



Traumas izpratnē balstīta aprūpe

pirmsskolas izglītības
iestādēs

Vineta Āboliņa, Centrs Dardedze

ECLIPS: bērnu aprūpes speciālistu attieksme, zināšanas un prasmes vardarbības pret bērnu atpazīšanā, ziņošanā un traumas izpratnē balstītā aprūpē, 2022.gada 6.decembrī



Atpazīsti?..

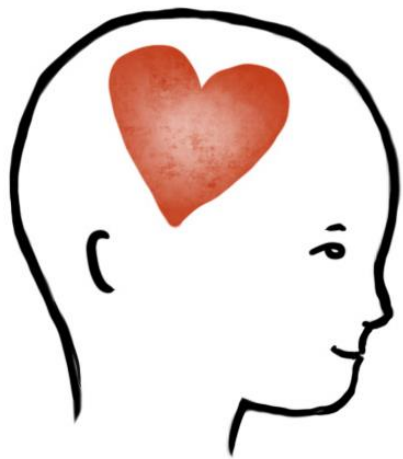
«Es lepojos, ka mans ikdienas darbs ir rūpēties par bērniem. Būt līdzās bērnam dažādās situācijās – tas sniedz man gandarījumu. Ja bērni ir laimīgi, es esmu laimīga. Ja viņiem ir grūti, arī man ir grūti. Reizēm es pamānu lietās, kas mani satrauc. Dažreiz bērna uzvedība šķiet kā sauciens pēc palīdzības. Ir reizes, kad jūtu, ka ņāv pareizi laut bērnam doties mājās kopā ar vecākiem. Šķiet, ka ir grūti visu izdarīt pareizi. Es bieži nezinu, ko tād īsti nozīmē “darīt pareizi”. Kad esmu mājās, mans satraukums turpinās - kā es varu tikt galā ar radušos situāciju? Kāds ir labākais risinājums bērnam? Sarunas ar kolēģiem un draugiem par to mazina manu stresu, taču būtu noderīgi izveidot sistēmu, lai es varētu pieņemt pamatotākus lēmumus.»



Vai ir kāda burvju nūjiņa?..



Ir svarīgi, vai...

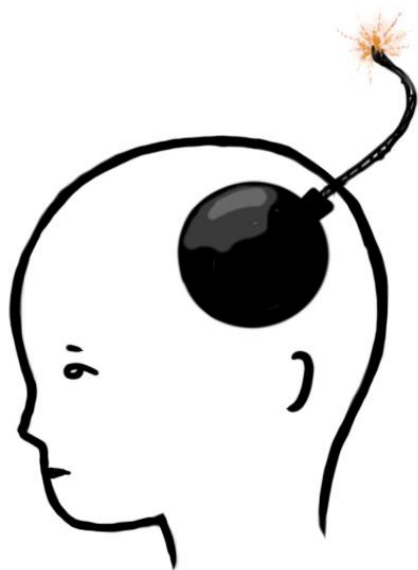


✓ mēs saprotam atšķirību starp labo, sliktu un neglīto stresu;

✓ mēs saprotam, kā stress ietekmē bērnu attīstību;

✓ mēs saprotam galvenos traumas izpratnē balstītos aprūpes principus;

✓ mēs varam pārvērst šos principus konkrētā darbībā pirmsskolas izglītības iestādēs.



Stress?!

«LABAIS»

- Īss stresa izraisītājs
- Viegls stresa izraisītājs
- Sociālā buferizācija
- ✓ **Padara mūs produktīvus un radošus**
- ✓ **Izved mūs no mūsu komforta zonas**
- ✓ **Ļauj mums augt**

«SLIKTAIS»

- Atkārtots/pastāvīgs stresa faktors
- No viegla līdz nopietnam stresa izraisītājam
- Sociālā buferizācija
- ✓ **Samazina produktivitāti**
- ✓ **Nav pastāvīgu izmaiņu**
- ✓ **Ļauj mums augt**

«RIEBĪGAIS»

- Atkārtots/pastāvīgs stresa faktors
- Nopietns stresa izraisītājs
- Nav sociālās buferizācijas
- ✓ **Kaitīga ietekme uz mūsu labklājību**
- ✓ **Pastāvīgas izmaiņas smadzenēs**

Bērnībā gūta nelabvēlīga pieredze

(par pētījumu)

