

No haosa uz pārliecību par sevi: pusaudžu atbalstīšana uzvedības izaicinājumu pārvarēšanā

Krista Skara Valsts probācijas dienests





Es nejūtos slikts cilvēks, bet kā
lai dzīvo, ja šķiet, ka viss ir
totālā bardakā? Tu vari redzēt
mani, ne tikai manus sū**s!





Kad tu mani klausies un
neskaties uz mani kā uz
problēmu, es jūtu, ka
neesmu pilnīgs nulle.





Es zinu, ka esmu daudz
ko salaidis grīstē, bet,
bl**, man vajag kādu,
kurš parāda, ka es varu
arī savākties.





Efektīva sadarbība ar jaunieši kā līdzvērtīgu partneri

Jauniešu iesaiste lēmumu pieņemšanā

Veidojot uzticībā balstītas attiecības

Līdzvērtīga pieeja = lielāka līdzdalība
un atbildība





Zināšanas par smadzeņu attīstību

Izpratne par impulsu kontroli un
emocionālo regulāciju

Pielāgojot pieejas, kas atbilst attīstības
posmiem

Efektīvāk pārvarot uzvedības izaicinājumus



Ko mēs vēlamies?



Ja mēs vēlamies kaut ko mācīt,
mums jāsaprot kā cilvēki mācās un
jāpārzina cilvēka attīstība.

Ja mēs vēlamies, lai cilvēki pārtrauc
veikt noziegumus, mums ir jāsaprot,
kas palīdz to izdarīt, kas palīdz
atturēties.

(McNeill, 2006)





Profesionāļu motivācija un izturība

Darbs ar jauniešiem ar uzvedības problēmām prasa ne tikai prasmes un zināšanas, bet arī personīgu motivāciju un emocionālu izturību.

Atbalsta mehānismi = saglabāt pozitīvu attieksmi un pacietību.

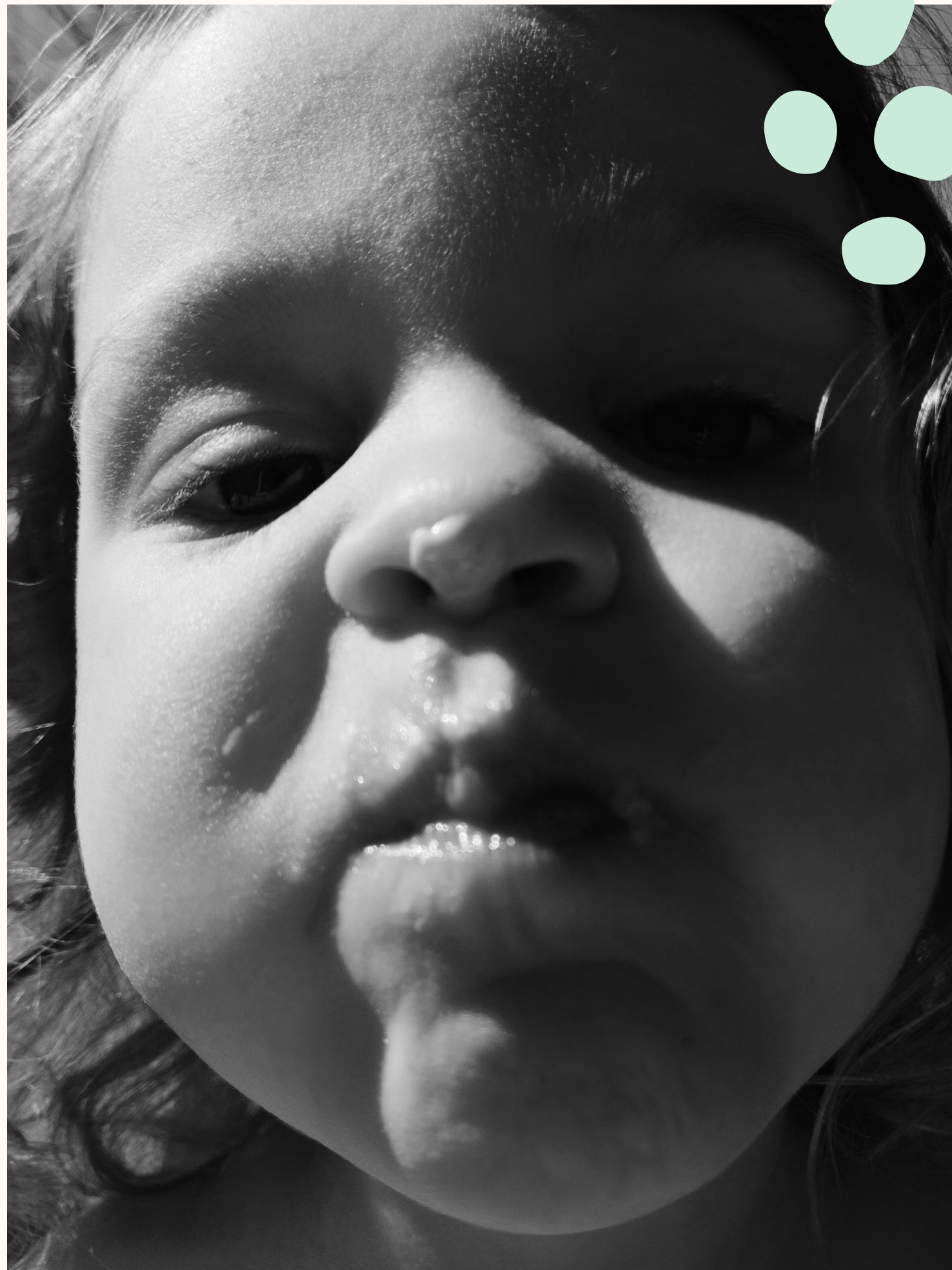
“Speciālisti nevar dot, ko paši nav saņēmuši.”



