

# PVO Aprūpētāju prasmju e-apmācības ģimenēm ar bērniem ar attīstības traucējumiem vai aizkavētu attīstību

## Terminu skaidrojums

Šajā sarakstā ir norādīti PVO e-kursā “Aprūpētāju prasmju apmācības ģimenēm ar bērniem ar attīstības traucējumiem vai aizkavētu attīstību” (eAPA). lietotie vārdi un frāzes. Termini ir izkārtoti secībā, kādā tie parādās kursā. Tabulā atradīsiet kursā izmantotos vārdus un frāzes, to definīciju vai skaidrojumu, piemēru, kā katrs vārds vai frāze tiek lietota eAPA, un kur tas kursā tiek pieminēts pirmo reizi.

| eAPA lietotais vārds vai frāze | Definīcija vai skaidrojums                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Lietošanas piemērs eAPA                                                                                              | Modulis, kurā tiek lietots pirmo reizi |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| Aizkavēta attīstība            | Bērni ar aizkavētu attīstību sasniedz attīstības atskaites punktus (piemēram, runāšanu, staigāšanu, sociālo uzvedību) vēlāk, nekā paredzēts viņu vecumam (vai koriģētajam vecumam, ja bērni ir dzimuši priekšlaicīgi) (1).                                                                                               | Šis apmācību kurss ir paredzēts aprūpētājiem, kuri aprūpē bērnus ar attīstības traucējumiem vai aizkavētu attīstību. | Kursa ievads                           |
| Attīstība                      | Izmaiņas, kas notiek, bērnam augot un apgūstot jaunas prasmes, piemēram, kustības un staigāšanu, komunikāciju, saskarsmi ar cilvēkiem, rotaļas un citas jaunas iemaņas                                                                                                                                                   | Ārsts Marijai un viņas vīram paskaidroja: “Es pārbaudīju jūsu bērna attīstību.”                                      | Kursa ievads                           |
| Traucējumi                     | Traucējumi rodas veselības stāvokļa, vides un personisko faktoru mijiedarbības rezultātā. Traucējumi var izpausties trīs līmeņos: ķermeņa uzbūves vai funkciju traucējumi (piemēram, cerebrālā trieka), ierobežota darbība (piemēram, nespēja sazināties) un ierobežota līdzdalība (piemēram, izslēgšana no skolas) (1). | Bērniem ar attīstības traucējumiem vai aizkavētu attīstību aprūpētāji var palīdzēt mācīties.                         | Kursa ievads                           |
| Iesaiste; uzmanības noturēšana | Ieinteresētība veikt kādu darbību individuāli vai kopā ar citu personu.                                                                                                                                                                                                                                                  | Viens no eAPA mērķiem ir iesaistīt bērnus mijiedarbībā.                                                              | 1                                      |
| Kopīga iesaiste                | Otra cilvēka ievērošana un kopīgi veikta darbība. Kopīgas iesaistes laikā pieaugušajam un bērnam kopā ir jāveic kāda darbība. Katram jāuzņemas noteikta loma un jākoncentrējas gan vienam uz otru, gan uz darbību.                                                                                                       | Kopīga iesaiste ir vislabākais mācīšanās veids.                                                                      | 1                                      |