UZVEDĪBA



Fizisko aktivitāšu trūkums



Smēķēšana



Alkoholisms



Vielu lietošana



Darba kavēšana

FIZISKĀ UN GARĪGĀ VESELĪBA



Smaga aptaukošanās



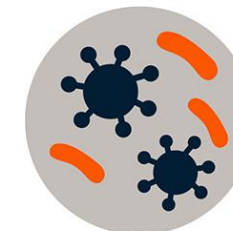
Diabēts



Depresija



Pašnāvības mēģinājumi



STS



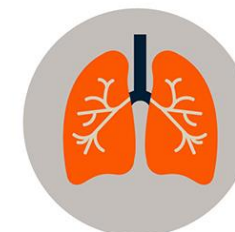
Sirds & asinsvadu sasklimšanas



Onkoloģija



Insults

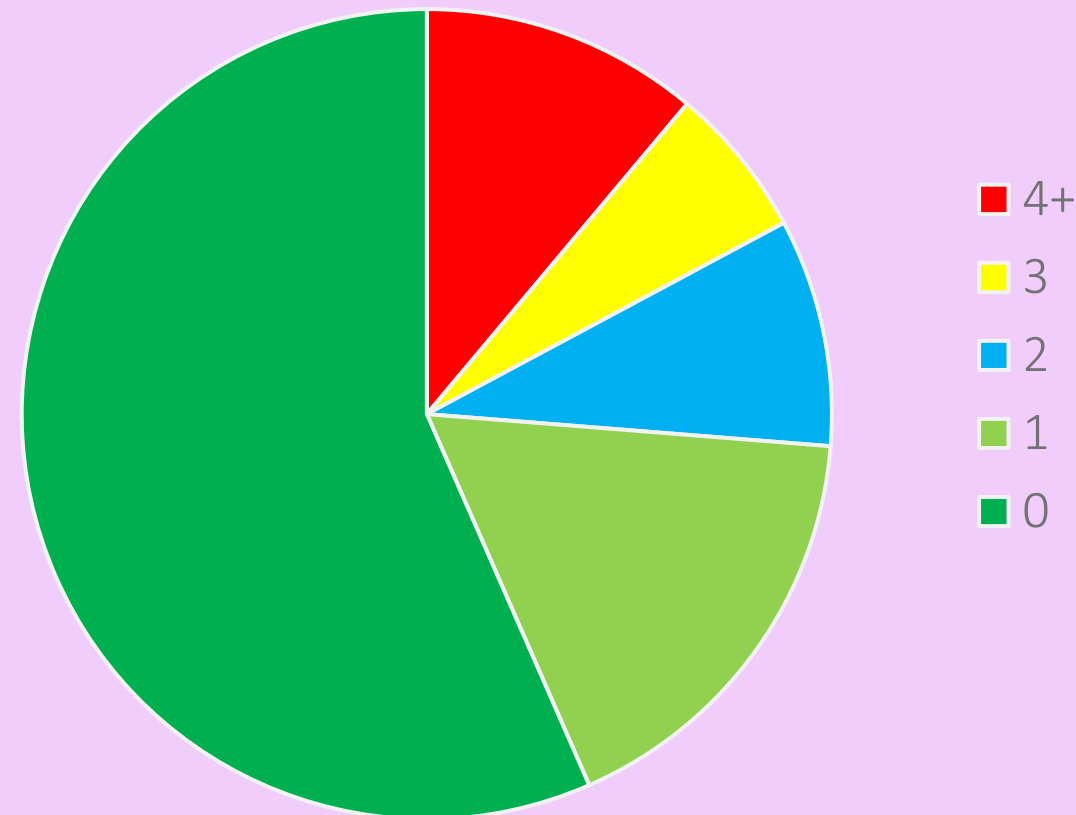
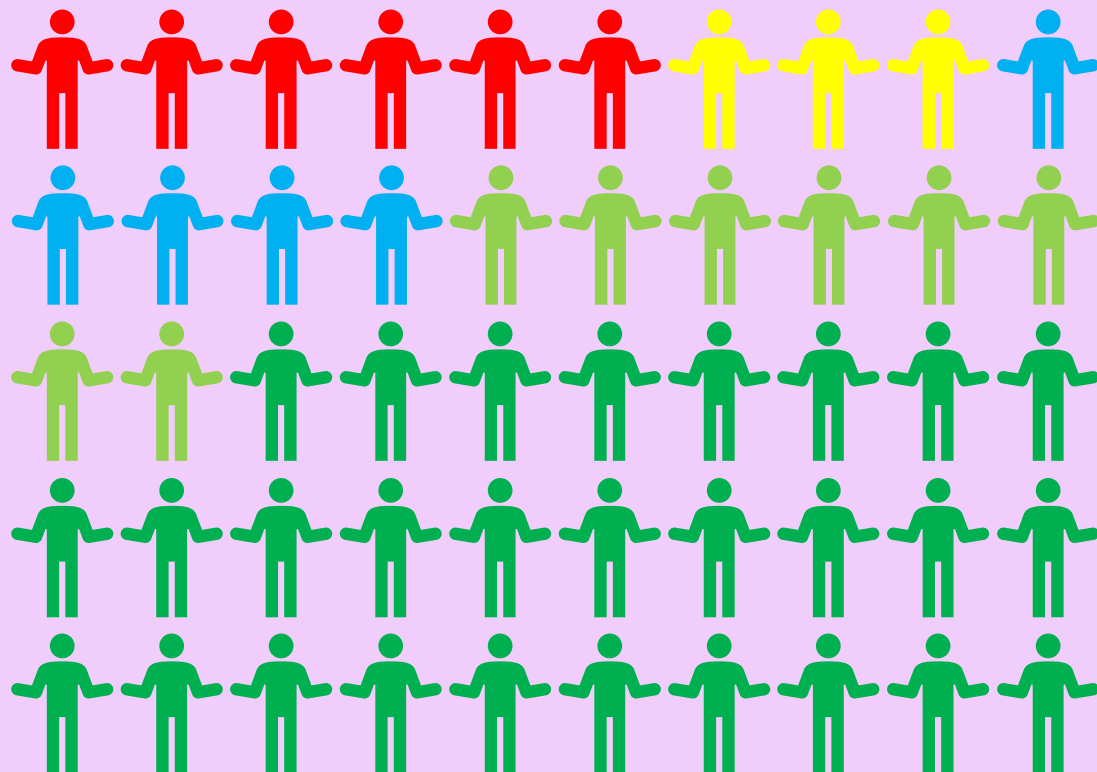


