



**Dažādie un vienādie mēs!
Kā mācīt toleranci?**



Dažādie un vienādie mēs!

Kā mācīt toleranci?

Saturs

Ievadvārdi

Kā mācīt toleranci? Tolerants mācību process

Pasniedzēja personība

Kāpēc rodas problēma? Cēloņi cilvēku netolerancei

Tolerants skolēns

Tolerances daudzveidība

Mācāmie darot!

- 1. Iecietības atmosfēras veidošana klases ikdienā**
 - Tolerances rīta rosme
 - Atvadīšanās
 - No haosa uz sabiedrību
 - Noteikumu rullis
 - Kā aizstāvēt citus
- 2. Diskutējam un izzinām jēdzienus, attieksmes un viedokļus**
 - Jā, bet
 - Sarakste
 - Tolerances laboratorija
 - Prāta vētra
 - Bingo
 - Situāciju analīze un diskusiju tēmas
- 3. Empātijas un sadarbības prasmju trenēšana**
 - Citroni
 - Saskaņa
 - Lipekļi
 - Mans vārds
 - Taisām draudzības tiltu!
- 4. Masu mediju ietekmes analīze**
 - Mēdiju portfolio



-
- Kas notiek
 - Labas gribas sūtnis
 - Masu mediju darbs
 - Informāciju var sniegt jebkas
 - Vēstījums pasaulei
 - Sadarbības komiksi
5. **Lai savējo būtu vairāk kā svešo...**
- Birku dališana
 - Autsaideri
 - Savādie draugi
 - Sociālās kartes
6. **Iepazīstot daudzveidību**
- Pieredzes aplis
 - Dažādu reliģiju skatījums uz iecietību
 - Neverbālās komunikācijas nacionālās īpatnības
7. **Nav visiem vienādi dots....**
- Vai tu draudzētos...
 - Tas nav godīgi!
 - Vērtīgais lats
8. **„Reiz bija...” Literāro darbu izmantošana**
9. **Svinot dažādību. Atzīmējamās dienas saistībā ar iecietību**
- Izmantoto un ieteicamo informācijas avotu saraksts**



Ievadvārdi

Ikviens savās ikdienas gaitās sastopas ar sev līdzīgu vai pilnīgi atšķirīgu gan domās un uzskatos, gan dzīvesveidā vai pēc pārliecības citādu individu. Daudzveidība veido pasauli kopumā, izpratne un zināšanas par to veicina ne tikai katra indivīda personisko izaugsmi, bet sabiedrības labklājību kopumā.

Programmas „NACIONĀLĀ PROGRAMMA IECIETĪBAS VEICINĀŠANAI 2005.-2009.” ietvaros ar ĪPAŠU UZDEVUMU MINISTRA SABIEDRĪBAS INTEGRĀCIJAS LIETĀS SEKRETARIĀTA atbalstu veidojām šo brošūru, lai sniegtu savu ieguldījumu iekļaujošas sabiedrības veidošanā.

Biedrība ARS TOLERANTIA ir nevalstiska organizācija, kuras mērķis ir sekmēt pilsoniskas sabiedrības veidošanos, veicinot savstarpēju sapratni un dialogu starp atšķirīgi domājošām grupām. Veidot pozitīvu diskusiju kultūru kopumā, tāpat arī izglītot iesaistītos sabiedrības locekļus, īpaši jauniešus, atšķirt objektīvus informācijas avotus no neobjektīviem.

Šīs brošūras mērķis ir palīdzēt veidot daudzpusīgu tolerances jēdziena izpratni, piedāvājot radošas metodes, veicināt domājošas un brīvas personības attīstību, atklāt jaunas vērtības globālajā vidē.

Vērtības nav iemācāmas, pārstāstot sižetu un zinot faktoloģisko materiālu, tās ir izdzīvojamas, netieši novērojamas uzvedības un domāšanas modeļos, ko piedāvā skolotājs un, protams, apkārtējā vide. Apjaušana par tām var nākt dialogos, neformālās sarunās, bet ļoti bieži obligātajā izglītošanās procesā tam neatliek laika. Ir vērts vismaz dažreiz kļūt citādam un rīkoties saskaņā ar jūtām un domām, nevis mehānisko laiku.

Novēlot radošu šīs brošūras lasīšanu un aizrautīgu ikdienas darbu ar dažādajiem jauniešiem, projekta īstenotāji.

Autore: Dace Lasmane

Projekta vadītāja: Linda Krūmiņa

Biedrība ARS TOLERANTIA



Kā mācīt toleranci? Tolerants mācību process

Dārznieks var izlemt, kas ir labi burkānam, bet neviens nevar otra vietā izlemt, kas ir tam labi. Ž.P.Sartrs

Nav iespējams neietekmēties no rasisma, seksisma, vecāku cilvēku diskriminācijas, antisemitisma, šķirņu iedalījuma un etnocentrisma sabiedrībā, kurā pastāv visas šīs parādības. Izpratne un pieņemoša attieksme pret daudzveidību ir tikpat nepieciešama dzīvei mūsdienu pasaulē kā lasīšanas, rakstīšanas un rēķināšanas prasmes, kā arī prasme strādāt ar datoru.

Analizējot pedagoģisko procesu, redzams, ka pastāv divas pieejas mācīšanā: formējošā un veicinošā (fasilitatīvā). Formējošās pieejas pamatā ir priekšstats (apzināts vai ne) par bērnu kā pasīvu vērtību mantotāju. Tiek runāts par nepieciešamību formēt tikumisku personību, nodrošināt to ar dzīves orientieriem, veidot pozitīvu reakciju pret „labajām” vērtībām un negatīvu pret „sliktajām”. Šādu vērtībizglītības veidu pasaules pedagoģijā sauc par stereotipizāciju, t.i. stereotipiskas domāšanas un uzvedības veidošanu, reaģējot uz noteiktām zīmēm un šabloniem. Formējošajā pieejā krasi pieaug bīstamība, ka reālā izaugsme tiks aizvietota ar viendimensijas domāšanas konstruēšanu, kas balstīta uz stereotipiem. Kad par izglītības sistēmas mērķi tiek deklarēts formēt skolēna personību, tad ar to pašu skola pārtop par klasisku totalitāru institūciju, noliedzot cilvēka tiesības uz autonomiju. Cilvēka personība formējas pati, un tas ir augstākā mērā intīms process, un viss pārējais, ieskaitot skolu, var tikai radīt apstākļus personības attīstībai. Skolai kā demokrātiskas sabiedrības institūtam ir jāizvirza sev tieši šāds mērķis.

