

IEPAZĪSTI SEVI UN DZĪVO LABĀKI

PSIHOLOĢIJA

Numura tēma

KĀ PASARGĀT SEVI NO IZDEĢSANAS

Pamanīt pirmās
pazīmes un
riķoties!

BĒRNI UN TALANTI

Kā izaudzināt izcilību,
nesalaužot personību

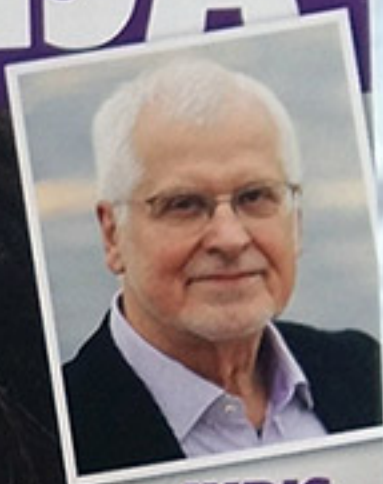
NARCISI

SAREŽĢĪTI SEV UN CITIEM

*Mākslas
terapija*
VAIRĀK MĀKSĻA VAI TERAPIJA?

Natālija Jansone

ATRADUSI BRILLES LAIMES BURTIEM



JURIS ČALĪTIS

SVARĪGĀKA
PAR PAREIZU
TICĪBU IR PAREIZA
DZĪVOŠANA

Parunāsim atklāti!
Vai joga var
sabojāt veselību?

MĪĻŠ, BET MAZLIET INFANTILS

Vai var palīdzēt
vīrietim pieaugt?



Kā atklāt bērna spējas? Kā kopt viņa talantu?
Un kā attīstīt bērna individualitāti, neuzspiežot
savu skatījumu un nemēģinot caur bērnu
īstenot savus nepiepildītos sapņus?



Vai manam bērnam ir
talants?

TEKSTS DAGNIJA MILLERE-BALANDIŅA

Mēs piedzimstam ar dotībām, nevis talantiem

Bieži vien bērnu vai pieaugušo, kurš kādā darbības jomā ir spējīgāks par citiem, mēs saucam par talantīgu. Daļa patiesības tur ir, taču, ja skatāmies niansētāk, tad spējam ir noteikti attīstības līmeņi: dotības, spējas, talants, ģenialitāte. Dotības piemīt mums visiem, ar tām piedzimstam, taču to kvalitāte atšķiras. Ja pamanām, ka bērns spēj ātrāk un labāk nekā citi vienaudži veikt konkrētas darbības, viņam šajā jomā (intelektuālajā, radošajā, akadēmiskajā, tehniskajā, saskarsmes u. c.) ir īpašas dotības. Toties spējas ir bioloģisko dotību un audzināšanas summa, kas izpaužas praktiskā darbībā. Tikai tad, kad tiek apzinātas dotības, mēs varam rast pamatu spēju un tālāk jau arī talantu attīstībai.

Talants attīstās darbībā. Tas ietver sevi dotības, kuras, pateicoties neatlaidīgam un regulāram darbam, ir pārgājušas jaunā, daudz augstākā kvalitātē, tuvojoties izcilībai. «Ja iedzimtas dotības individuālam nav vērojamas, visticamāk, attīstīt prasmes līdz augstam līmenim, šajā gadījumā – talantam, būs ļoti grūti, gandrīz neiespējami. Protams, ar cītīgu darbu var panākt ļoti daudz, taču šie griesti būs augstāki tam, kurš jau kopš dzimšanas būs apveltīts ar īpašām dotībām,» precīzi psiholoģe Līga Bernāte. Spēju augstākais līmenis ir ģenialitāte, kas, tāpat kā

talants, neiedzimst, bet ko varam sasniegt ar milzīgu darbu, izkopjot un izstrādājot savu talantu līdz perfekcijai.

Neolaupīt bērību, bet arī nenokavēt

Tas, kāda izveidosies bērna personība un cik veiksmīgi tiks atpazītas un attīstītas viņa dotības, lielā mērā atkarīgs no vecākiem. «Ir gadījumi, kad tieši audzināšanas ietekmē gūtās personības īpašības un komunikācijas prasmes vai neprasmes bremzē talantu attīstību. Tāpat ir svarīgi just mēru un robežas, lai nenodarītu bērnam pāri. Vērtīgi, ja mazotnē tiek izmēģinātas dažādas nodarbes un pulciņi, tā pieņemoties savu dotību un interešu atpazīšanai. Taču ir svarīgi bērnam neolaupīt bērību, jo laimīga bērnība un spēja spēlēties ir bāze, uz kuras vēlāk, līdz ar skolu, bērns var veiksmīgi attīstīt savas spējas. Pārmērīgs nodarbinātības grafiks bērnudārza vecumā var veicināt pārdeģšanu un nodarīt vairāk ļauna nekā laba veselīgai bērna attīstībai,» skaidro psiholoģe.