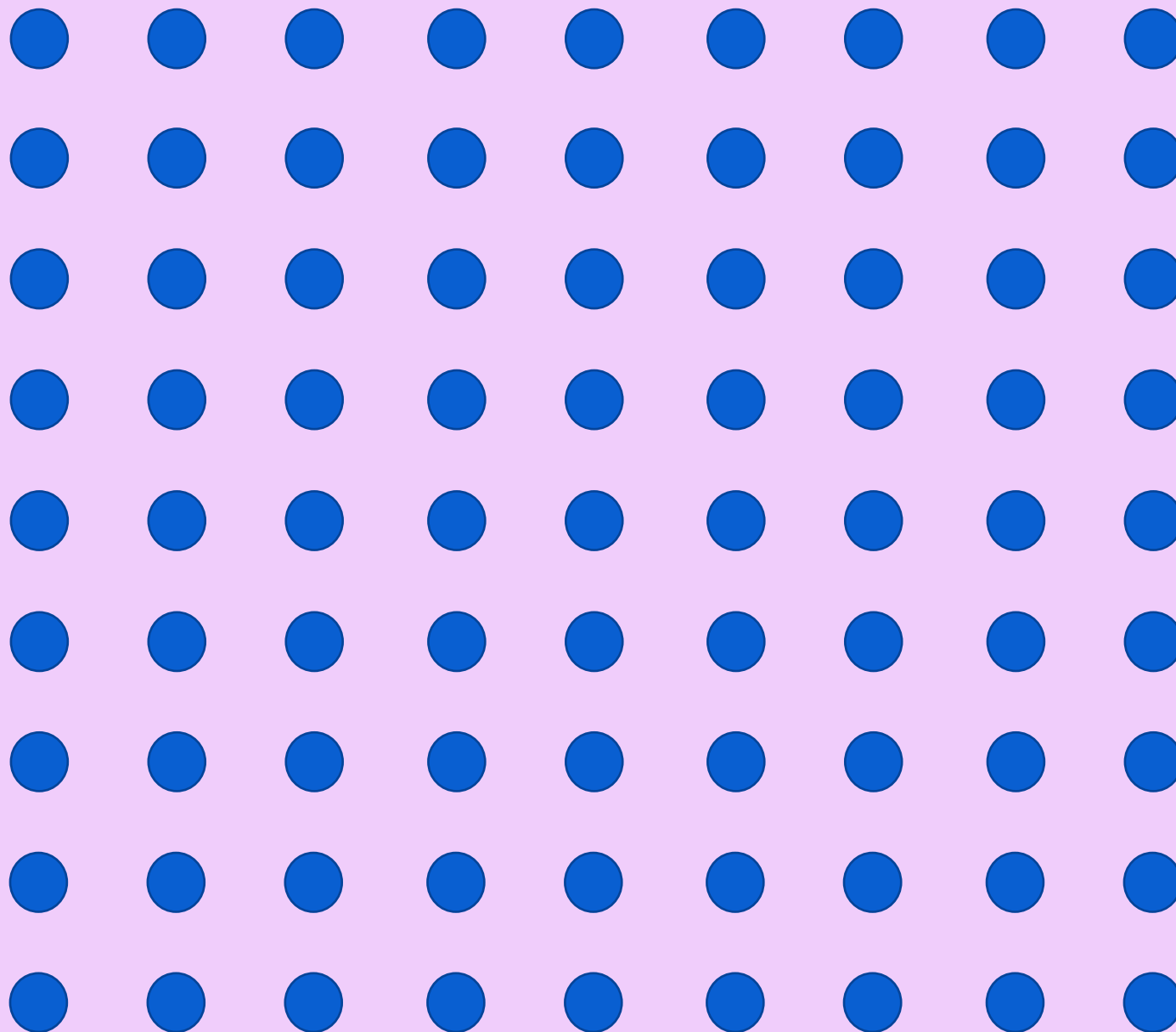
HOPS



Traumas

Bērnībā gūta nelabvēlīga pieredze (ACEs) pētījums





Pirmās 1000