Tas nozīmē, ja toleranci izprot ne tikai kā vienkāršu zināšanu summu vai uzvedības iemaņas, bet gan kā personības pozīciju, attieksmi, tad visadekvātākā psiholoģiskā un pedagoģiskā tolerances attīstīšanas taktika ir **veicinošā jeb fasilitatīvā (facilitation) pieeja**. Šādā pedagoģiskajā procesā galvenā vērība koncentrēta nevis uz to, lai sasniegtu kādus „visiem noteiktus rezultātus”, bet lai radītu maksimāli labvēlīgus priekšnosacījumus personīgas, patstāvīgas un neatkarīgas pozīcijas veidošanai un dabiskam, refleksīvam un individuālam tolerances veidošanās procesam. Centrālie vārdi šajā procesā ir nevis metodes vai



mācību tematika, bet vērtības un jēga, kas aktualizējas, attiecību kvalitāte starp pieaugušajiem un bērniem, kā arī pašu apmācošo pieaugušo tolerance un personības briedums.

Pasniedzēja personība

„Ja es nelīdzinos tev, tad nepavisam neapvainoju tevi, bet tieši pretēji-apdāvinu.” A.Sent-Ekziperī

Izglītības un audzināšanas globālais mērķis vienmēr ir bijis uzlabot pasauli. Sapnim par uzlaboto pasauli jātop skolotāju un skolēnu kultūru dialogā, komunikācijā. Tieši skolotāji ar savu darbu un personīgo piemēru ir tie, kas var veicināt šos procesus. Jebkura lieliski izveidota izglītības programma buksēs, ja to īsteno aizspriedumains un no dzīves noguris skolotājs. Skolotāji gan apzināti, gan neapzināti nodod skolēniem savas vērtības un attieksmes, tāpēc ir būtiski, lai pedagogi skaidri tās apzinātos. Mūsdienās aizvien lielāks skolēnu īpatsvars dzīvo nepilnās ģimenēs vai kopā ar vecākiem, kuriem ir īpašas vajadzības, un viņu kultūras pieredze būtiski atšķiras no viņu skolotāju kultūras pieredzes. Daudziem skolēniem ir tādas veselības un izglītības vajadzības, kas nereti izvirza grūtu uzdevumu pat visapdāvinātākajiem un aizrautīgākajiem skolotājiem. Tomēr daudzi no šiem skolēniem ir mācīties spējīgi un talantīgi, kaut arī ne vienmēr šīs spējas un talanti ir uzreiz pamanāmi.

Pirms uzsākt diskusiju ar skolēniem par tolerances jautājumiem, skolotājiem vēlams noskaidrot savas attieksmes un aizspriedumus pret daudzveidīgām sabiedrības parādībām un pētīt, kā šīs attieksmes ietekmē viņu darbu. Lecietību veicinošo mācību materiālu saturs ir emocionāls, personisks, konfliktus ietverošs un interaktīvs. Tādēļ ir svarīgi, lai skolēniem tiktu dotas plašas iespējas paust savas izjūtas un emocijas, mijiedarboties ar saviem vienaudžiem un klasesbiedriem un izteikt savu sašutumu vai lepnumu diskusijās, piemēram, par starpkultūru saskarsmes jautājumiem. Skolēniem ir tiesības izjust, ka pret viņu individuālajām atšķirībām izturas ar cieņu un tās ņem vērā. Skolotājam jāspēj uzklaut un pieņemt dažādu kultūru, sociālās izcelsmes, spēju līmeņu un dzimumu skolēnu viedokļi.



Jāatceras, ka skolotāja vispārējā labklājības sajūta, ieskaitot pašvērtības sajūtu, ietekmēs kopējo skolotāja noskaņojumu un pozitīvo attieksmi pret saviem skolēniem un tādējādi arī veicinās harmoniskāku, kooperatīvāku un iecietīgāku attieksmi skolēnu vidū. Galvenie skolotāja uzdevumi ir palīdzēt bērniem iemācīties, kā apzināties jūtas un apgūt informāciju, kā, risinot problēmas, apsvērt dažādas iespējas un atšķirīgus variantus, kā analizēt savas un citu vērtības un uzskatus. Skolotājam jāpazīst skolēna kultūra un ar savu pedagoģisko darbību jāpalīdz tai attīstīties, nevis jāmēģina to nomākt vai aizstāt ar savējo.

Daži pamatprincipi, kā veidot kontaktu ar jauniešiem, kuriem ir ierobežotas iespējas vai nepieciešams tolerances treniņš:

- 1. Iepazīt vidi.** Apmeklēt vietas, kur šie cilvēki pulcējas, iepazīt viņu dzīves apstākļus, runāt ar jauniešiem neformāli par viņu vajadzībām, vēlmēm, nākotnes vīzijām. Censties uztvert jauniešus nopietni un izvairīties solīt to, ko nevarēs izpildīt!
- 2. Izveidot kontaktu.** Svarīgi veidot savstarpējas uzticēšanās atmosfēru, svarīgi netiesāt vai izteikt moralizējošas piezīmes, kad jaunieši pauž pagātnē pieredzēto, izrādīt interesi par to, ko grasās darīt vai dara. Censties izrādīt interesi un izvairīties no sprediķošanas!
- 3. Analizēt un interpretēt.** Analizējot iegūtos datus, radīsies izpratne, kuras aktivitātes ir vispiemērotākās mērķu īstenošanai. Censties savākt maksimāli daudz informācijas un izvairīties no spekulācijām ar faktiem!
- 4. Noformulēt plānu.** Izmantojot iepriekš iegūto informāciju, izplānot, kā iespējams iesaistīt jauniešus mērķtiecīgās, pēctecīgās aktivitātēs, atceroties, ka darbojaties ar trausliem un viegli ievainojamiem jauniešiem. Censties būt elastīgam un izvairīties no steigas!

Kad gribam iesaistīt jauniešus, kuriem ir mazāk iespēju, jāizprot viņu vajadzības, jāatrod balanss starp viņu interesēm, prasmēm un ierobežojumiem. Svarīgi šādus jauniešus iesaistīt caur darbošanos, lai viņiem būtu iespēja sajust piederību.

Jauniešiem bieži ir grūtības uzticēties pieaugušajam un tam, ko viņi māca. Uzticēties kādam nozīmē padarīt sevi trauslu, un, ja cilvēks ir pieredzējis nodevību, kā tas ir gadījies daudziem, tad grūti prasīt, lai cilvēks riskētu atkal. Nereti



jaunieši nonāk līdz domai un sajūtai, ka nav mīlestības un rūpju vērti. Viņi var sākt ienīst sevi, zaudēt pašcieņu, kas var sagraut attiecības.

4 ieteikumi pieaugušajiem, kā var parādīt, ka pasaule ir droša un uzticēšanās vērtā:

1. Domā, ko tu saki! Atceries „zelta likumu” : dzirdu vārdus, bet skatos uz darbiem. Ja teici, ka esi pieejams, tad esi, ja apsolīji konfidencialitāti- tad ievēro!

