

Vecākiem

Speciālisti atbild uz vecāku jautājumiem:

**Par bērna uzvedību
ēdienreizēs pie galda**

**Kā iemācīt bērnam
nepazaudēt savas mantas?**

**Kā atpazīt un attīstīt
bērnā talantu?**

Ko nozīmē emocionāli neaprūpēts bērns?

**Psihologes ieteikumi,
kurus vecākiem izman-
tot ikdienā, izrādot
emocionālās rūpes par
saviem bērniem.**

Astroloģiskais špikeris

**Izpēti sava bērna
horoskopu un noskaidro,
kāda veidā viņš uztver
informāciju**



Redakcijas sleja



FOTO: Andris Bērziņš

Arprieku tiekamies ar jums, mūsu lasītāji, arī šajā gadā! Paldies visiem par interesi un atbalstu pielikuma veidošanā! Novēlam gan jums, gan mums turēties pie savas sirdsgudrības un rast radošo spēku atklāt jaunus apvēršņus savā ikdienas dzīvē!

Aicinām arī šo gadu pavadīt kopā ar mums visiem tiem bērnu vecākiem, kas ir gatavi uzņemties atbildību par saviem lēmumiem – kuri ir gatavi turēt roku nevis uz bērnu vai skolotāju, bet uz sava pulsa – esot kopā un līdzās bērnam – palīdzot viņam un no jauna izzinot sevi. Kā ierasts, tiekamies ik pēc divām nedēļām – ar jauniem, praktiskiem un domāt vedinošiem stāstiem par bērnu veselību, psiholoģiju un skološanās gaitām.

Taču ir arī jaunumi... Šo gadu uzsākam ar jaunu iespēju: lasīt speciālistu atbildes uz mums, vecākiem, interesējošiem jautājumiem. Paldies par šiem, un droši sūtiet nākamās uz e-pasta adresi vecakiem@izglitiba-kultura.lv.

Šis noteikti ir ļoti labs gads skaistām pārmaiņām, tikai mazliet drosmes – un dzīve notiek!

Lai mums visiem izdodas!

Speciālisti atbild uz vecāku jautājumiem



FOTO: www.smashinglists.com

1. Ko darīt, ja bērns neadekvāti uzvedas pie galda ēšanas laikā? Respektīvi, ir vai nu sašļucis un nevar noturēt taisnu muguru, un slinki baksta ēdienu, vai arī visu laiku dīdās un grozās krēslā, nevarot mierīgi nosēdēt?



Kristīne Stalīdzāne,
fizioterapeite

FOTO: no personīgā arhīva

Pirmkārt, jāiekārto bērna sēdvietā pie galda, ir jābūt pietiekami augstam krēslam ar atzveltni un obligāti – pēdu balstam. Ja nav pēdu balsta, tad bērns nevarēs noturēt taisnu muguru – sēdēs sašļucis. Otrkārt, jāmāca ēšanas kultūra – izrādīt lielu cieņu pret pārtiku; izskatīt, izostīt, izbaudīt ēdienu. Ir jākoncentrē bērna uzmanība uz pārtiku, nedrīkst plāpāt, skatīties televīziju vai spēlēt pie galda. Pieaugušajiem ir jābūt pacietīgiem, lai arī ar savu piemēru sniegtu bērnam izpratni par ēšanas procesu.



FOTO: www.b.vimeo.cdn.com

Elvita Rudzāte,
psiholoģe, Sokrata tautskolas valdes locekle

Ja bērns ir nemierīgs, tas nozīmē, ka bērnam ir stress. Parasti tas ir stress „bailes „mani nemīl””. Bērnam ļoti pietrūkst vecāku mīlestības. Bērnam ir sajūta, ka no viņa tikai prasa, un viņš nejūtas brīvs savā uzvedībā. Viņš cenšas kaut kādā veidā apmierināt vecāku prasīgumu – tikai dīdoties, viņš to spēj izdarīt, jo viņš ļoti vēlas, lai vecāki viņu mīlētu. Mīlie vecāki, mīliet savu bērnu tādu, kāds viņš ir, un pārstāji izvirzīt viņam savas prasības.

2. Kā un kurā vecumā iemācīt bērnam sekot līdzī savām mantām? „Dārziņā” viņam vienmēr kaut kas ir pazudis vai aizmirsies, kur manta nolikta.

Kristīne Stalīdzāne, fizioterapeite

Sekot līdzī savām mantām jāsāk mācīt jau zīdaiņa vecumā. Izklaidība ir saistīta ar to, ka bērns nekoncentrē savu uzmanību uz darba procesu, kā arī nespēj pārslēgties no vienas darbības uz otru. Piemēram, ēd un spēlējas, ģērbjas un kaut ko aizrautīgi stāsta.

