi parasti aizsākas kā reakcija uz stresa situāciju, kad kāda darbība radījusi apmierinājuma izjūtu un radusies vēlēšanās to atkārtot.

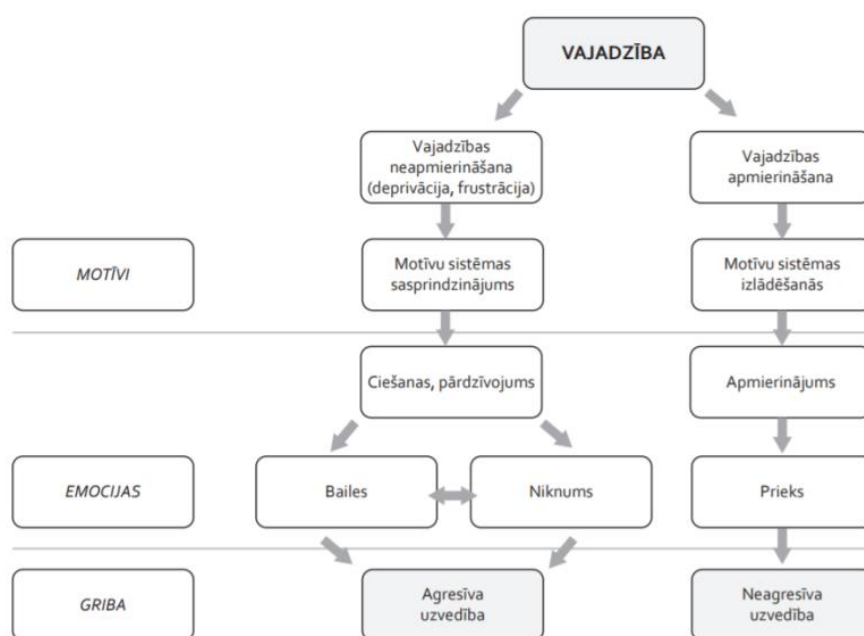
Bērnu sliktajai uzvedībai vienmēr ir apzināti un neapzināti mērķi, tie var būt šādi:

- 1) apkārtējo uzmanības piesaistīšana (jūtas nozīmīgs tikai tad, ja ir uzmanības centrā);
- 2) sava spēka demonstrācija vai varas iegūšana (jūtas nozīmīgs, ja izjūt varu pār citiem);
- 3) atriebība;
- 4) neticība sev.

Pirmsskolas vecumā attīstās ne tikai agresivitāte, bet arī augstākās jūtas, vērtību orientācija un tikumi, izpratne par morāles likumiem un normām. Kas attīstās vairāk - agresivitāte vai tikumiskās jūtas, tas ir atkarīgs gan no audzināšanas, gan no vides, kurā bērns aug, un lielā mērā arī no bērna personības attīstības īpatnībām. Par augstākajām jūtām

psiholoģijā sauc tikumiskās, estētiskās un intelektuālās jūtas. Klausoties pasakas, stāstus, bērni nosoda vai atbalsta varoņu rīcību, dod padomus, skumst, dzīvo līdzī. Piemēram, kāda meitenīte sāka raudāt, klausoties H. K. Andersena pasaku "Mārpuķīte", - viņai kļuva žēl putniņa, kuram cilvēki bija aizmirsuši iedot ēst. Īpaši nozīmīgi kļūst cilvēku savstarpējo attiecību paraugi — kā bērna tikumisko jūtu attīstības avoti. Ar to saistās bērnu līdzpārdzīvojuma, naida, žēlsirdības, nicinājuma jūtu attīstība. Emocionāla labizjūta veicina normālu bērna personības attīstību, labvēlīgu attieksmi pret citiem un arī sevi (Svence, 1999).

Izprotot cilvēka uzvedības veidošanās mehānismu, jānovērtē tā sarežģītība. Cilvēka uzvedību var uzskatīt kā procesu, kurš sākas ar organisma līdzvara izjaukšanu un beidzas ar līdzvara stabilizēšanos. Psiholoģijā to dēvē par uzvedības aktu (skatīt 2.attēlu).<sup>1</sup>



**2.attēls. Uzvedības akts (visc.gov.lv)**

Ne tikai personības virzība nosaka cilvēka normālu augšanu, bet arī tā attīstības posmiem. Pasaulē zināmi vairāki nedaudz atšķirīgi uzskati par cilvēka attīstības posmiem. Latvijā biežāk lieto klasifikāciju, kas balstās uz bioloģiskiem, socioloģiskiem un pedagoģiskiem kritērijiem. Izšķir šādus vecuma posmus:

- Jaundzimušā vecumposms – pirmās 28 dzīves dienas;
- Zīdaiņa vecumposms – no 29 dzīves dienas līdz viena gada vecumam;
- Agrā bērnība – no 1 līdz 3 gadu vecumam;
- Pirmā bērnība (pirmskolas vecums) – no 3 līdz 6 gadu vecumam;

<sup>1</sup><http://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/metmat/traucejumi.pdf>

- Otrā bērnība ( jaunākais skolas vecums) – no 7 līdz 12 gadu vecumam;
- Pusaudžu vecumposms – no 12 līdz 16 gadu vecumam;
- Jauniešu vecumposms – no 16 līdz 21 gadu vecumam;
- Agrā brieduma posms – no 21 līdz 28 gadiem;
- Brieduma posms – no 28 līdz 65 gadiem;
- Vecuma posms – 65 gadi un vecāki (Karpova, 1998).

Katrā attīstības posmā ir atšķirīgi audzināšanas līdzekļi. To prasmīga izvēle un lietošana var sekmēt attīstību, bet neadekvāta līdzekļu izvēle var bremsēt šos procesus.

Bērns cenšas realizēt savu „Es” un nereti komunikācijā ar citiem cilvēkiem izmanto manipulācijas. Komunikācijas procesā atdarinot bērns apgūst cilvēku sadarbības veidus. Tos bērns atspoguļo lomu un sižeta rotaļās.

Lomu rotaļās bērns sāk spēlēt tieši pirmsskolas vecumā, rotaļu procesā iepazīstot savu individualitāti un izmēģinot lomas, kādas spēlēs nākotnē. Caur aktīvām rotaļām bērns trenē savu ķermeni, attīsta dažādas iemaņas un pauž savas emocijas. Spēles noteikumi liek bērnam apzināties un vērtēt sevi, vērtēt spēles partnerus un salīdzināt sevi ar viņiem. Pamazām bērns sāk pildīt uzticētos pienākumus. Bērns mācās pārvaldīt savu uzmanību, līdz ar to tiek attīstīta tīša uzmanība, kas ir viens no svarīgākajiem priekšnoteikumiem veiksmīgai skolas gaitu uzsākšanai.<sup>2</sup>

Katrs piedzimst ar noteiktu temperamenta tipu (melanholiskais, flegmatiskais, holēriskais, sangviniskais tips) un savu mūžu nodzīvo ar to temperamentu, ar ko piedzimis. Temperamenta tips nemainās (Reņģe, 2000).

Saskaņā ar Hansa Aizenka teoriju cilvēka temperamentu nosaka divi pamatrādītāji: introversija un ekstraversija, otrs rādītājs ir emocionālā noturība jeb emocionālā līdzsvarotība.

Līdzās bērnu vecumposmu īpatnībām vērā ņemams arī individuālais psihodinamiskais raksturojums. Jebkura vecumposma vienaudžu vidū ir gan izteikti emocionālie un nesavaldīgie, gan lēnie un mierīgie raksturi. Izpaužas indivīdam piemītošais, lielā mērā iedzimtības nosacītais, viņam vien raksturīgais temperaments, kas atkarīgs no indivīda nervu procesa spēka, kustīguma un līdzsvarotības. Īpaši individuāla pieeja ir nepieciešama tiem bērniem, kam pārsvarā melnholiķa jeb vājā neirālās darbības tipa iezīmes. Šos indivīdus nepieciešams iedrošināt, radīt viņiem pašapliecināšanās iespējas, tā sekmējot augstāku pašnovērtējumu, pašcieņu un pārliecinātību par sevi (Reņģe, 2000, 18). Bērna kognitīvā un

---

<sup>2</sup> [http://visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/met\\_iet\\_pirmsk\\_prog\\_ist.pdf](http://visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/met_iet_pirmsk_prog_ist.pdf)

personiskā attīstība notiek dažos mikrosociālos apstākļos, kuru organizēšana un sakārtošana ir starppersonu mijiedarbības pamatmehānisms. Ģimene tiek atzīta par pirmo un galveno socializācijas iestādi. Uzvedības mehānisms ģimenes situācijā tiek aktivizēts divās paralēlās sistēmās: kognitīvā un emocionālā.

## 2.2. Bērnu fiziskās attīstības raksturojums

Fiziskā attīstība ir tikpat būtiska cilvēka psiholoģijas izpratnei kā personības vai izziņas attīstība. Mūsu anatomiski fizioloģiskā attīstība bieži vien tieši proporcionāli ietekmē personības izmaiņas un attīstību.

Šajā periodā raksturīga liela kustību aktivitāte, augšana, koordinācijas spēju pilnveidošanās. Bērni spēj veikt sarežģītas kustības: lēkāt uz vienas kājas, lēkt lieliem lēcieniem uz priekšu, balansēt uz vienas kājas, izdarīt dažādus palēcienus un rāpties pa stieņiem. Tāpēc pirmsskolas vecuma bērnus iesaista dažādās sporta nodarbības, tomēr komandu spēles, sacensības šī vecuma bērniem nav piemērotas. Iesaka bērniem dot iespēju skriet, rāpties un lēkt, taču vienlaikus ierobežojot un kontrolējot bērnu neapbrēķināmās kustības, jo bieži ir traumas. Bērnu dabisko aktivitāti iesaka kontrolēt, organizējot dažādas kustību rotaļas. Bērniem šajā vecumā ir novērojama arī t. s. "plosīšanās": ja bērnu grupa iekarst, grūti ir šo plosīšanos pārtraukt. Audzinātājiem iesaka pieradināt bērnus pie īpašām signālu sistēmām, uz kurām bērni reaģētu un kuras būtu zīme, ka jāpārtrauc. Tas palīdzētu attīstīt paškontroli, kas ir viens no galvenajiem šī perioda audzināšanas uzdevumiem. Jāmāca saskaņot 2 principus — "Es gribu!" un "Man vajag!" (Svence, 1999)

Bērnu muskuļi šajā periodā ir labāk attīstīti nekā bērnu spēja tos kontrolēt. Sīkā pirkstu muskulatūra vēl tikai attīstās, tāpēc 4-5 gadu vecumā bērniem var būt grūtības griezt ar šķērēm, līmēt papīra aplikācijas, precīzi nokrāsot malu, nepārkrāsojot pāri, uzvērt krelles, satvert zīmuli ar īkšķa un divu pirkstu palīdzību. Šīs darbības ir jāattīsta (Svence, 1999).

Šajā periodā turpinās visu bērna orgānu attīstība. Kustību koordinācija ir pilnveidojusies, plaukstas muskuļu attīstība un koordinācija ļauj pareizi turēt zīmuli, sasiet mezglu un veikt citas precīzas darbības.

90% bērnu ir labās rokas bērni. Ir lieki mēģināt ar varu pārvērst kreīļus par labās rokas bērniem. Būt labrocim ir ērti, taču parasti ne tas ir galvenais. Piespiedu mainīšana var izraisīt bērnam nervozitāti, vainas un šaubu izjūtu (Svence, 1999).

Pirmsskolas vecumā bērns, tiecoties realizēt savu Es, komunicējot ar citiem cilvēkiem bieži izmanto manipulācijas. Ceturtā gada krīzes jaunveidojums ir tendence darboties patstāvīgi, taču līdzīgi tam, kā to dara pieaugušais, jo tas joprojām ir paraugs. Svarīgākās

darbības: spēle, zīmēšana, pasakas, darba elementi, mācības. Pirmsskolas vecumā bērni sasniedz to attīstības stadiju, kad tēvs un māte viņam šķiet visjaukākie cilvēki pasaulē.<sup>3</sup>

Zēni sāk apzināties savu piederību vīriešu dzimtai, tādēļ visiem spēkiem cenšas līdzināties tēviem gan uzvedībā, gan interesēs un ārējā izskatā. Līdzīgi rīkojas meitenes attiecībās ar mātēm. Paralēli sava dzimuma apzināšanai (seksuālai identitātei) pirmo reizi rodas simpātijas pret pretējā dzimuma vecākiem (dēls - māte; meita - tēvs) un nepatika pret tā paša dzimumam vecākiem (dēls - tēvs; meita - māte). Ja iepriekš zēna mīlestību pret māti noteica nepieciešamība pēc tās, tad tagad tā iegūst izteikti romantisku raksturu un atgādina jūtas. Z. Freids šīs jūtas nosaucis par "Edipa kompleksu" zēniem un "Elektras kompleksu" meitenēm. Šī spēcīgā romantiskā pieķeršanās sniedz daudz bērna garīgajā attīstībā un nodrošina veselīgu attieksmi pret pretējo dzimumu. Šie kompleksi maina bērna un vecāku attiecību veidu. Infantilās seksualitātes jūtas pret pretējā dzimuma vecāku bērnā izraisa greizsirdības jūtas, kurām seko ciešanas. Šīs sāpīgās emocijas bērnā ģenerē naidīgumu. Radusies jūtu ambivalence izraisa viņā grūti atrisināmu iekšējo konfliktu. Bērna naidīgums pret sava dzimuma vecāku ir spēcīgs, tas rada bailes no sodīšanas. Vecākiem šajā bērna attīstības posmā ir jābūt saprotošiem. Ja viņi tādi nav, tad bērns ar šo iekšējo konfliktu netiek galā, un arī šajā gadījumā viņā attīstās naidīgums. Caur atdarināšanu gan izskatā un uzvedībā, gan apģērbā, lietojot vecāku izteicienus sarunājoties, bērni cenšas apliecināt savu mīlestību.<sup>4</sup>

Šajā vecumā fiziskajai attīstībai ir īpaša vieta bērna psiholoģiskajā un sociālajā attīstībā. Prasme skriet, lēkt vai ķert bumbu nav tikai fiziskās attīstības vajadzības, bet noteiks arī bērna vietu sociālajās attiecībās – vai viņš varēs kopā ar citiem rāpties kokā, vai paliks mājās un nevarēs iegūt jaunus draugus. Šajā vecumā bērnam jāprot izpildīt kontrolējamas, mērķtiecīgas kustības: skriet, lēkt, lēkāt uz vienas kājas, pie tam šīs darbības tiek veiktas gandrīz bez mehāniskām kļūdām. Pieaugušasi gaida no meitenes un zēna atšķirīgas fiziskās prasmes: zēnam jābūt veiklākam vai stiprākam, bet meitenei – veiklākai, lokanākai un ar labāku koordināciju. Tāpēc atšķirības rodas, jo zēni un meitenes nodarbojas ar dažādām fiziskajām aktivitātēm – meitenes dejo un iet uz mākslas vingrošanu, bet zēni spēlē hokeju un futbolu (Šteinberga, 2013).

Bērnu dabisko aktivitāti iesaka kontrolēt, organizējot dažādas kustību rotaļas. Bērniem šajā vecumā ir novērojama plosīšanās; ja bērnu grupa iekarst ir grūti šo plosīšanos pārtraukt. Tāpēc tās bieži vien var pārtapt agresīvā uzvedībā (Svence, 1999).

---

<sup>3</sup>[http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska\\_palidziba/metodiskie\\_ieteikumi\\_darba\\_ar\\_berniem/?doc=818&pag](http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska_palidziba/metodiskie_ieteikumi_darba_ar_berniem/?doc=818&pag)

<sup>4</sup>[http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska\\_palidziba/metodiskie\\_ieteikumi\\_darba\\_ar\\_berniem/?doc=818&page](http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska_palidziba/metodiskie_ieteikumi_darba_ar_berniem/?doc=818&page)

Sīkmotorika šajā vecumā ir tieši saistīta ar intelektuālo attīstību. Piemēram, tiem piecgadniekiem, kuriem ir grūtības uzzīmēt trīsstūri, ir arī grūtāk apgūt rakstīšanu. Tāpēc šajā vecumā tiek pievērsta īpaša nozīme veidošanai no plastilīna, griešanai, līmēšanai, figūru zīmēšanai un krāsošanai. Katras ģeometriskās figūras uzzīmēšanas apguve prasa no bērna labāku redzes un kustību koordināciju, lai varētu sākt rakstīt (Šteinberga, 2013).

### **Secinājumi par 2. nodaļu**

1. Veicot bērna attīstības likumsakarību analīzi vidējā pirmskolas vecumā, saprot, ka pirmskolas vecuma laiks ir uzskatāms par īpaši kritisku bērna attīstības periodu, jo pastāv vispārējās skolas gaidas, specifiskas gaidas no vecākiem un radnieku puses. Notiek vispārēja nervu sistēmas pārkārtošanās vairākos integrācijas līmeņos. Šajā periodā mainās arī bērna attieksme pret apkārtējo vidi, pārkārtojas bērna psihe. Psihes pārkārtošanās jēga ir iekšējās psihes un uzvedības pašregulācijas izveidē. Šajā vecumposmā notiek bērna iemācīšanās no ģimenē esošajiem paradumiem, paraugiem, jo bērns, būdams atkarīgs no mātes emocijām, cenšas darīt tā, "kā dara citi". Šis ir periods, kurā norit cilvēcisko attiecību tālākā apgūšana, kas norit bērnam spēlējot lomu un sižeta rotaļas, komunicējot ar pieaugušajiem un vienaudžiem.

2. Emocionālā attīstība pirmskolas vecumā saskarās ar konfliktu starp es gribu un man vajag, sāk parādīties emocionālas problēmas uzvedībā, kā agresivitāte, greizsirdība, nemiers un bailes, saskarās ar emocionālo nestabilitāti, augstāko jūtu attīstība.

3. Pirmskolas vecuma fiziskās ekstremitāšu likumsakarības attīstība, koordinācijas un līdzsvara attīstība, zēniem labāk attīstīta motorika, meitenēm - sīkā pirkstu muskulatūra.

4. Ž. Piažē kognitīvo attīstību saista ar intelektu, domāšanu, kas 4-7 gadu vecumā norisinās kā pāreja no atdarināšanas un refleksijas uz loģisko spriestspēju. Pirmsoperacionālā kognitīvā stadija ilgst no 2 līdz 7 gadiem. Šīs stadijas laikā notiek būtiskas izmaiņas bērna domāšanā – bērnu domāšana pakāpeniski kļūst loģiskāka, veidojas izpratne par likumiem un nosacījumiem.