2. Uzņemies atbildību. Izrādi sapratni tam, ka katrs var kļūdīties.

3. Izrādi sapratni! Kad ir ticība, ka cits lielākā vai mazākā mērā saprot tavu situāciju, ir vieglāk uzticēties. Izrādītā iejūtība un empātija var pārliecināt jauniešus, ka centies redzēt pasauli viņu acīm. Nevar pilnībā izprast viņu sajūtas un situāciju, bet svarīga ir cenšanās to darīt.

4. Radi drošības vietu! Tiecamijs uzticēties tiem, ar kuriem jūtamies droši. Liela daļa jauniešu bieži skatās ar aizdomām, jo pieredzējuši nodevību un vardarbību. Ar empātiju un bez nosodījuma uztveri iespējams radīt vidi, kur atslābināties un „novilkt aizsargbruņas”. Protams, nevar gaidīt, ka jauniešis sāks uzticēties pēc vienas vai dažām nodarbībām, tas būtu naivi, bet svarīgi ir nodrošināt viņu pieredzē drošības izjūtu, lai izbauda, ko nozīmē būt drošībā, būt pieņemtam un uzticēties.



Kāpēc rodas problēma? Cēloņi cilvēku neiecietībai

Teorētiskam naida un aizspriedumu skaidrojumam ir vairāki aspekti. Viens ir konkurence par resursiem, kad grupas savstarpēji konkurē par labumiem — vai tā būtu nauda, vai statuss sabiedrībā. Otrs — sociālās identitātes teorija, kad cilvēki pārspilē atšķirības starp savu grupu un citām grupām, lai vairotu savu labsajūtu, pašsajūtu. Un trešā pieeja ir psiholoģiskā, psihoanalītiskā — sākot ar Z. Freidu un T. Adorno, kuri skatās uz indivīda attīstības apstākļiem — ja cilvēks ir pārdzīvojis vardarbību bērnībā un nav bijis spējīgs pārvarēt agresiju, viņš to pārnes uz citādo. Pašlaik ļoti aktuāls ir izskaidrojums, kas balstās uz nedrošību, kas rodas globalizācijas iespaidā. Nav vairs tā, ka var visu mūžu nostrādāt vienā darbā, krāt punktus, iet pensijā un dzīvot mierīgi. Tagad pasaule tik strauji mainās, veselās profesijas, cilvēku slāņi kļūst neiederīgi. Un cilvēki meklē vainīgo. Un to visvienkāršāk atrast svešajā: migrantā, cilvēkā, kas ir kulturāli, fiziski vai pēc savas uzvedības atšķirīgs.

Cilvēkam ir raksturīgi dalīt visus „savējos” un „svešajos”. Svešie kā likums, apdraud, tie ir ienaidnieki, ar tiem jābūt piesardzīgiem, pie tam svešinieku individuālās īpašības netiek ņemtas vērā. Par kādu interesantu pieredzi rakstā „Aizspriedumu psiholoģija” raksta zinātnieks Igors Kons: „Amerikāņu sociologs U. Hartlijs aptaujāja lielu grupu vidusmēra amerikāņu par to, ko viņi domā par dažādu tautu morālām vai citām īpašībām. Starp dažādām tautībām tika nosauktas arī tādas, kas nemaz neeksistē (piem. danirieši). Viedoklis par šīm izdomātajām grupām bija krasi negatīvs, neskatoties uz to, ka iepriekš nebija nekādas ievirzes uz to kariem pagātnē vai tml. Par šo izdomāto tautu nekas nebija zināms, bet šaubu par to, ka tie ir slikti ļaudis, aptaujātajiem nebija.

Principi, pēc kuriem kāds tiek iedalīts „svešajos”, var būt ļoti atšķirīgi un ne vienmēr tie ir apzināti:

- tautība un etniskā izcelsme, ādas krāsa,
- valoda, izloksne vai dialekts,
- reliģija, politiskā pārliecība vai pasaules uzskats,
- dzimums,
- vecums,
- seksuālā orientācija,



-
- ģimenes struktūra,
 - invaliditāte, ģenētiskās īpašības,
 - spēju līmeņu atšķirības,
 - materiālā situētība, sociālais stāvoklis.



Mēs visi nākam no ģimenes.....

„Es nekad neesmu bijis nelietīgs, agresīvs cilvēks. Bet visi apkārtējie manā sejā redzēja nelieti, redzēja nodevēja vaibstus un šie vaibsti galu galā parādījās.” M.Ļermontovs

Pirms uzsākt tolerances veicināšanas procesu skolēnos, būtiski izprast, kāds ir iespējamais mērķis, uz kuru tiekietis, un kāds ir skolēnu jau esošais potenciāls, kāda bagāža nāk līdz no ģimenēm.

Cilvēka bērns piedzimstot ir visbezspēcīgākais no visiem dzīvās dabas radījumiem. Tas nosaka ārkārtīgi lielo atkarību no vides, no kultūras situācijas, kas ietekmē bērna tapšanu par agresīvu vai tolerantu sabiedrības locekli. Uzticēšanās vai neuzticēšanās pasaulei veidojas līdz bērna dzīves 3-4 gadam atkarībā no pieaugušajiem, kas viņu aprūpē. Ir ārkārtīgi bīstami un nepareizi runāt par ģenētiski noteiktu toleranci vai netoleranci, jo spēkā ir atziņa, ka par individu piedzimst, bet par personību kļūst.

Domājot par to, kādā vidē auguši mūsdienu skolēnu vecāki un skolotāji, jāņem vērā čehu zinātnieka Martina Sebeka atklājums, ka padomju sistēma ir netieši veicinājusi “totalitāru cilvēku” attīstību, kuri viegli pakļaujas spēcīgai autoritātei un reizē ir neiecietīgi pret atšķirībām šķietami vājākās cilvēku grupās. Viņš apgalvo, ka nosliece uz autoritārismu un aizspriedumains noskaņojums “sakņojas bērnībā, kur atņemta pozitīva cilvēciska pieķeršanās”. Pozitīvas vecāku līdzdalības trūkums, ieskaitot iespējamo psiholoģisko vardarbību, veido bērnu ar “nestabilu pašapziņu”. “Autoritāra personība” ņem negatīvās izjūtas, kas vērstas pašam pret sevi, un projicē šīs negatīvās īpašības uz atsevišķiem citiem cilvēkiem, un šie “negatīvie citi” tad arī kļūst par mērķi, uz kuru virzīt agresiju un neiecietību.

Liela nozīme ir vardarbības pieredzei bērnībā. 2000.gadā psihologu veiktais pētījums ar Latvijas skolotāju un vidusskolēnu līdzdalību arī ir parādījis, ka bērnībā izjustie emocionālās un/vai psiholoģiskās vardarbības gadījumi tiek asociēti ar lielākām dusmu, naida/aizvainojuma izpausmēm un zemāku pašapziņu, kas savukārt ietekmē etnisko neiecietību. Diemžēl psiholoģiskie pētījumi joprojām pierāda, ka emocionāla vai fiziska vardarbība ir izplatīta parādība ģimenē.



