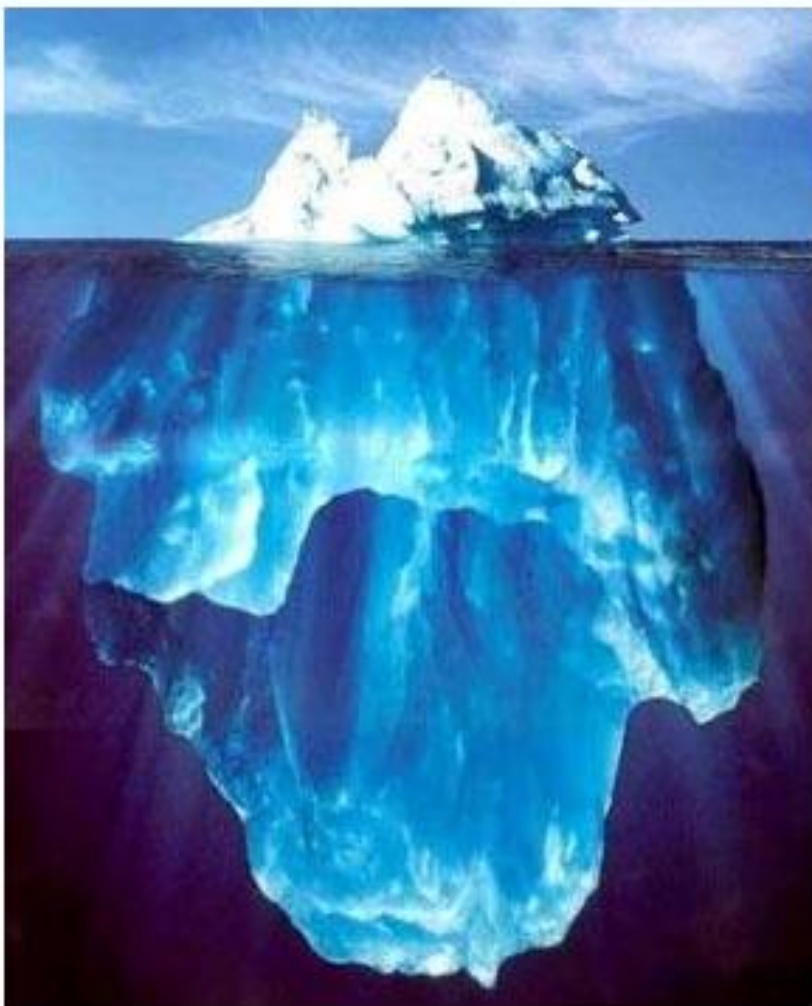




**„Komunikācijas aspekti darbā  
ar vardarbībā cietušām  
un vardarbību veikušām  
personām”**

Klīniskā psiholoģe  
Mg.Psych. Zanda Neilande



Redzamā daļa -  
Cilvēka  
**UZVEDĪBA,  
ATTIEKSME**

Neredzamā daļa -  
Cilvēka  
**VAJADZĪBAS,  
INTERESES,  
VĒRTĪBAS,  
PRIEKŠSTATI,  
PIEREDZE...u.tt.**

