

Elektroniskais žurnāls pirmsskolas
un skolas vecuma bērnu vecākiem

2016. gada 16. jūnijs, Nr. 12 (73),
0,71 EUR

Vecākiem

**LAIKA KAVĒKLIS VAI TOMĒR BĒRNU
ATTĪSTOŠAS NODARBES?**

NEESI BĒRNS!

Neadekvātas prasības pret bērnu

LABĀKĀ DĀVANA

Saruna ar pasakas „Labākā dāvana”
autori Ievu Samausku



LAIKA KAVĒKLIS VAI TOMĒR BĒRNU ATTĪSTOŠAS NODARBES?



Laila Avotiņa

Materiālā aprakstīšu dažas nodarbes, kuras bērni veic ar lielu entuziasmu un prieku, bet kuras pieaugušie nereti uzskata par izklaidi, kaut gan patiesībā bērni sper ļoti nozīmīgus soļus dažādu spēju attīstīšanā.

Aktivitātes bērnu rotallaukumā

UZTICĒŠANĀS. Šūpojoties bērns maina savu atrašanos vienlaikus kā horizontālajās, tā arī vertikālajās koordinātās, tādējādi paplašinot uztveres lauku. Šajā nodarbē bērns trenējas paļauties un uzticēties ne tikai cilvēkiem, bet arī lietām, procesam.

PATSTĀVĪBA. Slidinoties pa slidkalniņu, bērns pastiprināti apzinās, ka, lai iegūtu šo baudu, ir nepieciešams ieguldīt savu darbu. Attīstās patstāvība, jo, lai nošļūktu no kalniņa, pašam tajā vajag uzkāpt.

VESTIBULĀRĀ APARĀTA ATTĪSTĪŠANA. Braukšana ar velosipēdu ir cieši saistīta ar vestibulāro aparātu, kura attīstīšana ietekmē visu smadzeņu darbību. Veiksmīgai braukšanai ir nepieciešama spēja novērtēt pašam savus spēkus un iespējas, velosipēda tehniskās un manevrēšanas spējas, pārējos satiksmes dalībniekus un paredzamās viņu darbības. Smadzenes strādā ātrāk nekā laikā, kad pārvietojas ar

Jebkura kāpšana un kāpelēšana pa redelēm, kāpnēm vai kokiem ir saistīta ar stiepšanos, griešanos, mēģinājumiem aizsniegt to, kas ir augstāk par viegli aizsniedzamo līmeni vai arī ir grūti pieejams.

tišana ietekmē visu smadzeņu darbību. Veiksmīgai braukšanai ir nepieciešama spēja novērtēt pašam savus spēkus un iespējas, velosipēda tehniskās un manevrēšanas spējas, pārējos satiksmes dalībniekus un paredzamās viņu darbības. Smadzenes strādā ātrāk nekā laikā, kad pārvietojas ar

kājām, jo aptveramo un harmonizējamo vairojumu un datu skaits ir lielāks, lielāks ir arī kustības ātrums. Velosipēda vadīšana bērnam attīsta vadīšanas prasmes, kas ietekmē tālāko spēju vadīt materiālos un cilvēka resursus, kā arī aptvert palielinātu informācijas daudzumu, to apstrādāt un pieņemt lēmumu īsākā laikā.

MĒRĶU SASNIEGŠANA. Jebkura kāpšana un kāpelēšana pa redelēm, kāpnēm vai kokiem ir saistīta ar stiepšanos, griešanos, mēģinājumiem aizsniegt to, kas ir augstāk par viegli aizsniedzamo līmeni vai arī ir grūti pieejams. Šajā procesā bērnam attīstās izdoma un spēja izmantot atšķirīgas iespējas, lai sasniegtu savu mērķi.

Attīstās līdzsvara izjūta, spēja balansēt un pieņemt apkārtējās lietas un notikumus tādus, kādi tie ir. Tas, savukārt, attīsta uzticēšanos sev, savām spējām, apkārtējām lietām un parādībām. Ja bērnam ir iespēja kāpelēt kopā ar pieaugušajiem vai vecākiem bērniem, viņa papildus attīstās prasme sadarboties un līdzvērtības ar cita vecuma cilvēkiem izjūta, kas nostiprina atziņu, ka nav labāku un sliktāku cilvēku.

Pastaiga ir brīdis, kad bez steigas sarunāties, nosaukt un raksturot redzamos priekšmetus un dzīvās būtnes, parādības, apspriest savus nodomus, pārdzīvojumus, jūtas.

EMOCIONĀLĀ IZLĀDE. Lēkājot, piemēram, pa batutu, notiek emocionālā izlāde, attīstās elpošana un smadzeņu darbība, kā arī līdzsvara izjūta. Starp citu, lēkāšanu pa batutu izmanto arī logopēdijā – tādējādi attīstās bērna valoda. Ar speciāliem vingrinājumiem uz batuta ir labojami dažādi valodas defekti.