Tomēr jāatceras, ka pastāv daudzi veidi, kā cilvēks var uzvarēt pagātnes "rēģus", ieskaitot konsultācijas ar psihologiem un psihoterapeitiem, kā arī caur pozitīvu tagadnes pieredzi un ar šā brīža spēcīgām, pozitīvām sociālām un intīmām attiecībām.

Galvenais, kas jāsecina, ka pašcieņa ir spēcīgi saistīta ar toleranci : jo augstāka atsevišķa indivīda pašcieņa, jo lielāka ir visas sabiedrības pašcieņa, un tādējādi rodas lielāka ir iespēja jaunu tolerances precedentu veidošanai. Tāpat vienam no pedagoģijas mērķiem būtu jābūt bērnu veselīgas pašcieņas veicināšanai.

Tolerants skolēns vecākus un skolotājus uztver tādus, kādi viņi ir, un nedzīvo bailēs no viņu augstāk stāvošās varas. Tolerantas personas lielāka garīgā elastība parādās (jau bērnībā), noraidot divu vērtību loģiku. Viņš reti piekrīt, ka pastāv tikai divu veidu cilvēki: vājie un stiprie vai ka ir tikai viens pareizais veids, kā rīkoties. Viņa uztverē pastāv dažādas nokrāsas pelēkajam, kā arī viņš strikti nenodala dzimumu lomas. Viņš nepiekrīt, ka meitenēm būtu jāmācās tikai tās lietas, kas noderīgas saimniekošanai mājās. Skolā (un vēlāk dzīvē) tolerantajam indivīdam, pretstatā aizspriedumainajam, nav nepieciešamas precīzas, sakārtotas, skaidri definētas instrukcijas, lai varētu veikt kādu uzdevumu. Viņi var paciest neskaidrību, nenoteiktību un viņos nav nepiekāpīga prasība pēc noteiktības un strukturētības. Viņi droši var pateikt: «Es nezinu,» un pagaidīt, līdz laiks sagādās nepieciešamās liecības. Viņi daudz mazāk baidās no aizkavēšanās; viņi neizjūt īpašu vajadzību visu ātri iedalīt kategorijās, nedz arī strikti pieturēties pie noteiktām kategorijām, kad tās reiz ir sadalītas. Viņu iecietība pret apjukuma izjūtu ir relatīvi augsta. Viņi nekrīt panikā, kad draud zaudējums. Tā kā viņi jūtas droši paši savā Ego, viņiem ir mazāka tieksme izrādīt konfliktu uz āru. Kad kaut kas noiet greizi, nav nepieciešams obligāti vainot kādu citu: cilvēks var vainot arī pats sevi, nekrītot panikā.



Tolerances jēdziens

Nepazīstot atšķirīgo, nav iespējams to pieņemt un cienīt

Tolerance ir starptautisks jēdziens un svešvārds latviešu valodā. Biežākais šī jēdziena latviskojums ir iecietība. Latviešu valodā vārda iecietība (tāpat kā pacietība un līdzietība) saknē ir darbības vārda „ciest” forma. Un tiešām, ja atskatās uz latviešu tautas vēsturi, tad pacietība, dzīvojot citu tautu un varu pakļautībā, ir bijusi spilgtākā īpašība, nosacījums izdzīvošanai gadsimtiem ilgi. Latvieši jau izsenis pieradināti ciest un paciest, tāpēc arī iecietības jēdziens daudziem joprojām neasociējas ar aktīvu attieksmi pret citādo, bet gan ar piekāpšanos, izdabāšanu.

Terminā tolerance ir iekļauta iespēja apgūt jaunas un citas kultūras vērtības un sociālo attiecību pieredzi. Tolerantas attiecības ir iespējamās tikai tad, ja cilvēks pieņem otru cilvēku neatkarīgi no tā kultūras un sociālā statusa. «Es kontaktējos ar ebrejiem, jo no viņiem var un ir ko pamācīties, bet ciest nevaru čigānus» — bieži sastopams stereotips mūsu sabiedrībā, kas norāda, ka atšķirību pieņemšana ir tikai pieciešanas līmenī. Lūk, vienkāršs piemērs, kā tolerance atšķiras no iecietības sadzīviskā izpratnē. Iecietība, kad es paciešu, ka manai baznīcai līdzās atrodas sinagoga un mošeja- visas atrodas vienā kvartālā. Bet tolerance, tas ir, kad es kā kristietis, kopā ar ebreju jūdaistu palīdzu musulmanim celt viņa mošeju.

Iecietības principu deklarācija, kas apstiprināta 1995. gada 16. novembrī, UNESCO Ģenerālajā konferencē, tolerances jēdzienu definē šādi:

„Iecietība nozīmē cieņu pret mūsu pasaules bagātajām un daudzveidīgajām kultūrām, mūsu pašizteiksmes veidiem un cilvēka individualitātes izpausmes veidiem, kā arī to pieņemšanu un pareizu izpratni. To veicina zināšanas, atklātība, saskarsme, kā arī domas, sirdsapziņas un uzskatu brīvība. Iecietība — tā ir harmonija daudzveidībā. Tas nav tikai morāls pienākums, bet arī politiska un tiesiska nepieciešamība. Iecietība — tā ir tikumība, kas sniedz iespēju sasniegt mieru un veicina kultūru apmaiņu, jo miera kultūra ir pretstatā kara kultūrai. Iecietība nav piekāpšanās, pretimnākšana vai izdabāšana. Iecietība — tā vispirms ir aktīva attieksme, kas tiek veidota, pamatojoties uz cilvēka universālajām tiesībām un pamatbrīvībām. Nekādos apstākļos iecietība nevar kalpot par attaisnojumu šo galveno vērtību apdraudējumam.(...) Iecietības izrādīšana, kas atbilst cieņai pret



cilvēka tiesībām, nenozīmē iecietīgu attieksmi pret sociālo netaisnību, atteikšanos no savas pārliecības vai piekāpšanās svešai pārliecībai. Tas nozīmē, ka katram ir tiesības rīkoties saskaņā ar saviem uzskatiem, bet līdz ar to arī atzīt, ka tādas tiesības ir arī citiem. Tas nozīmē — atzīt, ka cilvēku ārējais izskats, stāvoklis, runas veids, uzvedība un vērtības atšķiras, un viņiem ir tiesības dzīvot satiecībā un saglabāt savu individualitāti.”