| eAPA lietotais vārds vai frāze | Definīcija vai skaidrojums                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Lietošanas piemērs eAPA                                                                                                        | Modulis, kurā tiek lietots pirmo reizi |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| Žests                          | Ķermeņa daļas, īpaši rokas vai galvas, kustība, lai paustu kādu domu vai ideju.                                                                                                                                                                                                                                         | Kursā uzmanība galvenokārt tiek pievērsta <i>norādīšanai, rādīšanai un došanai.</i>                                            | 1                                      |
| Uzlabot                        | Veikt pozitīvas izmaiņas.                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jūs apgūsiet jaunas prasmes, kas palīdzēs jūsu bērnam piedalīties ikdienas aktivitātēs un uzlabot savu uzvedību.               | 1                                      |
| Kontrolēta uzvedība            | Mierīgs, modrs un gatavs mācīties. Uzvedības termometrā tiek dēvēta arī par “vēsu” jeb “zaļu” uzvedību.                                                                                                                                                                                                                 | Aprūpētāji var palīdzēt bērniem noturēt uzmanību un kontrolēt savu uzvedību.                                                   | 1                                      |
| Nekontrolēta uzvedība          | Spēcīgs satraukums, dusmas vai pārmērīgs uzbudinājums. Bērnam, kuram ir nekontrolēta uzvedība, ir nepieciešama palīdzība, lai nomierinātos. Iespējamās pazīmes ir šādas: raudāšana, kliegšana, čīkstēšana, dusmu lēkmes vai emocionāls sabrukums, bēgšana, vārtīšanās pa grīdu, pārmērīgs uzbudinājums vai skraidīšana. | Bērns, kura uzvedības termometra rādītājs ir “sarkans” jeb “karsts”, nekontrolē savu uzvedību.                                 | 1                                      |
| Uzmanība                       | Īpaša vērība vai rūpes par kādu vai kaut ko.                                                                                                                                                                                                                                                                            | Pamāniet, kad jūsu bērns labi uzvedas, un reaģējiet, pievēršot bērnam uzmanību, smaidot un sakot jaukus vārdus.                | 1                                      |
| Uzmanības pievēršana           | Koncentrēšanās uz kaut ko, ignorējot pārējo, kas ir apkārtējā vidē.                                                                                                                                                                                                                                                     | Kopīga iesaiste nozīmē to, ka bērns vienlaicīgi pievērš uzmanību divām lietām: jums un jūsu kopīgajai aktivitātei.             | 2                                      |
| Aizspriedumi                   | Negatīva attieksme un uzskati, kā arī spēcīga nosodījuma sajūta, ko daži cilvēki sabiedrībā izjūt pret noteiktām grupām – parasti netaisnīgi. Aizspriedumi var izraisīt nosodījumu, negatīvu rīcību un diskrimināciju.                                                                                                  | Reizēm aprūpētāji, kas aprūpē bērnus ar attīstības traucējumiem vai aizkavētu attīstību, savā vidē saskaras ar aizspriedumiem. | 2                                      |

| eAPA lietotais vārds vai frāze     | Definīcija vai skaidrojums                                                                                                                                                                                                                                                         | Lietošanas piemērs eAPA                                                                                                         | Modulis, kurā tiek lietots pirmo reizi |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| Rutīna                             | Rutīna ir darbība, ko veido skaidri, nelieli un jēgpilni soļi, kas kopā veido stāstu. Rutīnas var atkārtot un var sākt no jauna. Gan bērnam, gan pieaugušajam ir aktīva loma, un abi rutīnas laikā darbojas kā partneri. Laika gaitā varat rutīnai pievienot jaunus soļus.         | Jūs varat palīdzēt bērniem iesaistīties rotaļās un ikdienas rutīnās.                                                            | 5                                      |
| Rotaļas ar cilvēkiem               | Rotaļas, kuru laikā bērni nespēlējas ar rotaļlietām vai priekšmetiem, bet gan rotaļājas, mijiedarbojoties ar cilvēkiem (piemēram, sitot plaukstas, dziedot, šūpojoties un spēlējot bēgšanas/ķeršanas spēles).                                                                      | Rotaļas ar cilvēkiem patīk visu vecumu bērniem.                                                                                 | 6                                      |
| Vienkāršas rotaļas ar priekšmetiem | Rotaļu veids, ko novēro, kad bērni ir tikko sākuši spēlēties ar rotaļlietām vai priekšmetiem un veic ar tiem atsevišķas darbības (piemēram, ripina bumbu, stumj rotaļlietu pa zemi, krata vai nomet priekšmetus).                                                                  | Bērni, kuriem patīk nomest, sist un kratīt priekšmetus, izmanto vienkārša veida rotaļas ar priekšmetiem.                        | 6                                      |
| Priekšmetu salikšanas rotaļas      | Rotaļu veids, kas parasti attīstās pēc vienkāršām rotaļām ar priekšmetiem. Šajā līmenī bērni rotaļājas, kraujot priekšmetus vienu uz otra, liekot tos tvertnēs un būvējot konstrukcijas (piemēram, liek akmeņus kastē, liek glāzītes vienu uz otras, būvē torni no priekšmetiem).  | Bērni, kuriem patīk kraut priekšmetus, būvēt un likt priekšmetus tvertnēs, izmanto priekšmetu salikšanas rotaļu veidu.          | 6                                      |
| Pamata līmeņa iztēlošanās rotaļa   | Nākamais rotaļu posms pēc priekšmetu salikšanas rotaļām. Bērni sāk izmantot iztēli, lai veiktu ikdienišķas aktivitātes ar rotaļlietām (piemēram, spēlējas ar rotaļu dzīvniekiem, saliekot tos kopā fermā; izliekoties, ka pārlej dzērienu krūzītēs, izliekoties, ka baro zīdāini). | Bērni, kuriem patīk veikt ikdienišķas darbības ar rotaļu dzīvniekiem un lellēm, izmanto pamata līmeņa iztēlošanās rotaļu veidu. | 6                                      |
| Augstākā līmeņa iztēlošanās rotaļa | Nākamais rotaļu veids, kas seko pēc pamata līmeņa iztēlošanās rotaļām, un ietver vairāk iztēles un radošuma (piemēram, bērns izliekas par māti, kas gatavo maltīti                                                                                                                 | Bērni, kuriem patīk iztēloties, ka lelles un dzīvnieki ir dzīvi, izmanto augstākā līmeņa iztēlošanās rotaļas veidu.             | 6                                      |