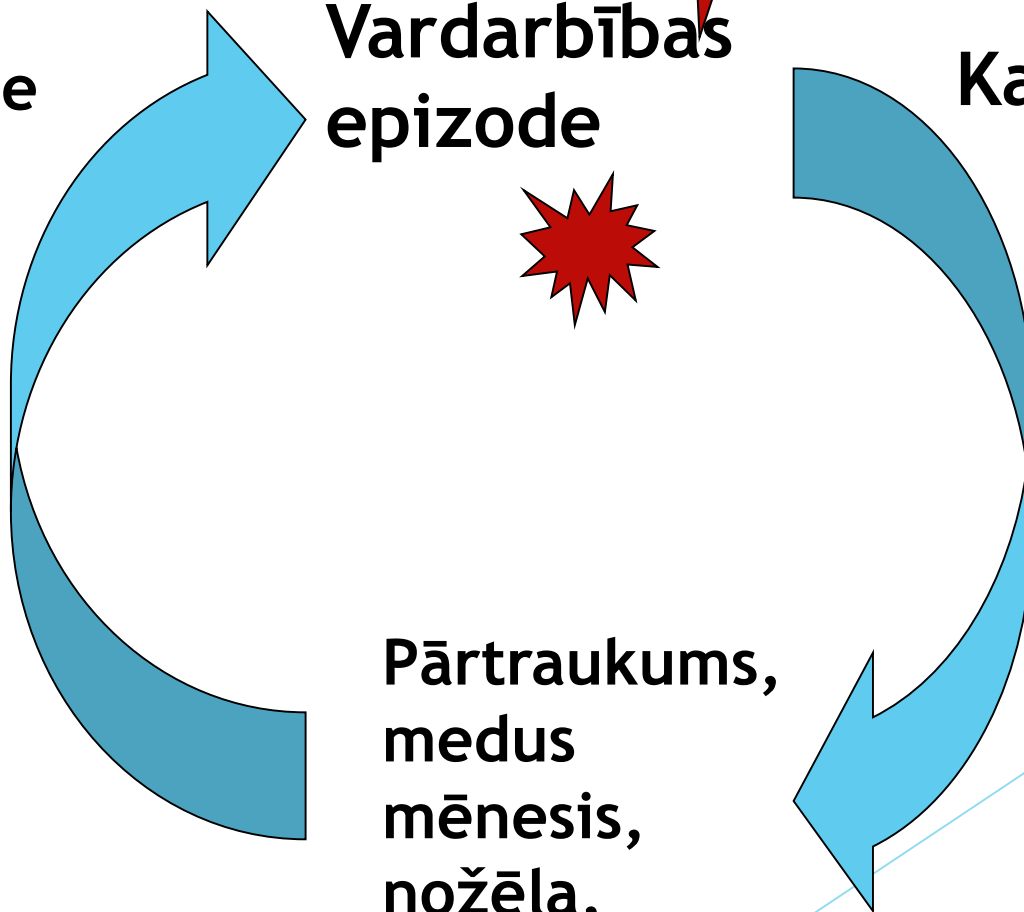
# Vardarbības cikls (aplis, spirāle)

Spriedze  
pieaug

Vardarbības  
epizode

Kauns,  
sāpes,  
vaina

Pārtraukums,  
medus  
mēnesis,  
nožēla,  
cerība



# Vardarbība

- ▶ Vardarbība kā sekas bezspēcībai - cilvēks nespēj atrast citu izeju no konfliktsituācijas, saredz vardarbību, kā vienīgo veidu kā rīkoties.



## 4 noliegšanas līmeņi: (Barrett & Trepper)

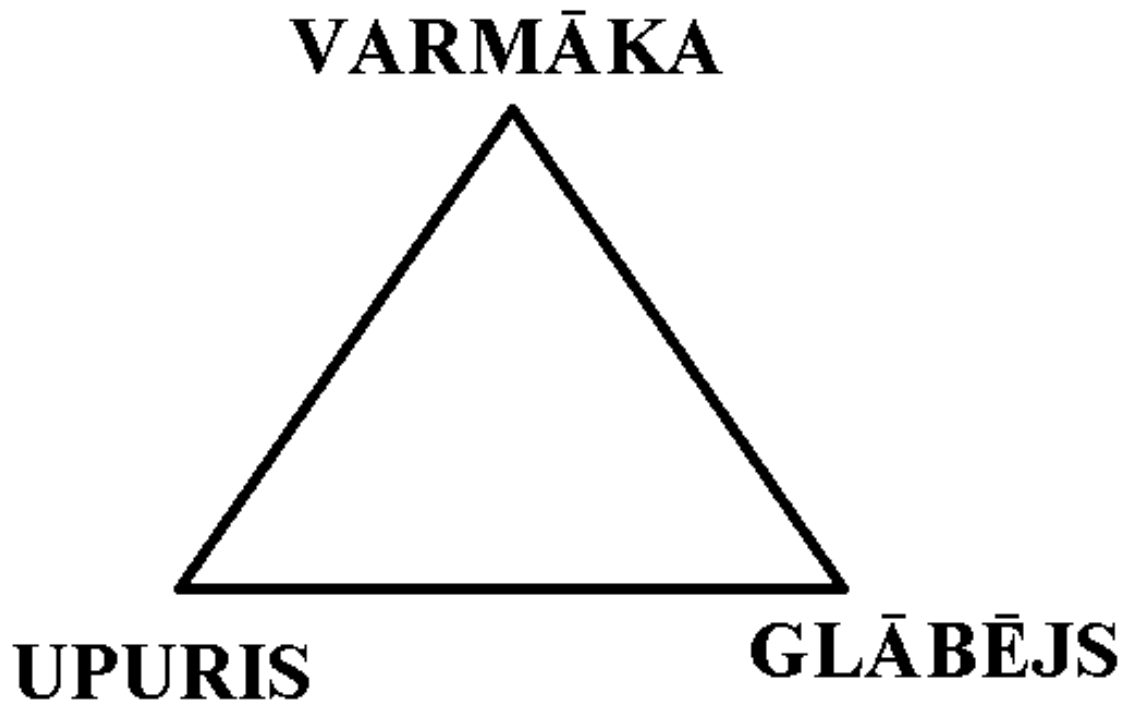
1. Faktu noliegšana - “Nav taisnība, tas nenotika”;
2. Savas rīcības apzināšanās noliegums - “Es nezinu, kas ar mani notika”;
3. Atbildības noliegums - “Tā nav mana vaina”;
4. Vardarbības un tās seku noliegums “Tas jau nav nekas nopietns”.