Ir svarīgi, bet sarežģīti noteikt robežu starp konformismu un toleranci. Par konformismu sauc tādu cilvēka uzvedību, kuras gadījumā viņš, kad nesakrīt viņa viedoklis ar apkārtējo cilvēku viedokli, tomēr ārēji piekrīt apkārtējiem cilvēkiem. Konformisms — tā ir sava veida pielāgošanās, kas orientēta uz to, lai neradītu sev liekas grūtības saskarsmē un sadarbībā ar apkārtējiem cilvēkiem. Neviennozīmīgās un mainīgās sociālās īstenības apstākļos problēmas visvienkāršākais risinājums cilvēkam ir tāds, ka viņam jāpieturas pie kolektīvajām patiesībām, kuras palīdz saprast to pasauli, kurā viņš dzīvo.

Nereti pilnīgāk izprast kādu parādību palīdz tās pretējā, „tumšā” puse. Lūk, tikai dažas, bet smagākās, neiecietības izpausmes formas:

- Genocīds**- atsevišķu iedzīvotāju grupu iznīcināšana pēc rasistiskiem, nacionāliem vai reliģioziem motīviem, viens no smagākajiem noziegumiem pret cilvēci.
- Rasisms**- cilvēktiesību noliegums, balstoties uz piederību rasei, pieņemot kādas rases pārākumu pār citu.
- Ksenofobija**- bailes no citu kultūru pārstāvjiem, ārzemniekiem un to nepieņemšana, pārliecība par to, ka „svešie” var nest sabiedrībai (cilvēkiem) kaitējumu.
- Ekstrēmisms**- pieturēšanās pie galējiem uzskatiem un līdzekļiem
- Etnocentrisms**- citu atstumšana sakarā ar piederību citai kultūrai vai citas valodas lietošanu, balstoties uz priekšstatu par to, ka vienas kultūras ir vairāk vērtīgas vai attīstītākas kā citas.

Kā tolerance izpaužas darbībā? Toleranci var veicināt šādi cilvēku savstarpējas mijiedarbības tipi:

- dialogs. Dialogs palīdz izpausties individualitātei un palīdz saprast cita savdabīgumu, jo vienīgi dialogs piedāvā vienlīdzīgas pozīcijas saskarsmē.



Veiksmīgu dialogu nodrošinās augsts empātijas līmenis, partnera izjūta, prasme pieņemt viņu tādu, kāds tas ir, stereotipu neesamība cita uztverē, domāšanas elastība, savas individualitātes saglabāšana, prasme adekvāti novērtēt savu personību.

- **Sadarbība.** Ar sadarbību saprotam kopīgu darbības mērķu nospraušanu, kopīgu šo mērķu plānošanu, ņemot vērā katra iespējas, kopīgu darba ieguldījumu un kopīgus ieguvumus. Veiksmīgu sadarbību raksturo šādas pazīmes: kontaktēšanās; labvēlība; pieklājība; pacietība; lojalitāte; sociāla aktivitāte.
- **Aizstāvība.** Ar aizstāvību saprot rūpes par otru, ar cieņu izturoties pret aizstāvam, viņa interešu aizsardzību kontaktos ar trešajām personām. Šis mijiedarbības veids ir iespējams tikai tad, kad abas puses pieņem viena otru un iecietīgi viena pret otru izturas. Šo tolerances attiecību līmeni raksturo: emocionālā stabilitāte; augsts empātijas līmenis; ekstravertums; sociālā aktivitāte; prasme palīdzēt. Cilvēks, kurš kā aktīvā puse iesaistās aizstāvībā, ir brīvs no dogmām, stereotipiem, bailēm, brīvs no centieniem nomākt apkārtējos.



Mācāmieš darot!

1. Iecietības atmosfēras veidošana klases ikdienā

- **Tolerances rīta rosme.** Apkopojot pieredzi, kas ir skolām vai klasēm, kurām veiksmīgi izdodas veidot uzticēšanās un labvēlības atmosfēru, var novērot kopējo- visās šajās klasēs un skolās liela vērība tiek pievērsta tam, kāds ir valdošais noskaņojums skolēnu grupā jau no paša rīta satiekoties. Pie tam, rīta noskaņojums tiek ne tikai novērots, bet arī veidots. Viens no veidiem, kā iespējams mērķtiecīgi veicināt atmosfēru klasē vai skolā, ir rīta rituālu izveidošana.

Aktivitātes būtība: Rīta rituāls veido ne tikai skolēnu savstarpējās sadarbības prasmes, bet arī palīdz uzsākt veiksmīgu sadarbību skolēniem ar skolotāju. Pateicoties tam, katra diena tiek iesākta pozitīvi. Viens no veidiem, kā to īstenot, ir izvēlēties katrai klasei tieši piemērotu un atbilstošu rīta rituālu. Piemēram, pirmklasniekiem, kuru klases audzinātāja ir ļoti muzikāla, var piedāvāt izvēlēties sadziedāšanos. Pirmajā klasē skolēnu piederības sajūta skolai un sabiedrībai tikai veidojas, tādēļ ir nepieciešama īpaša iekļaušana. Rīta sasveicināšanās šādā gadījumā var izskatīties tā- tas, kurš pirmais ir ieradies klasē (visbiežāk tas ir skolotājs)- sasveicinās ar atnācēju dziedot: „Sveiks, kaimiņ, būs jauka diena, ko labu pastāstīsi?” (skolotājs var piemeklēt arī kādu citu atbilstošu dziesmu). Kad pēc laiciņa ierodas vēl citi klases skolēni, tos jau sagaida iepriekš atnākušie un skolotāja, kopīgi dziedot: „Sveiks, kaimiņ, jauka diena, ko labu pastāstīsi?” To skolēnu, kurš atnāk pēdējais, sagaida visas klases koris, dziedot šo dziesmiņu.

Piektās klases skolēniem iespējams patiktu sasveicināties citā veidā, piemēram,- „dodot pieci”. Pirms uzsākt, ieteicams veidot sasaukšanos, kas apliecinātu, ka skolēni izprot noteikumus un gatavi tos pieņemt. Sasaukšanās norit tādējādi, ka skolotājs uzdod jautājumu, un skolēni korī atbild. Skolotājs jautā skolēniem: „Kas jāatceras, dodot pieci?” Skolēni atbild: „Jāizrunā otra vārds skaidri. Sasveicinos maigi, nevis sitot plauku. Skatos acīs, izrunāju otra vārdu skaidri un pareizi.” Skolotājs dod signālu, ka viss kārtībā- varam sākt! Skolēni apstaigā viens otru, saucot vārdā un sasitot rokas „dod pieci” veidā (sveiks, Jāni, dod pieci!)