| eAPA lietotais vārds vai frāze | Definīcija vai skaidrojums                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Lietošanas piemērs eAPA                                                                                                                           | Modulis, kurā tiek lietots pirmo reizi |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
|                                | ģimenei, vai iztēlojas, ka lelles un dzīvnieki ir dzīvi un staigā, runā, ēd vai gul).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                   |                                        |
| Dalīšanās                      | Komunikācija, lai dalītos, ir komunikācija, kuras mērķis ir dalīties savās interesēs ar otru cilvēku. Komunicējot, lai dalītos, mēs mēģinām panākt, lai otrs cilvēks pamanītu kaut ko interesantu vai negaidītu. Komunikācija, lai dalītos, nav tas pats, kas dalīšanās ar rotaļlietām (ļaut kādam citam izmantot savas rotaļlietas) vai dalīšanās ar ēdienu (dot kādam citam daļu sava ēdiena).               | Mūsu komunikāciju motivē divi galvenie iemesli: mēs komunicējam, lai kaut ko lūgtu, vai komunicējam, lai dalītos savās interesēs ar otru cilvēku. | 7                                      |
| Pāreja                         | Vienas darbības aizstāšana ar citu darbību. Pārejas bieži vien ir grūtas tad, kad bērnam tiek lūgts pāriet no viņam patīkamas darbības (piemēram, rotaļas) uz nepatīkamu darbību (piemēram, gulēt iešana).                                                                                                                                                                                                     | Grūtās pārejas dēļ bērns var zaudēt kontroli pār savu uzvedību.                                                                                   | 10                                     |
| Zaļš/vēss                      | Mierīgs, modrs un gatavs mācīties, jeb "kontrolēta uzvedība". Iespējamās pazīmes ir šādas: bērns smaida un smejas, viņa ķermenis ir mierīgs un atslābināts, bērns izdod skaņas vai runā.                                                                                                                                                                                                                       | Bērniem var būt "zaļa" jeb "vēsa" uzvedība. (Skatiet uzvedības termometru)                                                                        | 10                                     |
| Silts/dzeltens                 | Parādās pirmās neapmierinātības, satraukuma vai dusmu pazīmes. Pazīmes, kuras pamanīsiet: atkārtotu skaņu izdošana, čīkstēšana, dusmu lēkmes vai emocionāla sabrukuma uzvedība, knibināšanās, kustēšanās, skatīšanās apkārt, negaida savu kārtu vai nepiedalās rutīnas procesā, kļūst "neiesaistīts". "Silta" jeb "dzeltena" uzvedība var būt brīdinājuma signāls par gaidāmu "sarkanu" jeb "karstu" uzvedību. | Bērniem var būt "silta" jeb "dzeltena" uzvedība. (Skatiet uzvedības termometru)                                                                   | 10                                     |
| Karsts/sarkans                 | Spēcīgs satraukums, dusmas vai pārmērīgs uzbudinājums. Bērnam, kuram ir                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Bērniem dažkārt var būt "karsta" jeb "sarkana" uzvedība.                                                                                          | 10                                     |

| eAPA lietotais vārds vai frāze | Definīcija vai skaidrojums                                                                                                                                                                                                                                   | Lietošanas piemērs eAPA        | Modulis, kurā tiek lietots pirmo reizi |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------|
|                                | “karsta”/”sarkana” uzvedība, ir nepieciešama palīdzība, lai nomierinātos. Iespējamās pazīmes ir šādas: raudāšana, kliegšana, čīkstēšana, dusmu lēkmes vai emocionāls sabrukums, bēgšana, vārtīšanās pa grīdu, pārmērīgs uzbudinājums vai skraidīšana apkārt. | (Skatiet uzvedības termometru) |                                        |

## Atsauces

1. Early childhood development and disability. Geneva: World Health Organization; 2012 ([https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/75355/9789241504065\\_eng.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/75355/9789241504065_eng.pdf), accessed 25 November 2021.)

© Pasaules Veselības organizācija, 2022.

Atsevišķas tiesības aizsargātas. Šis dokuments ir pieejams saskaņā ar *Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 IGO* licenci (CC BY-NC-SA 3.0 IGO); <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo>).