



## *Kā veicināt savstarpējo sadarbību*

Kursu laikā apguvu vairākus instrumentus darbā gan ar bērniem, gan pieaugušajiem, kas mērķtiecīgi fokusēti uz grupas saliedētības veicināšanu un izstumšanas (bulyinga) prevenciju. Instrumenti veidoti tā, lai uzlabotu savstarpējās attiecības, veicinātu komunikāciju prasmju attīstību, adaptāciju, kā arī trenētu apzinātību un fokusēšanās prasmes.

Mobilitātes laikā guvu priekšstatu par Horvātijas (Dalmācijas reģiona) kultūrvēsturiskajiem objektiem, apmeklējot vietējo iedzīvotāju augsti novērtētā mākslinieka Ivan Mestrovic radītos vēsturiskos pieminekļus. Ievērojams cieniņģa ir Splitas vecpilsēta, kurā atrodas arī UNESCO Pasaules mantojuma sarakstā iekļautā Diokliāna pils, kas ir viena no iespaidīgākajiem atlikušajiem romiešu pieminekļiem.

Nostiprināju angļu valodas zināšanas un sarunvalodas izpratnes līmeni. Mums bija iespēja daudz strādāt grupās, un, sadarbojoties ar dažādu valstu cilvēkiem, tika nostiprinātas iemaņas strādāt grupā un komunikācijas prasmes.

Ar kurām atziņām un metodiskajām pieejām es dalīšos ar kolēģiem? Relaksācijas un vizualizācijas vingrinājumi, fokusēšanās vingrinājumi, stresa mazināšanas vingrinājumi. Pamatā ir attiecību veidošana vienam ar otru, rūpes vienam par otru, tikai pēc tam disciplinēšana un noteikumu ievērošana.

Skolā mēs varētu ieviest mācību vielas apguves un grupu saliedēšanās pasākumus, izmantojot modernās tehnoloģijas, piem., aplikācijas (goosechase aplikācija), ka arī skolēnu vecvecāku vai aktīvo pensionāru iesaisti kā atbalstu lasīšanas prasmju uzlabošanai, kur pieaugušais ir klātesošs skolēnam, kam jāizlasa noteikts teksts. Pēcāk pārrunājot izlasītā nozīmi, būtiskāko.

# Preventing Bullying in Schools

PSIHOLOĢE  
**Ilze Pečule**

KURSU NORISES LAIKS  
30.09.-06.10.2023.

KURSU NORISES VIETA  
Splita, Horvātija

KURSU ORGANIZATORS  
Maksima Teacher Training Centre



Līdzfinansē  
Eiropas Savienības  
Erasmus+ programma