Pārdomām

Ja Tu stādā ar pusaudžiem ar sarežģītu uzvedību, jo vēlies dzīvot **drošākā vidē**, bet baidies veidot **pozitīvas attiecības** ar viņiem: tas tā nedarbojas.

Apsver – varbūt jādara cits darbs!





Par ko
visbiežāk mēs
domājam?

- Par rīcību
- Par drošību
- Par psiholoģiskā atbalsta nodrošināšanu
- Par speciālistu apmācību darbam
- Par informēšanu
- Par pieejamajiem resursiem

Par efektivitāti!





BET

Rehabilitācijas pieeja

*Kā to
darīt?*

- Rehabilitācija = Ticība pusaudzim
- Pusaudzis dara labāko, ko spēj.
- Koncentrēšanās uz procesu, ne rezultātu.
- Skaidras prasības un elastība.





Ja tu tiešām gribi sākt, tad
pamēģini mani iepazīt...

Tad šādi es jūtos par
sevi



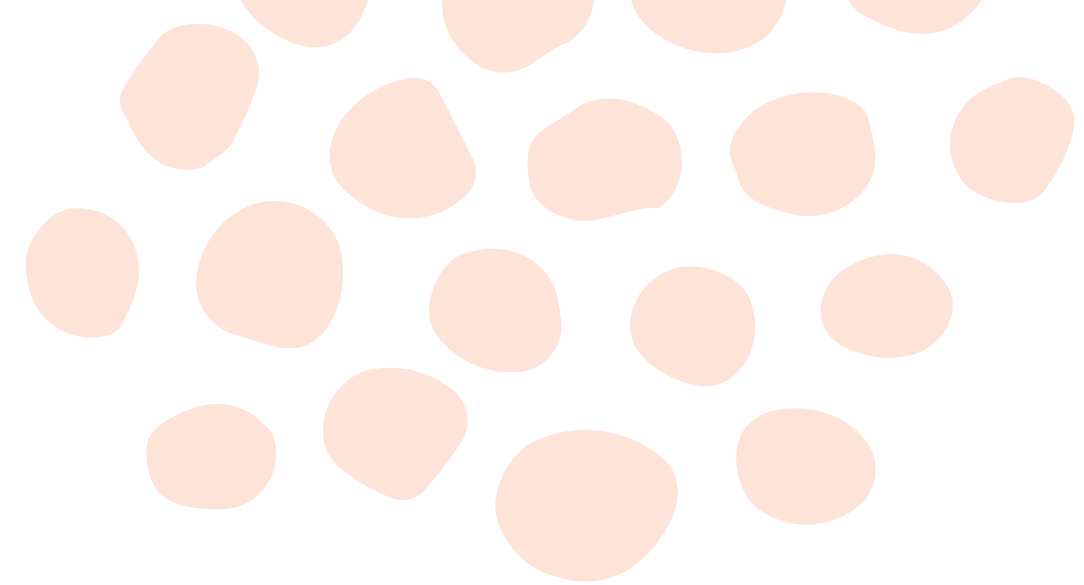
Pašportrets



Pašportrets



Pašportrets

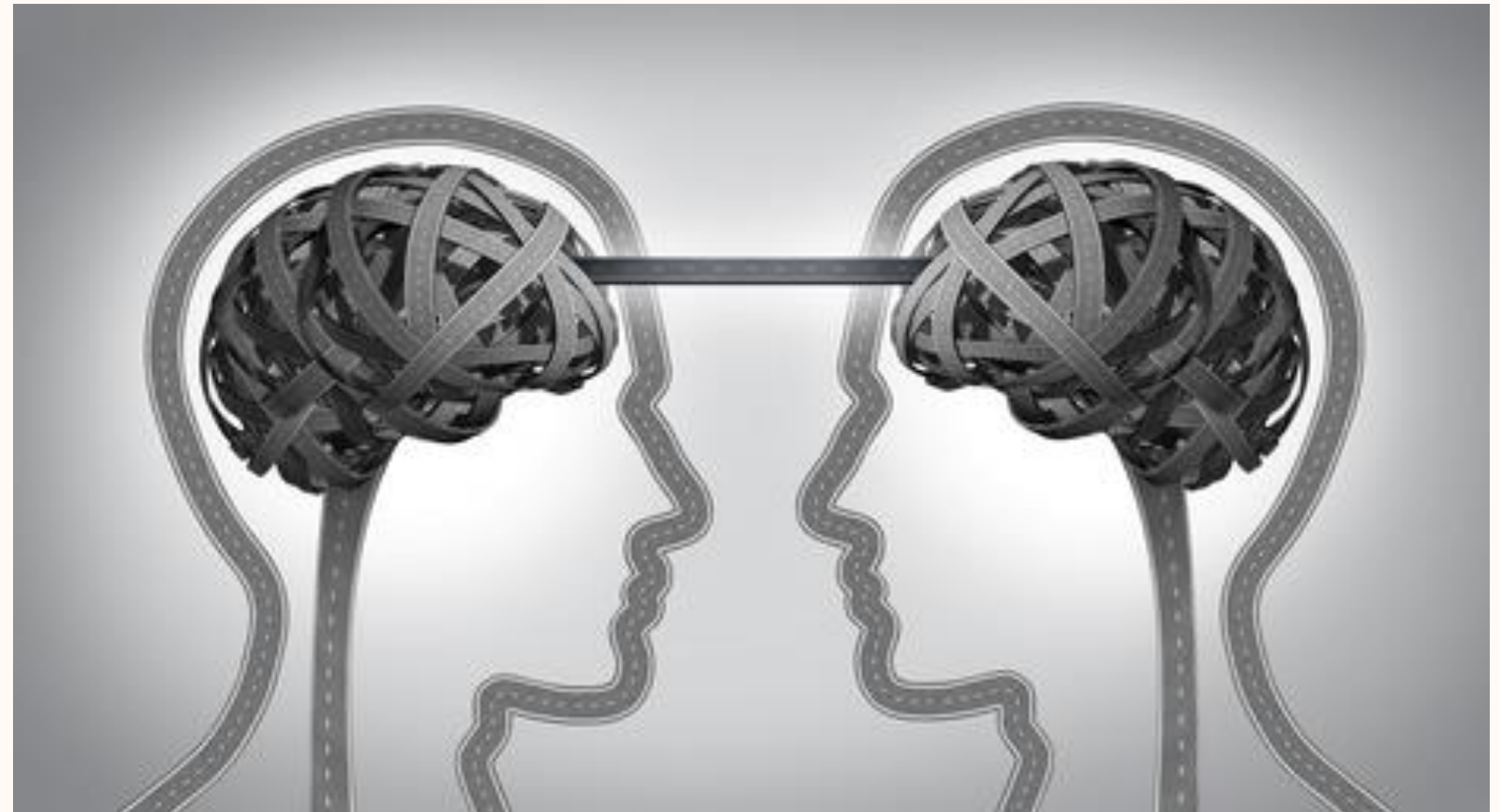




Attiecības

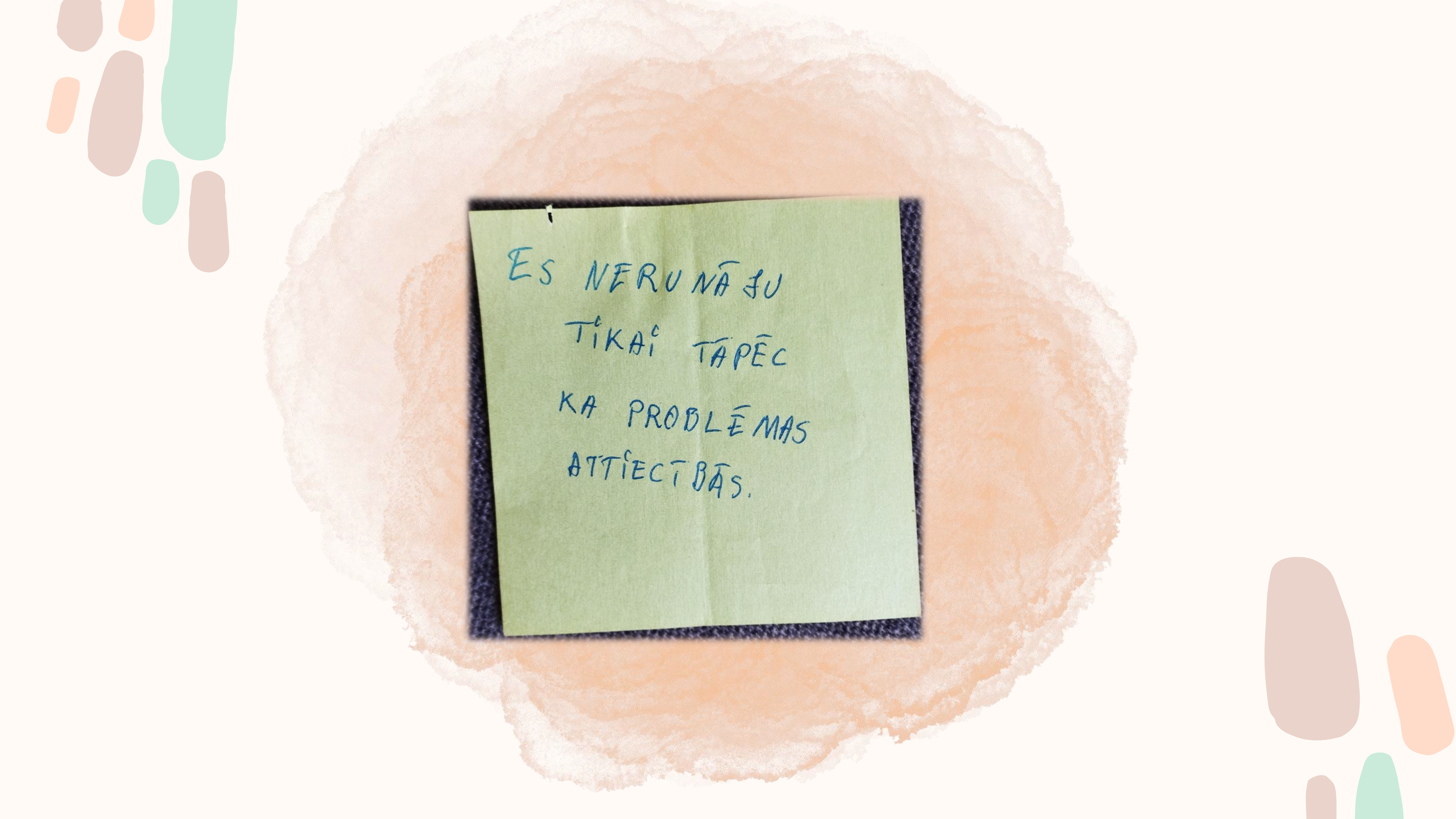
Attiecības ir mūsu dzīves asinis, un tās dod mums noturību ne tikai kā indivīdiem, bet arī kā kolektīvai kopienai. – Dr. Dan Siegel