Vecāku pamatzudums ir iemācīt koncentrēties konkrētajā procesā. Jābūt struktūrai un secībai – kur ēst, kā un kur ģērbties, kad jāmazgājas utt. Šo režīmu palīdz organizēt vecāki kopā ar bērnu. Piemēram, ir jāģērbjas, bet mazajam pirmklasniekam „pilna sirds” ar stāstāmo, tātad mamma pasaka: tev ir jāsaģērbjas un jāizstāsta savi jaunu – ko tu gribi izdarīt sākumā?

Bērns ir jāieinteresē veikt darbību, lai viņam parādās iekšējā motivācija. Ģērbšanu, somas kārtošanu vai ēšanu arī var padarīt par radošu procesu.

3. Kā pamanīt, ka manam bērnam ir talants, un kā to attīstīt? Ja bērnam patīk izpausties, piemēram, ar zīmēšanu, vai būtu vajadzība uzreiz sūtīt mākslas skolā?



FOTO: menessmeitens.files.wordpress.com

Jānis Anmanis, mākslinieks, „Bērnu mākslinieciskās fantāzijas akadēmijas” dibinātājs un vadītājs

Ja bērnam patīk zīmēt, īpaši piecos sešos gados, tas ir ļoti labi, jo šajā vecumā posmā bērni vēl joprojām ir ļoti atvērti un radoši. Lai tik bērns zīmē, un vecākiem vajadzētu tā neuzkrītoši atbalstīt viņu. Piemēram, nolikt redzamā vietā kādu košu lapu ar krāsiņām, lai bērns pats pēc savas iniciatīvas izvēlas, kad pienākt pie lapas un pazīmēt. Pēc tam lapu vai audekliņu nomainīt pret tīru. Galvenais – neuzsvērt, ka tagad zīmēsim, piemēram, zaķi ar divām ausīm, zaļu zāli un zilām debesīm – tas nav radošums. Tas ir tā, kā pieaugušais redz pasauli, – jāļauj bērnam pašam uzzīmēt tā, kā viņš redz vai atceras zāles stiebru, debesu krāsu un to, kāds izskatās zaķis. Otrs, ko varu ieteikt, – nekastrēties arī pašiem vecākiem „uzvilkt kādu stripiņu” kopā ar bērnu, pārsvarā tas mammām un tētiem pat patīk,

Elvita Rudzāte, psiholoģe, Sokrata tautskolas valdes locekle

Nav teikts, ka bērns mantu ir aizmirsies. Varbūt viņš speciāli mantu ir atstājis „dārziņā”, jo kādam citam bērnam tā ir iepatikusies un tādā veidā viņš grib izpatikt šim citam bērnam. Ja bērns izklaidības dēļ aizmirst mantas, tas liecina, ka bērnam ir stress „bailes”. Bērns ir koncentrējies uz kaut ko citu, kas viņam ir svarīgāks, no kā viņš, iespējams, baidās, un tāpēc par savām mantām aizmirst. Bērnam jau pavisam maziņam ir jāsāk mācīt mīlēt savas mantas. Ja viņš tās mīlēs, tad viņš tās nekad un nekur neaizmirsīs. Vai mēs, pieaugušie, aizmirstam to, ko mīlam? Nē, neaizmirstam. Tieši tāpat ir arī bērniem. Tā kā svarīgākais – jau no zīdaiņa vecuma mācīt bērnam mīlēt visu to, kas viņam ir apkārt, bet to var iemācīt tikai ar savu piemēru, nevis vārdiem.



FOTO: www.images.sodhead.com

taču pieaugušie ir ļoti norūpējušies par to, ko citi domās par viņiem.

Ja bērnu grib uzticēt kādam profesionālim mākslas jomā, es noteikti ieteiktu vispirms bērnu aizvest uz kādām mākslas nodarbībām vai pulciņiem. Varbūt uzreiz uz mākslas skolu nesūtīt, jo tās ir ļoti dažādas. Manuprāt, galvenais ir nenokaut radošumu, tad tā domāšana noderēs jebkurā dzīves jomā un strādājot jebkuru darbu. Ja vecāki uzskata, ka bērns gribētu apgūt mākslu kā amatu, tad mākslas skola ir īstā vieta. Tur iemāca „pareizi” un tehniski zīmēt, objektu attēlot precīzi un perfekti. To nosaka skolā izmantojamās pedagoģiskās metodes. Taču no pieredzes zinu, ka pēc tam jaunajam cilvēkam, kas ir pabeidzis mākslas skolu un pēc tam akadēmiju, tik un tā ir nepieciešami vairāki gadi, lai vienkārši strādātu un „atraktu” sevi, savu radošo dinamiku, jo skolas un mākslas pedagogi patiešām ir ļoti dažādi. Ja mamma un tētis uzticas sastaptajam mākslas pedagogam, redz, ka bērns arī ir priecīgs un brīvs nodarbībās, tad iestādei, kurā bērnam notiek zīmēšanas vai gleznošanas nodarbības, nav nozīmes. Galvenais – saprast, ko tad jūs kā vecāki vēlaties panākt, bērnu vedot uz mākslas nodarbībām.