# VARDARBĪBA IR VARMĀKAS ATBILDĪBA!

Cilvēks nesit otram  
tāpēc, ka tas ir  
vajadzīgs otram!  
Cilvēks sit tāpēc, ka  
tas ir vajadzīgs  
pašam!



# Karpmana trijstūra mehānisms līdzatkarīgo attiecību funkcionēšana



# Motivācija pozitīvām pārmaiņām





# Motivējošās sarunas stils

- ▶ neuzstāj, ka cilvēkam ir **problēma** un viņam nepieciešamas pārmaiņas;
- ▶ nepiedāvā tiešu **padomu**;
- ▶ **neieņem autoritāru/eksperta pozīciju**, atvēlot otram tikai pasīva dalībnieka lomu;
- ▶ **neaizstāj sarunu ar lekcijas lasīšanu**;
- ▶ **nepiekarini diagnostiskas etiķetes** (problēma, tas ir nenormāli, slimība...);
- ▶ **nenosodi**.

# Motivējošās sarunas galvenās tēzes

Galvenais ir sarunā radīt **drošības, sapratnes un atbalsta sajūtu**, lai:

- ▶ palīdzētu pārdomāt savu uzvedību;
- ▶ palīdzētu tikt skaidrībā, vai viņš/a ir gatavs kaut ko mainīt;
- ▶ palīdzētu tikt skaidrībā, kā vajadzētu un varētu rīkoties, īstenojot ieplānotās izmaiņas.

# Motivējošās sarunas principi

Mēģinot palīdzēt cilvēkam tikt skaidrībā par savu uzvedību, nepieciešams sekot šādiem pamatprincipiem:

- ▶ **līdzpārdzīvot;**
- ▶ **atklāt pretrunas (svārstīšanos un šaubas attiecībā uz problēmu) un strādāt ar tām;**
- ▶ **izvairīties no strīdiem un tiešas pārliecināšanas, centieniem pierādīt;**
- ▶ **mazināt pretošanos;**
- ▶ **atbalstīt, attīstīt pastāvību lēmumu pieņemšanā un īstenošanā.**

# Motivēšana ?

Kā motivēt klientu  
saņemt pakalpojumu  
vardarbīgas uzvedības  
mazināšanai?

# Motivēšana ?

Kā motivēt klientu  
saņemt pakalpojumu  
no vardarbības  
cietušai personai?

# Motivēšana pārtraukt vardarbību pret sevi un bērniem:

1. Nākotnes perspektīvu modelēšana;
2. Resursu apzināšana;
3. Bērni.

# Motivēšana pārtraukt vardarbību pret sevi un bērniem (turp.):

## Bērni-

vardarbība ģimenē skar bērna drošības uztveri. Drošība ir attīstības pamats.

- ▶ Vardarbības situācijā bērni parasti mēģina saprast šķietami neaptveramo, paši uzņemoties vainu un atbildību.
- ▶ Vardarbības radītās sekas bērniem (šobrīd un iespējamās nākotnē).