Ieteicams veidot rīta tikšanos no 3 daļām:



1) sasveicināšanās rituāls, kas var noritēt dažādos veidos, (uzsītot pa plecu, dziedot, sasveicinoties dažādās valodās, rīta lūgšana);

2) dalīšanās pieredzē. Skolēni pastāsta par svarīgiem notikumiem viņu ikdienā (kas būtisks, interesants notika vakar vai nedēļas nogalē), pajoko, papļāpā, klausās citos vai uzdod tiem kādu jautājumu. Var spēlēt arī kādu vienkāršu kustību rotaļu, kas ļauj skolēniem iesildīties (Man krustmāmiņa bija..., aplaudēšana ritmā utml.);

3) informācija un paziņojumi. Skolēni uzzina paredzēto dienas kārtību, kādas ir izmaiņas stundu sarakstā, kas būs pusdienās, kas dežūrē un citu informāciju, kura jāņem vērā.

Nepieciešams, lai rituāli būtu regulāri un ilgākā laika posmā nemainīgi. Protams, ja skolēniem rituāls šķiet garlaicīgs vai apnicīgs, tas noteikti jāmaina, jo rituāla būtība ir sniegt pozitīvas emocijas. Tādēļ rūpīgi jāvērtē, vai izvēlētas darbības ir piemērotas konkrētajai grupai. Šie rīta rituāli parasti atstāj spēcīgu ietekmi uz klases dzīvi. Pateicoties tiem, bērni iemācās sociālās prasmes: gādību, rūpes, paškontroli, cieņas pilnu komunikāciju un, protams, tie ir neaizstājami, veidojot savstarpējas ieinteresētības un cieņas pilnu atmosfēru klasē.

- **Atvadišanās.** Tikpat svarīgi, kā no rīta veiksmīgi uzsākt darbu, ir arī pēcpusdienā atvadīties no klases biedriem un doties uz mājām ar pozitīvām emocijām.

Aktivitātes būtība: Klase izveido divus apļus- iekšējo un ārējo. Katra dalībnieka uzdevums ir parādīt savam pāriniekam no otra apļa noteiktu pirkstu skaitu. Katrs pirkstu skaits apzīmē veidu kādā dalībnieki atvadās viens no otra: 2 pirksti- rokasspiediens, 3 pirksti- saberzējas ar kājām, 4 pirksti- ar pierēm, 5 pirksti- apskāviens. Kurš ir parādījis lielāku pirkstu skaitu, tā atsveicināšanās rituālu abiem jāizpilda.

- **“No haosa uz sabiedrību”.** Aktivitātes mērķis ir virzīties uz skolas vides veidošanu, kurā nebūtu vietas varmācībai, fiziskai un morālai pazemošanai. Skolotājs var noskaidrot un izmantot skolēnu ieteikumus, kā radīt ideālu klases vidi.

Aktivitātes būtība:



1. Sākotnēji prāta vētras vai diskusiju veidā skolēniem tiek jautāts, kādu vissliktāko klasi viņi var izfantazēt- kā tā izskatītos, kā tajā justos skolēni, kā katrs uzvestos.
2. Nākamajā etapā tiek izsapņota ideālā klase. Visas minētās idejas tiek pierakstītas un rezultātā tiek izveidoti 2 saraksti. Skolotājs var aicināt parakstīties zem ideālās klases saraksta tos, kuri centīsies darboties tā, lai tuvotos ideālam.
3. Pēc kāda laika klase tiek rosināta veidot divus citus sarakstus- kāda uzvedība var mani ievainot un kāda uzvedība man palīdz. Atkal tiek izveidoti divi saraksti, kas kalpo kā oficiāli kontrakti- kurš var apakšā parakstīties, ka apzināti neizvēlēšies uzvedību, kas var sāpināt?
4. Skolotājs var uzsākt sarunu par noteikumiem, kuru ievērošana nepieciešama labai pašsajūtai dzīvojot grupā, gluži tāpat kā nepieciešami noteikumi, lai izdotos spēle. Šādi saraksti var tikt izmantoti ikdienas situāciju pārrunās, piemēram, situācijās, kurās notiek kāds noteikumu pārkāpums, skolotāja var nostāties pie plakātiem un jautāt klasei: ja rīkojas šādi- pārkāpj noteikumus (robežu) vai nē, spēlē pēc noteikumiem, vai nē? Lai grupu ievirzītu veicamajā darbā vai arī, ja skolēni nespēj iejusties situācijās, skolotājs var piedāvāt konkrētas darbības un jautāt, kurā no sarakstiem tās iederētos, piemēram, atbildība, plāpāšana, kaunināšana, neuzmanība, atvainošanās, koncentrēšanās, izpalīdzība, sadarbība, gatavošanās stundai?
 - „**Noteikumu rullis**” Aktivitātes mērķis ir radīt klases konstitūciju mācību gada sākumā. Uzsākot skolas gadu, skolotāji ienāk klasēs, kuras pilnas ar jaunām sejām, jaunām balsīm, tas liek radīt jaunus standartus skolēnu uzvedībai un saskarsmei. Kārtības noteikumu izveide klasē sekmē pilsonisko izglītību, bet dod arī tiesības savā klasē un uz savu klasi. Ja skolēni paši veido savas klases noteikumus, viņi vairāk piekrīt atbildībai, lielākā mērā pakļaujas noteikumiem un viens otru vairāk uzmana noteikumu ievērošanā.

Aktivitātes būtība:

1. Vispirms skolēnus iepazīstina ar cilvēktiesību konstitūciju, noskaidro, ko skolēniem nozīmē vārdi konstitūcija, atbildība, tiesības. Svarīgi mēģināt



definēt, radīt asociācijas par šiem jēdzieniem. Ja skolēni neuztver, tad skolotājs akcentē tiesību un atbildības saikni.

2. Veidojot definīcijas, skolotājs ierosina skolēnu grupām rakstīt klases konstitūcijas melnrakstu. Sāk ar tiesībām. Piemēram- Mūsu klasē katram ir tiesības uz....Skolotājs var ievirzīt, paskaidrot, kas ir svarīgi, kopā spēlējoties, mācoties. Tad visas grupas salīdzina melnrakstus un mēģina apvienot vienā dokumentā.
3. Tad fokusē uzmanību uz atbildību un pienākumiem- kas jā dara visiem skolēniem, lai būtu pārlicība, ka viņu tiesības tiks cienītas un ievērotas. Vēlams, lai katrām iepriekš izdomātajām tiesībām atbilstu viens vai vairāki pienākumi. Piemēram, lai būtu drošība- jābūt kārtībai telpā, nedrīkst skriet klasē, mētāt lietas. Visi pienākumi tiek apvienoti kopējā sarakstā.
4. Tiek rosināta diskusija par to, kā klase rīkosies situācijās, kad tiesības netiks ievērotas. Svarīgi veidot „prāta vētru”, lai nonāktu pie daudzveidīgiem risinājumiem, piemēram, var izveidot drošības vietņu strīdu risināšanai- „Miera soliņu”, ko dekorē un atdala no citām vietām klasē. Grupas vienojas par to, kuras idejas šķiet vērtīgas, un tās tiek pievienotas tiesību un atbildības sarakstiem.
5. Skolēnus rosina medītēt, zīmēt, krāsot, lai vizualizētu, kā izskatītos klases dzīve, ja tiktu pieņemta klases konstitūcija.
6. Tad visa klase paraksta savu konstitūciju, pievieno tai savus mākslas darbus un var nosvinēt konstitūcijas ballīti. Var nosūtīt klases konstitūcijas kopiju vecākiem vai aizbildņiem uz mājām un arī viņus var ielūgt uz ballīti.