Pastaiga ar bērnu

Kā norāda Rīgas Pedagoģijas un izglītības vadības akadēmijas docente Latvijas Folkloras biedrības izglītības projektu vadītāja *Dr. paed.* Gunta Siliņa-Jasjukeviča, pastaiga ar bērnu ir mācīšanās brīvā dabā.

SMADZENES SAŅEM DABAS SNIEGTOS STIMULUS: SKAŅU, GAIŠMU, FORMU, KRĀSU. Vajadzību pēc daudzveidīgas saskarsmes ar dabu, līdzcilvēkiem un kultūrainavu apstiprina vides psiholoģijas pētījumi, uzsverot šā resursa nozīmi cilvēka iekšējās garīgās ainavas veidošanā. Smadzenēm ir svarīgi saņemt visus dabas sniegtos stimulus: skaņu, gaismu, formu un krāsu pārpilnību. Putnu dziesmas, vēja šalkoņa, gaismas atspīdumi un ēnas, mitrums, migla, puķu un kukaiņu krāsainība – viss ir vajadzīgs mūsu dzīvei, redzei un ādai. Smadzeņu šūnu augšana ir tieši saistīta ar īpašo stimulāciju, ko mums piedāvā dzīvā daba visapkārt.

MATEMĀTISKU UN VALODNIECISKU JĒDZIENU APGŪŠANA. Pārdomāti organizēta pastaiga nodar gan matemātisku, gan valodniecisku jēdzienu, tādu kā *liels, mazs, augšā, apakšā, tuvu, tālu, pa labi, pa kreisi, es, mēs, mans, mūsu, jūs, viņa, viņas*, vietvārdu, nosaukumu, personvārdu, svešvārdu, citu valodu vārdu utt., apguvei, vārdu krājuma paplašināšanai. Atrašanās dabā un sociokultūras vidē paver bērnam neierobežotas iespējas mācīties nosaukt pasauli vārdā. Pastaiga ir brīdis, kad bez steigas sarunāties, no-



saukt un raksturot redzamos priekšmetus un dzīvās būtnes, parādības, apspriest savus nodomus, pārdzīvojumus, jūtas, mācīties sarunā ievērot runas etiķeti, rakstīt un lasīt.

GEOGRĀFISKO JĒDZIENU APGŪŠANA. Ja pirms iešanas ārā uzzīmēsiet pavisam vienkāršu, shematisku tuvākās apkārtnes karti, izmantojot topogrāfiskos apzīmējumus, pastaiga pārvērtīsies par aizraujošu piedzīvojumu, kurā bērns, piemēram, pirmsskolas vecumā, pavisam viegli apgūs gan dažādus ģeogrāfiskus jēdzienus, gan prasmi elementāri orientēties kartē izmantotajos apzīmējumos, gan apkārtnes ielu nosaukumus. Mazliet lielākiem bērniem par aizraujošu piedzīvojumu kļūs pilsētas vai ciemata vēsturisko objektu meklēšanas uzdevums iepriekš sagatavotā vienkāršā maršrutā, izmantojot tipogrāfiski iespiestas konkrētā apvidus kartes. Ir vērts bērnu uzmanību pievērst tādiem topogrāfiskiem apzīmējumiem kā attālums kartē un attālums dabā, aicināt prognozēt iespējamo soļu skaitu vai nepieciešamo laiku, lai nokļūtu līdz šim objektam. Un, protams, būtiska ir arī atrasto objektu stāsta iepazīšana, atceršanās un izstāstīšana citiem.

VIZUĀLI TĒLPISKO PRASMJU – IDENTIFICĒŠANAS, NOVĒROŠANAS, SALĪDZINĀŠANAS – APGUVE. Te noder dažādu dabas objektu (dižkoku, augu, upju, mežu, pļavu) un cilvēka radītu objektu (ēku, svētvietu u. c.) novērošana un izpēte tuvākajā apkārtnē, zīmējot, fotografējot un aprakstot tos, aprēķinot un apspriežot šo objektu formu, krāsu, izmēru. Piemēram, lai pamanītu krāsu daudzveidību, sameklējiet sūnu, mizu, lapu gabaliņus. Izrādās, koku stumbri ir brūni simtos veidu! Guašas krāsas brūnais dabas brūnā daudzveidībai nestāv ne tuvu!

Muzikālās rotaļas

Mūzika Ilga Reizniece norāda, ka rotaļu nozīme pirmsskolas vecuma bērna dzīvē ir nepārvērtējama un rotaļas nav tikai tāds laika kavēklis, kā varbūt daži lielie cilvēki domā. No visa plašā tradicionālās kultūras (folkloras) mantojuma tieši rotaļas, precīzāk – muzikālās rotaļas, ir visvairāk piemērotas pirmsskolas vecuma bērniem. Tajās apvienojas un tiek attīstītas dažādas spējas un prasmes: muzikālā dzirde un atmiņa, ritma izjūta, dziedātprasme, koordinācija, teatrāla improvizācija, runa, dialoga māksla, savstarpēja sadarbība.