Attiecības – atslēga uz uzticēšanos – ceļš uz pārmaiņām



Picture

from: <https://www.mirandajane counseling.com/interpersonal-neurobiology/>



ES NERUNĀJU
TIKAI TĀPĒC
KA PROBLĒMAS
ATTĪECTĪBĀS.

Uzvedība un vajadzības

Uzvedība pauž
vajadzības, visbiežāk
neapmierinātas
vajadzības!

- Piederība
- Drošība
- Mīlestība
- Pašizaugsme
- Pašizpausme
- Uzmanība







Tikai apdomā, ja nu...

Izvairās no acu kontakta

Pusaudzis var justies neērti vai satraukti. Tas var liecināt arī par pašpārliecinātības trūkumu vai bailēm no speciālista vērtējuma.

Biežas dusmu lēkmes

Pusaudzis var just trausmi, cīnīties ar iekšēju vilšanos, justies nesaprasts vai piedzīvot neatrisinātas emocionālas ciešanas.

Atsakās apmeklēt skolu

Pusaudzim var būt sociālā trauksme, var tikt piedzīvota vardarbība skolā, mācību grūtības vai depresijas/nomāktības izraisīts motivācijas trūkums. Ir vērts pievērst uzmanību arī pusaudža sociālajam kontekstam (vai ir iespēja apmeklēt skolu, apģērbs) un fiziskajai veselībai.

Nepauž interesi par nākotnes plāniem

Pusaudža nākotnes orientācijas trūkums var liecināt par depresiju, bezcerības izjūtu vai bailēm no neveiksmes. Cerības trūkums bieži ir raksturīgs pusaudžiem, kuri piedzīvojušo dažādas traumatiskas pieredzes. Ir grūti domāt par nākotni, ja esi bijis vai šobrīd esi trauksmainā/traumatiskā/bīstamā vidē.



Strīdas vai provocē

Pusaudzis var pārbaudīt robežas, meklēt uzmanību vai mēģināt likt saprast savas emocijas, ja jūtas neuzklausīts, ignorēts vai nesaprasts.

Asi reaģē uz konstruktīviem norādījumiem vai lūgumiem

To sadzird kā kritiku vai noraidījumu. Jūtīgums pret iespējamo noraidījumu var norādīt uz zemu pašvērtējumu vai agrākām, emocionāli sāpīgām noraidījuma vai kritikas pieredzēm, kas aktualizējas, dzirdot lūgumu kaut ko labot vai darīt citādāk.

Tikai apdomā, ja nu...



Vai tas tiešām ir motivācijas trūkums?

Cerība
Bezcerība
Attīstība
Uzticēšanās
...



Vai tā ir slikta uzvedība?