Elvita Rudzāte,
psiholoģe, Sokrata
tautskolas valdes locekle

Bērnu talantu mēs varam ievērot tad, kad bērnam atļaujam brīvi spēlēties tā, kā viņš pats to vēlas. Kad bērns jūtas brīvs, tad spēlē jeb viņa brīvajā laikā viņš atklāj savus talantus. Ar mūzikas un mākslas skolām ir jābūt ļoti uzmanīgiem, jo bieži skolās izvirzītās prasības pret bērnu apslāpē bērna talantu. Galvenais – sekojiet, lai bērna talanta attīstība bērnam pašam nekļūst par apgrūtinājumu. Palīdziet, bet nespiediet.



Elita Teilāne,
Balvu Mākslas
skolas direktore



FOTO: www.kriic.lv

Galvenokārt bērniem patīk izpausties zīmējot tāpēc, ka neprot vēl visas emocijas izteikt caur valodu. Tā ir tāda iekšēja nepieciešamība izdabūt no sevis to, kas notiek pašā iekšējā pasaulē. Tāpēc vecākiem vajadzētu atbalstīt bērna izpausmes. Ja vien pietiek uzņēmības, vecākiem vajadzētu dot bērniem iespēju zīmēt gan ar zīmuļiem, gan flomāstiem, gan krītiņiem, piedāvāt veidot no plastilīna, māla, ļaut līmēt, plēst papirus un iepazīstināt ar dažādu krāsu un faktūru papīriem. Ļaut izpriecāties par dažādajām tehnikām, formām un krāsām!

Es domāju, ka bērnam, kas ir bērnudārza vai sākumskolas vecumā, noteikti vispirms būtu jāpiedāvā apmeklēt kādu zīmēšanas pulciņu. Tos ļoti bieži veido pie mākslas skolām kā interešu izglītības nodarbības. Savā praksē esmu novērojusi, ka nereti tā kāre pēc zīmēšanas beidzas 8., 9. klasē, bet, ja vēl turpinās, tad noteikti ir vērts iziet sagatavošanas kursus un doties uz vidusskolu ar profesionālu ievirzi mākslā.

Mācību efektivitāte mākslas skolā, gluži tāpat kā jebkurā citā skolā, ir atkarīga no pedagoga. Ja pedagogs ir radošs – ļauj bērnam pašam nonākt pie secinājumiem, ļauj saskatīt dažādas iespējas –, tad bērns būs tikai ieguvējs un savu radošo domāšanu spēs izmantot jebkurā izvēlētajā profesijā. Taču atkal jāpiebilst – katrs bērns ir savādāks un katram nepieciešama cita pieeja. Mācības mākslas skolā noteikti dod vairākus ieguvumus arī rakstura izveidē – bērns apgūst gan disciplīnu, gan atbildību par saviem darbiem. Turklāt, īpaši mazpilsētās un laukos, mākslas skolas ir tās, kas organizē bērniem iespējas redzēt jaunākās mākslas izstādes un citas aktivitātes, kas paplašina redzesloku.

Mācības mākslas skolā noteikti dod vairākus ieguvumus arī rakstura izveidē – bērns apgūst gan disciplīnu, gan atbildību par saviem darbiem.