EMOCIJU IZPAUŠANA. Tautas rotaļās tiek izspēlētas dažādas situācijas,



Rotaļu noteikumi, ko bērni apgūst un izpilda labprātīgi, veido viņu prasmi regulēt savu uzvedību, audzina gribu, iemāca veidot pozitīvas attiecības ar vienaudžiem, māca sadarboties.

tēli; tiek uzburta cita pasaule, kurā bērns brīvi var ļauties visdažādākajām emocijām un neierobežoti tās izpaust. Rotaļājoties bērns gūst prieku un baudu no savstarpējās komunikācijas un paša rotaļu norises procesa.

IZTĒLES VEICINĀŠANA. Tautas rotaļās nav paredzēts pārāk daudz aksesuāru, rekvizītu un butaforiju, tāpēc vairāk un aktīvāk tiek rosināta bērna neierobežotā iztēle. Mēs iedomājamies, iztēlojamies, fantazējam, attēlojam...

KUSTĒŠANĀS. Mazkustīgums ir mūsdienu problēma ne tikai pieaugušajiem, bet diemžēl arī bērniem, tāpēc kustību rotaļas ir tik svarīgas bērnu fiziskajā attīstībā. Īpaša problēma – hiperaktīvie bērni ar uzmanības deficīta sindromu. Nespēja koncentrēt uzmanību šodien piemīt arvien vairāk bērnu, un tieši rotaļas lieliski var palīdzēt risināt šo problēmu, jo – rotaļājo-

ties uzmanību noturēt ir vieglāk nekā sēžot un klausoties.

INTELEKTUĀLO SPĒJU ATTĪSTĪŠANA. Ir pierādīts, ka aktīva muzicēšana attīsta ne tikai bērna muzikālās spējas (muzikālo dzirdi, atmiņu un uztveri; ritma izjūtu, emocionālo atsaucību), bet arī intelektuālās spējas. Zinātnieki ir secinājuši: ja gribat nodarbināt smadzenes visā pilnībā, mācieties spēlēt kādu mūzikas instrumentu! Tomēr pats pirmais ikviena cilvēka mūzikas instruments ir paša balss. Bieži vien dziedāt bērni sāk tieši rotaļu laikā, it kā nevilšus, nevis speciāli mācoties dziedāt tad, kad no viņiem to sagaida.

PAŠREALIZĀCIJA. Tautas rotaļas nodrošina bērna pilnīgu iekļaušanos procesā, ko zinātniski varētu dēvēt par sinkrētisku muzikālu darbību. Šajā procesā bērns darbojas praktiski; te satiekas kustība un dziedāšana, runa un aktiermeistarība, iztēle un pārdzīvojums, solo un kopdarbība. Un, tā kā process nav virzīts uz rezultāta sasniegšanu, galvenais ieguvums ir tieši pašizpaušmes un pašrealizācijas prieks, kā arī pozitīvs emocionālais stāvoklis – labsajūta, patiesums, gandarījums, apmierinājums.

SADARBĪBAS PRASMJU VEIDOŠANA. Rotaļu noteikumi, ko bērni apgūst un izpilda labprātīgi, veido viņu prasmi regulēt savu uzvedību, audzina gribu, iemāca veidot pozitīvas attiecības ar vienaudžiem, māca sadarboties, saskaņot savas vēlmes un rīcību ar citiem rotaļas dalībniekiem. Rotaļās pedagoģija ir ļoti aplēpta un darbojas nevainojami.

NEESI BĒRNS!

Neadekvātas prasības pret bērnu



Asijata Maija Zeļenko,
psiholoģe, sistēmisko
risinājumu konsultante

Vecākiem bieži piemīt tieksme pret bērnu izturēties kā pret pieaugušo, turklāt ļoti saprātīgu un labi audzinātu cilvēku. Prasības pret bērnu bieži ir pat lielākas nekā pret pieaugušajiem. Par pieaugušajiem spriež: „Viņš tāds ir – no viņa jau neko citu nemaz nevar sagaidīt” –, bet bērnam tiek izvirzīta prasība atbilst jebkurai pretenzijai. Vecāki bērniem bieži dažādos veidos izsaka vienu pretenziju: „Neuzvedies kā bērns!” jeb „Neesi bērns!”.