dienas



Videi mums
apkārt

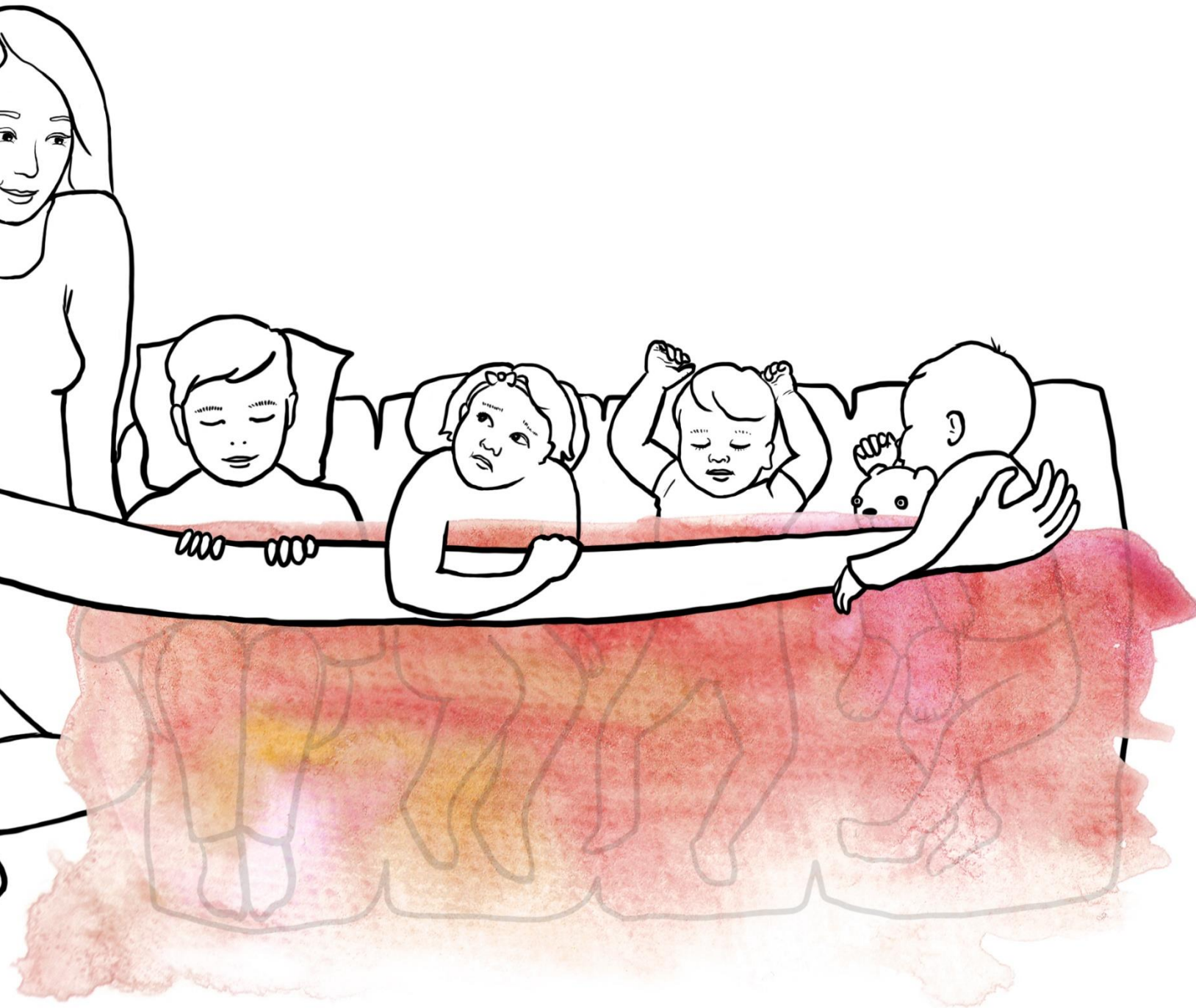
ir liela
ietekme uz
mūsu
turpmāko
dzīvi.





