

KiVa Latvijas skolās – mazinām pāridarījumus kopā!



Kas ir bulings?

Bulings ir grupas fenomens, kas vienlīdz atkarīgs no pāridarītāja rīcības un apkārtējo reakcijas. Bulings nav tikai īslaicīgs konflikts, tā ir apzināta un tīša, atkārtota fiziska vai emocionāla vardarbība, kuras mērķis ir pazemot citu cilvēku, nīrgāties par viņu un sāpināt. Bērībā piedzīvotam bulingam ir nepatīkamas sekas ilgtermiņā, kas ietekmē ne tikai cietušā garīgo veselību, bet atstāj negatīvu ietekmi uz sabiedrību kopumā.

Bulinga veidi



Verbālais bulings

apsaukšana, apmelošana utt.



Fiziskais bulings

grūstīšana, iekautīšana utt.



Kiberbulings

aizskaršanadigitālajāvidē, t.sk. sociālajos medijos, tērēšanas platformās un īsziņās.

KiVa programma

2023./2024. mācību gadā Latvija pievienojas KiVa saimei, apņemoties ieviest Turku Universitātē (Somija) izstrādāto KiVa programmu, kas ir pētījumos un pierādījumos balstīta un starptautiski atzīta metodika bulinga izplatības mazināšanai skolu vidē.

Fakti par KiVa

KiVa nav īstermiņa projekts, bet gan nerimstoša skolas darba sastāvdaļa bulinga apkarošanā.

KiVa programma ir veiksmīgi ieviesta jau vairāk kā 20 valstīs pasaulē.

Somu valodā KiVa (**K**iusaamisen **V**astainen) nozīmē “pret bulingu” un arī “jauks”, kas arī ir programmas būtība – būt jaukiem vienam pret otru.

KiVa galvenie elementi ir



PROFILAKSE

nodarbības skolēniem, kuru laikā bērni uzzina par bulingu, trenē sociālās prasmes un rosina empātiju.



GADĪJUMA RISINĀŠANA

(intervention) – strukturēts un standartizēts veids, kā skola rīkojas bulinga gadījumā.



MONITORINGS

ikgadējas aptaujas, kas ļauj digitāli sekot līdzi bulinga izplatības izmaiņām katrā skolā un valstī kopumā.

Katrai skolai ir sava KiVa komanda, kas risina bulinga gadījumus un atbalsta cietušos bērnus.

Ieguvumi



droša un cieņpilna skolas vide;



konfliktu risināšanas prasmes;



bērnu emocionālā labklājība.

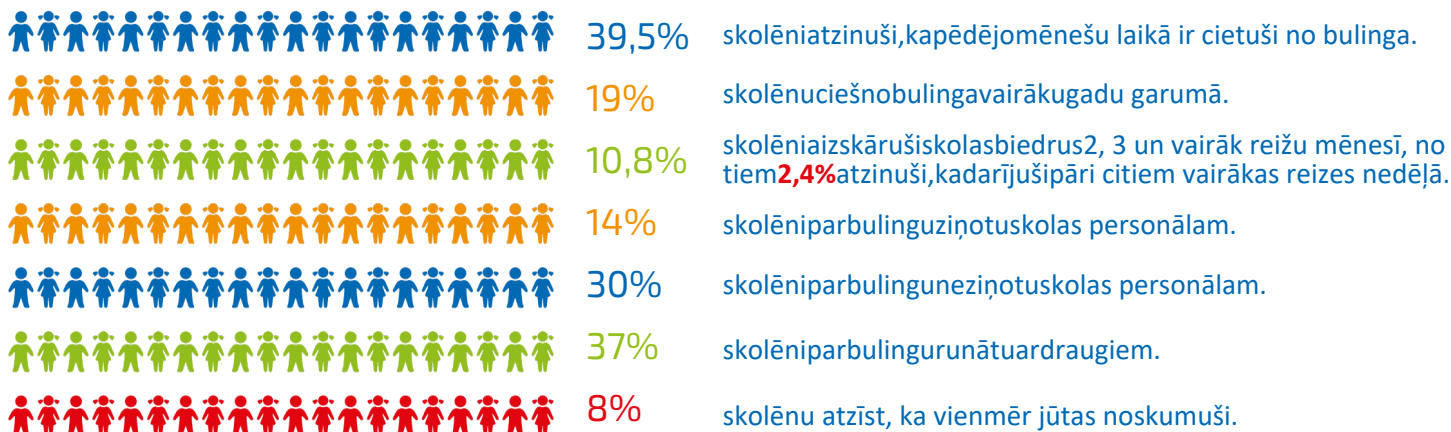


Dati, kas iegūti vairāk nekā 200 Somijas skolās, liecina, ka pēc pirmā programmas ieviešanas gada ir izdevies būtiski samazināt visus bulinga veidus. 98 % skolēnu, kas cietuši no bulinga un kuru gadījumā iejaucās skolas KiVa komanda, uzskata, ka situācija ir uzlabojusies.