Bērna emocionālā atstāšana (pamešana) novārtā

Psiholoģes ieteikumi, izrādot emocionālās rūpes par saviem bērniem

FOTO: no personīgā arhīva



Gunta Dance,
psiholoģe

Tradicionāli bērna atstāšana novārtā tiek klasificēta kā viens no četriem vardarbības pret bērnu pamatveidiem līdztekus emocionālai, fiziskai un seksuālai vardarbībai. Bērna atstāšanu novārtā vai pamešanu definē kā viņa attīstībai vajadzīgās aprūpes nenodrošināšanu, bērna pamatvajadzību ignorēšanu:

1. bērnam nav nodrošināta pienācīga un droša dzīvesvieta, piemēram, trūkst siltuma, ir nehygiēniski apstākļi, netīrība, nevērība pret ķīmiskām vielām, medikamentiem, bīstamiem instrumentiem, arī pieaugušo nepārdomāta iespēja bērna saskarei ar dzīvniekiem;
2. bērns nesaņem vajadzīgo un pienācīgo medicīnisko aprūpi, regulāras veselības pārbaudes, potes, aprūpi slimības laikā;
3. vecāki ir nevērīgi pret bērnu higiēnu: nerūpējas, lai mazākie bērni būtu tīri un sakopti, bet lielākie paši pēc savām iespējām un ar palīdzību par to arī gādātu, savestu kārtībā sevi un savas mantas;
4. bērns nesaņem viņa attīstībai un veselībai vajadzīgo ēdienu pietiekamā daudzumā un kvalitātē;
5. bērns atstāts bez uzraudzības, vecāki neinteresējas par viņa ikdienas gaitām, mazs bērns tiek atstāts vienaatnē, nepiemērotā uzraudzībā;
6. vecāki nerūpējas par bērna attīstību, viņa sagatavošanu skolai, izglītību, resursiem, neinteresējas par viņa skolas gaitām, mācīšanās apstākļiem mājās u. c.

Šo eksistenciālo pamatvajadzību nenodrošināšana bērnam rada spēcīgu emocionālo krīzi, kuras pamatproblēma – zems pašvērtējums, nevērtīguma sajūta, neattīstīts, nomākts kritiskums pret apkārtni vai gluži pretēji – agresivitāte, kaujinieciskums un naidīgums, negativisms. Materiālās vides lielākos trūkumus cenšas kompensēt sociālie dienesti un dažādas bērnu aizsardzības iestādes, taču emocionālās vajadzības, kā daba paredzējusi, var apmierināt tikai cilvēciski tuva, atsaucīga saskarsme ģimenē. Materiāliem trūkumiem mēdz būt mainīgs raksturs un kompensācijas iespējas, taču emocionāli neapmierinātās vajadzības rada iespaidu uz bērna garīgo veselību, funkcionēšanas iespējām, dzīvības enerģiju, dzīves kvalitāti attiecībā ar sevi pašu un citiem.

Materiāliem trūkumiem mēdz būt mainīgs raksturs un kompensācijas iespējas, taču emocionāli neapmierinātās vajadzības rada iespaidu uz bērna garīgo veselību, funkcionēšanas iespējām, dzīvības enerģiju, dzīves kvalitāti attiecībā ar sevi pašu un citiem.



FOTO: www.worldartz.files.wordpress.com

Kur palikusi kopā būšana?

Jau vairākus gadus Latvijas vecāku sabiedrībā ir izteikta materiālo vajadzību apmierināšanas prioritāte, ignorējot (varbūt devalvējot) bērna emocionālās vajadzības – kopā būšanu, pieķeršanos, atzišanu, svarīgumu, kopā darbošanos un kopīgu prieku par izdošanos... Nosacīti to varētu nosaukt par bērna emocionālu atstāšanu novārtā.

Mazgadīgs bērns tiek nosēdināts pie televizora, kaut arī ar viņu vajadzētu darboties, runāties, kopīgi apgūt pārdzīvojumu ābeci par izdošanos, veiksmi, arī grūtībām. Iešana uz bērnudārzu arī var pārvērsties bērna emocionālā atstāšanā novārtā, ja vecāks neiedod bērnam roku, kopā dodoties pa lielu, nedrošu ielu. Smalkā rotaļlieta, izmeklētā skolas soma, „krutā” kabatas nauda, kā lielīgi ziņoja kāds septītklasnieks, ir laicīga manta: te tā ir, te vairs nav, apnikusi vai izgājusi no modes. Cits divpadsmit gadus jauns zēns skumji secināja: „Tētis par lielu naudu aizveda mani uz Ēģipti, tur „vilkām” laiku, mani nekas lāgā neinteresēja, bet es gribēju vienu nedēļu padzīvot ar viņu pie ezera, vienkārši maksākerēt...”

Man gribas cerēt, ka tas nenotiek apzināti, bet kā noteiktu iekšējo vai ārējo faktoru ietekme uz vecāku iespēju un vērtību izvēli. Daudz strā-

dājam, trūkst naudas, esam noguruši, varbūt bērni sāk „traucēt”, gribas klu-sumu, aizsūtām viņus citā istabā, lai netraucē. Varbūt uz lauku skolu, lai pieskata vecmāmiņu? Varbūt neapzināti esam „bada”, nepieticības sindroma pārņemti, tādēļ mums vajag vairāk un vairāk, labāk un arvien pilnīgāk iekārtot savu dzīvi, kurā priekam par rīta sauli, svešā kaimiņa sveicienu, sava pirmklasnieka burtnīcu vairs neatliek ne laika, ne spēka? Tā ignorējam savas emocionālās vajadzības...