Bērns nekļūst par saprātīgu pieaugušo tādēļ vien, ka tagad viņš ir kļuvis par vecāko bērnu

Diezgan bieži, ģimenē piedzimstot otrajam bērnam, vecāki mērķtiecīgi pievēršas jaundzimušajam bērniņam, psiholoģiski it kā atstumjot bērniņu, kurš jau staigā un, iespējams, arī runā. Tas mazajam cilvēciņam ir milzīgs satricinājums. „Ko tu gribi – lai visa pasaule ap tevi tagad griežas?” Jā, nāvīgi nobiedētam bērnam tas, iespējams, nenāktu par skādi. Vecākais bērniņš tiešām var baidīties, ka tagad viņam ģimenē vairs nebūs vietas, un psiholoģiski bieži vien tā arī notiek.

Kad ģimenē parādās jaunākais bērns, vecāko nereti sāk ignorēt. Un, lai bērns netraucētu, vecāki saka: „Tu jau esi liela (-s)! Tiec galā pati (-s)!” Bet bērns nav liels! Viņš ir tāds pats bērns, kāds bija pirms jaunākā bērna piedzimšanas. Bērns nekļūst par saprātīgu pieaugušo tādēļ vien, ka tagad viņš ir kļuvis par vecāko bērnu. Jaunāka bērna piedzimšana vecākā bērna uztverē neieliek nekādas papildu zināšanas un prasmes. Gluži otrādi, bērnam parādās apdraudētības izjūta – viņam var šķist, ka viņu pametīs. Un psiholoģiski tas notiek visai bieži, jo tagad bērns arvien vairāk dzird, ka viņam jātiek galā pašam, viņam tiek uzspiesta mīlestība pret jaundzimušo, tiek noteikti pienākumi un prasības, kuras nav atbilstīgas viņa vecumam, piemēram, jaunākā bērna aprūpe, pieskatīšana. Bērnam tā visa ir par daudz. Protams, bērni savā ziņā izpilda visas vecāku prasības, jo mīl vecākus ar beznosacījuma mīlestību. Kaut gan būtu jābūt otrādi – vecākiem būtu jāmīl bērni bez nosacījumiem. Taču tas notiek ārkārtīgi reti. Pārsvarā vecāki uzskata, ka bērniem ir jāatstrādā vai kaut kādā citā

veidā jāattaisno sava būšana ģimenē: „Mēs tev devām dzīvību, tagad tu mums esi parādā.” Bet bērns šo dzīvību neprasīja! Tātad drīzāk dzīvības devēji dzīvības ņēmējam ir parādā aprūpi un mīlestību. Bet atgriezīsimies pie bērniem, kuri, savas beznosacījuma mīlestības vadīti, cenšas pildīt neadekvātas vecāku prasības!

Ja bērnam tiek izvirzīta prasība pieskatīt jaundzimušo (tas vairumā gadījumu notiek netieši – nevis ar vārdu palīdzību, bet ar vēlēšanos, kuru bērns uztver emocionālā līmenī), viņš to darīs – jo nav, kur sprukt, nevis tāpēc, ka prot un grib. Vecāki var sākt brīnīties, cik saprātīgs un gādīgs ir vecākais bērns, cik ātri viņš ir izaudzis. Viņš nav izaudzis, viņš tika izvilks no savas dabiskās attīstības tāpat, kā tiek izvilks no dobes stāds, kuru velk aiz galotnes, lai tas ātrāk izaugtu. Dabiska attīstība ir beigusies, tālāk sāksies problēmas, jo bērns vairs nevar attīstīties vecāku mīlestībā un pieņemšanā – viņš tagad rūpēsies gan pats par sevi, gan par jaunāko bērnu, t. i., būdams bērns, darīs vecāku darbu. Normālai bērnu attīstībai vajag, lai par abiem bērniem rūpētos vecāki, vairāk uzmanības dodot vecākajam, – tad mierīgi būs abi bērni. Vecākais ātrāk un mierīgāk kļūs par vecāku palīgu, un bērni nebūs savstarpēji greizsirdīgi.

Bērnam nav izpratnes par lomām, kuras sabiedrība nosaka cilvēkiem

Teiciena „meitenes tā nedara” variācijas var būt dažādas: kāpēc drēbes netīras, kāpēc rokas netīras, kāpēc tu klieudz, kāpēc tu skraidi, kāpēc tu lien kokā, kāpēc tu kaujies ar zēniem utt. Tāpēc, ka bērnam ir tīra, neapspiesta enerģija. Tāpēc, ka mazajā ķermenī vēl kūšā dzīve. Pēc neskaitāmiem šādās enerģijas izpausmes bloķējumiem viņa arī kļūs par pareizu, mierīgu (īstenībā – nedzīvu) meiteni ar, piemēram, biežām galvas sāpēm vai nevēlēšanos atrasties cilvēkos tik bieži un daudz, cik ir nepieciešams, piemēram, lai izveidotu veiksmīgu karjeru.