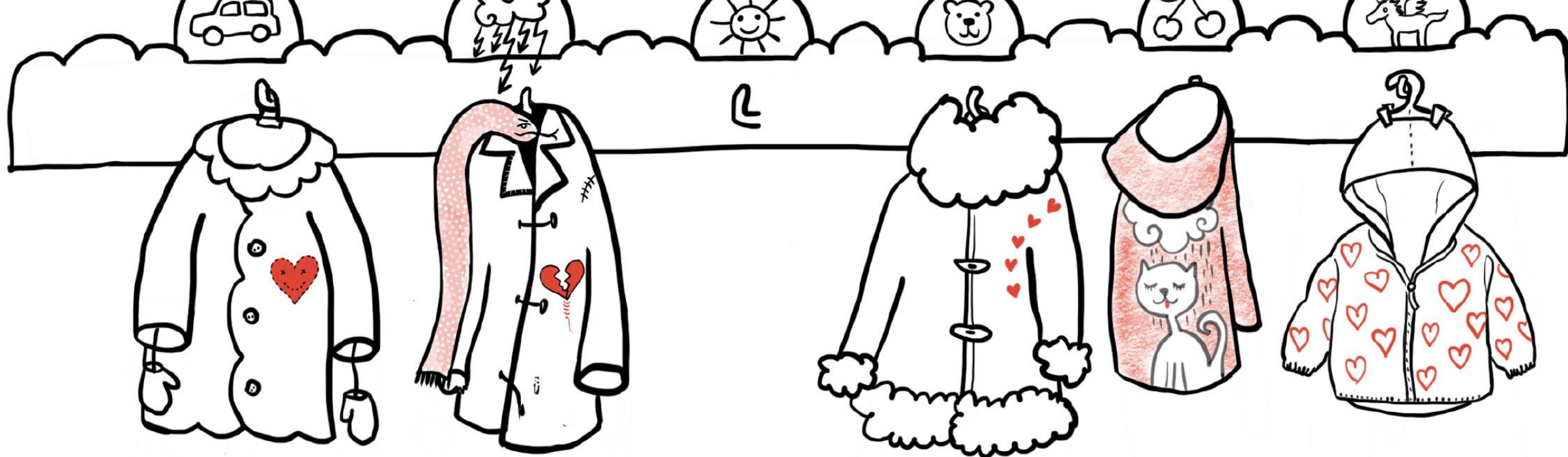
Videi mums
apkārt

ir liela
ietekme uz
mūsu
turpmāko
dzīvi.



Pozitīvas
attiecības ir
izšķiroši
nozīmīgas.

Jo īpaši –
pirmajās 1000
dienās.