Emocionālās vardarbības, atstāšanas novārtā izpausmes

Emocionālā vardarbība un bērna emocionālā atstāšana novārtā mijiedarbībā viena otru papildina un notiek tad, ja:

1. bērnu atraida, neuzklausa, ignorē („tiec galā pats...”), noliedz bērna domas („nefantazē”), nepamana, ka bērnam nepieciešams atbalsts un palīdzība, bērns grib runāties, jā, reizēm arī par niekiem – tā šķiet pieaugušajiem, bet ne bērnam;

2. cenšas bērnu disciplinēt ar pazemojošām metodēm, ko piekopo viens no vecākiem, bet otrs neiejaucas, nepalīdz bērnam tikt galā ar situāciju, ignorē viņa bezpalīdzības situāciju;

3. vecāki neatrod laiku, lai veltītu uzmanību līdzvērtīgām attiecībām ar bērnu, stāstot savus dienas pārdzīvojumus un uz klausot viņa piedzīvoto;

lešana uz bērnudārzu arī var pārvērsties bērna emocionālā atstāšanā novārtā, ja vecāks neiedod bērnam roku, kopā dodoties pa lielu, nedrošu ielu.





*Jo mazāks ir bērns,
jo graužošāka ir pret
viņu vērsta emocio-
nālā atstāšana no-
vārtā, radot sirsniņā
neizprotamas sāpes,
tukšuma sajūtu, ne-
remdināmas slāpes
pēc tuvām attiecī-
bām.*

4. pieaugušā darbības rada bērnam bailes, dusmas un citus negatīvus pārdomojumus, bet nav neviena, kas par to ar bērnu runātu, paskaidrotu situāciju un dotu drošību;

5. ir aizskaroši izteicieni, rupji vārdi, lamas, draudi, kuru saturu bērni pat 14, 15 gadu vecumā reizēm neizprot pēc būtības, bet nojauš, ka tas ir kas slikts;

6. ir ironiskas piezīmes, izsmiešana ar it kā „intelektuālām” piezīmēm – tās vispār nedrīkstētu tikt lietotas, īpaši pret sākumklatu skolēniem (kā nereti notiek), jo viņi neizprot teiktā jēgu, vien tiek sagrauta bērna pašvērtība;

7. bērnu izolē no draugiem, vienaudžiem, reizēm arī tālākiem radiem, apdraudot socializācijas iemaņu, pieredzes sajūtas veidošanos;

8. nerēķinās ar bērnu – neciena viņu, nodod bērna izjūtas un pārdomojumus, runājot, tenkojot ar citiem par viņu, bet ne ar pašu bērnu.

Sekas

Jo mazāks ir bērns, jo graužošāka ir pret viņu vērsta emocionālā atstāšana novārtā, radot sirsniņā neizprotamas sāpes, tukšuma sajūtu, neremdināmas slāpes pēc tuvām attiecībām. Kā sekas veidojas uzvedības traucējumi, ierobežota savu resursu attīstība, pusaudžu vecumposmā – atkarības. Katrs bērns grib būt spējīgāks un ātrāk pie-

augt, bet pieaugušie, ignorējot bērna emocionālās vajadzības, šo dabisko attīstības procesu samoka – pasteidzinot vai radot iestrēgšanas. Pieaudzis šis cilvēks nespēj nobriest, uzņemties atbildību, pieņemt lēmumus vai kompensē sevi ar tieksmi pēc varas, ietekmes, dažādās izpausmēs prezentē garīgās veselības traucējumus.

4 pieaugušā soļi sadarbībā ar bērnu, „augot” līdz viņa attīstībai:

1. parādi, kā ko darīt;
2. dari to kopā ar bērnu;
3. iedrošini bērnu pašu to darīt, bet esi blakus, ja vajadzīga palīdzība;
4. uzticies un ļauj viņam pašam to veikt, iegūstot arī iespējamo kļūdu.

Esi palīgs un atbalsts bērna attīstībā, bet glābējs tikai tad, ja iepriekšminētais nav izdevies. Atcerieties nedarīt bērna vietā to, ko viņš jau pats var izdarīt! Citādi tas būs nehumāni, jo atņemsiet bērnam pašam iespēju trenēties. Palīgs daļa atbildību par rezultātu ar bērnu, iedrošina viņu, veido izpratni, no kurienes rodas resursi, dzīvotspēks, dzīves jēga.