Bērnam nav izpratnes par tām lomām, ko sabiedrība nosaka cilvēkiem. Būt meitenei vai zēnam ir jābū. Ja tas notiek ar pārmetumiem un pretenzijām, bērns šīs lomas neapņems labāk, bet pazaudē jeb aplāpē kādas savas esības daļas, piemēram, uzdrošināšanos, zinātkāri, drosmi, iemācās just kaunu tad, kad nevajag, un pazaudē spēju izpausies patiesi un spontāni vai arī sāk kautrēties no sava spēka un enerģiskuma.

Taču, ja dzimumpiederības jautājumu īpaši izceļ, piešķirot tam kādu sevišķu vērtīgumu – runāt trauksmainā, skaļā balsī, piešķirt savai intonācijai īgnumu, indīgumu vai nievāšanas pieskaņu, izmantot iebiedēšanu, salīdzināšanu, nosodījuma pieskaņu –, bērna stress var kļūt neizturams. Bērnam nāksies uzveikt ļoti lielu, viņam pašam pilnīgi neizprotamu iekšējo spriedzi. Un tad nav jābrīnās, ka bērns par šo tēmu interesējas arvien vairāk un izpaužas tajā arvien neveiklāk.

Tonis, kādā vecāki bērnam kaut ko vēsta, apspriežamajai

Ja bērnam tiek izvirzīta prasība pieskatīt jaundzimušo (tas vairumā gadījumu notiek netieši – nevis ar vārdu palīdzību, bet ar vēlēšanos, kuru bērns uztver emocionālā līmenī), viņš to darīs – jo nav, kur sprukt, nevis tāpēc, ka prot un grib.



tēmai piešķir īpašu, neapzinātu nozīmīgumu. Bērns īpašu uzmanību pievērš tai tēmai, par kuru paši vecāki nejūtas mierīgi. Šai ziņā bērns ir vecāku spogulis. Un, ja bērns piešķir palielinātu uzmanību tēmai, kura nepatīk vecākiem, viņiem pašiem šī tēma ir jāatrisina sevi. Tad arī bērnam šajā ziņā iestāsies dvēseles miers, jo izgaiss vajadzība reaģēt uz vecāku nemieru. Bērns savā uzvedībā atspoguļo to tēmu, kurā vecāki izjūt saspringumu.

Kas jādara?

ATĻAUJ BĒRĒM JUST. Ir jāļauj bērnam palikt bērnam, neliedzot attīstīties, uzvesties, izpausties, justies kā bērnam. Bērnam ir jābūt iespējai just.

VECĀKAIS BĒRNS NAV AUKLE JAUNĀKAJAM. Par visiem bērniem ir jā rūpējas vecākiem, ja vien ir vēlēšanās, lai bērni izaugtu ar pilnvērtīga cilvēka pašapziņu, nevis dzīvotu aizvainojumā uz visu pasauli un ciešanās par negodīgumu un apdališanu. Ar laiku vecākais bērns pats pret jaunāko sāks izturēties tik atbalstoši, cik ir normāli starp bērniem ar vecuma atšķirību. Bet vecāka-

jam nav jāklūst par aukli. Atteikties no savas dzīves jaunākā deļ bērnam ir smags pārdzīvojums. Ir svarīgi ievērot to, ka bērnam nav izvēles – ja ģimenē kaut kas ir pateikts (arī notiek emocionālā līmenī, piemēram, mātes vēlme, lai vecākais bērns paņemtu viņai no rokām jaunāko),

Būt meitenei vai zēnam ir jā māca. Ja tas notiek ar pārmetumiem un pretenzijām, bērns šīs lomas neapgūst labāk, bet pazaudē jeb apslāpē kādas savas esības daļas, piemēram, uzdrošināšanos, zinātkāri, drosmi.

bērns to uztver kā savas pastāvēšanas ģimenē nosacījumu, kuram pakļaujas, un tad neizbēgami jūtas apdalīts.

PIEĻAUJ MĀCĪŠANOS PAKĀPENISKI. Bērns nespēj vienā mirkli kļūt prātīgs pieaudzis cilvēks, tāpēc bērnam ir jāļauj mācīties pakāpeniski, atkārtotot darbības. Tas ir iespējams, ja bērns jūtas pasargāts un var baudīt vecāku mīlestību. Tikai sākot ar septiņu gadu vecumu, bērnam, ja audzināšana ir bijusi gana iedrošīga, var sākt veidoties patstāvība. Bet vārdi „tu esi liels” joprojām nav realitātei atbilstīgi.