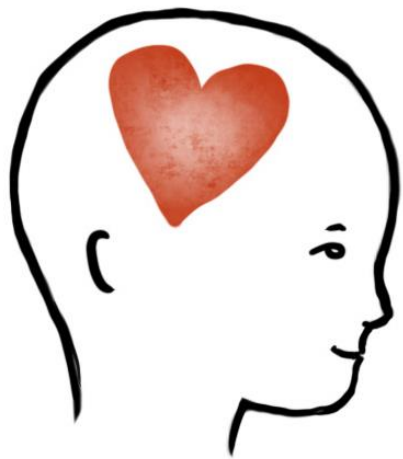
leguldītais pirmajā 1000 dzīves dienās
atmaksāsies visu atlikušo mūžu.



Gluži kā sūkļi, bērni uzņem sevī visu,
kas notiek viņiem apkārt.



Ir svarīgi, vai...

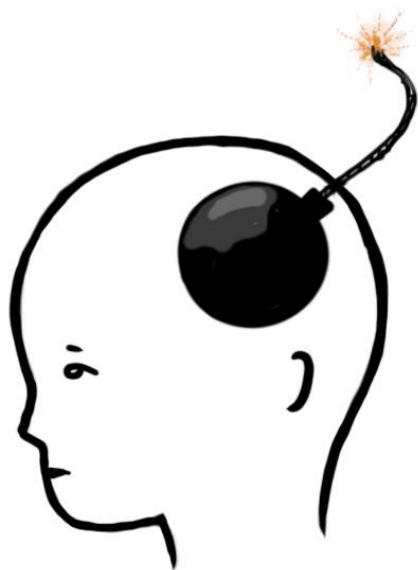


✓ mēs saprotam atšķirību starp labo, slikto un neglīto stresu;

✓ mēs saprotam, kā stress ietekmē bērnu attīstību;

✓ mēs saprotam galvenos traumas izpratnē balstītos aprūpes principus;

✓ mēs varam pārvērst šos principus konkrētā darbībā pirmsskolas izglītības iestādēs.





Kāda ir mana kā PII darbinieka loma bērna un viņa ģimenes dzīvē?

Ko man nozīmē traumas izpratnē balstīta aprūpe?

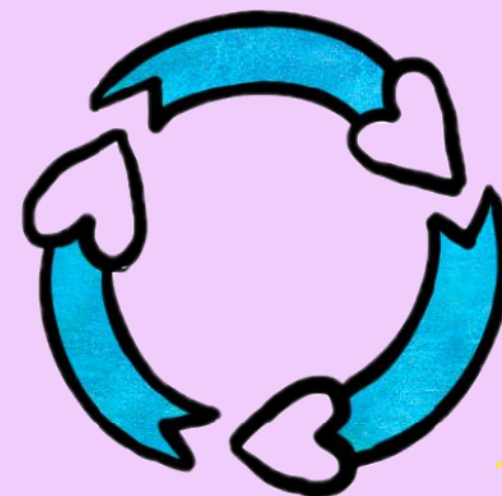
Vai es jau izmantoju traumas izpratnē balstītu aprūpi?

Traumas izpratnē balstītas aprūpes principi



Drošība

Paredzamība



Traumas izpratnē balstītas aprūpes principi

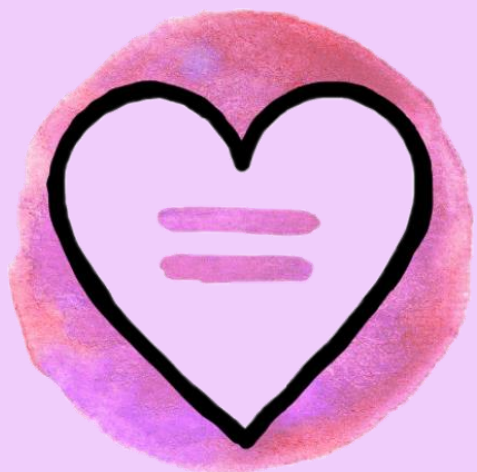


Atbalsts

Sadarbība



Traumas izpratnē balstītas aprūpes principi



Klātbūtne

Iekļaušana





Četras traumas izpratnē balstītas aprūpes pieejas, kuras varu pielietot jau šodien