5. No psihologu viedokļa šajā vecumā bērni intensīvi meklē cēloņsakarības. Ir raksturīga tēlainā domāšana, tā saistās ar fantāziju. Bērnu psihiskā attīstība ir nepārtraukta, tā sākas ar piedzimšanas brīdi un turpinās ilgi vēl pēc fizikā brieduma sasniegšanas, vai pat visa mūža garumā. Psihiskā attīstība ir saistīta ar galvas smadzeņu nobriešanu un izziņas procesu jeb kognitīvo attīstību sajūtas, iztēle, uztvere, domāšana, temperaments, spējas, raksturs, intereses, vajadzības. Pirmsskolas vecumā attīstās ne tikai agresivitāte, bet arī augstākās jūtas, vērtību orientāciju un tikumi, izpratne par morāles likumiem un normām.

### **3. Paņēmienu bērnu agresīvas uzvedības novēršanai vidējā pirmsskolas vecumā**

#### **3.1. Individuālā pieeja bērnu agresivitātes novēršanai pedagoģiskajā procesā pirmsskolā**

Bērniem patstāvīgi ir vajadzīga mācīšana. Pedagoģiem ir daudz iespēju katru dienu mācīt bērnam kaut ko jaunu, uzslavēt par atbilstošu uzvedību, reaģēt uz bērna neveiksmi, ko viņš ir izdarījis, vai koriģēt bērna slikto uzvedību. Mācības var ietvert kaut ko no vienkāršiem uzdevumiem, piemēram, kā aizpogāt pogas, vai kā uzvesties pie pusdienu galda, līdz daudz grūtākiem un sarežģītiem uzdevumiem, piemēram, kā labāk kontrolēt dusmas vai atrisināt kādu problēmu, kura var tikt novesta pie agresīvas uzvedības.

Strādājot ar bērna agresīvās uzvedības izpausmēm, svarīgi strādāt gan ar bērnu, gan sistēmu, kas veidojas ap bērnu: un tie ir vecāki un pirmsskola. Līdz ar to ir svarīgi domāt, kāda veida komunikācija veidosies starp pirmsskolu, vecākiem un bērnu nākotnē. Veicot bērna agresīvās uzvedības izvērtējumu un dodot savu slēdzienu, kā arī norādījumus, ir svarīgi, ka norādījumi ir vērsti uz:

- bērna uzvedības korekciju,
- bērna – vecāku – skolas komunikācijas korekciju<sup>5</sup>.

Bērni katru dienu saskaras ar jaunām situācijām un izaicinājumiem un viņi dara visu iespējamo, lai tiktu galā ar to. Viņi tiek galā ar kādu problēmu labāk nekā kāds cits, bet parasti viņiem ir nepieciešama palīdzība un norādes no pedagoga. Diemžēl agresīvie bērni mēdz tikt galā ar savām problēmām paši gan pieņemamā, gan nepieņemamā veidā, tādā veidā, kas var radīt negatīvas un kaitīgas sekas sev un tiem, kas ir bērnam apkārt (Daly, 2011).

Individuālais darbs pirmsskolā agresivitātes mazināšanai ir process, kuru pedagogs izmanto reaģējot uz bērna nespēju darīt kaut ko, kas bērnam būtu vai nebūtu jādara, vai labot bērna uzvedību, arī agresivitāti. Pedagogs bērnam māca atbilstošas alternatīvas prasmes, lai aizstātu negatīvo, agresīvo uzvedību, kas izpaužas bērna atbildēs uz situācijām un cilvēkiem ap viņu (Daly, 2011).

---

<sup>5</sup> [https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk\\_skolotajiem\\_agresija.pdf](https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk_skolotajiem_agresija.pdf)

Audzināšanas augstākais mērķis ir humānisms, uz savstarpēju cieņu virzītas attiecības. Tajā pašā laikā agresija tiek uzskatīta vienīgi par negatīvu spēku. Agresijas konstruktīvā puse – piemēram, spējas būt produktīvam un radošam, spēja norobežoties, lai attīstītu personīgo identitāti, - publiskās diskusijās netiek pieminēta. Ne jau agresijas pilnīga izkaušana var kalpot bērnam par perspektīvu, bet gan spēja konstruktīvo pusi nošķirt no postoši necilvēciskās. Jo lai savaldītu destruktīvo agresiju, nepieciešama tās kultivēšana.

Mūsdienu vecāki un audzinātāji daudz jūtīgāk reaģē uz bērnu uzvedību. Nereti pieaugušajiem pietrūkst drosmes un pārliecības, viņi vēlas visu izdarīt labāk nekā pašu vecāki – nekādu aizliegumu – tā atstājot bērnu likteņa varā (Parens, 2012).

Vērojot bērnu, kuram ir agresīva uzvedība, ir svarīgi veikt vispusīgus novērojumus un informācijas analīzi, lai sniegtais atzinums un nepieciešamā palīdzība būtu atbilstoša bērna specifikai un pēc iespējas efektīva strādājot ar bērnu. Bērna agresīvā rīcība kļūst par problēmu brīdī, kad destruktīvā uzvedība apgrūtina/sagrauj komunikāciju ar strādājošiem speciālistiem un citiem bērniem un tiek ietekmēts bērnu mācību process<sup>6</sup>.

Pedagogs ar savu pieredzi, spējām un zināšanām palīdz agresīviem bērniem mācīties un attīstīties gan sociāli, gan emocionāli. Ir izveidoti korektīvās mācīšanās soļi, kas ietver:

- aprakstīt problemātisku situāciju;
- izskaidrot negatīvās sekas;
- aprakstīt vēlamo pozitīvo uzvedību;
- izmantot to praksē (Daly, 2011).

Šī pierādītā mācību metode sastāv no četriem soļiem un to raksturo centralā koncepcija – situācijas apraksts, attiecības un sekas. Apraksts ietver detalizētu uzvedības aprakstu ar vārdiem, uzvedību un sekām. Attiecības jēdziens ietver izmantojot pedagoga sirsnīgumu un parādot patiesas rūpes pret bērnu, tas palīdz arī pašam bērnam izjust pret sevi pozitivitāti. Sekas ietver atgriezenisko saikni, kur bērns zaudē kādas privilēģijas, lai mainītu neatbilstošo uzvedību. (Daly, 2011).

Personības izpausme nav iedomājam bez agresijas. Taču tikpat labi bērnu patstāvība un radošums audzinātājas agresivitātes dēļ var tikt traucēts un kavēts. Tādēļ svarīgi ir – kā to ir darījis pedagogs Hartvigs Rēms – atšķirt audzināšanā prasmīgu no neprasmīgas agresijas. Neprasmīgā audzināšanas agresijā bērns tiek padarīts par pedagoga varas un kundzības impulsu objektu. Neprasmīga pedagoģiska agresija nepieņem bērnu šiet un tagad stāvoklī.

---

<sup>6</sup> [https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk\\_skolotajiem\\_agresija.pdf](https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk_skolotajiem_agresija.pdf)

Bērni tiek mācīti kaut kādai iedomātai nākotnei, līdz ar to neņemot vērā viņu aktuālo stāvokli. Nereti vien tiek aizliegti grupējumi ar atsauci uz „ielu bandām” (Roge, 2008).

Audzinātājs, kam piemīt prasmīga pedagoģiskā agresija, pazīst šos cēloņus, pieņem tos, attiecas pret tiem nopietni un nosaka „bandu spēlei” laika un telpas likumus, piemēram, brīvprātīga iesaistīšanās un dalība spēlē, nekādas citu bērnu ievainošanas vai piespiešanas, cieņa pret privātām jomām, no „bandām un cīkstēšanās” brīvas zonas. Laika ierobežojums, un ievēro konsekvenci likumu pārkāpumu gadījumos (Roge, 2008).

Metodes, kuras var izmantot bērns, lai mazinātu iekšējo spriedzi un iekļautos uzvedības normās, nekļūstot agresīvs:

- **Elpošanas vingrinājumi** – pareiza un ritmiska elpošana dod iespēju ķermenim sakārtot iekšējos procesus, koncentrēties uz noteiktu darbību, kas palīdz vieglāk ieraudzīt mērķi un izvairīties no agresijas. Elpošanas vingrinājumus var veikt gan katru dienu noteiktos laikos un vietās, noteiktās pozās (sēdus, guļus, stāvus) gan arī kā pašpalīdzības metodi situācijās, kad jūt pieaugam iekšējo spriedzi un diskomfortu.
- **Zīmēšana** – palīdz izpaust iekšējās emocijas un domas un nonākt pie kāda rezultāta. Īpaši ieteicams bērniem, kuriem ir grūti formulēt savas izjūtas vai vajadzības, bet vieglāk to būt darīt ar dažādu simbolu palīdzību, vai pamazām nokļūt līdz emociju, domu formulējumam. Šo metodi bērns var izmantot arī tajos brīžos, kad izjūt pieaugam iekšējo diskomfortu, lai izpaustu emocijas, kuras var provocēt agresīvu uzvedību, kā arī sakārtot domas.
- **Figūru veidošana** – var izmantot gan mālu, gan plastiku, gan plastilīnu, gan mīkstas gumijas bumbiņas. Arī šo metodi var izmantot dažādu nodarbību ietvaros, kad strādā ar agresijas mazināšanu, gan brīžos, kad bērns izjūt iekšēju diskomfortu un ir nepieciešams veids, kā savādāk šīs sajūtas mazināt.
- **Iespēja izkustēties** - aktīviem bērniem ar augstu enerģijas līmeni ir svarīgi, ka ikdienā var aktīvi darboties, ne tikai sēdēt vai darboties tikai ar rokām. Līdz ar to arī šo metodi var izmantot ikdienā, lai izpaustu savu enerģiju, plānotu savādāku ikdienu un ir noteikts paredzēts laiks ikdienā, kad varēs izpaust savas emocijas, gan arī brīžos, kad izjūt spriedzi, ja var nedaudz izkustēties.<sup>7</sup>

#### **Pedagoģiskā darba īpatnības agresivitātes novēršanai:**

- Mācību procesa organizācija – darbības veida maiņa atkarībā no bērna koncentrēšanās spējām

---

<sup>7</sup> [https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk\\_skolotajiem\\_agresija.pdf](https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk_skolotajiem_agresija.pdf)

- Realizēt bērna vajadzību pēc kustībām
- Izpildīt relaksācijas vingrinājumus
- Instrukcijām jābūt īsām, konkrētām, uztveramām
- Konsekventa uzvedības noteikumu ievērošanas kontrole
- Uzslavēt tūlīt, neatliekot uz vēlāku laiku
- Ja bērns neklausā, tad automātiski ar vieniem un tiem pašiem vārdiem neitrālā tonī atkārtot

Ja audzinātājam piemīt neprasmīga pedagoģiskā agresija, šāds audzinātājs nepieņem bērnus ar viņu personības agresīvām iezīmēm, bet radina viņus tās noliegt vai apspiest. Par piemēru, tam varētu minēt apiešanos ar šaušanu - pistolēm. Tie bērni, kuri zina, ka vecāki vai pedagogi šādu vardarbības simboliku noliedz, un kuri tiek pieķerti ar „lego pistoli” rokās, daudzos gadījumos reaģē šādi: „Tā nav pistole, bet rācija!” Tāda atbilde, no vienas puses, ir bērna radošuma izpausme, no otras puses, tā liecina par sākotnējās uzticības trūkumu. Turpretī prasmīga pedagoģiskā agresija no pieaugušo puses pieņem bērnu pistoļu un šaudīšanās simbolisko funkciju, nosakot laika un telpas robežas (Roge, 2008).

#### **Prasmīgs pedagogs neizvēlētos šādi rīkoties:**

- Uz bērna agresiju atbildēt ar agresiju. Mēdz būt situācijas, kad pedagogi paši kļūst agresīvi pret bērniem – uzkliež, noper, sapurina, gadījumos, kad bērns ir nevaldāms, agresīvs, skaļš, jo nesaskata citu veidu kā ar radušos situāciju tikt galā. Taču, šajos gadījumos dusmas nav primārā lieta, ko pedagogs jūt – biežāk dusmas ir virspusējāka emocija, zem kuras slēpjas, kas pavisam cits – bezpalīdzība un bezspēcība. Pedagogam, iespējams, nav zināšanu vai prasmju, kā attiecīgajā situācijā rīkoties. Par to nebūtu jākaunas un nevajadzētu baidīties lūgt palīdzību citiem kolēģiem ar lielāku pieredzi.

- Uzsvērti, noraidoši klusēt un demonstrēt „vienaldzību”. Gadījumos, kad bērns kļūst agresīvs (sāk kliegt, aizskar apkārtējos, sabojā bērnu darinātas lietas, pirmsskolas izglītības iestādes inventāru utt.) vai gluži pretēji bērns cenšas kā mācēdams, lai piesaistītu pedagoga uzmanību (vienmēr visu izdara laikā, piesakās visiem pasākumiem u.c.) – nav ieteicams neliekties ne zinīs par bērna uzmanību, jo tādējādi tiek radīti apstākļi, kurus bērns, iespējams, regulāri piedzīvo mājās – vecāki nekādi nereaģē uz bērna emocijām – nedz patīkamajām (prieks, interese), nedz arī nepatīkamajām (dusmas, vaina, bailes, kauns). Tādējādi bērnam rodas pārlicība, ka, lai arī ko viņš darītu, tas neizraisīs apkārtējos nekādu emocionālo atbildi. Līdz ar to bērns kļūs vēl agresīvāks un centīsies kļūt pamanāmāks – lai pedagogs „beidzot mani ievērotu un reaģētu”.

- Kaunināt. Kaunināšanas iemesli bērna uzvedībai ir dažādi, bet „pārmācīšanas metodes” ir identiskas ar to, ka bērnam tiek radīta kauna izjūta par to, ka viņš ir paudis savas

emocijas (kas ir viena no psihiskās veselības pazīmēm) un līdz ar to tiek bojāta pašcieņa. Kaunināšana var izpausties arī citādi – pirmsskolas izglītības iestādēs tiek radīti „labo/slikto” bērnu salīdzinājumi. Bērns, protams, nevēlēsies būt slikts, tāpēc var reaģēt divos veidos – kļūt vēl agresīvāks, jo bērns, iespējams, nemaz nezina, kā bez agresijas vēl citādāk var reaģēt vai bērns sāks neizpaust savas emocijas nemaz. Līdz ar to bērnam rodas pārliecība, ka emociju paušana ir kaut kas kaunpilns, varbūt pat tiks apsmiets (ja tas noticis brīdī, kad kaunina grupas priekšā).

- Kad bērns kļūst pārāk agresīvs, reizēm var šķist, ka neatliek nekas cits, kā šo bērnu izolēt no pārējiem – tas var vairoties bērna agresiju, jo viņš nesaprot, par ko tiek atdalīts no pārējiem, jo kā iepriekš tika pieminēts – iespējams, tas ir vienīgais veids, kā bērns prot komunicēt, tādēļ bērna izolēšanas nepieciešamība ir ļoti rūpīgi jāizvērtē un tā ir īstenojama tikai gadījumos, ja bērns apdraud savu vai citu personu drošību, veselību vai dzīvību.<sup>8</sup>

#### **Prasmīgai pedagoģiskajai agresijai ir trīs iespējas:**

- tā atpazīst agresīvas rīcības simboliku un funkciju;
- neskatoties uz saprotošu tuvināšanos, tā nosaka agresīviem impulsiem robežas.

Tādā veidā ņemot tos nopietni;

- tā bērnus attīsta un iedrošina izrādīt sabiedriski sankcinētas personības iezīmes, piemēram, agresiju, piedēvējot bērniem spējas tikt galā ar frustrāciju. (Roge, 2008: 138).

Prasmīga pedagoģiskā agresija izšķir divas frustrācijas – materiālo un emocionālo. Kamēr no pēdējās tā izvairās, cenšoties pieņemt bērna personību arī tad, kad tā pārkāpj robežas, materiālā ziņā tā nepilda visas bērna vēlmes un vajadzības.

Pedagogu dzīves uzdevums: apgūt spēju sarunāties ar bērnu veidā, kas nostiprina bērna pašcieņu un mazina iespējamo trauksmes līmeni.

Pedagogam jābūt gatavam:

1. Iedrošināt;
2. Mierināt;
3. Dot vērtīgu padomu;
4. Iedvesmot;
5. Dot cerības;
6. Iemācīt prasmes tikt galā ar dzīves grūtībām, t.sk. emocionālajām.<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup> [http://www.vm.gov.lv/images/userfiles/Nozare/Buklets\\_Psihologiem\\_skolotajiem\\_uzved\\_trauc\\_\(2\).pdf](http://www.vm.gov.lv/images/userfiles/Nozare/Buklets_Psihologiem_skolotajiem_uzved_trauc_(2).pdf)

<sup>9</sup> [http://www.vm.gov.lv/images/userfiles/Nozare/Buklets\\_Psihologiem\\_skolotajiem\\_uzved\\_trauc\\_\(2\).pdf](http://www.vm.gov.lv/images/userfiles/Nozare/Buklets_Psihologiem_skolotajiem_uzved_trauc_(2).pdf)

Palīdzot agresīvam bērnam mainīt savu uzvedību ir svarīgi ņemt vērā, ka darbs ar bērnu notiek vairākos līmeņos:

- 1) uzvedības maiņa
- 2) emociju izpausmju maiņa un emociju izmaiņa
- 3) attiecību maiņa.

Katrs pirmsskolas speciālists var darboties savas kompetences robežās un pedagogam ir lielākas iespējas darboties pirmajā līmenī, palīdzot mainīt uzvedību, kas savukārt ir pamats tālākajam darbam ar bērnu, lai palīdzētu attīstīt attiecību veidošanas prasmes un prasmi pārvaldīt savas emocijas, to izpausmes veidus.<sup>10</sup>

Metodes kuras novērš bērnu agresīvu uzvedību var iedalīt divās, metodes kuras bērns pats var izmantot, lai mazinātu agresīvu uzvedību un metodes, kuras izmanto pieaugušais. Visas šīs metodes ir lai mazinātu agresīvu uzvedību un sekmētu vēlamu, pozitīvu uzvedību un bērna iekšējās sajūtas.