Ēdiens
Fiziskas sāpes
Emocionālas sāpes
Miega trūkums
Vilšanās

...



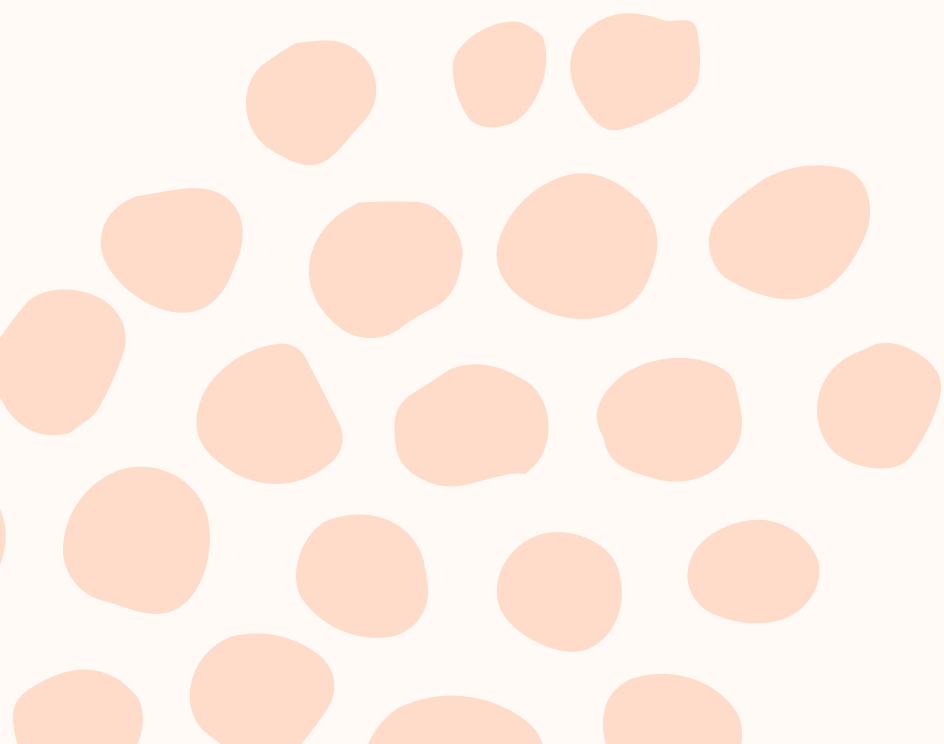
Kas ir tas, kas veicina uzvedības

problēmas?