1

Pazīsti sevi





2

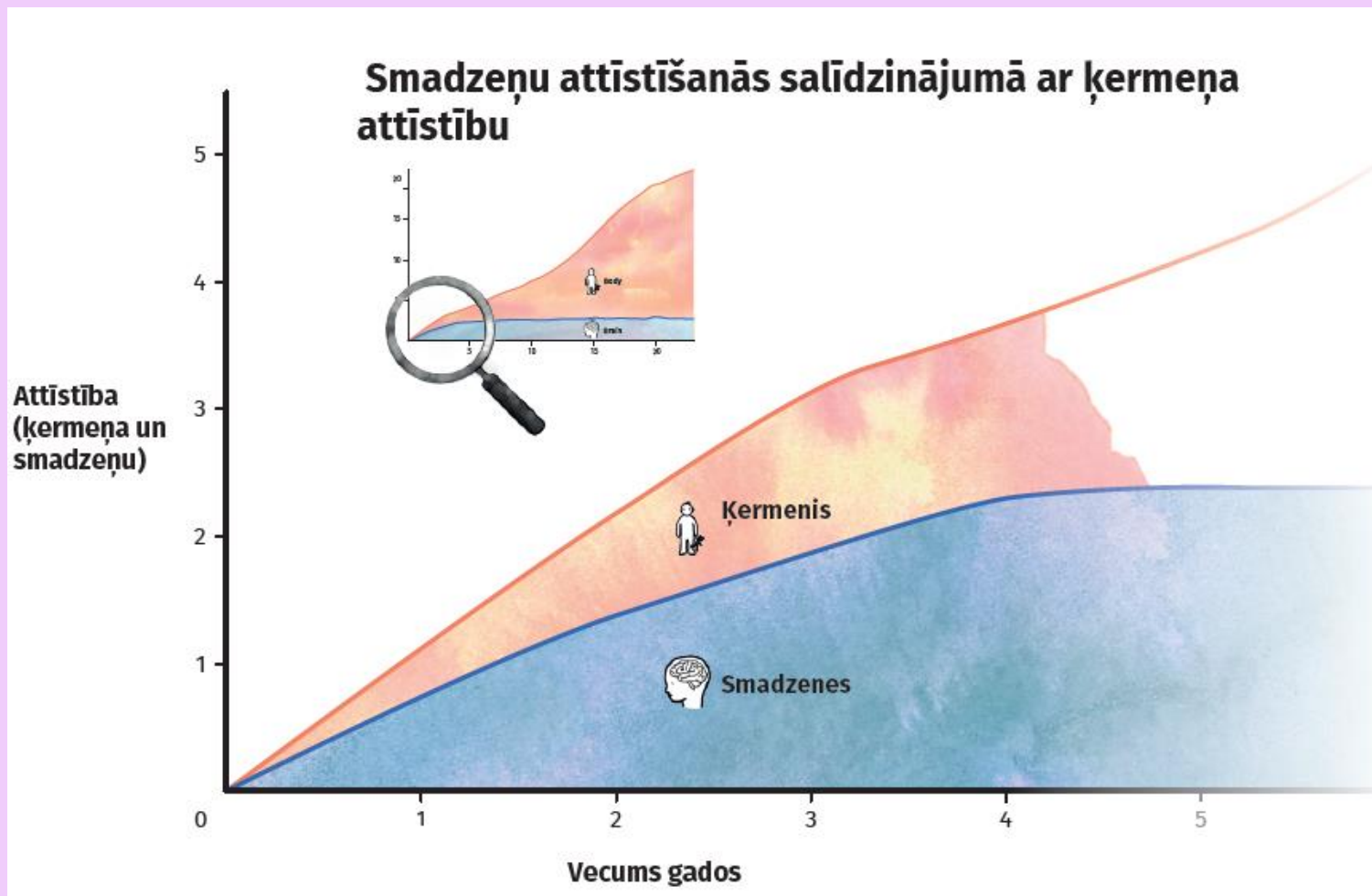
Pazīsti citus

3

Katrai mazai lietaai ir nozīme



05/12/2022



4

Katra diena ir jauna iespēja



Traumas izpratnē balstīta aprūpe
pirmsskolas izglītības iestādēs

Paldies!

Jautājumi, komentāri, bažas?..

ECLIPS: bērnu aprūpes speciālistu attieksme, zināšanas un prasmes vardarbības pret bērnu atpazīšanā, ziņošanā un traumas izpratnē balstītā aprūpē, 2022.gada 6.decembrī