### **3.2. Bērnu agresivitātes novēršanas paņēmieni ģimenē**

Bērna agresija attīstās jau no pirmās dzīves dienas. Vecāki bieži domā, ka viņu mazais bērns nesaprot, nedos nekādu rezultātu, ja viņiem aizlieds, ko darīt. Bērni saprot vecāku komunikāciju daudz agrāk, kā vecāki tam spēj noticēt. Nav tā, ka mazais septiņus mēnešus vecais bērns saprot mātes teiktos vārdus, mazuļi dzird vecāku toni, redz mīmikas, žestus, tas izsaka daudz vairāk kā vārdi. Mātes vai tēva skatiens var izraisīt pozitīvas emocijas, vai biedējošas. Mēs labi pazīstam skatienu, kas atver debesis un skatienu “kas nogalina”. Šī saprašana sākas jau pašā dzīves sākumā. Pats pamats bērna audzināšanā, ja tiek liktas pūles, lai optimizētu bērna attīstību, iekļaujot viņā agresiju, jo agrāk izaugsmes veicināšanas stratēģijas tiek liktas lietā, jo veselāka būs bērna attīstība un pamats bērna personalitātei. Jo veselīgāks ir bērna pamats, jo vairāk iespējams, ka bērna tālākā personības un agresijas attīstība būs vesela (Parens, 2012).

Agresijas audzināšana nozīmē arvien biežāku atturēšanos no fiziskām sadursmēm, lai meklētu vecumam atbilstošus konfliktu risinājumus. Augstāku morāli ikdienā demonstrē vistuvākie cilvēki, jo labāku piemēru viņi rāda bērnam, kas pieaugot to pārņems (Roge, 2010).

---

<sup>10</sup> [https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk\\_skolotajiem\\_agresija.pdf](https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk_skolotajiem_agresija.pdf)

Vislielākā atbildība agresivitātes novēršanā gulstas uz vecāku pleciem, A.Bundura un citi psihologi uzskata, ka agresivitātes pamatā ir vecāku negatīvs paraugs.

Taču vairākums audzināšanas problēmu ir atrisināmas, ja vien vecāki izprot, kā saskaņot savu prasmi ar bērna vajadzībām un disciplinē tās (Roge, 2010).

Efektīva disciplīna nozīmē, ka vecāki ne tikai aptur sliktu izturēšanos vai arī sekmē tikai labo izturēšanos, bet arī mācot un audzinot paradumus, vērtības, tikumus, kas viņiem palīdzēs uzlabot pieņemtus lēmumus un labi rīkojas ar sevi nākotnē. Automātiski. Jo tieši tā viņu smadzenes būs vadītas (Siegel, Bryson, 2012).

Kad bērna emocijas pārvalda vecāku dzīvi, var likties neiespējami saprast vecāka galveno pamatatbildību. Vecāku atbildība ir sagatavot bērnu visiem dzīves aspektiem, mācīt bērnam sabiedrībai pieņemamu uzvedību, morālās vērtības. Dažu bērnu temperaments padara audzināšanu vieglāku, viņi ir spējīgi pieņemt to ko viņiem saka, sekot tam ko no viņiem vēlas (Harvery, Penzo, 2009).

Saskaņā ar agresīvu audzināšanu ir iespējams veiksmīgi novērst bērna agresivitāti, un atrodot savam bērnam efektīvākos agresivitātes novēršanas paņēmienus, saskaņā ar pozitīvu bērna audzināšanu un disciplinēšanu.

Daudzi bērnus audzināt mācas audzināšanas procesa laikā. Pieaugušajiem, ir par maz informācijas par bērnu attīstību, tādēļ lielākoties balstāties uz savu iekšējo izjūtu, kā arī uz savu bērniības pieredzi. Bieži vien iekšējā izjūta izpaužas emocionālās reakcijās, kas nav pārdomātas.

Rezultātā daudzi vecāki uzskata, ka disciplinēšana nav nekas vairāk, kā rājiens un/vai pēriens. Nereti vecāki jūtas bezspēcīgi situācijās, kas saistītas ar bērna uzvedības izpausmēm un rezultātā zaudē kontroli pār savām emocijām.<sup>11</sup>

Pieaugušajiem reizēm ir sajūta, ka disciplinēšana ir sods, kontrole vai bērna vēlmju ierobežošana, bet disciplinēt nozīmē mācīt. Šī mācīšana ir balstīta uz mērķu uzstādīšanu, plānošanu, uz efektīvu un uz risinājumu vērstu rezultātu sasniegšanu.

Ar pozitīvās disciplinēšanas palīdzību, vecākam vai aprūpētājam ir iespēja bērnam attīstīt tās īpašības, ko vēlas bērnam redzēt tad, kad viņš ir kļuvis pieaudzis, lai kā pieaudzis cilvēks, bērns būtu mīļš, izpalīdzīgs, gādīgs un laipns, spētu pieņemt gudrus, saprātīgus lēmumus, būtu godīgs un uzticams, kā arī nevardarbīgs, lai bērns izaugot rūpētos par vecākiem un mīlētu savus vecākus. Ar savu piemēru bērnam vecāki var iemācīt, kā savaldīt savas dusmas,

---

<sup>11</sup> [http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska\\_palidziba/pozitivas\\_disciplinesanas\\_metodes/?doc=775&page=](http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska_palidziba/pozitivas_disciplinesanas_metodes/?doc=775&page=)

kā rīkoties konfliktsituācijās, kā būt godīgam un kā pieņemt kādu konkrētu situāciju vai cilvēku.<sup>12</sup>

Tādēļ ir svarīgi saprast kas ir svarīgākās lietas, kas bērnam būtu jānodrošina atšķirīgos vecumposmos, kā arī svarīgi būtu saprast, kā šīs bērnam svarīgās lietas nodot. Mūsdienu steīgā vecāki bieži vien ir piemirsuši, ko nozīmē izrādīt mīlestību - tas nenozīmē tikai nopirkt jaunu lietu ar kuru bērns būs aizņemts turpmākās pāris nedēļas. Audzināt bērnu nozīmē būt viņam blakus ar atbalstu, ar padomu un protams, ar savu piemēru.

**Ilglaicīgo mērķu uzstādīšana.** Ilglaicīgie mērķi veido pozitīvās disciplinēšanas pamatu. Definēt ilglaicīgos mērķus nozīmē saprast, kādu vēlas redzēt savu bērnu, kad viņš ir kļuvis pieaudzis. Piemēram, lai viņš ir veiksmīgs problēmu risinātājs, gādīgs, prot uzņemties atbildību, ir godīgs, atklāts, utt. Savukārt vecāku ikdiena ir pārpildīta ar centieniem likt bērniem izpildīt vecāku īstermiņa mērķus, piemēram, lai bērns ātri paēstu, lai ātri saģērbtos, tūlīt izpildītu visas vecāku prasības. Vecāku neiecietīgā reakcija īslaicīgo mērķu sasniegšanā nereti kavē ilglaicīgo mērķu sasniegšanu. Efektīva disciplinēšana ir prasme saredzēt īstermiņa mērķos iespēju sniegt ieguldījumu ilglaicīgo mērķu sasniegšanā.<sup>13</sup>

**Emocionālā kontakta, drošības un rīcības modeļa nodrošināšana.** Drošs emocionālais kontakts ar bērnu veicina īstermiņa mērķu sasniegšanu un māca ilgtermiņa mērķu vērtības. Veidot emocionāli drošas un sirsnīgas attiecības ar bērnu nozīmē izrādīt savu uzmanību un pieķeršanos gan fiziski - ar glāstiem un apkampieniem, gan verbāli - paust savu mīlestību ar vārdiem. Cieņa pret bērna vajadzībām un spēja paskatīties uz situāciju no bērna skatu punkta veicina vecāka un bērna drošu savstarpējo uzticēšanos un veiksmīgu attiecību veidošanos.

Sniegt strukturizētu rīcības modeli nozīmē dot skaidru, bērnam saprotamu informāciju par to, ko no bērna sagaida, kā arī informē un izglīto viņu par to, kā tikt galā ar konkrēto problēmu arī tad, ja vecāks nav klāt. Piemēram, uzklausa bērna viedokli un pauž savējo, sniedz bērnam informāciju, lai viņš varētu pieņemt pārdomātu un gudru lēmumu, iedrošina bērnu domāt patstāvīgi, kā arī skaidro, kādas sekas var būt viņa uzvedībai un kā par to jūtas citi cilvēki. Pieaugušā sadarbība ar bērnu māca domāt un risināt konfliktus patstāvīgi un nevardarbīgi.<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> [http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska\\_palidziba/pozitivas\\_disciplinesanas\\_metodes/?doc=775&page=](http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska_palidziba/pozitivas_disciplinesanas_metodes/?doc=775&page=)

<sup>13</sup> [http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska\\_palidziba/pozitivas\\_disciplinesanas\\_metodes/?doc=775&page=](http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska_palidziba/pozitivas_disciplinesanas_metodes/?doc=775&page=)

<sup>14</sup> [http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska\\_palidziba/pozitivas\\_disciplinesanas\\_metodes/?doc=775&page=](http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska_palidziba/pozitivas_disciplinesanas_metodes/?doc=775&page=)

**Izpratne par bērna attīstību, domāšanu un jūtām.** Izpratne par bērna attīstību palīdz vecākam atrast atbilstošāko veidu, kā reaģēt uz bērna uzvedību, kā nodrošināt atbilstošu atbalstu un struktūru.

**Problēmu definēšana un risināšana.** Problēmas apzināšanās palīdz izveidot atbilstošas un iedarbīgas atbildes reakcijas visdažādākajās dzīves situācijās.<sup>15</sup>

Lai uzlabotu bērna spēju tikt galā un modificēt naidu, kas ir izveidojies bērnā. Šī spēja, lielā vilcienā, ir atkarīga no labām attiecībām bērnam ar vecākiem. Katram bērnam ir iespēja mazināt naida apjomu un intensitāti naidīgai agresivitātei, ko dzīves apstākļi ir radījuši bērnā. Pieteikami labas attiecības ar māti un tēvu ir svarīgas, lai attīstītu potenciālās iespējas. Labas emocionālās attiecības vecākiem ar bērnu ir ļoti nozīmīgas tālākai dzīvei, ne tikai agresijas novēršanai, bet arī emocionālajā dzīvē (Parens, 2012).

Viens no veidiem kā vecāki izglīto savus bērnus ir apbalvošanas metode:

- Īpašs laiks ar vecākiem;
- Vēlāks gulētiešanas laiks;
- Papildus laiks pie televizora, datora, telefona (Harvery, Penzo, 2009).

Apbalvojumi nav kukuļošana, tomēr daži psihologi nepiekrīt apbalvojuma idejai, jo viņi tic, ka apbalvojums bērniem dos to ko vecāki gaida. Viņi tic, ka bērnam ir jāuzvedas vecāku noteiktā veidā un viņi nav jāapbalvo par to. Tomēr patiesībā visa dzīve kopumā sastāv no apbalvojumiem, piemēram, cilvēks iet uz darbu, lai viņam par to maksātu un neuzskata algu par lietu, no kuras atteikties (Harvery, Penzo, 2009).

Cits veids kā samazināt bērna agresīvu uzvedību ir sods. Tiek uzskatīts, ka sodot bērnu viņam tiek iemācīts, ka atsevišķās situācijās agresivitāte ir pieļaujama. Agresivitāte palīdz aizstāvēt sevi un savas tiesības, palīdz sasniegt mērķus, apmierināt savas vajadzības (Arsenio, 2010).

Metodes, kuras var izmantot pieaugušie, lai palīdzētu bērnam izvairīties/novērst agresīvu uzvedību:

• **Punktu sistēma** - punktu sistēma nosaka skaidrus noteikumus un par ko bērns saņem noteiktas sekas, par ko saņem bonusa punktus un kādā veidā var dzēst noteikumu pārkāpumu. Šī sistēma ietver skaidru vienošanos starp bērnu un vecākiem. Lai punktu sistēma un noteikumu ievērošana no bērnu puses darbotos sekmīgi, ir svarīgi, ka vecāki izturas saskaņā ar kopīgiem noteikumiem un neuzstādītu jaunas prasības, par to neinformējot bērnu.

---

<sup>15</sup> [http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska\\_palidziba/pozitivas\\_disciplinesanas\\_metodes/?doc=775&page=](http://www.bti.gov.lv/lat/metodiska_palidziba/pozitivas_disciplinesanas_metodes/?doc=775&page=)

• **Vingrinājumi kopā ar bērniem** - pieaugušais kopā ar bērnu trenējās visus vingrinājumus, kuri ir aprakstīti kā palīdzības metodes, ko var izmantot bērns. Svarīgi, ka pieaugušie ļauj bērnam tās izmantot, nevis uztver par papildus apgrūtinājumu savam darbam.

• **Novērojumi** – strādājot ar agresīvu bērnu, situācijas risināšanā parasti ir iesaistīti vairāki pieaugušie (vecāki, audzinātāji, utt.) un tas ir svarīgi, ka visi pieaugušie vēro bērna uzvedību un šī informācija nokļūst viena speciālista rokās, kurš vada šo gadījumu.<sup>16</sup>

Palīdzot agresīvam bērnam mainīt savu uzvedību ir svarīgi ņemt vērā, ka darbs ar bērnu notiek vairākos līmeņos:

- uzvedības maiņa
- emociju izpausmju un emociju maiņa
- attiecību maiņa<sup>17</sup>.

Tomēr bērna agresija jāuztver kā normāla cilvēka izpausme un bērnam jā mācās, kā ar to sadzīvot, kā to pārvarēt vai kur to likt.

#### **Paņēmieni, kas var palīdzēt mazināt agresivitāti:**

- Audzināšanas īpatnības (bērnu aprūpe normas robežās, mīlestības un uzmanības izrādīšana bērnam, tuvas attiecības ar bērniem);
- Ģimenes locekļu pieņemama uzvedība (fiziskas sodīšanas nepielietošana, draudzīgas attiecības starp māsām un brāļiem);
- Pieaugušo problēmsituāciju risināšana bez bērna klātbūtnes;
- Bērnam ir noteikta dienas kārtība;
- Labvēlīgi sociālie apstākļi ģimenē (Arsenio, 2010).

Bērnam jāparāda iespējas, kā viņš varētu izpaust savu agresiju, ar kādiem veidiem un kādu pieņemamu uzvedību, bet pieaugušie nedrīkst aizmirst arī par savu uzvedību kā pašu galveno piemēru.

Bērna attīstība vienmēr notiek mijiedarbībā ar pieaugušo. Jebkura vesela bērna uzvedība ir reakcija uz pieaugušo uzvedību, tajā pašā laikā cenšoties apmierināt savas vajadzības. Ļoti bieži pieaugušie dzīvojot ar dubulto morāli cer, ka bērnu izaudzinās par pareizu cilvēku, bet vairākumā gadījumu viņus gaida vilšanās, jo bērns precīzi būs iegaumējis ģimenē valdošos likumus un centīsies tos izmantot arī ārpus tās. Ja ģimenē kāds no vecākiem ir agresīvs, arī bērns tāds būs, jo viņš vienkārši nezina citu reagēšanas veidu (Plaude, 2009).

---

<sup>16</sup> [https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk\\_skolotajiem\\_agresija.pdf](https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk_skolotajiem_agresija.pdf)

<sup>17</sup> [https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk\\_skolotajiem\\_agresija.pdf](https://visc.gov.lv/specizglitiba/dokumenti/vpmk_skolotajiem_agresija.pdf)

Var būt gluži pretēji. Piemēram, vecāki pūlas, cik vien spēj, apmierināt visas bērna vajadzības, nespēj turēties pretī jebkurām bērna vēlmēm, cenšoties tās izpildīt. Arī ar šādiem vecākiem bērns nejutīsies drošs, jo radīs viņā pārliecību, ka ar viņu tomēr kaut kas nav kārtībā.

Bērns var būt agresīvs arī tad, ja vecāki paši ir ļoti nedroši, nezina kā rīkoties kādā situācijā, atļaut vai neatļaut bērnam kaut ko darīt. Pasaulslavenais psihologs Eriks Eriksons, pētot dažādu indiāņu cilšu mātes un bērnu attiecības, ir nonācis pie ļoti vērtīga atzinuma – nav tik būtiski, vai tu kā māte rīkojies pareizi vai ne, galvenais ir iekšējā pārliecība, ka tas, ko tu dari saprāta robežās ir pareizi (Plaude, 2009).

Kad vecāki iedziļinās un saprot problēmas sakni, viņiem ir daudz vieglāk saprast, kā to atrisināt, kad vecāki saprot, par ko bērna uzvedība ir tāda, viņi var audzināt daudz konstruktīvāk un ar konfidenci (Parens, 2012).

### **Secinājumi par 3. nodaļu**

1. Izvērtējot paņēmienus bērna agresīvas uzvedības novēršanai vidējā pirmsskolas vecumā, saprot, ka strādājot ar bērna agresīvās uzvedības izpausmēm, svarīgi strādāt gan ar bērnu, gan sistēmu, kas veidojas ap bērnu: un tie ir vecāki un pirmsskola. Lai novērstu agresiju, akcentēt uzmanību uz rīcību nevis personību – ja dara pretēji, tad agresija var kļūt par noturīgu personības īpašību. Noturēt robežu starp personību un rīcību palīdz rīcības objektīvs un precīzs raksturojums.

2. Nekādā gadījumā uz agresiju nedrīkst atbildēt ar agresiju. Jācenšas saprast un novērtēt, vai bērna agresija ir aizsargreakcija vai vairāk līdzinās cietsirdībai. Noskaidrojot, kādās situācijās bērns kļūst dusmīgs un netiek galā ar agresijas nevēlamām izpausmēm, jānāca kāpēc un kā negatīvās emocijas izteikt sociāli pieņemamā veidā. Agresīvu uzvedību var veicināt arī dzemdību traumas, psihiskas saslimšanas, epilepsija un citas galvas smadzeņu slimības. Savlaicīga diagnostika un pareizi izvēlēta individuālā pieeja, var bērnam novērt virkni adaptācijas un saskarsmes grūtību ar apkārtējiem.

3. Galvenais – bērnam jābūt pārliecinātam, ka mēs neesam pret viņu, bet gan pret viņa rīcību. Ja pieaugušā cilvēka agresija pārsniedz normu, tad viņš pats var būt agresijas iemesls un provocēt bērnu uz agresīvu uzvedību. Saglabāt pozitīvu bērna reputāciju – jo bērniem ir ļoti grūti atzīt savu sakāvi. Vissliktākais ir publisks nosodījums un negatīvs vērtējums. Viņi no tā centīsies izvairīties visiem iespējamiem līdzekļiem. Lai palīdzētu bērnam pašcieņas saglabāšanā publiski vajag minimizēt bērna vainu: „tu laikam esi noguris....” u.tml., bet pēc tam vienatnē ar bērnu situāciju pārrunāt.