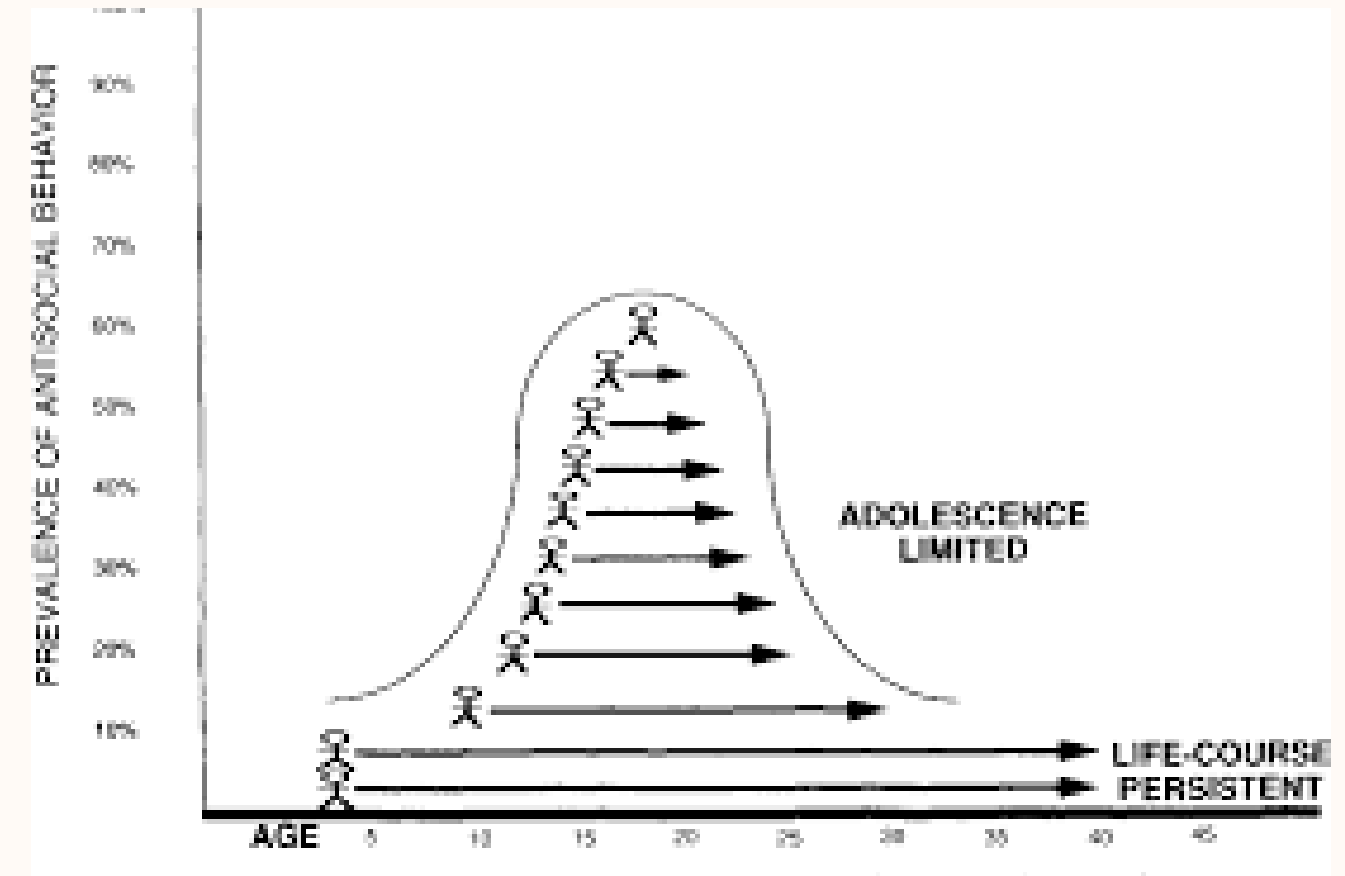
≠

Kas ir tas, kas veicina atturēšanos no

pārkāpumu veikšanas?