Bērnā drošības sajūtu – „Es protu! Es varu!” – palīdz veidot:

1. apgūtās iemaņas un prasmes fiziskajā, intelektuālajā, emocionālajā un sociālajā jomā;

2. prieks par to, ko protu, varu, empātijas spēja;

3. zināšanas par sevi, citiem un pasauli;

4. informācija.

Tātad pirmais un otrais solis veido apziņu „esmu Es pats”, tikai tad nāk zināšanu un informācijas kalni. Ja šī secība nedarbojas, veidojas atkarības (sevis „kompensētāji”) no citiem cilvēkiem, smēķēšanas, alkohola, varas, naudas, spēlēm un citiem „glābējiem”, kuru uzdevums ir dzēst emocionālās sāpes no tukšuma un nesapratnes šajā pasaulē.

Lai iegūtu uzticēšanos un labas sarunas ar bērnu, mums pašiem, pieaugušajiem, vispirms ir jāizrāda interese par otru – tāpat, kā sākas draudzība un mīlestība. Pacietība (bez pārsteidzīgiem padomiem!) nodrošinās labas klausīšanās iemaņas, bet empātiskās komunikācijas četru soļu metode dos veiksmīgu sadarbības brīdi kopabūšanā:

1. uzklaust, dzirdēt un sadzirdēt savu bērnu;
2. pajautāt: „Ko tu pats domā par to, ko tu tikko stāstīji?”;
3. „Kā tu jūties, kad tu to man stāsti?”;
4. „Vai tu gribētu dzirdēt, ko es par to domāju?”.

Lai izdodas!

ASTROLOĢISKAIS „ŠPIKERIS”

Izpēti sava bērna horoskopu un noskaidro, kādā veidā viņš uztver informāciju!

Vita Pļaviņa

Viens no aspektiem, ko planēta Merkurs norāda mūsu horoskopos, ir, kā mēs uztveram informāciju. Esot vecākiem un papētot sava bērna astroloģisko karti, varam uzzināt, kā mūsu bērni katrs konkrēti uztver, piemēram, mācību vielu – kādā formātā pasniegtu to visefektīvāk saprot? Tā mēs varam skaidrot arī bērna uzvedību mācību stundās vai mājās, kad radušās konfliktsituācijas.

Kā iegūt bērna astroloģisko karti jeb dzimšanas horoskopu? Lai pēc iespējas detalizētāk un kvalitatīvāk izskatītu karti, protams, ir nepieciešama speciālista – astrologa konsultācija, taču var arī pats internetā izveidot astroloģisko karti, papētīt un pamēģināt interpretēt informāciju. Var droši pamēģināt ievadīt dzimšanas datus (svarīgi atrast konkrētu un precīzu dzimšanas laiku) Latvijas astrologu izveidotajā mājaslapā www.astrologi.lv, un tajā automātiski tiks izveidota dzimšanas karte (www.astrologi.lv/astro_karte/horoskopu-aprekini).

Atrodot planētas Merkurs simbolu ♀, skatāmies, kāda zodiaka zīme ir pievienota simbolam klāt.

♀ *Merkurs Auna zīmē*

Bērns ļoti ātri un apķērīgi uztver jebkādā formātā pasniegtu informāciju. Mācīšanās procesā aktīvi izrāda savu interesi un piedāvā pats savus risinājumus kādai problēmai. Patīk tā: dzirdu (redzu) stāstu, saprotu problēmu un ātri rodu risinājumu. Ļoti labi jūtas, ja ir iespēja pašam kaut ko tehniski konstruēt, jo domāšana balstās uz ātrumu, tehnisku precizitāti, radošumu un mērķtiecīgu rezultātu sasniegšanu. Ļoti centīgs un ļoti gaida arī uzslavas. Tiesa, savas ātrās domāšanas dēļ ielaiž pa kādai neuzmanības kļūdai. Savukārt savus ātri radušos secinājumus nereti tik ļoti sirsnīgi aizstāv, ka var rasties konfliktsituācija ar citiem biedriem, kam arī radušies savi, bet atšķirīgi secinājumi.