## **4. Pētījums par bērnu agresīvas uzvedības novēršanu vidējā pirmsskolas vecumā.**

### **4.1. Pētījumā izmantoto metožu izvēle un pamatojums.**

Darba autore, lai veiktu pētījumu par bērna agresīvas uzvedības novēršanas iespējām pirmsskolas vecumā, izvēlējās **pedagoģisko novērošanas metodi un datu apstrādes aprakstošās statistikas metodi**, lai analizētu pētījumā iegūtos rezultātus.

Pedagoģiskās novērošanas metodi darba autore izvēlējās, jo šī metode ir viena no plašāk izmantotajām metodēm gan psiholoģijas, gan pedagoģijas praksē un ļauj izprast bērnu rīcības jēgu. Novērošana ir viena no visizplatītākajām pedagoģisko pētījumu metodēm. Jo ar pedagoģiskās novērošanas metodes palīdzību darba autore varēs papildināt un precizēt esošo informāciju. To plaši izmanto pedagoģiskajā praksē, tā palīdz pedagogam iepazīt savus audzēkņus, tiešas uztveres ceļā dabiskos apstākļos.

Novērojot bērnus pirmsskolas izglītības mācību procesā, darba autore iegūst informāciju par bērna izpratni, par emocijām, prasmi tās izpaust un kontrolēt, kā arī vai pedagoga dienas ritms pozitīvi ietekmē bērnu emocionālo un fizisko veselību.

Novērošanai, kā bērnu agresīvas uzvedības novēršanas pētīšanas metodei raksturīgs tas, ka darba autore fiksē bērna darbību, izteikumus, rīcību ikdienas dzīvē. Tā, piemēram, pētot vidējā pirmsskolas vecuma bērnu savstarpējās attiecības, darba autore novēro, kā viņi rotaļājas, kā uzvedas mazgāšanās telpā, pastaigā, pie galda, guļamtelpā utt.

#### **Novērošanas metodei ir vairākas pozitīvas iezīmes:**

1) darba autore savāc faktus par bērna uzvedību dabiskos apstākļos. Nezinot, ka viņus kāds novēro (tas ir pirmais nosacījums, kas jāievēro, izmantojot novērošanas metodi), bērni uzvedas brīvi. Līdz ar to var iegūt patiesus, no dzīves ņemtus faktus;

2) vērodama bērnu uzvedību, darba autore katru bērnu redz kā viengabalainu personību. Katru bērna repliku vai darbību viņa uztver nevis kā izolētu, atsevišķu parādību, bet gan saistībā ar citām darbībām, citiem vārdiem vai rīcību. Tādēļ katrs fakts tiek uztverts kā pētāmās personības izpausmju sistēmas viens posms vai atsevišķs elements;

3) tā kā bērna uzvedību kolektīva, viņa darbības, pārdzīvojumus un valodu parasti ietekmē citi bērni, novērojot var secināt par konkrētā (pētāmā) bērna attiecībām ar citiem bērniem.

4) izmantojot novērošanas metodi, ļoti skaidri var saskatīt saistību starp bērna uzvedību un pedagoga rīcību.

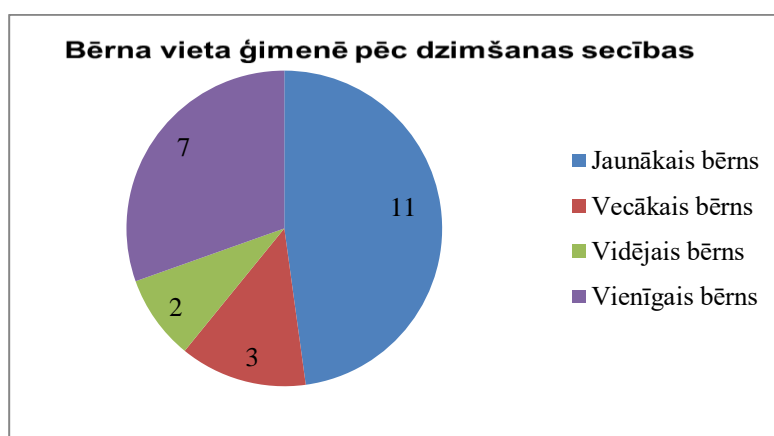
**Darba autore izmantoja arī datu apstrādes aprakstošās statistikas metodes** ar specifiskiem paņēmieniem, statistiskā novērošana, apkopošana jeb grupēšana un vispārināšana jeb statistiskā analīze. Statistiskās novērošanas praktiskā nozīme ir iegūt ticamu informāciju par procesa raksturu. Statistikas dati ir parādību skaitliskais raksturojums, kas iegūti statistiskās novērošanas un apstrādes aprēķinu ceļā. Izmantojot aprakstošo statistikas metodes –empīriskās datu apkopošanas metodes, grafiskās attēlošanas metodes un statistiskie rādītāji. Jo statistisko rādītāju aprēķināšana un to analīze ir pamats pētāmo pazīmju empīrisko sadalījumu raksturojumam un iespējām noteikt to īpatnības attiecībā pret tiem teorētiskiem sadalījumiem.

Pētījuma realizēšanai tika izmantotas sekojošas pētīšanas metodes –pedagoģiskā novērošana un pedagoģiskā izmēģinājumdarbība.

#### 4.2. Pētījuma mērķauditorijas raksturojums.

Pētījums par bērnu agresīvas uzvedības novēršanu vidējā pirmsskolas vecumā tika veikts Rīgas pilsētas pašvaldības pirmsskolas izglītības iestādē, kurā ir 23 izglītojamie. Pētījumā piedalījās 8 bērni, kas dzimuši 2014.gadā un 15 bērni, kas dzimuši 2015.gadā, kuri pētījuma laikā bija vecumā no 4 līdz 5 gadi. Pētījumā piedalījās 13 zēni un 10 meitenes.

18 bērni nāk no ģimenēm, kurās ir abi vecāki un 5 bērni nāk no šķirtām ģimenēm. Pētījumā piedalījās 11 bērni, kuri ir jaunākie bērni ģimenē, 3 bērni, kuri ir vecākie bērni ģimenē, 2 bērni, kuri ir vidējie bērni ģimenē un 7 bērni, kuri ir vienīgie bērni ģimenē (sk.3.attēlu).

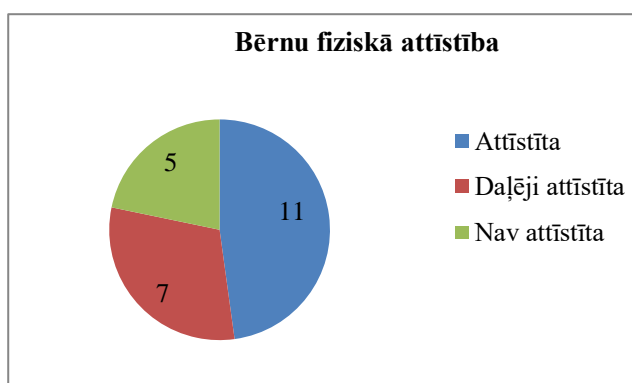


3.attēls. Bērnu vieta ģimenē pēc dzimšanas secības.

Grupā bērni sarunājas valsts valodā. Grupā nav bērnu ar nopietnām veselības problēmām, bet ir bērni ar agresīvas uzvedības izpausmēm, kuras izpaužas acīmredzamā agresijā – lauza rotaļlietas, bērnudārza inventāru, grūstīja vienaudzus, koda, knieba citiem

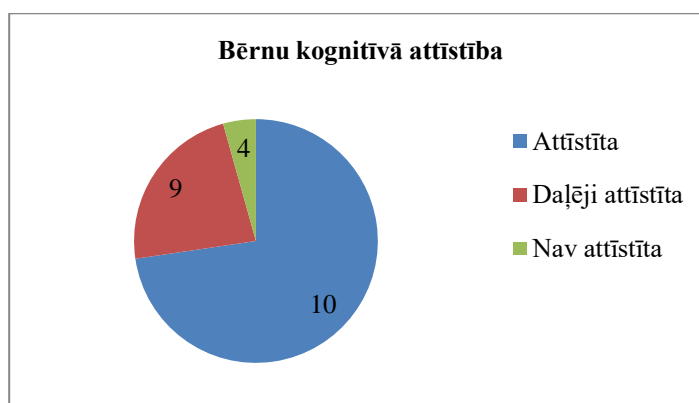
bērniem, runājot lietoja necenzētu leksiku, apvainoja un lietoja rupjus vārdus un izteicienus, draudēja, baidīja, uzsāka fiziskas cīņas, sita.

Veicot bērna attīstības likumsakarību analīzi (pielikums Nr.1) vidējā pirmsskolas vecumā 11 bērni ir attīstīti fiziskajā jomā, viņi lec uz vienas kājas, rāpjas pa stieņiem, lec lieliem lēcieniem uz priekšu, 7 bērniem tika novērota nedaudz aizkavēta fiziska attīstība, viņi nespēj patstāvīgi noģērbties un apģērbties, noteiktu laiku nostāvēt uz vienas kājas, nespēj izpildīt skolotāju uzdotās kustību aktivitātes, 5 bērniem netika novēroti vecumposmam atbilstoši rezultāti fiziskajā jomā, viņi nespēj uzzīmēt cilvēku, nespēj veikt dažādas fiziskas aktivitātes, kuras saistītas ar līdzsvaru un augstumu (sk. 4.attēlu).



**4.attēls. Bērnu fiziskā attīstība.**

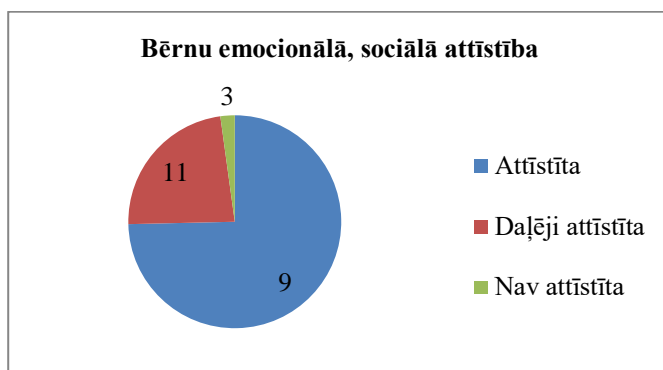
Novērojot bērnu kognitīvās attīstības likumsakarības atbilstošajā vecumposmā 10 bērniem bija attīstīta kognitīvā attīstība, ir izpratne par ikdienišķām lietām, lieto sarunā nākotnes formu, var pastāstīt par savu ģimeni, 9 bērniem bija daļēji attīstīta kognitīvā attīstība, daļēji varēja koncentrēties uz veicamo darbu, spēju pateikt teikumu, kas sastāv vairāk par 5 vārdiem, 4 bērniem neatbilda attīstības prasībām, bija grūtības ar vienkāršu norādījumu sapratni, uzmanības noturēšanu (sk. 5.attēlu).



**5.attēls. Bērnu kognitīvā attīstība.**

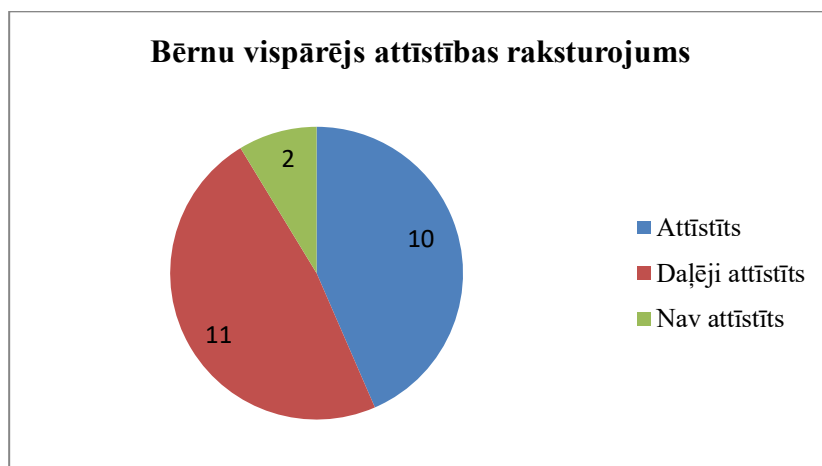
Veicot novērojumus emocionālajā, sociālajā jomā 9 bērniem bija pilnībā attīstīta emocionālajā jomā, piemita fantāzija spēlējoties, pārsvarā ir priecīgi un apmierināti, 11 bērniem bija daļēji attīstīti emocionālajā jomā vēlēšanās draudzēties, ar visiem grupas biedriem, spēja paust

dažādas emocijas konkrētās situācijās, spēju atšķirt realitāti no fantāzijas, 3 bērniem bija grūtības ar šķiršanos no vecākiem, kā arī spēju atšķirt realitāti no fantāzijas, (sk. 6.attēlu).



**6.attēls. Bērnu emocionālā, sociālā attīstība.**

Atbilstoši vecumposma īpatnībām pēc izstrādātajiem kritērijiem tikai 10 bērni atbilst vecumposma attīstības īpatnībām, 11 bērni ir daļēji attīstīti pēc vecumposmu attīstības kritērijiem visvairāk zemu rādītāju pētījumā parādīja un 2 bērniem ir vairāki novērojumi, kuri neatbilst vecumposma attīstībai (sk. 7.attēlu).



**7.attēls. Bērnu vispārējs attīstības raksturojums.**

Lai izprastu bērnu agresīvos cēloņus, darba autore veica mērķauditorijas raksturojumu par bērnu stāvokli ģimenē, vai ir māsa un brāļi, kurš bērns ģimenē viņš ir, kāds ir vecāku stāvoklis vai dzīvo šķirtās ģimenēs, kādu valodu lieto ikdienā (pielikums Nr.2).

No 23 izglītojamajiem 14 bērni bija, kuriem tika novērotas agresijas izpausmes. No šiem 14 bērniem, četri bērni bija meitenes, viņām tika vērojamas dažādas agresijas izpausmes, viņas apvainoja citus ārpus pieaugušā redzesloka, baidīja citus bērnus, riebīgi smējās par bērniem, kas lika bērniem justies neveikli tādā veida provocējot citus uz agresīvu darbību. Ņēma nost citiem bērniem rotaļlietas, grūstīja, fiziski aizskāra citus bērnus, apsaukāja. 10 bērni bija zēni, kuriem tika novērotas fiziskā, slēptā, verbālā, draudošā, mīmiskā agresija viņi gan sita, gan lauza, lamājās, plēsa, mēdījās, spļaudījās, draudēja un darīja vēl citas agresīva rakstura lietas. Agresijas izpausmes pēc bērnu vietas ģimenē bija šādiem bērniem –jaunākais

bērns ģimenē 6 bērni, viens bērns ģimenē 4 bērni, vecākais bērns ģimenē bija 2 bērni, ģimenēs, kur bērns bija vidējais bērns ģimenē darba autore agresīvu uzvedību novēroja 2 bērnam. Pētījuma mērķauditorijas raksturojuma novērojuma dati ir apkopoti tabulā Nr.1.

**Tabula 1. Pētījuma mērķauditorijas raksturojums.**

<i>Apraksts</i>	<i>Skaitis</i>
Kopējais izglītojamo skaits	23
<b>Dzimums</b>	
Zēni	13
Meitenes	10
<b>Dzimšanas gads</b>	
2014.gada dzimušie	9
2015.gada dzimušie	14
<b>Bērna stāvoklis ģimenē</b>	
Viens bērns ģimenē	7
Vecākais bērns ģimenē	3
Vidējais bērns ģimenē	2
Jaunākais bērns ģimenē	11
<b>Ģimenes stāvoklis</b>	
Bērns dzīvo kopā ar abiem vecākiem	18
Bērns dzīvo šķirtā ģimenē	5
<b>Novērota agresīva uzvedība</b>	
Zēnos	10
Meitenēs	5
<b>Agresīvas uzvedības izpausmes pēc bērna vietas ģimenē</b>	
Viens bērns ģimenē	4
Vecākais bērns ģimenē	2
Vidējais bērns ģimenē	2
Jaunākais bērns ģimenē	6
<b>Cits</b>	
Bērns ar veselības problēmām	Nav
Bērns runā valsts valodā	18
Bērns runā svešā valodā	5

### 4.3. Pētījuma norise.

Veicot novērojumus, darba autore fiksēja tikai objektīvos faktus, nevis interpretāciju par tiem. Darba autore fiksēja to ko viņa redz un dzird, neizdarot nekādus secinājumus un apkopojot novēroto. Faktu izpēte dabiskos apstākļos ar tiešas novērošanas palīdzību eksperiments ļauj mākslīgi atdalīt pētāmo parādību no citām. Mērķtiecīgi izmantot pedagoģiskās iedarbības apstākļus uz pētāmajiem, izsekot šādos apstākļos iegūstamajiem rezultātiem, atkārtot pētāmo procesu, mainot atsevišķas pētāmās pedagoģiskās parādības apmēram tajos pašos apstākļos –atkārtot zināmus uzdevumus pētāmajiem indivīdiem, atkārtot noteiktu viņu dzīves un darbības organizāciju.

Novērošana notika bērnam tradicionālajā vidē, ievērojo ētiskās normas un pēc sagatavota novērošanas plāna.

Izmantojot pedagoģisko izmēģinājuma darbību, tā kalpo fakti uzkrāšanai, ar kuru palīdzību atklājas dažādas objektīvas sakarības pedagoģiskajā procesā agresivitātes mazināšanai pirmsskolas vecuma bērnos.

Lai izpētītu bērnu agresīvu uzvedību un tās novēršanas iespējas vidējā pirmsskolas vecumā, pētījums sastāvēja no trīs posmiem:

1. **Novērošanas posms** –vidējā pirmsskolas vecuma agresivitātes līmeņa noteikšana, tika apzināti bērni, kuriem ir agresīvas uzvedības izpausmes, laika posms divas nedēļas;

2. **Organizatoriskais un praktiskais posms** –pētījuma izstrāde un īstenošana, vidējā pirmsskolas vecuma bērnu agresivitātes novēršanas veicināšana pedagoģiskajā izmēģinājumdarbība tika veikta agresijas novēršana ar dažādām metodēm, laika posms divas nedēļas.

3. **Kontroles, noslēguma posms** –pētījuma rezultātu analīze un interpretācija, tika veikta novērošana pedagoģiskajai izmēģinājumdarbībai, analizēti apkopotie dati, laika posms trīs nedēļas.

Pētījums tika veikts 8 nedēļās, 3 posmos.