Atturēties no pārkāpumu veikšanas

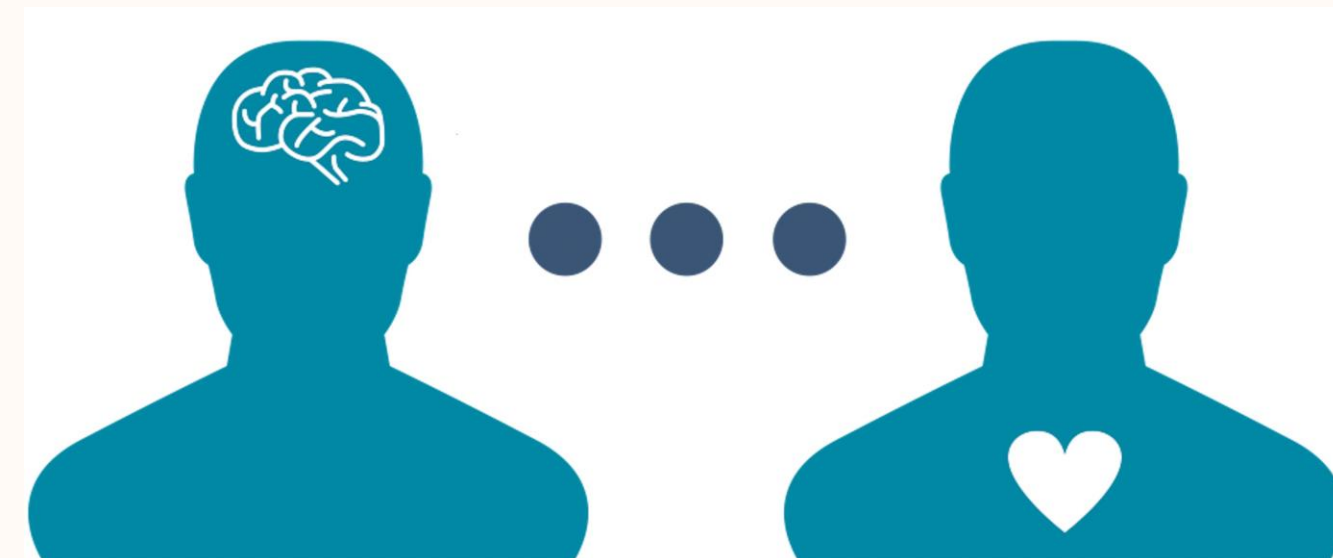


Moffitt, T.E. (1993). Adolescence-limited and life-course-persistent antisocial behavior: a developmental taxonomy. *Psychological review*, 100 4, 674-701 .

Trīs galvenās teorētiskās perspektīvas, kas koncentrējas attiecīgi uz:

- vecuma un **nobriešanas** nozīmi;
- dzīves pārmaiņām un ar tām saistītajām **sociālajām** saitēm;
- **naratīvām** izmaiņām personīgajā un sociālajā identitātē (Maruna, 2001).

Atturēšanās



- Ne tikai motivācijas, bet arī **cerības** attīstīšana un uzturēšana kļūst par galvenajiem uzdevumiem (Farrall & Calverley, 2006).
- Atturēšanās var tikt saprasta tikai cilvēku attiecību kontekstā; ne tikai attiecības starp speciālistu un pusaudzi, bet arī starp pusaudzi un tiem, kas viņam ir svarīgi (Burnett & McNeill, 2005; McNeill, 2006).
- Atturēšanās mērķis ir atklāt cilvēka rīcības brīvību, intervencēm jāveicina un jāciens pašnoteikšanās; tas nozīmē strādāt kopā ar pusaudzi, nevis priekš pusaudža (McCulloch, 2005; McNeill, 2006).



Četras Rehabilitācijas formas

McNeill, F. (2012). Four forms of 'offender' rehabilitation: Towards an interdisciplinary perspective. *Legal and Criminological Psychology*, 17(1), 18-36.

PSIHOLOĢISKĀ

Psiholoģiskās puse, ar pozitīvām, individuālām izmaiņām.

SOCIĀLĀ

Sociālā puse, statuss «Ir grūti smieties, ja tev nav nauda!»

TIESISKĀ

Tiesiskā, juridiskā puse, soda reģistrs, stigmas un zīmogi.

MORĀLĀ

Morālā puse, konflikts ar upuri, sabiedrību un taisnīguma atjaunošana.



Vērīgums pret pusaudzi



**Ja jaunietis
nesadarbojas, problēma
nav manās prasmēs –
viņam pašam jāgrib to
mainīt.**





Ja es nevaru saprast, ko
viņš domā, tad,
iespējams, viņš pats arī
to nezina.



Metafora

Mēs abi esam tumsā –
man ir lukturītis, bet tev
jāparāda, kur to
uzspīdināt.

Tas nav uzbrūkoši un
ļauj cilvēkam saglabāt
zināmu **autonomiju**.

Mēs esam atšķirīgos statusos,
vecumos, brieduma pakāpē,
salīdzinot ar pusaudžiem. Bet
vai mēs esam gudrāki par viņu
dzīvi nekā viņi paši?

Satori

<https://satori.lv/article/buss-hartshorns-mes-abi-esam-tumsa-man-ir-lukturitis>





Paldies

Krista Skara

Valsts probācijas dienests

krista.skara@vpd.gov.lv