♀ *Merkurs Dvīņu zīmē*

Ļoti patīk mācīties. Kāri klausās visu jauno, labprāt iesaistās diskusijās un dalās ar savām pārdomām, jo ir racionāla un loģiska pieeja visam. Noteikti uzmundrina pārējos arī ar asprātībām. Interesē visi mācību priekšmeti, bet īpaši labi padodas valodas. Taču, tā kā interesē viss, tad var būt raksturīga neiedziļināšanās un skolotājiem un vecākiem nākas krietni papūlēties ar mudināšanu tomēr rast motivāciju ar saprātu iedziļināties kādā tēmā. Patīk, ja jākombinē dažādi informācijas avoti un drīkst izpausties mutiski.

♀ *Merkurs Vērsis zīmē*

Informāciju efektīvi uztver, ja tā tiek loģiski un uzskatāmi vizuāli parādīta. Turklāt ir nepieciešami harmoniski apstākļi un mierīga, pozitīva gaisotne klasē vai mājās. Bērns uzreiz neizklāsta savas pārdomas vai emocionālos iespaidus, „neapber” ar jautājumiem. Viņš apdomīgi un ar saprātu informāciju izvērtē. Spēj ļoti labi koncentrēties un darīt vienu darbu pacietīgi un ilgstoši. Tā kā Vērsis ir zemes zīme, tad ar iniciatīvas izrādīšanu neizceļas – pretēji ugunszīmei Aunam. Tāpēc arī grūtāk pieņemt lēmumu, kā tad galu galā rīkoties. Sliktākajā gadījumā var „ieciplēties” uz vienu no situācijas aspektiem un neredzēt „laukumu” kopumā. Jāņem vērā, ka jaunajam cilvēkam komunikācijas un informācijas uztveri ietekmē paša attieksme, kas bieži vien var būt atkarīga no tā, vai viņam patīk vai nepatīk konkrēts cilvēks, nodarbe, sajūtas utt.

♀ *Merkurs Vēža zīmē*

Bērns informāciju uztver, savstarpēji sasaistot domāšanu un jūtas. Tāpēc arī ļoti organiski atrod pats savu individuālu mācīšanās metodi. Ļoti laba atmiņa. Efektīvi uztver informāciju ar mūziku un mākslu. Tā kā domāšana un jūtas līdzvērtīgi piedalās informācijas uztveršanā, tad bērnam ir arī ļoti laba fantāzija. Taču lielais jūtīgums bieži ietekmē garastāvokli, tas var būt mainīgs, un no tā arī visbiežāk ir atkarīgs, kā informācija tiks uztverta. Nereti jūtīgums rada satraukumu, nervozitāti, kautrīgumu, tādēļ bieži ir problēmas, kad informācija tiek atprasīta, pārbaudes darbos. Grūti uzstāties auditorijas priekšā.

Merkurs Lauvas zīmē

Patik nodarbības, kurās var būt redzams, un piedāvāt savus risinājumus. Ļoti aktīvs prāts, un, tāpat kā Auns, mērķtiecīgi iet uz risinājumiem. Tikai atšķirībā no Auna spēj ļoti labi organizēt visus sev apkārt esošos. Iedvesmo ar savu runāšanu, patik argumentēt savu viedokli un izvēles, tāpēc labprāt prezentē savu un citu paveikto. Iet cilvēku priekšā un jūtas labi. Reizēm, pats sava radošuma dzīts, sarunā arī ko nepatiesu. Tā kā ir vairāk organizētājs, tad varētu paslinki darīt praktiskos darbiņus, bet uzslavas un novērtējums noteikti var motivēt mācīties.

Merkurs Svaru zīmē

Labprāt mācās kompānijā vai pāri. Nekonfliktē, ir draudzīgs. Patik mākslinieciski izpausties – zīmēt, veidot instalācijas, kolāžas utt. Prāts ir attapīgs, labi novēro situācijas un noteikti pamana netaisnības, un par to tad gan neklusē. Mācības nesagādā grūtības, vairāk aizrauj sociālā dzīve.

Bērnam ir ļoti svarīgi būt eruditam visos jautājumos (balansēt – kā jau svarīgiem), diemžēl tādēļ zināšanām bieži pietrūkst dziļuma, tomēr ir daudzpusība. Mācību procesā ir svarīgs apkārtējās vides noskaņojums, veids, kā informācija tiek pasniegta, un skolotāja vizuālais tēls. Nereti motivāciju mācīties vada godkāre.

Merkurs Strēlnieka zīmē

Dziļa, dvēseliska domāšana. Vienmēr pilna galva ar idejām, un praktiski interesē viss, kas pasaulē notiek. Patik nodarbības ārā, dabā vai arī ekskursijas – šādā formātā burtiski „uzsūks” visu jauno. Galvenais, ka ir informācijas daudzveidība un vajadzība atbildēt uz jautājumiem – kāpēc? Labprāt filozofē, raksta esejas, tāpēc visbiežāk interesē humanitārās zinātnes, un ar eksakto zinātņu uztveršanu mēdz būt sarežģītāk. Patik diskutēt, strīdēties, pierādīt savu viedokli. Taču dažreiz var pietrūkt izturības, lai pabeigtu uzdevumu līdz galam vai vispār koncentrētos uz to, jo pasaulē taču ir tik daudz kā interesanta!