Pētījuma norisei, lai sasniegtu darba mērķi pētīt bērnu agresīvas uzvedības novēršanas iespējas vidējā pirmsskolas vecumā, atbilstoši izvirzītajiem kritērijiem, tika izvērtēts katrs bērns individuāli, kuram tika novērotas agresīvas izpausmes. Tā kā agresijas cēloņi visbiežāk tiek minēti ar problēmām ģimenē, problēmām izglītības iestādē, ar veselības problēmām, dažādas atkarības, piemēram, virtutālā realitāte, bērna temperamenta īpatnības un vecumposma īpatnības, pēc darba autores izveidotas novērošanas tabulas, balstoties uz veikto teorijas izpētes metodi (sk.2.tabulu), tika izstrādāti kritēriji vidējā pirmsskolas vecuma

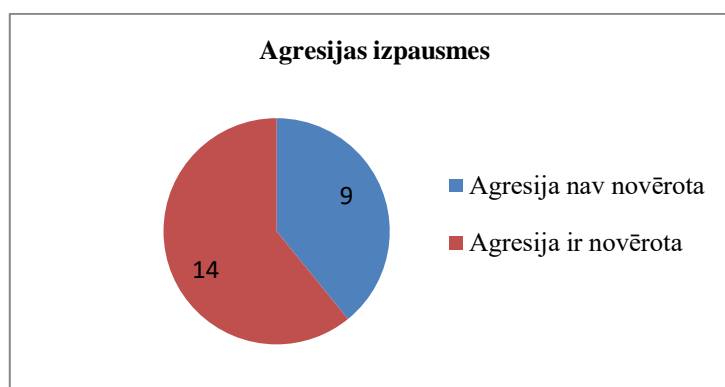
agresivitātes noteikšanai ar izvirzītiem kritērijiem, kuri varētu būt cēloņi agresijai, darba autore veica novērošanu, datu apkopošanu un analīzi.

**Tabula Nr.2 Agresivitātes novērošanas shēma pirmsskolas periodā.**

Agresijas izpausmes	Acīmredzamā agresija
<b>Fiziskā</b>	Lauž bērnudārza inventāru, ņem nost no citiem bērniem rotaļlietas, spiež, ieķeras cita bērna sejā, grūsta vienaudzus, garāmejojot fiziski aizskar citus, spēle agresīvas spēles, spļaudās.
<b>Slēptā</b>	Kniebj citiem bērniem, apvaino citus ārpus pieaugušā redzesloka.
<b>Verbālā</b>	Lamājas, apvaino citus ar rupjiem vārdiem; lieto rupjus vārdus un izteicienus.
<b>Draudošā</b>	Atvēzējas, bet nesit; baida citus bērnus.
<b>Mīmiskā</b>	Sakniebj lūpas, atņirdz zobus, sarkst, riebiģi smejas, saspiež (vīsta) dūres.

Pētījuma norisei, lai sekmīgi varētu novērst agresīvu uzvedību vidējā pirmsskolas vecumā, tika izvērtēts katrs bērns individuāli vērsot uzmanību uz bērna agresīvu uzvedību. Agresijas uzvedības noteikšanas apzīmēšanai tika izmantots šāds skaidrojums bieži agresijas izpausmes ar koeficientu 2, retas agresijas izpausmes ar koeficientu 1, agresijas izpausmes netika novērotas ar koeficientu 0. Novērotie rezultāti tika fiksēti novērošanas protokolā ar nosaukumu - Agresijas izpausmes bērnos, kas pievienots (pielikumā Nr.3).

Darba autore novēroja un analizēja, ka no 23 novērošanā pētāmajiem bērniem, 14 bērni ir bērni, kuriem tika novērotas agresīvas uzvedības izpausmes (sk. 8.attēlu).



**8.attēls. Agresīvas uzvedības novērošana.**

Darba autore novēroja, ka agresijas izpausmes veidi atkārtojās vairākos bērnos.

**Fiziskās agresijas izpausmes**, tika novērotas 14 bērniem ar redzamām sekām lauž rotaļlietas, bērnudārza inventāru, ņem nost citiem bērniem rotaļlietas, ķeras citiem bērniem

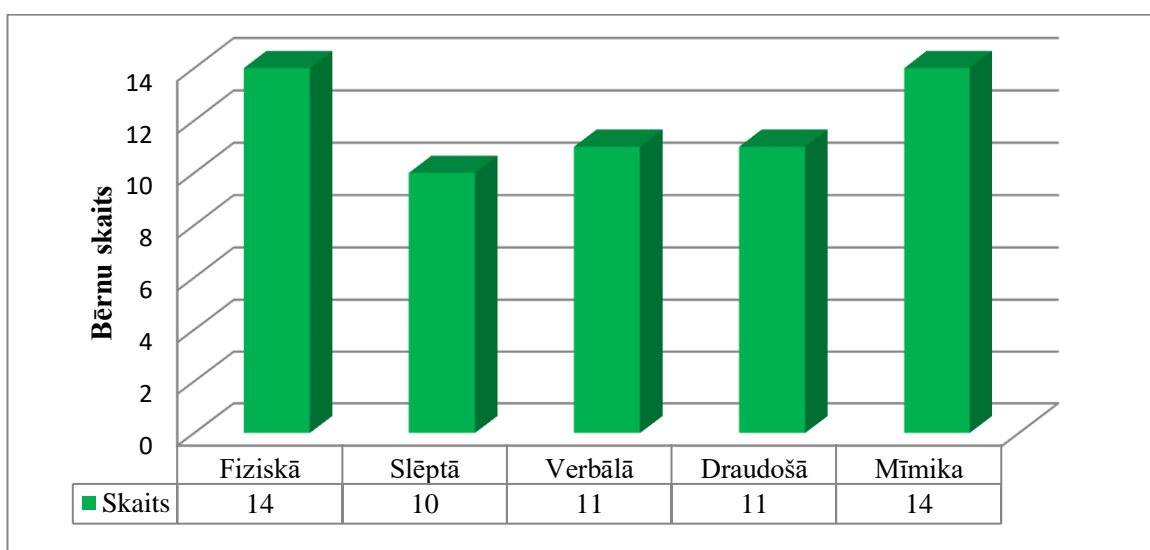
sejā, grūsta vienaudžus, garāmejojot fiziski aizskar citus, spēlē agresīvas spēles tādā veidā nodarot fiziski pāri otram bērnam, spļaudās.

**Slēptā agresijas izpausmes** ar redzamām sekām, tika novērota 10 bērniem, kuri knieba citiem bērniem, apvainoja citus ārpus pieaugušā redzesloka.

**Verbālās un draudošās agresijas izpausmes** tika novērotas 11 bērniem, kuri lamājas, apvainoja citus ar rupjiem vārdiem. lietoja rupjus vārdus un izteicienus, atvēzējas, bet nesita; baidīja citus bērnus.

**Mīmikas agresijas izpausmes** tika novērotas 14 bērniem, kuri saknieba lūpas, atņirdza zobus, riebīgi smējās par citiem, no dusmām sarka, saspieda dūres.

Darba autore novēroja un veica datu analīzi, cik bieži un kuri bērni ir agresīvi, ņemot vērā katru agresijas izpausmes veidu un novērojot katru bērnu (skatīt 9.attēlu).



*9.attēls. Agresivitātes izpausmes bērnos.*

**Agresijas izpausmes biežums tika novērots četrpadsmit pirmsskolas vecuma bērnos.**

Apkopojot novērošanas rezultātus, tika raksturota izvēlētā pētījumam mērķauditorija. Ievērojot konfidencialitātes principu, bērnu vārdi ir mainīti:

**Adrians, 4 gadi** – trešais bērns ģimenē no pieciem bērniem, vecāki dzīvo kopā, fiziski nav aktīvs, kognitīvās, sociālas īpatnības neatbilst vecumposmam, nespēj veikt līdzsvara vingrinājumus, nav izpratne par ikdienišķām lietām, grūti noturēt uzmanību un koncentrēšanos uz vienu lietu, mazrunīgs, bieži izsaka vēlēšanos būt pie mammas, no rītiem grūti ir šķirties no vecākiem izrāda lielu protestu, sagādā grūtības ar vienkāršu norādījumu izpildīšanu, pašam grūti sevi ievirzīt kādā darbībā, gaida skolotājas ierosinājumus. Zēns ir viegli manipulējams, vēlas iedraudzēties līdz ar to piekrist dažādām lietām, lai viņu pieņemtu grupā, bieži tiek povocēts uzsākt agresīvu uzvedību, viņš grūsta vienaudžus, fiziski aizskar

tos, tiem viņš iekniebj, baida citus ar dažādām sejas izteiksmēm un roku žestiem. Spēlējot agresīvas spēles tajās viņš vienmēr ir upuris, kuru apceļ, pēc tam sāk raudāt.

**Alfrēds, 4 gadi** – jaunākais bērns ģimenē, šķirta ģimene, dzīvo pie mātes, divvalodība. Pēc dabas kluss, bieži izvēlas pavadīt laiku pie galda un grupā nepiedalās brīvā laika rotaļās, kad zēns ir rotaļlaukumā izpaužas fiziska agresija izvēloties spēles ar agresijas elementiem, ķeras citiem bērniem sejā, grūsta, speciāli fiziski aizsar tos, provocē citus bērnus no citām grupām uz agresīvām darbībām, mēda tos, riebīgi smejas un ar pirkstu rāda uz tiem, mēdz atvēzēties, bet nesit.

**Anrijs, 5 gadi** – Vecākais bērns trīs bērnu ģimenē, vecāki dzīvo kopā. Pēc dabas apzinīgs un kārtīgs zēns, tomēr katrā brīdī, kad ir iespēja izvēlas agresīva rakstura spēles, sarunas par agresīvām rotaļām, spēlējot iekarst tik tālu, ka nespēj apstāties un var grūstīt, fiziski aizskart vienaudžus līdz brīdim ka viņi sāk raudāt, dūsmās sarkst, skatās caur pieri, biedējot citus, ka izdarīs kaut ko ar viņiem, apvaino tos, lieto rupjus vārdus.

**Arno, 4 gadi** – vienīgais bērns ģimenē, vecāki dzīvo kopā, daļējas fiziskā attīstības joma ir daļēji attīstīta, stīvs, grūti atkārtot pieaugušā demonstrētus kustības vingrinājumus, līdzsvara uzdevumus ir grūti veikt, kognitīvie procesi ir attīstīti, saprot uzdevumus, spēj pastāstīt par savu ģimeni, emocionālā un sociālā joma neatbilst vecumposma īpatnībām, nespēj paust dažādas emocijas, komunikācija ir grūta, sarunājoties bieži izmanto aizvainojošus un rupjus vārdus, apsūkājas. Agresija izpaužas visas dienas garumā, uz bērnudārzu ierodas jau negatīvā noskaņojumā, grūsta vienaudžus, apsūkā tos, pie brokastu galda kniebj bērniem, kuri blakus viņam sēž, lieto rupjus un aizskarošus vārdus, lauž bērnudārza inventāru, ar kājām spārda krēslus, izlietnes. Ņem nost bērniem rotaļlietas, provocē citus bērnus uz agresīvu uzvedību, lamājas, kliedz, sāk fiziskas cīņas ar vienaudžiem, pēc skolotājas aizrādījuma var skolotājai draudēt un iespert. Ja kaut kas nenotiek kā viņš vēlas, var lauzt skapīšiem durvis, ar kājām spert pa izlietni, mest rakstāmpiederumus projām. Izvēlas agresīva rakstura spēles, ja bērni ar kuriem viņš rotaļājas kopā nepiekrīt Arno priekšlikumiem, viņš var paņemt kādu plastmasas vai cita cieta materiāla rotaļlietu un mest bērniem ar domu trāpīt tiem.

**Deivids, 4 gadi** – vienīgais bērns ģimenē, vecāki ir šķīrušies, kognitīvā un fiziskā joma ir atbilstoša vecumposmam, nelielas grūtības sagādā līdzsvara koordinācija, kā arī pieaugušo uzdotās kustību aktivitātes pildīšana, emocionālā, sociālā joma nav attīstīta, Deivids izvairās no saskarsmes ar bērniem, neveido sarunas kopā ar vienaudžiem, izvairās no daudzām aktivitātēm, bieži nepiedalās mūzikas un sporta nodarbībās, stāv stūrī un novēro no malas, kluss, izvēlas rotaļāties viens pats, citi bērni viņu provocē uz agresīvu rīcību, uz kuras viņš viegli arī padodas, citi bērni ņem nost viņam tīšām mantas, jo Deivids tad viegli kļūst dūsmīgs, sāk sit un grūstīt vienaudžus, kliedz un spļaudās, biedē citus bērnus, draudot ka



teikumiem, neskaidri izrunā dažas skaņas, draudzību veido tikai ar zēniem kuriem ir noslieces uz agresīvu uzvedību, līdz ar to uzturas tikai zēnu kompānijā, kopā ar zēnu pulciņu metā bērnu dārza rotaļlietas, ņem nost no citiem bērniem rotaļlietas, apsaukā citus bērnus, grūsta, speciāli fiziski aizskar, lamājas un izmanto rupjus vārdus, baida citus bērnus draudot, ka iesitīs, izvēlas agresīva rakstura spēles.

**Roberts, 5 gadi** – Jaunākais bērns, vecāki dzīvo kopā, fiziskā joma un kognitīvā joma ir atbilstoša vecumposma, grūtības sagādā pieaugušo vadītas kustību aktivitātes, nespēj nokcentrēties, vai pat bieži nevēlas piedalīties vadītajās sporta un mūzikas nodarbībās, nodarbību laikos sāk ķēmoties, mēdīties, provocē citus bērnus tādām pašām darbībām, ko dara viņš. Agresija izpaužas lielāko dienas rita daļu, arī citos vadītajos aktivitāšu centros mēdās, nepiedalās nodarbībās, bet met pa gaisu materiālus, ja šķiet ka darbs būs grūts pat to nepamēģinot, ja kāds uz viņu paskatās, tad apvaino to ar rupjiem aizskarošiem vārdiem, reaģējot uz pieaugušā aizrādījumu, pieaugušo apvaino un draud ka nogalināšot, acis izraušot ārā. Ārpus nodarbību laikiem bērniem kož, ja kāds ir paņēmis rotaļlietu, kuru pats ir noskatījis ka ar to spēlēšies, ja bērns nedod tad uz bērnu var uzspļaut, klieudz, fiziski aizskart, met rotaļlietas pa gaisu mēģinot trāpīt kādam mērķī, cenšas iespert. Kļūst sarkans no dusmām, atņirdz zobus. Izvēlas agresīva rakstura spēles, kurās viņš ir līderis un ir citi bērni, kas atdarina viņa uzvedību. Ir bijušas reizes kad agresīvu reakciju izpauž pats pret sevi, sit sev pa galvu, apsaukā sevi, raud.

**Una, 4 gadi** – jaunākais bērns ģimenē, šķirta ģimene, fiziski nav attīstīta savam vecumposmam, līdzsvars, koordinācija sagādā meitenei grūtības, bail nolekt no maza augstuma, var pakāpties vienu pakāpienu pa snieņiem, grūti veic praktiskus darbiņus, neizprot vienkāršus skolotājas norādījumus, nodarbību laikos apvaino citus bērnus ar aizskarošiem vārdiem, ka tie bērni neko neprot un nemāk, provocē citus bērnus uz agresīvu uzvedību, brīvajos laikos izpaužas agresīva uzvedība garāmejojot fiziski aizsca citus, kniebj, ņem nost rotaļlietas, baida citus bērnus ar nejaukiem stāstiem.

**Valters, 4 gadi** – vienīgais bērns ģimenē, vecāki dzīvo kopā, vecumposmam atbilstoša attīstība, grūtības sagādā emocionālā jomā, kur zēnam ir grūti atšķirt fantāziju no realitātes, var stāstīt bērniem, ka ir redzējis kā no krūmiem viņam uzbrūk kāds fantāziju tēls, viņš to ir nogalinājis un mironi apglabājis, lai citi nezina ka tas ir bijis viņš. Viņa fantāzija spēlēm pievienojas arī citi bērni, kuri apgalvo līdzīgus stāstus, Valteram ir runas defekti runā neskaidri, neizrunā daudzas skaņas, jac tās vietām, līdz ar to sanāk pārpratumi, ka citi bērni viņu nesaprot. Kļūst agresīvs, kad kāds par viņu pasmejas, grūti paust dažādas emocijas, līdz ar to uzreiz sit, fiziski aizskar, baida atvēzējoties, bet neiesit, lamājas. Brīvajos laikos izvēlas

agresīva rakstura spēles, kur kopā ar draugiem tīšu prātu ņem nost rotaļlietas, provocējot citus bērnus uz agresīvu uzvedību, spļauj bērniem.

**Zemgus, 4 gadi** – vidējais bērns ģimenē, vecāki dzīvo kopā, bērnam fiziskā, kognitīvā, sociālā, emocionālā joma ir atbilstoši vecumposma īpatnībām, agresīva uzvedība rodas, kad zēns izvēlas spēles un tās viņš izvēlas agresīva rakstura sižeta spēles, klieudz, dodas uzbrukumos. Spēlējot varoņu spēles, viņš ir labais varonis, kurš visus ir nonāvējis un vienmēr viņam ir jāuzvar, kad nenotiek kā viņš vēlas, zēns sāk grūstīt vienaudžus, apvainot tos rupjos vārdos, tādā veidā provocējot citus bērnus uz agresīvu uzvedību.

**Grupas kopējais raksturojums.** Grupā ir četrpadsmit bērni, kuriem ir agresīvas uzvedības izpausmes, tādas kā kliegšana, sišana, kaušanās, citu bērnu un pieaugušo aizkaršana, rupju vārdu lietošana, draudēšana, žestikulēšana, citu bērnu apvainošana, rotaļlietu vai bērnudārza inventāra bojāšana u.c darbības. Bērni kuriem nav raksturīga agresija, mēģina izvairīties, ne īpaši vēlas iesaistīties rotaļās, rotaļājoties ievēro piesardzību. Jūtīgākie bērni bieži raud, žēlojas skolotājai par nodarījumiem, kurus pret viņiem ir vērsuši agresīvie bērni. Grupas vidē vērojams troksnis, kliegšana un strīdēšanās, kad pārsvarā veidojas starp bērniem, kuri rotaļājas agresīvi savā starpā, vai agresīvie bērni kaut ko ir nodarījuši citiem bērniem. Ja kāda bērnu grupa rotaļājas rotaļu aktivitāšu centrā ar izvēlētajām rotaļlietām un ierodas agresīvo bērnu pulciņš, pirmā bērnu grupa dodas projām un izvēlas citas darbības ārpus rotaļu aktivitāšu centra. Daži bērni sāk rotaļas grupas stūros, taisot barikādes, lai agresīvie bērni pie viņiem nedodas. Daži bērni pārņem agresīvo bērnu uzvedību, atkārto visu ko uzsācis cits bērns, met lego klučus, kādam bērnam virsū, kurš ir noslēgts sevī un nav iejuties grupas vidē, atņem nost rotaļlietas, jo viņiem tieši to vajadzēja, dažas agresīvas uzvedības interpretē to rotaļās, demonstrējot pret citiem bērniem agresīvu uzvedību.