ESI KLĀT EMOCIJĀS. Ir jāļauj bērnam izdzīvot viņa jūtas. Vecākiem nav jāprot apieties ar bērna emocionālo stāvokli kaut kādā īpašā veidā, nav jāsaprot kaut kas īpašs par bērna emocionālo stāvokli, nav jājūtas vainīgiem un nav jāglābjas no šīs vainas izjūtas agresijā pret bērnu – vienkārši ir jābūt klāt un jāļauj bērnam izdzīvot viņa emocijas, lai kādas tās būtu. Un tad apmēram pēc 15 minūtēm (apmēram tik ilgst emocijas izdzīvošana) jūs atkal varēsiet baudīt saskarsmi ar savu bērnu, kurš jau ir atguvis emocionālo līdzsvaru dabiskā veidā.

NEKRITIZĒ BĒRĒNA BAILES. Ir iespējams arī, ka, parādoties jaunākajam bērnam, vecākais iekrīt sava veida regresā, uzvedas neatbilstīgi sava vecumam, it kā viņš būtu jaunāks, pieprasa vairāk aprūpes nekā pirms tam. Tas nozīmē – bērnam ir bail, ka jaunākais viņu izkonkurēs vecāku uzmanībā. Un tā ir droša zīme, ka bērnam vajag vecāku atbalstu, viņam ir droši jāzina, ka no viņa neatteiksies. Šo baiļu kritizēšana un pārmetumi par to, ka viņš varēja kaut ko tādu izdomāt, bērnam nodarīs tikai sāpes un liks justies atraidītam.

PARŪPĒJIES PAR SEVI. Ja jums ir kauns par bērna bērnišķo uzvedību un jūs nespējat paciest bērnišķas izdarības, parūpējieties gan par sevi, gan par bērniem. Griezieties pie speciālista!



LABĀKĀ DĀVANA

Saruna ar pasakas „Labākā dāvana” autori Ievu Samausku

Vita Pļaviņa

Mazo kritiķu uzslavēta, iedvesmojošu personību atzinīgi novērtēta, ceļu pie lasītājiem ir uzsākusi īpaša pasaka „Labākā dāvana”. Tajā ir ievīti noderīgi padomi un dzīves gudrības par laimīgu, satīcīgu attiecību veidošanu ģimenē. „Amigo” iniciatīvas laimīgām ģimenēm, rakstnieces Ievas Samauskas un mākslinieces Gītas Treices kopīgi radītajā pasakā par mazo Rasu no Mežpureņu mājām sirsnīgā valodā ir attēlotas atziņas, kas ir iegūtas jau divus gadus pēc kārtas veiktajā Latvijas iedzīvotāju laimes un ģimenes tradīciju mērījumā „Amigo” laimes indekss”. Tā rezultāti liecina, ka laimes izjūtu ģimenē vairo kopīgi pavadīts laiks, regulāri koptas ģimenes tradīcijas, bērnu iesaistīšana darbā un izklaidē, kā arī iecietīga, mīlestības pilna attieksme pret tuviekiem.

Pasakas autore bērnu rakstniece Ieva Samauska stāsta, ka galvenais izaicinājums grāmatas tapšanas procesā bija iedziļināties un radīt tādu pasaku, kas pilnīgi dabiski sakristu ar pētījumu un vienlaikus būtu saistoša arī mūsdienu bērnam.

Kāpēc rakstīt par mīlestības pilnām attiecībām ģimenē mūsdienu bērniem ir izaicinājums?

Izaicinājums kaut vai tādēļ, ka mūsdienu izpratne par ģimeni kā tādu ir ļoti atšķirīga un reizēm tev sava uzskata dēļ, ka ģimene = vīrietis + sieviete (un nevis vīrietis + vīrietis vai sieviete + sieviete, un pat ne vīrietis + mīļākā utt.), ir jājūtas kā nedaudz atpalikušam tumsonītim (parasti tas netiek apzīmēts tik maigi un rotaļīgi). Tas nekas, ka šis uzskats ir balstīts tajā, kādu ģimeni izveidoja un redz Dievs. Dzīve un notikumi sabiedrībā rāda, ka cīņa pret normālu ģimeni pieņemas spēkā, jo stipra, harmoniska ģimene ir stipras, harmoniskas sabiedrības pamats. Tieši tāpēc man bija arī prieks, ka varēju ar savu darbu tikai apstiprināt to, ko Svētajos Rakstos par ģimeni saka Dievs.

Sakāt, ka brīnums, kas ir pasakā, ir mīlestība ģimenē. No kā, jūsuprāt, ir atkarīgs tas, vai šis brīnums ir piedzīvojams vai tā arī paliek nesasniedzams, rets?

Kad pie altāra otram sakām savu jā un viens otram apstiprinām teju sakrālo „būt kopā priekos un bēdās, līdz nāve mūs šķirs”, varbūt tajā mirklī neaizdomājāties, ko tas



Pasakas autore – rakstniece un bērnu grāmatu autore Ieva Samauska.