## Vajadzības bērniem, kuri piedzīvojuši vardarbību:

1. Lai vardarbība beigtos!
2. Lai cietušais aprūpētājs saņemtu palīdzību un spētu bērnam nodrošināt drošu vidi, iepriekšparedzamību, konsekvenci.
3. Lai varmāka uzņemtos atbildību par to, ko nodarījis un mainītos vai arī netuvotos.



# Komunikāciju veicinošie faktori & šķēršļi

# AKTĪVĀ KLAUSĪŠANĀS

- ▶ neverbālā sazināšanās,
- ▶ atvērtie jautājumi,
- ▶ slēgtie jautājumi,
- ▶ atbalstošie signāli,
- ▶ precizējošie signāli,
- ▶ parafrāzēšana
- ▶ apkopojošie signāli,
- ▶ jūtu atspoguļojošie signāli.

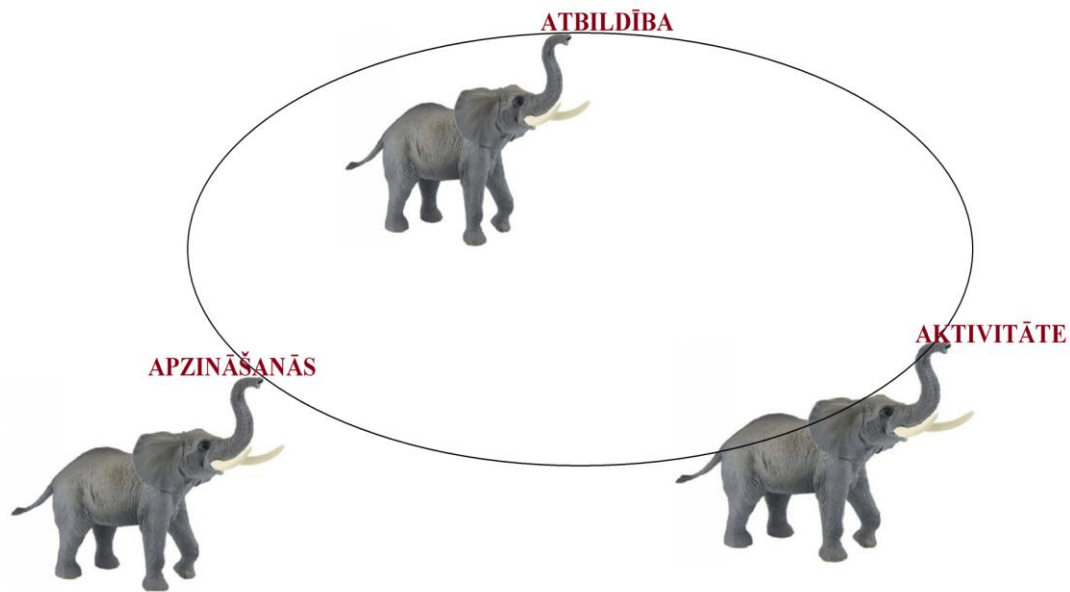


# KOMUNIKĀCIJAS ŠĶĒRŠĻI & SLEPKAVFRĀZES

1. UZBRUKUMI
2. ANONIMIZĒŠANA
3. NOZĪMES MAZINĀŠANA
4. NOMĀKŠANA vai PIERUNĀŠANA
5. PĀRSPĪLĒJUMI
6. NESAISTOŠI APGALVOJUMI
7. VISPĀRINĀŠANA
8. ŠĶIETAMĀ PIEKRIŠANA (“Jā, bet...”)
9. AIZPLĪVUROJUMI
10. PĀRMETUMI

# Pārmaiņu stūrakmeņi - 3A

Formula konstruktīvām uzskatu un uzvedības izmaiņām



# Izmantotie literatūras avoti:

- ▶ Metodiskais materiāls sociālajam darbam ar vardarbībā cietušām un vardarbību veikušām personām, Eiropas Sociālā Fonda projekts, 2020.
- ▶ Rokasgrāmata - metodes un pieejas sociālā darba jomā, Kuldīgas novada pašvaldības aģentūras Sociālais dienests, Kuldīga, 2011.
- ▶ TAVIM ārstnieciskās programmas rokasgrāmata, Daphne EU projekts, 2007.
- ▶ Informācija no semināra “Alternatīva vardarbībai”, Ingera Brita Līne (*Inger Brit Line*) un Brita Trānholma Hansena (*Britta Tranholm Hansen*), Tukums, 2016.



***Paldies par sadarbību!***