Šādos gadījumos pedagogs ar savu pieredzi, spējām un zināšanām palīdz bērnam apgūt atbilstošas alternatīvas prasmes, lai aizstātu negatīvo, agresīvo uzvedību, kas izpaužas bērna atbildēs uz situācijām un cilvēkiem ap viņu. Viens no noteikumiem, kā tikt galā ar nepatīkamām emocijām – ir saprast, kas ar viņu notiek un māca kontrolēt savu stāvokli. Tam ir dažādi vingrinājumi, kurus darba autore pildīja kopā ar bērniem, kuriem tika novērota agresīva uzvedība, bet netika liegta iespēja vingrinājumus pildīt arī bērniem bez agresīvas uzvedības izpausmēm. Tika atrasti paņēmieni bērnu agresīvas uzvedības novēršanai vidējā pirmsskolas vecumā. Lai praktiski pētītu vai darbā izvirzītā hipotēze apstiprinās un ir sekmīga, darba autore veica pedagoģisko izmēģinājuma darbību.

Tika noskaidroti agresijas rašanās iemesli veicot sarunas ar agresīvu bērnu un darba autore pielietoja agresijas novēršanas metodes un mācīja alternatīvas prasmes, kuras bērns pats var izmantot, lai aizstātu negatīvo, agresīvo uzvedību (sk. 3.tabulu):

3.tabula. Agresijas novēršanas metodes.

Agresijas novēršanas metodes	Veicamās darbības
<b>Runāšana, ieklausīšanās</b>	<p>Darba autore izmantoja sarunas metodes ar agresīvi noskaņotiem bērniem. Darba autore sāka ar aizliegumu, ka nedrīkst sist vai darīt kādu citu agresīva rakstura uzvedību, ieteica ja dusmojas, tad jāiet projām un jādara kāda cita neagresīva darbība, paskaidroja, ja sit vai dara kaut kādu citu agresīvu darbību, tad sāj. Ja šī saruna nebija produktīva un bērns tāpat uzvedās agresīvi darba autore izrunāja ar viņu, ka viņa rīcība ir nepieņemama un kādu rīcību no viņa sagaida. Sarunas notika uzreiz pēc agresīvām uzvedībām un iespēju robežās vienatnē ar bērnu. Sarunu laikā darba autore noskaidroja, kas notika, kāpēc bērns tā ir rīkojies, kā viņš ir juties, kā jutās citi, vai tas ir tas ko viņš ir vēlējis panākt, ko nākmreiz viņš darītu savādāk.</p>
<b>Elpošanas vingrinājumi</b>	<p>Darba autore mācīja alternatīvas prasmes lai novizītu uzmanību no agresīvām uzvedības izpausmēm, darba autore kopā ar bērniem veica dažādus elpošanas vingrinājumus, gan rokas ceļot uz augšu, gan apguļoties uz paklāja, gan vienkārši kādu laiku dziļi un vienmērīgi elpojot, jo pareiza un ritmiska elpošana dod iespēju ķermenim sakārtot iekšējos procesus, koncentrēties uz noteiktu darbību, kas palīdz vieglāk ieraudzīt mērķi un izvairīties no agresijas. Elpošanas vingrinājumus var veikt gan katru dienu noteiktos laikos un vietās, noteiktās pozās (sēdus, guļus, stāvus) gan arī kā pašpalīdzības metodi situācijās, kad jūt pieaugam iekšējo spriedzi un diskomfortu.</p> <p>Darba autore izmantoja dažādas ar elpošanu saistītas rotaļas, kā, piemēram, Balona pūšana<sup>18</sup>. Skolotājs aicina bērnus sastāties plecu pie pleca nelielā aplī. Runājot vārdus Pūšam, pūšam balonu, bērni lēni izpleš rokas un kāpjjas atpakaļ, it kā piepūšot balonu, cik lielu vien iespējams. Ja emociju ir pār pārēm, balons pārsprāgst. Ejot uz centru, var izlaist no balona gaisu – atbrīvoties no emocijām.</p>

<sup>18</sup> <https://mape.skola2030.lv/resources/100>

<b>Zīmēšana</b>	Šo alternatīvo prasmī darba autore izmantoja afekta pastiprināšanas sākumā darba autore piedāvāja bērnam izpaust savas iekšējās emocijas, pašsajūtu uz papīra, kad zīmējums top, jo zīmēšana palīdz izpaust iekšējās emocijas un domas un nonākt pie kāda rezultāta. Īpaši ieteicams bērniem, kuriem ir grūti formulēt savas izjūtas vai vajadzības, bet vieglāk to būt darīt ar dažādu simbolu palīdzību, vai pamazām nokļūt līdz emociju, domu formulējumam. Šo metodi bērns var izmantot arī tajos brīžos, kad izjūt pieaugam iekšējo diskomfortu, lai izpaustu emocijas, kuras var provocēt agresīvu uzvedību, kā arī sakārtot domas.
<b>Iespēja izkustēties</b>	Šo metodi darba autors piedāvāja emociju intensitātes pieaugumam bērniem īpašas kustības un darbības, kā piemēram, rotaļas Raķete. Skolotājs aicina izmēģināt, kā savaldīt emocijas. Bērni nosēžas zemē. Rokas atbalsta aiz muguras un ar kājām klauvē pa grīdu – sākumā klusi, tad arvien skaļāk, līdz vairs nav spēka skaļāk klauvēt – raķeti palaiž kosmosā. Lai valdītu pār emocijām un nomierinātos, veic pretēju darbību – no skaļākas uz klusāku. Sienas stumšana Bērns atbalstās ar rokām, plecu vai muguru pret sienu un stumj, cik spēka, it kā to vajadzētu par katru cenu noturēt. Krēsla celšana – bērns sēž uz krēsla, ar rokām turas pie tā un cenšas pacelt krēslu uz augšu. Vingrinājums labi palīdz atbrīvoties no dusmām vai agresijas <sup>19</sup> . Līdz ar to arī šo metodi var izmantot ikdienā, lai izpaustu savu enerģiju, vadītu emocijas, plānotu savādāku ikdienu un ir noteikts paredzēts laiks ikdienā, kad varēs izpaust savas emocijas, gan arī brīžos, kad izjūt spriedzi, ja var nedaudz izkustēties.

Pedagoģiskās izmēģinājuma darbības mērķis tika veidots tā, lai atrastu un īstenotu atbilstošu darba organizācijas formu, kas palīdzētu bērnam socializēties un attīstītu viņa saskarsmes prasmes, kā arī izvērtētu vai agresīvas uzvedības novēršanas uzlabojumi sasniedz gaidītos rezultātus. Praktiskais izmēģinājuma darbs ļauj pārbaudīt pedagoģiskās rekomendācijas vispārīgā veidā un dot tām summāru novērtējumu.

---

<sup>19</sup> <https://mape.skola2030.lv/resources/100>

#### 4.4. Pētījuma rezultātu analīze un interpretācija

Agresivitātes novēršana sekmēsies un uzvedības maiņa būs redzama, tad ja nevēlamās uzvedības modeļus ierobežos, kavēs, apgrūtinās un vēlamās uzvedības modeļus veidos, pilnveidos un stiprinās.

Individuālais darbs pirmsskolā agresivitātes mazināšanai ir process, kuru pedagogs izmanto reaģējot uz bērna nespēju darīt kaut ko, kas bērnam būtu vai nebūtu jādara, vai labot bērna uzvedību, arī agresivitāti.

**Kā agresīvas uzvedības rašanās iemeslus, to novēršanas metodes un atbilstošu alternatīvo prasmju apgūšanu darba autore izmantoja:**

**Runāšanu, ieklausīšanos.** Darba autore šo metodi izmantoja visos agresijas veidos. Centās kopā ar bērnu izprast agresijas rašanās iemeslus, kopā izprast radušās emocijas, izteikt airādījumus un ieteikumus par uzvedības maiņu. Agresīviem bērniem, problemāmsituāciju izskaidroja, iespējamās negatīvās sekas paskaidroja un aprakstīja vēlamo pozitīvo uzvedību, pozitīvo uzvedību apbalvoja ar uzslavām. Bieži tika atklāts, ka agresija radusies mājās, nav ļauts ņemt kādu rotaļlietu uz bērnudārzu, māsa vai brālis ir palicis mājas apslimis un viņš ir devies uz bērnudārzu. Kā arī agresīva uzvedība bija spēles daļa, kur kāds attēlo policistu, vai „bandītu” un nav sapratuši, ka nodara otram sāpīgi. Sarunas laikā nonāca pie bērnu uzvedības analīzes vai viņš tā to ir vēlējis, lai sanāc ka otram sāp, ko darītu savādāk. Šī metode veiksmīgi strādāja ar tiem bērniem, kuriem attīstības jomas ir atbilstošas vecumposmam, viņi spēja rast sev dažādas aktivitātes, kuras mazina viņos un apkārtējos agresīvas uzvedības izpausmes. Pētījuma noslēguma beigās bija arī bērni, kuri paši veica sarunas ar agresīviem bērniem un bērniem, kuri tika fiziski vai verbāli aizskarti.

**Elpošanas vingrinājumi.** Darba autore elpošanas vingrinājumus kopā ar visas grupas bērniem izmantoja katru dienu noteiktos laikos, pirms brokastīm, pirms aktivitāšu centru apmeklējumiem, pirms brīvo laiku pavadīšanas, arī uzsākot rotaļas bērnudārza laukumā, to izmantoja kā rituālu uzsākot kādu darbību. Elpošanas vingrinājumi deva labus rezultātus, bērniem kuri ļoti ātri kļuva agresīvi, kuri impulsīvi reaģēja uz kādu bērnu provocētu darbību, kuriem bija izteikta draudoša agresija atvēzējas bet nesit, baida citus bērnus. Bērniem deva iespēju ķermenim sakārtot iekšējos procesus, koncentrēties uz noteiktu darbību, kas palīdz vieglāk ieraudzīt mērķi un izvairīties no agresijas. Gan arī kā pašpalīdzības metodi situācijās, kad jūt pieaugam iekšējo spriedzi un diskomfortu.

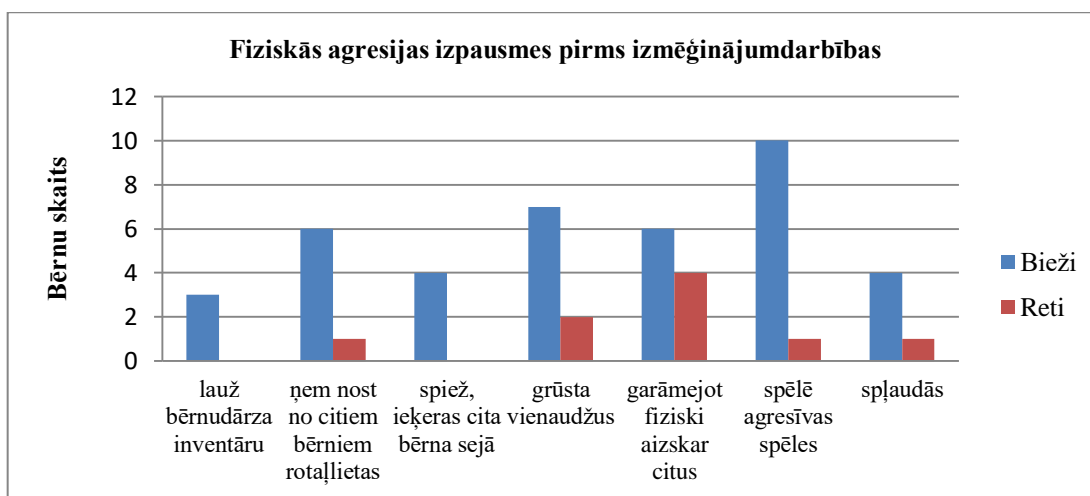
**Zīmēšana.** Šī metode veiksmīgi tika īstenota ar tiem bērniem, kuri rotaļās izmanto agresīvus elementus, lai mazinātu agresīvas rotaļas darbības darba autore piedāvāja bērniem zīmēt šīs rotaļas sižetus, veidojot atsevišķu mapīti ar bērnu zīmējumiem. Zīmēšana palīdzēja

izpaust iekšējās emocijas un domas, emocionālo attieksmi, pašsajūtu brīdī, kad zīmējums tapa. Mazinājās arī agresīvas rotaļas grupas vidē. Zīmējumos bērns atdarnāja sev būtisko, savas attiecības ar apkārtējo pasauli, arī kādu daļu no ģimenes mikroklimata.

**Fiziskās aktivitātes, iespēja izkustēties.** Tā kā kustība, ir neatņemam sastāvdaļa no bērna ikdienas, darba autore fiziskās aktivitātes piedāvāja pilnīgi visiem bērniem, darba autore piedāva trīs dažādus vingrinājumus agresivitātes un emociju vadīšanai, rotaļā „raķete” bērni, ar paaugstinātu agresivitātes līmeni kļuva vēl agresīvāki, bija grūti viņus apvaldīt, bērniem bez agresīvām izpausmēm šī rotaļa bija kā pozitīvu emociju radīšanas apstākļi. Rotaļā „krēsla celšana” bērni ieguva dažādas pozitīvas emocijas, rotaļu spēlēja arī bez darba autores mudinājumiem. Toties rotaļa „Sienas stumšana” bija ļoti veiksmīga tiem bērniem, kuriem ir paaugstināts agresivitātes līmenis, kad darba autore lūdza, lai bērni palīdz pastumt grupas vai rotaļu laukumā esošo estrādes sienu, bērni ilgu laiku pavadīja pie sienas un stūma to, bija brīži, kad zēni kuri ir agresīvi lielāko dienas daļu pavadīja pie sienas stumšanas vairāk kā 7 minūtes, pēc šīs fiziskās aktivitātes zēni bija mierīgi un rotaļājās pieņemamā veidā kopā ar citiem bērniem, iesaistījās rotaļās un neizrādīja agresivitāti. Darba autore, izmantojot šo metodi, novēroja, ka bērniem ar augstu agresivitātes līmeni svarīgi aktīvi darboties, izpaust savas emocijas, tādējādi ļaujot atgūt paškontroli.

Darba autore novēroja un veica datu analīzi pirms un pēc izmēģinājumdarbības, cik bieži un kuri bērni ir agresīvi, ņemot vērā katru agresijas izpausmes veidu un novērojot katru bērnu (sk. 4.pielikumu).

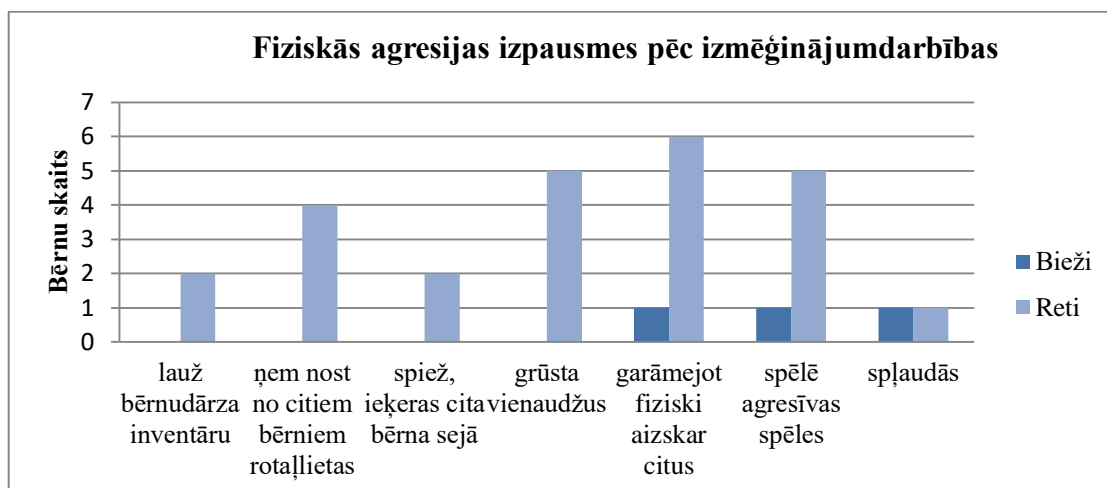
Fiziskās agresijas izpausmes pirms izmēģinājumdarbības augstākie rezultāti bija agresīvo spēļu spēlēšanai, tie bija 10 bērni, no kā izrietēja citas fiziskās darbības, kuras tika vērstas pret citiem bērniem (sk. 10.attēlu).



**10.attēls. Fiziskās agresijas izpausmes pirms izmēģinājumdarbības.**

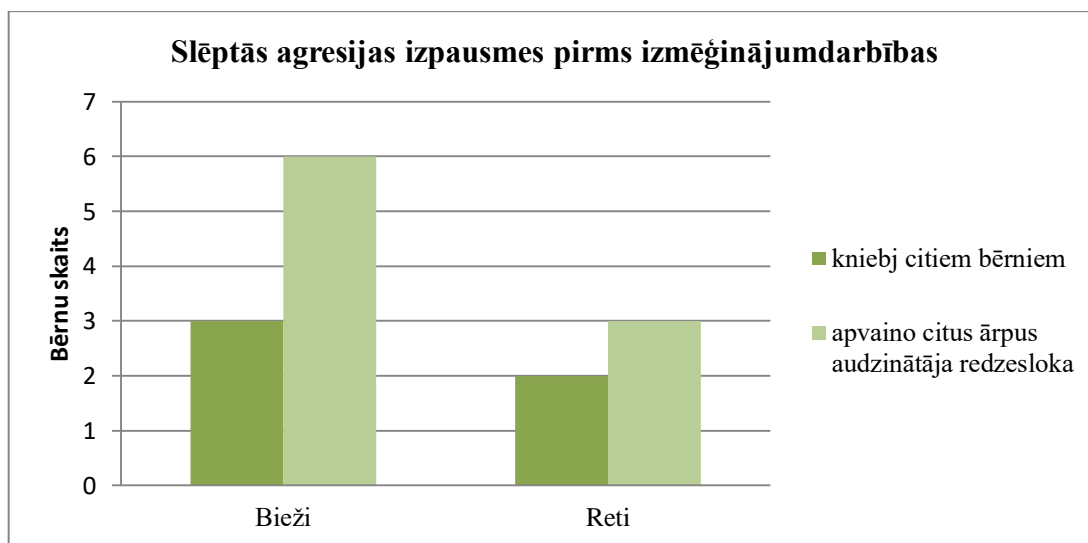
Pēc izmēģinājumdarbības fiziskās agresijas izpausmes samazinājās, vairs nebija novērotas biežas vienaudžu grūstīšanas, bērni, kas bieži lauza bērnudārza inventāru, to sāka

darīt reti, vai vispār vairs nedarīja, agresīvo spēļu spēlēšana samazinājās, spļaudīšanās samazinājās par trīs bērniem (sk. 11.attēlu).