Merkurs Ūdenvīra zīmē

Cenšas izprast visu, ko uzzinājis, tāpēc arī grūtību mācību satura apgūvē parasti nav. Taču no sirds mācīsies tikai to, kas pašu interesē, tāpēc šos bērnus ir ļoti svarīgi uzticēt skolotājiem, kas paši ar aizrautību un interesi dara savu darbu un spēj to iedvest arī bērnam. Ir laba atmiņa un parasti rod oriģinālu sev izteiksmes veidu – kaut vai mācību pierakstu izkārtojums ir atšķirīgs no citiem, citos gadījumos var būt tā, ka protestēs pret to uzstādījumu, kādu saka skolotājs, – darīs visu pretēji. Bieži ierosina daudzas idejas, turklāt lieliski tās spēj arī iedzīvināt realitātē. Tā kā mazajos Ūdensvīros valda liels ideālisms, tad var parādīties necieņa pret citu domām, neiecietība, nepacietība un nervozitāte. Ļoti nepieciešama brīvības izjūta – labi jūtas un daudz efektīvāk izprot informāciju, ja var uzdevumu veikt bez nosacījuma „kā vajag” vai „kā ir pareizi”.

Merkurs Jaunavas zīmē

Bērns rūpīgi, metodiski un analītiski izvērtē informāciju. Mācību darba organizēšanā ir ļoti svarīga sistēma, shēmas, statistika un likumsakarības. Tāpēc nereti labāk patik eksaktie priekšmeti. Pacietīgi un vērtējoši vēro situācijas. Noteikti ir viens no centīgākajiem skolēniem, jo visu patik izdarīt „pareizi”. Taču iespējams, ka ar strukturēto un pedantisko darbošanos netiek uztverts pats galvenais, netiek ieraudzīts veselums. Tātad var būt pieķeršanās detaļām.

Merkurs Skorpiona zīmē

Ļoti labi prot izpildīt praktiski to, ko domā, tāpēc patik, ja var izpausties ar fiziski redzamiem rezultātiem. Liels praktiķis. Spēj mērķtiecīgi sekot līdzī plānam, ir māka koncentrēties, visu dara metodiski, neaizpeld patvaļā. Dara tik ilgi, kamēr sanāk. Interesē dabaszinātnes un medicīna, to izprašanai noder dziļā, jūtīgā, emocionālā uztvere un vizuālā atmiņa, kā arī interesē tehnika.

Merkurs Mežāža zīmē

Vienmēr meklē praktisku pielietojamību zināšanām. Ja uzzināto nevar pielietot, tas īsti galvā neturas, jo bērnam ar loģisko domāšanu nav īsti skaidrs, „priekš kam” tāda informācija vispār vajadzīga. Tātad no mācību vielas paņems tikai sev vajadzīgo un ļoti labi prātis argumentēt savu viedokli. Ļoti nopietna attieksme pret veicamo darbu, ar atbildību un pienākuma sajūtu veic uzdevumus un uzticētos pienākumus. Bērnam piemīt izcilas spējas koncentrēties un īsā periodā apgūt mācību vielu. Ir mērķtiecīga un sistemātiska pieeja problēmu risināšanā, tāpēc visbiežāk patik un padodas matemātika.

Merkurs Zivju zīmē

Informāciju uztver tēlaini – tā kā bilžu veidā savā domu pasaulē, tāpēc labi spēj izteikties rakstos un runā, jo skaisti un precīzi apraksta uztverto (redzes atmiņa). Bērns ļoti jūtīgi uztver citu domas, tāpēc var būt problemātiski koncentrēties, piemēram, izpildīt uzdevumu noteiktā laika posmā. Kā jau zivtiņas, šie bērni ir kustīgi, nemierīgi, plāpīgi, izklaidīgi, jūtīgi, tāpēc efektīvāk informāciju varētu uztvert un arī vairāk būt „šeit un tagad”, ja būtu iespēja fiziski izkustēties ik pa laikam (tātad koncentrēties uz fizisko ķermeni, kas liktu „nolaisties uz zemes”). Kopumā uztvere laba, bet mācību procesa efektivitāte būs atkarīga no mākas koncentrēties.

FOTO: www.deviantart.com