- Kā aizstāvēt citus?** Aktivitāti organizē kā diskusiju par to, kā cilvēki tiek diskriminēti. Skolēni tiek rosināti domāt par jautājumu- ko es daru, kad pamanu, ka notiek kaut kas otru diskriminējošs?

Aktivitātes būtība:

1. Vēlams, lai skolēni sēdētu aplī, redzot visus diskusijas dalībniekus. Tādējādi ir iespējams vērsties pie jebkura dalībnieka, jautājot viņam vai uzdodot jautājumus. Pirmajā etapā skolotājs izskaidro visus ar diskrimināciju saistītos „ismus” un fobijas- rasismu, nacismu, ksenofobiju, kā arī citus svešvārdus, kurus skolēniem būtu vēlams



pārzināt. Skolēni tiek rosināti atcerēties- vai ir novērojuši klasē vai skolā kādu no šāda veida parādībām: vai kāds ir ticis apspiests? Vai kāds tika ignorēts, kad gaidīja labvēlīgu attieksmi pret sevi? Vai kāds ticis nomelnots savas nacionalitātes vai ārējā izskata dēļ? Vai kāds ir otru nosaucis par „pediņu” vai „lezbu”? utml.

2. Tad skolēni pagriežas pret savu blakussēdētāju, veidojot pārus. Skolotājs lūdz padomāt un padalīties ar blakussēdētāju par situāciju, kad skolēni paši piedalījušies kā darbojošās personas līdzīgā situācijā. Dalībnieki tiek rosināti domāt par to, kāpēc jutās labi vai ne tik labi, kādas sajūtas ir tad, kad jāstāsta par šo gadījumu. Skolēni parasti pauž, ļoti atšķirīgas sajūtas atkarībā no situācijas- vai diskriminētājs bijis pieaugušais vai draugs, kādas attiecības ir ar cietušo pusi.

3. Nākamajā etapā skolēni tiek iesaistīti lomu spēlēs, kuru mērķis ir izspēlēt veidus, kā varētu pārtraukt huligānismu vai cietsirdīgu izturēšanos, izmantojot pašu pieredzi vai piemērus. Situāciju piemēri-

- tu esi spēļu laukumā. Viens no taviem draugiem saka: „Neaicināsim Marku uz spēli, jo viņš ir „homītis”. Ko Tu darītu?
- Draugi plāno izklaides nedēļas nogalē. Viens no viņiem piedāvā tādu plānu, ka tu zini, ka trešais draugs netiks aicināts. Ko tu teiksi?
- Viens no skolēniem literatūras stundā sāk smieties par citu skolēnu, kas lasa daudz lēnāk un neskaidrāk. Skolēns sāk apsaukt otru par lēno bremzi, kas lasa bērbišu grāmatiņas.

4. Visa klase kopīgi mēģina ģenerēt pēc iespējas vairāk ideju par to, ko varētu teikt, kad redz dažādas netaisnīgas situācijas. Rezultātā skolotājs var virzīt uz trim svarīgiem priekšnoteikumiem, kas jācenšas ievērot, kad skolēni cenšas pārtraukt vienaudžu diskriminējošu uzvedību:

- pārtraukt nepieņemamo komentāru vai darbību pēc iespējas ātri;
- paskaidrot otram, kas tieši šajā reālajā situācijā nav pieņemami;
- nepazemot otru, aizrādot par viņa neatbilstošo rīcību, neaizskart otra pašcieņu!



2. Diskutējam un izzinām jēdzienus, attieksmes un viedokļus

- **„Jā, bet...”** Viens no veidiem, kā sākotnēji apzināt skolēnu viedokli par apskatāmajiem jautājumiem, ir ķēdītes diskusija.

Aktivitātes būtība: Diskusijas vadītājs sāk ar ievadfrāzi, piemēram, „Būt atšķirīgam ir katra cilvēka pamattiesības, kas jācenšas aizstāvēt.” Nākamajam diskusijas dalībniekam (kas tiek izvēlēts, piemēram, metot bumbiņu) jāieklausās šajā frāzē un jāizsaka savs apgalvojums, kas noliedz iepriekš minēto. Nosacījums diskusijā ir- katrai nākamajai frāzei jāsākas ar vārdiem „Jā, bet....”, un tai pēc iespējas jānoliedz iepriekš teiktais. Tādējādi skolotājam iespējams iesaistīt visus nodarbības dalībniekus, veicināt ieklausīšanās prasmes un gūt priekšstatu par uzskatiem, kas ir grupas dalībniekiem.

- **„Sarakste”** Pāru darba metode, ko īpaši veiksmīgi var izmantot, ja auditorija ir liela un savstarpēji nepazīstama un veicamais uzdevums ir noskaidrot jēdzienus.

Aktivitātes būtība: Dalībnieki sadalās pāros. Katram pārim ir kopēja papīra lapa un katram savas krāsas rakstāmais. Tiek dots uzdevums- nesarunājoties, ierobežotā laikā, izmantojot tikai saraksti, nonākt pie vienotas definīcijas, piemēram,- kas ir tolerance vai ksenofobija, vai cilvēktiesības. Pēc noteiktā laika pāri var iepazīstināt ar savām definīcijām, vai, ja dalībnieku skaits ir ļoti liels, pāri var apvienoties, veidojot nelielas grupas, kurās, diskutējot vai turpinot saraksti, vienojas par definīciju. Nodarbības vadītājam atliek vien papildināt un precizēt jēdzienu, ja tas nepieciešams.

- **„Tolerances laboratorija”** Radošā un tēlainā veidā tiek izveidota laboratorija, kurā noskaidro svarīgākās sastāvdaļas tolerantām attiecībām. Ja vēlas, metodi var padarīt atraktīvāku, izmantojot dažādas kārbīņas, kolbas vai krāsainus lakatus.