Trīs galvenās ceļazīmes, kuras paturēju prātā, rakstot šo grāmatu: sirsnīgi un patiesi, attiecību siltums, būt kopā – pavisam vienkārši.

nozīmē. Bet, kad tiešām esam viens ar otru kopā ikdienā – katru dienu un pavisam tuvu, zelta putekli no otra pamazām noberžas nost. Tad tu redzi otru dusmīgu vai sāpinātu, vāju, vēl vairāk – pats tā jūties, un ir izjūta, ka šo brīnumu ne vienmēr izdodas piedzīvot. Bet jautājums ir par to, vai mēs patiesi to savās sirdīs vēlamies. Vai vēlamies būt laimīgi attiecībās? Tik ļoti, ka esam gatavi uz visu? Man liekas – tie, kas dara visu iespējamo, lai būtu kopā ar otru ne tikai foršos un laimīgos brīžos, bet arī smagajos un tos pārvarētu, šo brīnumu (mīlestību) piedzīvo. Ja novērtē to, kas ir dots, ja novērtē otru kā dāvanu. Un arī šo kopīgi dzīvoto dzīvi kā dāvanu.

Pasaka sākas ar mazas meitenes vēlēšanos, lai viņas tuvie cilvēki ir laimīgi. Šī vēlēšanās nāk nevis no bērna, kas dzīvo ķildīgā ģimenē, bet no bērna, kas dzīvo saskanīgā ģimenē. Kāpēc?

Tāpēc, ka mēs ne vienmēr skaidri zi-

nām, kāpēc esam laimīgi, jeb ne vienmēr tas ir tik pašsaprotami. Varbūt tas ir tieši tāpēc, ka mazā meitenīte to lūdz katru dienu? Pat fejām – lai tas būtu uz mūžu? Lai būtu kāds, kurš par to ir atbildīgs, no kura varētu prasīt atbildību? Kaut atbildīgi, kā zinām, esam mēs paši.

Taču tieši puika Olle, kas nāca no ģimenes, kurā trūka saskaņas, mazajai draudzenei Rasai iemācīja izteikt savu kvēlāko vēlēšanos fejām un ticēt rezultātam. Tā tad bērni no ķildīgām ģimenēm patiesībā apgūst ļoti svarīgu prasmi dzīvei – saprast, ko vēlies, pajauties uz sevi un augstāku spēku un ticēt rezultātam. Iznāk – katra ģimenes pieredze ir noderīga. Kā jūs saprotat šo paradoksus?

Katrs gadījums ir individuāls, jeb katram mums ir sava pieredze. Olles gadījumā varbūt šāda, citā – citāda. Bērni daudz ko saprot, nojauš, zina intuitīvi, ne velti Bībelē vairākkārt ir izteikts aicinājums būt kā bērniem. Un tikpat labi varbūt Olle pats nemaz netic tam, ko saka, varbūt viņam nedaudz skauž, ka Rāsas ģimenē ir tā, kā nav viņa, un viņš vēlas meitenei drusku ieriebt? Būtībā šis puika jau nezina, kā tas viss beigsies... Un arī to, ka tiešām – katra pieredze ir noderīga un vajadzīga, ja jau tiek mums dota. Tās visas ir ceļš un kaut kur ved. Arī Ollem pašam, jo arī Olle mainās.



Pasakas autore Ieva Samauska kopā ar mākslinieci Gitu Treici.



Pasakā par mazo Rasu no Mežpureņu mājām sirsnīgā valodā ir attēlotas atziņas, kas ir iegūtas Latvijas iedzīvotāju laimes un ģimenes tradīciju mērījumā „Amigo” laimes indekss”.

Man liekas – tie, kas dara visu iespējamo, lai būtu kopā ar otru ne tikai foršos un laimīgos brīžos, bet arī smagajos un tos pārvarētu, šo brīnumu (mīlestību) piedzīvo.

Liela loma pasakā ir dabai. Kāpēc izvēlējāties iet šo ceļu?

Vai gan kaut kas patiesi īsts var notikt ārpus tās realitātes, ko ir radījis Dievs? Dabā viss ir tik īsts un nesamākslots, ka tā māca mums būt tādiem pašiem. Daba tik ļoti iepriecina, tā māk nomierināt, remdēt sāpes un skumjas, ieraudzīt skaistumu gan mazās, gan lielās lietās, tāpēc šī izvēle ir pašsaprotama.

Pasaka „Labākā dāvana” tapa, pamatā esot apjomīgam socioloģiskam pētījumam par attiecībām un paradumiem ģimenē, kas vairo laimes izjūtu. Vai pētījuma secinājumi bija jums pieņemami, vai arī bija atziņas, ko nācās iestrādāt pasakā ar piepūli?