Viedokļi dalās, taču pavīd arī uzskats, ka viens no dabisko dotību neizmantošanas iemesliem ir tieši vispārējā izglītība. Vispārīgā izglītības iestāžu programmās lielākais akcents tiek likts uz vidējiem standartiem (vai arī palīdzot tiem, kam mācībās nesokas), un bērniem, kam piemīt īpašas dotības, netiek pievērsta pastiprināta uzmanība. Tāpat netiek veicināta augsta līmeņa domāšanas attīstīšana. Skolā ļoti veiksmīgi iemācāmies iegaumēt un atkārtot informāciju, taču ne patstāvīgi domāt, analizēt un kritiski izvērtēt informāciju un apkārt notiekošo. Pedagoģis un zinātnieks Jānis Imants Birzkops ir teicis: «Skolēniem jāmača augstākā līmeņa domāšanas prasmes (angliski – *higher order thinking skills*), ne tikai iekalt zināšanas. Ne velti daudzās valstīs skolu programmās iekļauti priekšmeti, kas saistās ar kvalitatīvu iz-

plastika, šahs, drāma, Un kā karaliene nenorindā ir muzicēšana. Cilvēki obligāti jākļūst par mūziķi, kas spēlēt kādu instrumentu



KONSULTE
LĪGA BERNĀTE,
KLINISKA PSIHOLŌGE,
PSIHOTERAPEITE



KONSULTE
BETIJA PUTNIŅA,
LĪDERU & ORGANIZĀCIJU
ATTĪSTĪBAS KONSULTANTE UN
SUPERVIZORE, PERSONĪGĀS
UN PROFESIONĀLĀS
IZGLĪBAS TRENERE (KOČIŅI)

veicina augstāko prāta spēju attīstību.» Tieši tāpēc bērnu vecāki nereti izlemj par labu interešu izglītībai.

Spersim pirmo soli – būsim vēriģi!

Personīgās un profesionālās izaugsmes trenere Betija Putniņa atzīst, ka visai bieži gadās sastapt cilvēkus, kas regulāri maina darbus, nespējot atrast sev piemērotāko. «Situācijās, kad ieklausos vecākos, kas pārdzīvo, ka viņu atvase vēlas pamest uzsāktās nodarbes un pāriet no viena pulciņa uz citu, man gribas iedrošināt, sakot – bet kad tad, ja ne bērnībā? Tas ir vispiemērotākais laiks, lai eksperimentētu un iepazītu sevi un savu potenciālu. No vienas puses, vecāku bažas ir saprotamas, jo gribas, lai bērns izaug mērķtiecīgs un neatlaidīgs, un šāda mētāšanās viņam nepalīdz izaugt ar stingru mugurkaulu. No otras puses – kā iespējams uzzināt, kas bērnam padodas un patīk, ja viņš to nepamēģina?»

Kam pievērst uzmanību, lai gūtu vērtīgu informāciju par sava bērna interesēm un dotībām? Iesaka Betija Putniņa.

- **Pavērojiet bērna dabiskās intereses.** Vērojiet, ko jūsu bērns ar baudu dara savā brīvajā laikā. Tas palīdzēs jums noteikt viņa dabisko, paaugstināto ieinteresētību kādā jomā.

- **Uzklausiet skolotāju novērojumus.** Audzinātājiem un skolotājiem

Zināšanas var krāt visu mūžu, turpretī laiks, kas dots spēju attīstīšanai, ir visnotaļ ierobežots.

ir priekšrocība jūsu bērnu ik dienas novērot radošajos pulciņos, klases diskusijās, piedaloties projektos. Tieši viņi ir aculiecinieki tam, kādu lomu bērns visbiežāk izvēlas komandas darbā un kā mijiedarbojas ar citiem.

- **Sekmes mācībās.** Ja jūsu bērns parāda izcilu sniegumu kādā no mācību priekšmetiem, tas var norādīt uz viņam piemērotām dotībām un/vai interesi par konkrēto priekšmetu. Taču nedrīkstam izslēgt arī iespējamību, ka, par spīti bērna dotībām, viņš var izlemt šīs prasmes neattīstīt augstākā līmenī, ja negūst no šīs nodarbes prieku un gandarījumu.

- **Vērojiet bērna aktivitāšu izvēli.** Ar ko jums visvieglāk izdodas piesaistīt bērna uzmanību? Ja jūsu bērnam ir mākslinieciskas dotības, viņam, visticamāk, patīks radošas aktivitātes – rokdarbi, zīmēšana, dizains u. c. Savukārt, ja bērnam ir kinestētiskās dotības, viņš, ļoti iespējams, izvēlēsies kustību aktivitātes.

- **Talanti netradicionālās jomās.** Dotībām ne vienmēr jāizpaužas kādā no tradicionālajiem veidiem, piemēram, zīmēšanā vai dziedāšanā. Tikpat labi jūsu bērns var būt ļoti veiksmīgs sarunu vedējs, kam izdodas argumentēt savu viedokli un pārliecināt par to citus. Šīs kvalitātes nākotnē var palīdzēt jūsu bērnam kļūt, piemēram, par labu juristu. Tāpēc būsim atvērti!

- **Pavērojiet bērna televīzijas programmu izvēli.** Piemēram, ja jūsu bērns ir interesēts piesaistīt dažādu veidu raidījumi par mašīnām, tā var būt pazīme, ka, iespējams, viņu interesē automobiļu inženierija.

- **Pievērsiet uzmanību tam, par ko bērnam ir izteikta ziņkāre.** Ja jūsu bērns kādā jomā būs patiesi ieinteresēts, visticamāk, viņš par šo tēmu visai bieži un nenogurstoši uzdos jums dažādus jautājumus. Viņa lielā dedzība un entuziasms kļūs acīm redzami.