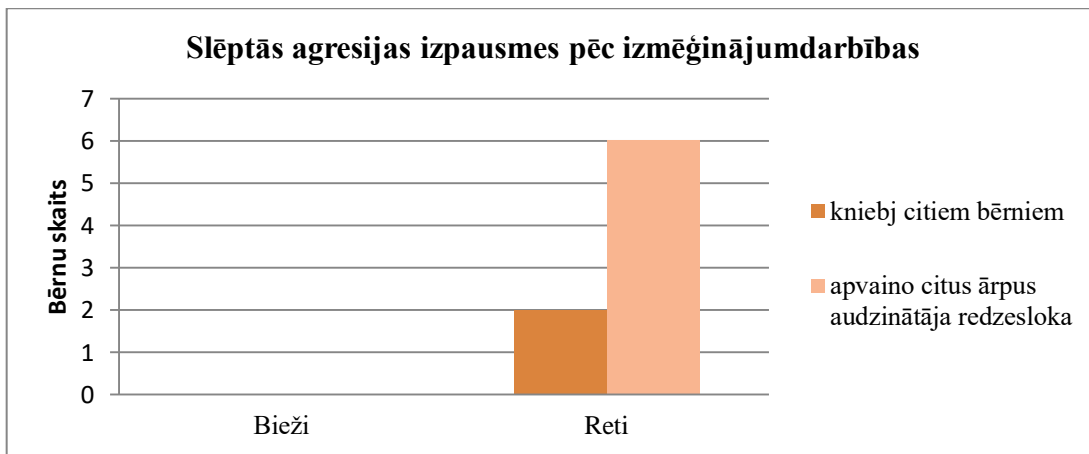
**11.attēls. Fiziskā agresija pēc izmēģinājumdarbības.**

Slēptās agresijas izpausmes pirms izmēģinājuma darbības bija novērota 10 bērniem, pieci bērni, kuri knieba citiem bērniem un deviņi bērni, kuri apvainoja citus bērnus ārpus skolotājas redzesloka (sk. 12 attēlu)



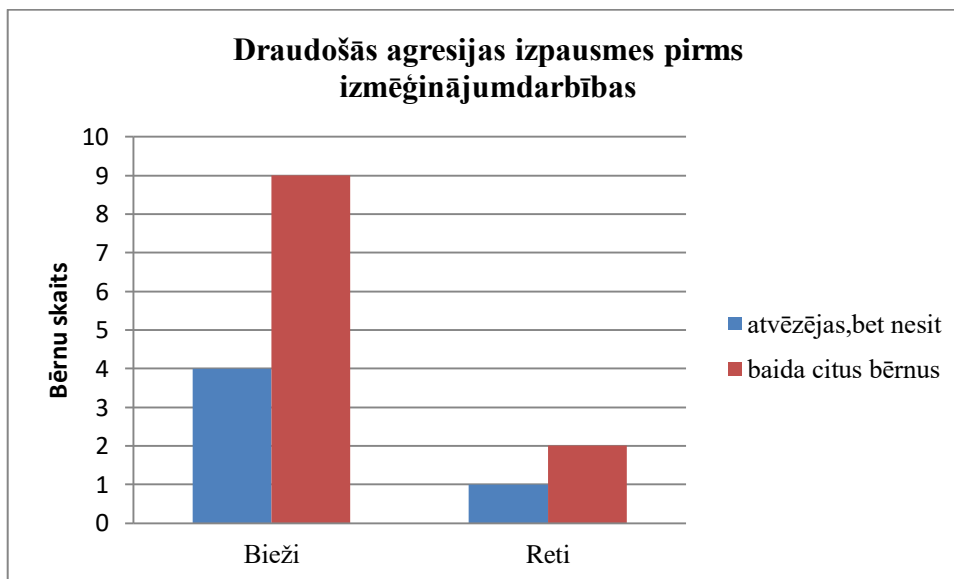
**12.attēls. Slēptās agresijas izpausmes pirms izmēģinājumdarbības.**

Slēptā agresija pēc izmēģinājumdarbības samazinājās, trīs bērniem izzuda slēptās agresivitātes izpausmes, divi bērni izrādīja retas fiziskas darbības pret bērniem kniebšanu, sešiem bērniem bija vērojams, ka apvaino citus bērnus (sk. 13.attēlu).



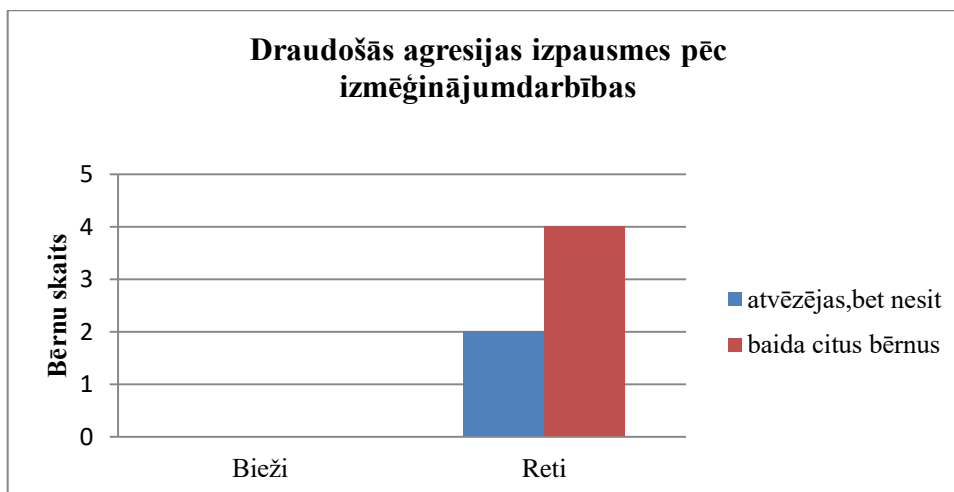
**13.attēls. Slēptās agresijas izpausmes pēc izmēģinājumdarbības.**

Novērojot pētījuma sākumā draudošās agresijas izpausmes bērnos, tika novērots, ka pieci bērni draud atvēzējoties, bet nesit, turklāt vienpadsmit bērni bija tādi kuri baidīja citus bērnus ar dažādiem stāstiem, draudiem (sk. 14.attēlu).



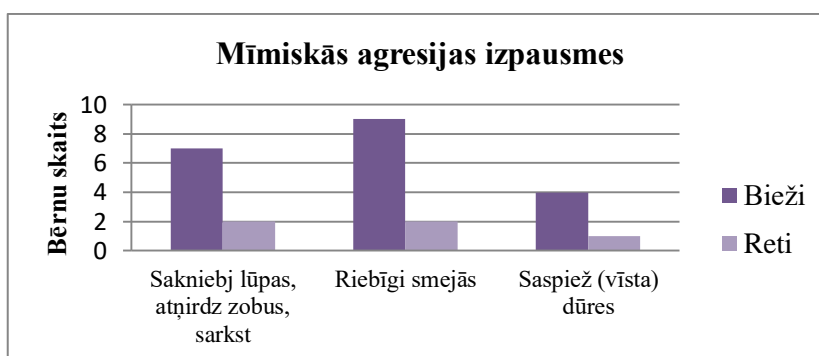
**14.attēls. Draudošās agresijas izpausmes pirms izmēģinājumdarbības.**

Pēc izmēģinājumdarbības darbau autore novēroja ka draudošā agresija samazinās un tika novērotas reti draudi, citu bērnu biedēšana (sk.15.attēlu).



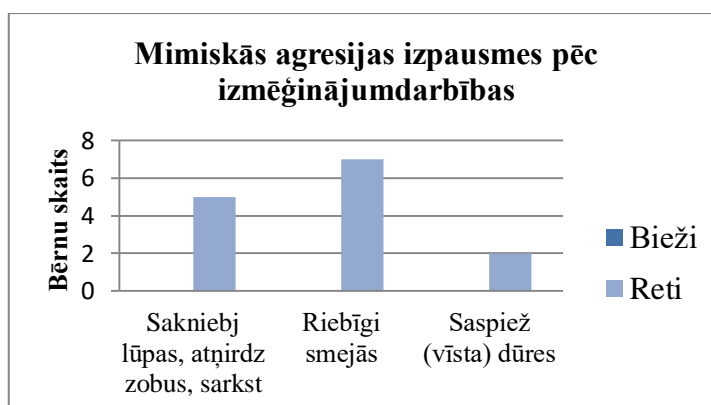
**15.attēls. Draudošās agresijas izpausmes pēc izmēģinājumdarbības.**

Mīmiskās agresijas izpausmes pirms izmēģinājumdarbības tika vērotas četrpadsmit bērniem, visvairāk bija vērojama bērnu riebīga smiešanās par citiem, par viņu neveiksmēm, retāk bija vērojama dūru saspiešana (sk.16.attēlu).



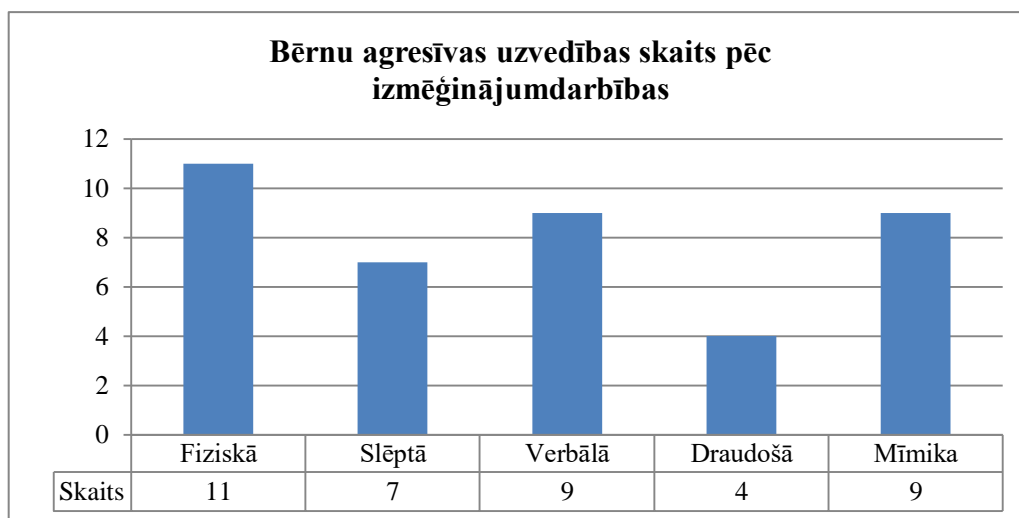
**16.attēls. Mīmiskās agresijas izpausmes pirms izmēģinājumdarbības.**

Pētījuma izmēģinājumdarbībā mīmiskā agresija samazinājās, tika vērotas retas riebīgas smiešanās par citiem bērniem, samazinājās bērnu sarkšana dusmās (sk. 17.attēlu).



**17.attēls. Mīmiskās agresijas izpausmes pēc izmēģinājumdarbības.**

Pēc pētījuma var secināt ka izvēlētās metodes agresīvas uzvedības novēršanai bija veiksmīgas. Fiziskā, slēptā agresivitāte nebija vērojamas 3 bērniem, verbālā agresija samazinājās trīs bērnos, draudošās agresijas izpausmes samazinājās septiņos bērnos, mīmiskās izpausmes samazinājās piecos bērnos (sk. 18.attēlu).



**18.attēls. Bērni ar agresīvu uzvedību pēc izmēģinājumdarbības.**

Strādājot ar augstāk minētajām agresijas novēršanas metodēm, tika mazināta bērnu agresijas uzvedības izpausmes vidējā pirmsskolas vecuma grupā.

Ne vienmēr bija iespēja sarunas laikā noskaidrot, kas ir noticis ar bērnu, kā viņš jūtas. Diemžēl agresīvie bērni mēdza tikt galā ar savām problēmām paši gan pieņemamā, gan nepieņemamā veidā, tādā veidā, kas radīja negatīvas un kaitīgas sekas sev un citiem. Darba autore izmantoja paņēmienu negatīvo pārvērst pozitīvajā, kur bērns mācās teikt labus vārdus par sevi un citiem vai uzmundrinošus vārdus, piemēram, „Es esmu labs/labā!” „Es tikšu galā!”, „Man viss izdosies!”, „Es esmu mierīgs un koncentrējies!” utt.

Darba autore mācīja bērniem atbilstošas alternatīvas prasmes (vingrinājumi, novēršanas metodes), lai aizstātu negatīvo, agresīvo uzvedību, kas izpaužas bērnu atbildēs uz situācijām un cilvēkiem ap viņu. Svarīgi bērnu ir uzlavēt par atbilstošu uzvedību, atbalstoši reaģēt uz bērnu neveiksmēm vai koriģēt sliktu, nevēlamo uzvedību. Pedagoģa uzdevums ir apgūt spēju sarunāties, sadarboties ar bērnu veidā, kas nostiprina bērna pašcieņu, un mazina iespējamo trauksmes līmeni.

## Secinājumi

Saskaņā ar pētījuma mērķi, izpētīt bērna agresīvās uzvedības novēršanas iespējas vidējā pirmskolas vecumā, tika īstenoti izvirzītie uzdevumi, pētīta teorijas analīze par bērnu agresīvu uzvedību, veikta bērnu attīstības likumsakarības analīze vidējā pirmskolas vecumā un atrasti paņēmieni bērnu agresīvas uzvedības novēršanai vidējā pirmskolas vecumā, izmantojot teorētisko pētīšanas metodi pedagoģiskās un psiholoģiskās literatūras analīzi, izriet sekojoši secinājumi:

1. Par agresīvu uzvedību bieži vien uzskata to, ka bērns izrāda savu iniciatīvu. Parasti pieaugušie nosaka kādus uzvedības rāmjus, kurus pārkāpjot bērna uzvedība tiek traktēta kā agresīva.

2. Bērna uzvedība ir atkarīga no tā, kādu pieredzi, izpaužot savas agresīvās īpašības, bērns gūst vidē, kurā dzīvo, tāpēc bērna audzināšana nav improvizācija, bet pieaugušu, nobriedušu cilvēku attieksme pret bērnu. Jo vairāk vecāki cenšas ieaudzināt bailes no agresijas, vai to aizliedz un izslēdz, jo mazāk bērni jūtas pieņemti ar šīm savas personības sastāvdaļām.

3. Bērnām ir vajadzīga saskarsme ar cilvēkiem, īpaši emocionālais kontakts ar māti, vajadzīga informācijas uztvere, iespējas darboties. Tās ir pamatvajadzības, kuru apmierināšana nodrošina bērna normālu fizisko un psihisko attīstību.

4. Bērnām agresīva izpausme ir kādu dvēseles sāpju sekas. Pieaugušie par lietām un situācijām, kas viņus satrauc, var izstāstīt ar vārdiem. Savukārt bērns par savu trauksmi stāsta ar ķermeni. Tāpēc ir ļoti svarīgi, lai pieaugušie ievērotu bērna ķermeņa valodu un ieklausītos tajā.

5. Agresijas konstruktīvā puse – piemēram, spējas būt produktīvam un radošam, spēja norobežoties, lai attīstītu personīgo identitāti, - publiskās diskusijās netiek pieminēta. Ne jau agresijas pilnīga izkaušana var kalpot bērnam par perspektīvu, bet gan spēja konstruktīvo pusi nošķirt no postoši necilvēciskās.

6. Lai novērstu agresiju, akcentēt uzmanību uz rīcību nevis personību – ja dara pretēji, tad agresija var kļūt par noturīgu personības īpašību. Noturēt robežu starp personību un rīcību palīdz rīcības objektīvs un precīzs raksturojums.

7. Bērns attīstās, apmierinot vajadzības. Vajadzības ir nepieciešamība pēc tā, kas veicina indivīda dzīvību un personības attīstību. Vajadzību apmierināšana ir attīstības virzītājspēks.

8. Bērnu agresīvas uzvedības novēršana ir veiksmīga, jo pedagogs strādāja ar dažādām novēršanas metodēm, zīmēšana, runāšana, ieklausīšanās, elpošanas vingrinājumi, fiziskas aktivitātes, mācīja bērniem komunikācijas prasmes, lai aizstātu negatīvo, agresīvo uzvedību.

## Priekšlikumi

Balstoties uz pētījuma teorētiskajā un empīriskajā daļā gūtajām atziņām darba autore izvirza šādus priekšlikumus agresīvas uzvedības un tās novēršanas iespējas vidējā pirmsskolas vecumā:

1. Agresija bērnam ir kāds dvēseles sāpju klieziens, tāpēc skolotājam ir nepieciešamas sarunas ar bērniem, ieklausīšanās viņos, lai izprastu agresīvas uzvedības rašanās iemeslu, sarunās ar bērniem nereti atklājās pārdzīvojumi par mājām vai kādām situācijām bērnudārzā, skolotājam uz klausot šos bērnus vajag iedrošināt, lai bērni uzticās, lai zin ka skolotājam un vecākiem bērns rūp un ja kaut kas ir sanācis savādāk kā bērns ir gaidījis, tad skolotājam ir jā māca bērnam kā par kaut ko tādu runāt.
2. Mācīt bērnam prasmes kā atpazīt savas un citu emocijas, veicināt bērna empātijas pret sevi un citiem. Izmantot dažādus palīgmateriālus, grāmatas, bukletus, filmiņas, pašu radītas emocijas, lai bērns saprot kas ar viņu notiek un nebaidīties no emocijām tās izrādīt un pār tām runāt. Ikrītu izmantot emociju sienu, ko piedāvā jaunā kompetenču programma, kā palīgmateriālu, lai skolotāja zina kāds ir bērna emocionālais stāvoklis no rīta ieejot grupas vidē. Vēl var izmantot palīgmateriālus kā plakātus, kurus izlikt grupas vidē bērniem redzamā vietā (5.pielikums, 6. pielikums)
3. Turpināt ikdienas darbā kopā ar bērniem strādāt ar agresīvas uzvedības novēršanas metodēm. Veiksmīgākā bija rotaļa „Sienas stumšana” kura palīdzēja bērniem fiziski izskustēties un nomierināt savu iekšējo emocionālo stāvokli. Zīmēt agresīvo spēļu sižetus bērnos radīja vēlmi mazāk izspēlēt agresīvās rotaļas, tapa dažādi interesanti darbi, kuros bija redzama gan fantāzijas vide, gan ainas no mājas dzīves.
4. Izglītēt vecākus organizējot praktiskas nodarbības bērnu vecākiem par agresīvas uzvedības novēršanas paņēmieniem.