Jā, kaut ko man uz e-pastu atsūtīja – pāris failu. Pārsvārā tas viss bija zināms, tikai nu apkopots apjomīgākās atziņās. Kurš tad no mums nezina, ka... Tālāk sekotu virkne brīnišķīgu ieteikumu, kurus pauž puse sievietēm adresēto žurnālu, sākot ar izrunāšanos vienam ar otru un dalīšanos savā starpā un beidzot... Taču diez vai šiem padomiem var pielikt punktu. Visbiežāk mēs to zinām, bet ne vienmēr īstenojam dzīvē, piedomājam par to.

Trīs galvenās ceļazīmes, kuras paturēju prātā, rakstot šo grāmatu: sirsnīgi un patiesi, attiecību siltums, būt kopā – pavisam vienkārši. Īpaši nedomāju un nepūlējos, tas notika dabiskā veidā.

Kura pētījuma atziņa jums pašai personīgi bija būtiska?

Būtiska atziņa un prieks ir par to, ka vērtības joprojām ir vērtības un ka kādu šādas lietas vispār interesē.

Kādu tradīciju jūs pati esat izveidojusi savā ģimenē?

Rīts mūsu ģimenē sākas ar kopīgu lūgšanu – pasakāmies par apsardzību, ieliekam dienu Dieva rokās, lūdzam Viņam gudrību un vadību. Meita šajā laikā dažkārt jau ir

skolā, bet vakara lūgšanā piedalāties visi. Cenšamies savstarpēji pārrunāt visu – gan labo un priecīgo, gan rūpes un raizes, gan bēdīgo – uzticam savas nastas viens otram. Ko mēs vēl kopīgi darām? Piemēram, braucam ar velosipēdiem uz pāris kilometru attālo Druvu āra kafejnīcīnā ēst saldējumu vai svētdienās pēc dievkalpojuma dodamies apciemot mūsu 90 gadus veco omīti. Pagatavojam kaut ko garšīgu, piemēram, banānu šokolādes kūku, tāpat vien – bez acimredzama iemesla, lai mums būtu priecīgs dienas noslēgums. Un mums patīk kopā skatīties angļu seriālus un komēdijas no mūsu filmu kolekcijas. Gan jau vēl ir kādas.

Kādā intervijā jūs sakāt, ka, gaidot savu pirmo bērniņu, ļoti gribējās pierakstīt visas savas sajūtas. Un tapa grāmata – dienasgrāmata „Starp diviem sirdspukstiem” (2004). Kā vēl jūs esat bagātinājusies, pateicoties bērna ienākšanai jūsu dzīvē?

Man ir viena meita, un ar savu esību viņa mani ir iedvesmojusi uzrakstīt ne tikai šo pirmo, bet arī citas grāmatas. Ja pasekotu hronoloģiski, kādas tās ir iznākušas, varētu redzēt, kā tās ir augušas līdz ar Betiju... no „Betijas sarunām jeb Kā es piedzimu”, kurās bērniem ir stāstīts, kā rodas bērni, „Princešu grāmatas” utt. līdz grāmatām pusaudžiem. Tas ir viens. Otrkārt, pateicoties meitas ienākšanai pasaulē, es noteikti esmu kļuvusi laimīgāka.

Kāda, jūsuprāt, ir labākā dāvana, ko jūs pati esat saņēmusi?

Pati labākā ir šī dzīve! Dāvana tiešā nozīmē – rakstīt. Lai neizklausās varbūt pārāk filozofiski, pateikšu, ka saņemu arī pavisam taustāmas dāvanas. Mani ļoti, ļoti iepriecināja dāvana, ko kādas dzimšanas dienas rītā pasniedza mana meita. Viņa bija uzlikusi modinātāju – un pati cēlās ap pulksten pieciem, lai līdz iešanai uz skolu pagatavotu peldošās salas ar vaniļas mērci. Viņa to darīja pirmo reizi mūžā, jo zināja, cik ļoti man šis ēdiens garšo, un vēlējās pārsteigt. Tas izdevās perfekti!

Pasaku bez maksas var noklausīties
www.pasakas.net, kā arī izlasīt
 elektroniskajā versijā
www.laimigamgimenem.lv.



Mākslinieces Gitas Treices ilustrācijas.

Elektroniskais žurnāls „Vecākiem”
 Izdevējs: SIA „AB konsultants”
 Vienotais reģistrācijas numurs: 40103361805
 LR UR masu informācijas līdzekļa
 reģ. apl. Nr. 000701313

Redakcijas adrese: Dzirnavu iela 21,
 Rīga, LV-10150;
 tālr.: 25628748, 67096393;
 E-pasts: vecakiem@izglitiba-kultura.lv;
www.izglitiba-kultura.lv

Redaktore: Vita Pļaviņa
 E-pasts: vecakiem@izglitiba-kultura.lv
 Korektore: Zigrīda Purvīce
 Maketētāja: Daiga Dzene
 Vāka foto: <https://www.psychologies.co.uk>