98% skolēnu uzskata, ka situācija ir uzlabojusies

98% 2%

Kāpēc ir svarīgi novērst bulingu skolās?



Pāridarījumu gadījumā ar sekām cīnās visas puses – gan cietušais, gan pāridarītājs, gan arī tie, kuri tikai novēro situāciju, un ne vienmēr šis dzīves posms pāriet pats no sevis vai bērns “izaug” no situācijas. Bulinga gadījumā cietušie bieži cīnās ar zemu pašvērtējumu, netic saviem spēkiem, baidās izpausties un izteikties, smagākos gadījumos sekas ir depresija, trauksme, ēšanas traucējumi, antisociāla uzvedība, kā arī novājināta imūnsistēma. Pāridarītājam savukārt var rasties

nesodāmības sajūta, veidoties pozitīva attieksme pret vardarbību un necieņas izrādīšanu, kas laika gaitā var kļūt par ierastu un ikdienišķu uzvedību. Šādā veidā bērns iemācās risināt savas problēmas, un pieaugot agresijas izpausmes var kļūt izteiktākas un sagādāt problēmas privātajā vai sabiedriskajā dzīvē. Savukārt bērni, kuri izvēlas ignorēt problēmu, neiesaistīties un paiet garām, kā pieaugušie izmantos tās pašas problēmu risināšanas stratēģijas.

Kā zināt, vai mans bērns piedzīvo vardarbību skolā?

Izmaiņas bērna uzvedībā, nevēlēšanās apmeklēt skolu un trauksme var liecināt par traumatisku pieredzi skolā. Tā kā vecāki pazīst savu atvasi vislabāk, pirmā pazīme ir izmaiņas bērna attieksmē, uzvedībā un emocionālajā stāvoklī.

Vecāku loma problēmas risināšanā



UZKLAUSĪT BĒRNU

runāt par sāpīgajiem jautājumiem, atbalstīt un izturēties ar sapratni – pat tad, ja problēma šķiet viegli risināma, nesteigties ar padomiem, bet mēģināt saprast.



ATBALSTS UN INTERESE

par bērna dzīvi, arī mācībām, klasē notiekošo, aktualitātēm skolā.



UZ SAVSTARPĒJU UZTICĒŠANOS

balstīta sadarbība ar bērnu un skolu – būt atklātam un nedarīt neko tādu, kam bērns nepiekrīt.

Kā rīkoties, ja bērns skolā piedzīvo emocionālu vai fizisku vardarbību?



Svarīgi situāciju izrunāt ar bērnu un iedrošināt runāt par piedzīvoto un savām sajūtām.



Kopā ar bērnu izvērtēt piedzīvoto un mēģināt atrast piemērotākos risinājumus, kā izvairīties no bulinga.



Atkārtot atkal un atkal, ka tā nav cietušā bērna vaina un ka viņš nav izdarījis neko sliktu vai nepareizu.



Iedrošināt bērnu apmeklēt dažādas ārpuskolas nodarbības, pievērsties hobijiem, tādējādi uzlabojot bērna pašvērtējumu un iedrošinot veidot jaunas draudzības saites.



Sazināties ar klases audzinātāju, lai audzinātāja varētu informēt skolas KiVa komandu par notiekošo.



Izrunāt ar skolas speciālistu, ko es kā vecāks vēl varu darīt sava bērna labā?

KiVa komanda Latvijā
Veidosim drošu vidi mūsu skolās kopā!



Valsts kanceleja

uzvediba.lv

Atspoguļotie dati ņemti no: Rīgas Stradiņa universitātes Sabiedrības veselības institūta 2023.gada maijā veiktās skolēnu pašvērtējuma anketēšanas dati no skolām, kurās ar 2023./2024.m.g., tiks uzsākta KiVa programma.

OECD, Organization for Economic Co-operation and Development, PISA 2018 Results, Combined Executive Summaries