## Literatūras un avotu saraksts

1. Adlers, A. (1992). *Psihologija un dzīve*. Rīga: IdeA.
2. Albrehta, Dz. (1998). *Pētīšanas metodes pedagogijā*. Rīga: Mācību grāmata.
3. Baldunčiks, J. (red.). (1999). *Svešvārdu vārdnīca*. Rīga: Jumava
4. Beļickis, I., Blūma, D., Koķe, T., Markus, D., Skujiņa, V., Šalme, A. (2000). *Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca*. Rīga: Zvaigzne ABC.
5. Bula – Biteniece I., Jansone, R., Piech, K. (2013). *Bērns un sports pirmsskolā*. Rīga: RaKa.
6. Dzintere, D., Stangaine, I. (2007). *Rotaļa – bērnu dzīves prasmju sekmētāja*. Rīga: RaKa.
7. Freids, Z. (1997). *Psihoanalīzes nozīme un vēsture*. Lielvārde: Lielvārds.
8. Freids, Z. (2000). *Īgnums kultūrā*. Rīga: Zvaigzne ABC
9. Jungs, K. G. (1993). *Psiholoģiskie tipi*. Rīga: Zvaigzne ABC.
10. Ņikiforovs, O. (2007). *Psihologija pedagogam*. Rīga: Izglītības soļi.
11. Piažē, Ž. (2002). *Bērna intelektuālā attīstība*. Rīga: Pētergailis.
12. Plaude, A. (2009). *Bērns starp pieaugušajiem*. Rīga: Zvaigzne ABC.
13. Reņģe, V. (2000). *Psihologija. Personības psihologija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
14. Roge, J.Ū. (2008). *Bērniem nepieciešamas robežas*. Rīga: Jumava
15. Roge, J.Ū. (2010). *Vecāki nosaka robežas*. Rīga: Jumava
16. Strautmane, R. (2013). *Hiperaktīvi pirmsskolas vecuma bērni*. Rīga: RaKa.
17. Svence, G. (1999). *Attīstības psihologija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
18. *Svešvārdu vārdnīca* (2008). Rīga: Avots.
19. Šiļņeva, L. (red.). (2000). *Sociālā darba terminoloģijas vārdnīca*. Rīga: SDSPA „Attīstība”.
20. Šteinberga, A. (2013). *Pedagoģiskā psihologija*. Rīga: RaKa.
21. Vecgrāve, A. (2005). *Ceļvedis pieaugušajiem pa bērnības zemi*. Rīga: Zvaigzne ABC.
22. Zuili, R. (2018). *Kā izprast mūsu bērnu emocijas*. Rīga: Jumava.
23. Ruduša, V. (2012.) *Emocionālā vardarbība*. Rīga: RaKa.
24. Filliozat, I. (2016.) *Bērns grib mani nokaitināt*. Rīga: Jumava.
25. Arsenio, W. F. (Ed); Lemerise, E. A. (Ed). (2010). *Emotions, aggression, and morality in children: Bridging development and psychopathology*. US: American Psychological Association.
26. Baumeistar, R.F., Bushman, B.J. (2011). *Social psychology and human nature*. Canada: Nelson Education.
27. Daly, D.L. (2011). *Working with aggressive youth*. US: Boys Town Press.
28. Gary, E. (2014). *Are our kids really that angry?* Hamburg: Anchor Academic Publishing.

29. Harvey, P., Penzo, J. (2009). *Parenting a Child Who Has Intense Emotions*. New Harbinger.
30. Krahe B. (2013). *The social Psychology of aggression*. Canada: Psychology Press.
31. Parens, H. (2012). *Taming aggression in your child*. UK: Littlefield Publishing Group.
32. Sukhodolsky, D., Scahill, L. *Cognitive behavioral therapy for anger and aggression in children*. USA. Grilfor Press.
33. Siegel, D., J., Bryson, T., P. *The whole brain child*. US: Random House Inc.
34. Greene R. W. (2014). *The Explosive Child: A New Approach for Understanding and Parenting Easily Frustrated, Chronically Inflexible Children*. US: Harper Paperbacks.

# Pielikumi

## 1. PIELIKUMS Bērna vecumposma likumsakarību analīze

Fiziskā attīstība	Adrians	Alfrēds	Alise	Anna J.	Anna T.	Anrijs	Arno	Darja	Dārta	Dāvids	Deivids	Emīlija	Evans
lec uz 1 kājas	D	A	A	A	A	A	D	A	A	D	A	D	A
lec lieliem lēcieniem uz priekšu	D	A	A	A	A	A	D	A	A	A	A	D	A
rāpjas pa stieņiem	D	A	A	A	A	A	D	A	A	D	D	D	A
var nostāvēt uz 1 kājas vismaz 10 sek.	N	D	A	A	A	A	D	A	A	D	D	D	A
izpilda pieaugušā uzdotās kustību aktivitātes	A	D	A	A	A	A	N	A	A	D	D	A	A
pēc parauga uzzīmē trijstūri un citas ģeometriskas figūras	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
var uzzīmēt cilvēku	N	A	A	A	A	A	A	N	A	A	A	A	A
var uzrakstīt dažus drukātos burtus	D	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
spēj patstāvīgi apģērbties un noģērbties	D	A	A	A	A	A	D	A	A	A	A	A	A
spēj uzvērt krelles	D	A	A	A	A	D	D	A	A	D	A	D	A
<b>Kognitīvā attīstība</b>													
ir izpratne par ikdienišķām lietām (ēdiens, nauda, ierīce)	N	D	A	A	D	A	A	D	A	A	A	A	A
notur uzmanību, spēj koncentrēties ilgāk par 5 min.	D	A	A	A	A	D	D	A	A	N	D	A	A
spēj pateikt teikumu, kas sastāv vairāk par 5 vārdiem	N	D	A	A	D	D	A	D	A	D	A	N	A
lieto nākotnes formu	D	A	A	A	D	D	A	D	A	A	A	A	A
var pastāstīt par savu ģimeni	D	A	A	A	D	A	A	D	A	A	A	D	A
runā skaidri	A	A	A	A	D	D	A	D	A	A	D	D	A
saprot vienkāršus norādījumus	D	A	A	A	D	A	D	N	A	D	A	D	A
<b>Emocionālā, sociālā attīstība</b>													
grib draudzēties	A	A	A	A	A	D	D	A	A	A	D	A	A
spēj atšķirt realitāti no fantāzijas	D	A	A	A	A	N	D	A	A	A	D	A	A
rotalājoties izmanto fantāziju un iztēli	A	D	A	A	A	A	A	A	A	D	A	A	A
spēj paust dažādas emocijas	D	D	A	A	A	D	D	A	A	D	D	A	A
pārsvārā ir priecīgs un apmierināts	A	A	A	A	D	A	D	A	A	A	D	A	A
spēj šķirties no vecākiem	D	A	A	N	A	A	A	A	N	A	D	A	A

**1. PIELIKUMS Bērnu vecumposmu likumsakarību analīze (turpinājums)**

Fiziskā attīstība	Greta	Jurģis	Linarsds	Linda	Mārtiņš	Mila	Roberts	Una	Valters	Zemgus	Attīstīta	Daļēji attīstīta	Nav attīstīta
lec uz 1 kājas	A	A	A	A	A	A	A	D	A	A	18	5	0
lec lieliem lēcieniem uz priekšu	A	A	A	A	A	A	A	D	A	A	19	4	0
rāpjas pa stieņiem	A	A	A	A	A	A	A	N	A	A	17	5	1
var nostāvēt uz 1 kājas vismaz 10 sek.	A	A	A	A	A	D	A	D	D	A	14	8	1
izpilda pieaugušā uzdotās kustību aktivitātes	A	A	A	A	A	D	N	D	D	A	15	6	2
pēc parauga uzzīmē trijstūri un citas ģeometriskas figūras	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	23	0	0
var uzzīmēt cilvēku	A	A	A	A	A	A	A	N	A	A	20	0	3
var uzrakstīt dažus drukātos burtus	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	22	1	0
spēj patstāvīgi apģērbties un noģērbties	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	21	2	0
spēj uzvērt krelles	A	A	A	A	A	A	D	A	A	A	17	6	0
<b>Kognitīvā attīstība</b>											<b>186</b>	<b>37</b>	<b>7</b>
ir izpratne par ikdienišķām lietām (ēdiens, nauda, ierīce)	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	19	3	1
notur uzmanību, spēj koncentrēties ilgāk par 5 min.	A	A	A	A	A	D	D	D	D	A	13	8	2
spēj pateikt teikumu, kas sastāv vairāk par 5 vārdiem	A	A	A	A	A	D	A	A	A	A	15	6	2
lieto nākotnes formu	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	19	4	0
var pastāstīt par savu ģimeni	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	19	4	0
runā skaidri	A	A	A	A	A	D	A	A	D	A	16	7	0
saprot vienkāršus norādījumus	A	A	A	A	A	A	A	N	A	A	16	5	2
<b>Emocionālā, sociālā attīstība</b>											<b>117</b>	<b>37</b>	<b>7</b>
grib draudzēties	D	A	A	A	A	D	D	D	A	A	16	7	0
spēj atšķirt realitāti no fantāzijas	A	A	A	A	A	D	D	A	D	A	16	6	1
rotājoties izmanto fantāziju un iztēli	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	21	2	0
spēj paust dažādas emocijas	A	A	A	A	A	D	D	A	D	A	14	9	0
pārsvarā ir priecīgs un apmierināts	D	A	A	A	A	A	A	A	D	A	18	5	0
spēj šķirties no vecākiem	D	A	A	A	A	A	A	D	A	A	18	3	2

## 2. PIELIKUMS Mērķauditorijas raksturojums

Bērna vārds	Dzimšanas gads	Bērna vecums	Ģimenes stāvoklis	Bērna vieta ģimenē	Valoda, kurā bērns sazinās	Fiziskā attīstība	Kognitīvā attīstība	Emocionālā attīstība
Adriāns	2015.	4	abi vecāki	3 bērns no 5 bērniem	latviski	Daļēji	Daļēji	Daļēji
Alfrēds	2015.	4	šķirta	jaunākais, 2 bērnu ģimenē	latviski, krieviski	Attīstīta	Attīstīta	Daļēji
Alise	2015.	4	abi vecāki	jaunākā, 2 bērnu ģimenē	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Attīstīta
Anna J.	2015.	4	šķirta	jaunākā, 2 bērnu ģimenē	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Attīstīta
Anna T.	2014.	5	abi vecāki	vecākā, 2 bērnu ģimenē	latviski, krieviski	Attīstīta	Daļēji	Attīstīta
Anrijs	2014.	5	abi vecāki	vecākais, 3 bērnu ģimenē	latviski	Attīstīta	Daļēji	Daļēji
Arno	2015.	4	abi vecāki	vienīgais bērns	latviski	Daļēji	Attīstīta	Daļēji
Darja	2015.	4	abi vecāki	jaunākā, 2 bērnu ģimenē	latviski, krieviski	Attīstīta	Daļēji	Attīstīta
Dārta	2014.	5	abi vecāki	jaunākā, 2 bērnu ģimenē	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Attīstīta
Dāvids	2015.	4	abi vecāki	jaunākā, 2 bērnu ģimenē	latviski	Daļēji	Attīstīta	Attīstīta
Deivids	2015.	4	šķirta	vienīgais bērns	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Daļēji
Emīlija	2015.	4	abi vecāki	vienīgais bērns	latviski	Daļēji	Daļēji	Attīstīta
Evans	2015.	4	abi vecāki	vienīgais bērns	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Attīstīta
Greta Marta	2014.	5	abi vecāki	vienīgais bērns	latviski, krieviski	Attīstīta	Attīstīta	Daļēji
Jurģis	2014.	5	abi vecāki	vecākais, 2 bērnu ģimenē	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Attīstīta
Linards	2014.	5	šķirta	jaunākais, 3 bērnu ģimenē	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Attīstīta
Linda	2014.	5	abi vecāki	jaunākais, 2 bērnu ģimenē	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Attīstīta
Mārtiņš	2015.	4	abi vecāki	jaunākā, 2 bērnu ģimenē	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Attīstīta
Mila	2014.	5	abi vecāki	vienīgais bērns	latviski	Attīstīta	Daļēji	Daļēji
Roberts L.	2015.	5	abi vecāki	jaunākais, 2 bērnu ģimenē	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Daļēji
Una	2015.	4	šķirta	jaunākais, 3 bērnu ģimenē	latviski, krieviski	Daļēji	Attīstīta	Attīstīta
Valters	2015.	4	abi vecāki	vienīgais bērns	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Daļēji
Zemgus	2015.	4	abi vecāki	vidējais, 3 bērnu ģimenē	latviski	Attīstīta	Attīstīta	Attīstīta

3. *PIELIKUMS Agresijas izpausmes bērnos novērojums*

<b>Agresijas izpausmes bērnos</b>	Adrians	Alfrēds	Alise	Anna J.	Anna T.	Anrijs	Arno	Darja	Dārta	Deivids	Emīlija	Evans
<b><i>Fiziskā</i></b>												
lauž bērnudārza inventāru	0	0	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0
ņem nost no citiem bērniem rotaļlietas	0	0	0	0	0	0	2	0	0	1	0	0
spiež, ieķeras cita bērna sejā	0	2	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0
grūsta vienaudžus	1	1	0	0	0	2	2	0	0	2	0	0
garāmejojot fiziski aizskar citus	1	1	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0
spēle agresīvas spēles	2	2	0	0	0	2	2	0	0	1	0	0
spļaudās	0	0	0	0	0	0	2	0	0	1	0	0
<b><i>Slēptā</i></b>											0	
kniebj citiem bērniem	1	2	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0
apvaino citus ārpus audzinātāja redzesloka	0	1	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0
<b><i>Verbālā</i></b>											0	
lamājas	0	0	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0
apvaino citus ar rupjiem, aizskarošiem vārdiem	0	0	0	0	0	1	2	0	0	2	0	0
provocē citus bērnus uz agrsīvu uzvedību	0	2	0	0	0	2	2	0	0	2	0	0
<b><i>Draudošā</i></b>											0	
atvēzējas, bet nesit	0	1	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0
baida citus bērnus	2	2	0	0	0	2	2	0	0	1	0	0
<b><i>Mīmika</i></b>											0	
Sakniebj lūpas, atņirdz zobus, sarkst	1	2	0	0	0	1	2	0	0	2	0	0
Riebīgi smejas	2	1	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0
Saspiež (vīsta) dūres	0	1	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0

### 3. PIELIKUMS Agresijas izpausmes bērnos novērojums (turpinājums)

Agresijas izpausmes bērnos	Greta	Jurģis	Linards	Linda	Mārtiņš	Mila	Roberts	Una	Valters	Zemgus
<b><i>Fiziskā</i></b>										
lauž bērnudārza inventāru	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0
ņem nost no citiem bērniem rotaļlietas	2	0	0	0	0	2	2	2	2	0
spiež, ieķeras cita bērna sejā	0	0	0	2	0	0	2	0	0	0
grūsta vienaudžus	0	0	0	0	0	2	2	2	2	0
garāmejojot fiziski aizskar citus	0	2	0	0	0	2	2	1	1	2
spēle agresīvas spēles	0	2	2	0	0	2	2	0	2	2
spļaudās	0	2	2	0	0	0	2	0	0	0
<b><i>Slēptā</i></b>										
kniebj citiem bērniem	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
apvaino citus ārpus audzinātāja redzesloka	2	0	0	2	0	2	1	2	1	0
<b><i>Verbālā</i></b>										
lamājas	0	0	0	0	0	2	2	0	2	0
apvaino citus ar rupjiem, aizskarošiem vārdiem	0	2	0	0	0	2	2	1	0	2
provocē citus bērnus uz agrsīvu uzvedību	0	2	2	0	0	2	2	2	2	2
<b><i>Draudošā</i></b>										
atvērējas, bet nesit	0	0	0	0	0	0	2	0	2	0
baida citus bērnus	2	0	0	2	0	2	2	1	2	0
<b><i>Mīmika</i></b>										
Sakniebj lūpas, atņirdz zobus, sarkst	0	0	0	0	0	2	2	0	2	2
Riebīgi smeļās	2	2	2	2	0	0	2	1	2	2
Saspiež (vīsta) dūres	0	0	0	0	0	0	2	0	2	2

**4. PIELIKUMS Agresijas izpausmes bērnos novērojums pēc izmēģinājumdarbības**

<b>Agresijas izpausmes bērnos</b>	Adrians	Alfrēds	Anrijs	Arno	Deivids	Greta	Jurgis	Linards	Linda	Mila	Roberts	Una	Valters	Zemgus
<b><i>Fiziskā</i></b>														
lauž bērnudārza inventāru	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ņem nost no citiem bērniem rotaļlietas	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0
spiež, ieķeras cita bērna sejā	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
grūsta vienaudžus	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0
garāmejojot fiziski aizskar citus	1	0	0	2	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1
spēle agresīvas spēles	2	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0
spļaudās	0	0	0	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
<b><i>Slēptā</i></b>														
kniebj citiem bērniem	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
apvaino citus ārpus audzinātāja redzesloka	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0
<b><i>Verbālā</i></b>														
lamājas	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0
apvaino citus ar rupjiem, aizskarošiem vārdiem	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1
provocē citus bērnus uz agresīvu uzvedību	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0
<b><i>Draudošā</i></b>														
atvērējas, bet nesit	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
baida citus bērnus	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b><i>Mīmika</i></b>														
Sakniebj lūpas, atņirdz zobus, sarkst	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0
Riebīgi smeļās	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1
Saspiež (vīsta) dūres	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0

5. **PIELIKUMS** Kā pārvaldīt emocijas.