Aktivitātes būtība: Dalībniekiem pastāsta par to, kā viduslaikos zinātnieki meklēja veidus, kā visvienkāršāko metālu vai dzelzi pārvērst par zeltu. Vadītājs piedāvā par „zeltu” pieņemt labu veselību, stabilu emocionālo stāvokli (ikdienā



sakot- nervus), draudzīgas attiecības ar citiem, spēju viegli atrisināt savas problēmas, tad tolerance ir tas „filozofu akmens”, kas spēj paveikt brīnumainas pārvērtības, pārvēršot dzelzi zeltā. Laboratorijā tiek sastādīts sastāvdaļu saraksts, kas toleranci padara par īpašību, kas atnes veiksmi un labas savstarpējas attiecības. Par šādiem ingredientiem parasti kļūst: taktiskums, samierināšanās, pašsavaldīšanās, miers, mīlestība, žēlsirdība, entuziasms, vieglums, humora izjūta, piedošana, pašcieņa, savas vērtības apzināšanās utml.

Tāpat var atrast tos elementus, kas sagrauj iecietību vai lielā mērā novājina to. Nereti tiek minēti: pagātnes un bijušā atcerēšanās, kas noved pie lieliem enerģijas zaudējumiem, koncentrēšanās tikai uz ļauno un tikai trūkumu un citu vājumu pamanīšana, ļaunu vārdu, baumu, tenku, nelabvēļu klausīšanās, runāt tukšu, rupjības.

- **„Prāta vētra”** Klasiska un efektīva metode problēmas daudzpusīgai atklāšanai un risinājumu meklēšanai. Sniedz iespēju izteikties visiem dalībniekiem un nonākt arī pie negaidītiem un netradicionāliem risinājumiem.

Aktivitātes būtība: tiek piedāvāta kāda problēma, kurai nepieciešams risinājums (piemēram, kā novērst vardarbību mūsu skolā, kā panākt, lai visi mūsu klasē justos labi). Dalībnieku uzdevums ir izteikt pilnīgi visas idejas, ko viņi spēj iedomāties. Pirmajā etapā neviena no idejām netiek komentēta, izcelta, slavēta vai noraidīta. Jārosina meklēt radoši risinājumi, jāiedrošina izteikt pat provokatīvus, šķietami nereālus vai smieklīgus risinājumus. Visas asociācijas un vīzijas tiek pieņemtas, pierakstītas visiem redzamā veidā. Vadītājs rosina izteikties tiešām visiem un nodrošina to, lai neviena ideja netiktu komentēta. Nākamajā etapā idejas tiek dažādi grupētas (piemēram- jaukas, bet nereālas; nepieņemamas; efektīvas, bet dārgas utml.) Rezultātā kopīgā diskusijā var izvēlēties dažas idejas, kuras ir piemērotākās.

- **„Bingo”** Bingo ir spēle ar kartīti, kura jāaizpilda. Katrā gadījumā var būt atšķirīgas lietas, kuras jāaizpilda uz kartītes. Uzvarētājs ir tas, kura kartīte ir aizpildīta pirmā. Beigās vienmēr pārbaudām, vai aizpildīts pareizi un godīgi.

Aktivitātes būtība: Visiem dalībniekiem tiek izdalītas Bingo lapas, uz kurām ir tabula ar 6-12 lodziņiem, kas jāaizpilda. Uzdevums ir atrast grupā cilvēkus, kas



domā, ka atbilst nosacījumam, kas minēts lodziņā. Piemēram, nosacījumi varētu būt šādi: Man ir vismaz trīs citas tautības draugi; Maniem vecākiem ir katram sava tautība; Es zinu cilvēku, kuram ir invaliditāte, bet viņš ir daudz sasniedzis; Es ticu, ka iespējama draudzība ar cilvēku, kam ir atšķirīga seksuālā orientācija; Esmu aizstāvējis kādu pret diskriminējošu rīcību u.c. Uzvarējis ir tas, kurš, aptaujājot pēc iespējas vairāk grupas dalībnieku, pirmais ir dabūjis parakstus visos lodziņos. Pārbaude notiek, lūdzot tos cilvēkus, kas parakstījušies, pastāstīt sīkāk par situāciju, kas minēta. Tādējādi tiek novērsta iespēja, ka kāds parakstīties formalitātes vai sporta pēc (lai būtu pirmais), un iespējams uzsākt diskusiju, kas balstās uz reālām dzīves situācijām.

- **Situāciju analīze un diskusiju tēmas.** Nelielās grupās dalībniekiem var piedāvāt dažādas problēmsituācijas, kurām jāsniedz savs izvērtējums. Tādējādi vadītājam ir iespēja novērot gan procesus grupā (kas ir aktīvākie dalībnieki, kuriem nepieciešams iedrošinājums), gan uzzināt dominējošos uzskatus un priekšstatus par notiekošo.

Situācijas:

- Ir zināmi cilvēki, politiskie ieslodzītie, kas pavadījuši cietumā vienā kamerā vairākus gadus. Lai arī šiem cilvēkiem bijusi katram sava reliģija, aprakstīts, ka viņi ne tikai palīdzējuši, aizstāvējuši viens otru, bet arī emocionāli un garīgi atbalstījuši. Bet, kad vajāšana beigusies un abi tikuši brīvībā, attiecības krietni pasliktinājušās. Kā to varētu izskaidrot?
- Tiek tiesāti mākslinieki, kas savās gleznās kariķējuši Jēzu Kristu, Muhamedu, bet ne tie, kas rāvuši gleznas no sienām un tās iznīcinājuši. Kura pusē ir tolerance- mākslinieku radošās brīvības vai cieņas pret ticībām? Vai mākslinieku radošai pašizpaušmei ir robežas?
- Pastāv divi viedokļi- viens no tiem vēsta, ka katrs bērns piedzimst mīlestības, labestības un iecietības pārpilns, un viņš nav jāapmāca (pietiek nesamaitāt). Otrs viedoklis ir, ka katram bērnam ir raksturīga zināma agresivitāte (izdzīvošanas instinkti), kuru laika gaitā ģimene, vide apspiež, notiek socializācijas process, un bērns iemācās pieņemošu uzvedību, reaģē sabiedrībai pieņemamā veidā. Kāds ir optimālākais bērnu audzināšanas veids? Kā veicināt tolerantas personības veidošanos?



-
- Vai iespējams sadarboties diviem cilvēkiem, no kuriem viens ienīst visu pasauli, bet otrs ir mīlestības pilns? Kā rīkoties un izturēties situācijās, kad labie nodomi atduras pret neizpratnes un noraidījumu sienu? Kā runāt ar cilvēkiem, kuru izturēšanās nav pieņemama? Vai jācenšas viņu pārliecināt?
 - Tolerance- aktīva vai pasīva pozīcija? Vai pietiek ar to, ka klusi pieņem atšķirīgo vai jārikojas- jādiskutē, jāskaidro, jāpierāda ? Vai pārliecināšana nav agresija pret otra viedokli?
 - Kad klausāties fantastiskus stāstus par citplanētiešiem, sapņojam par tikšanās ar tiem- lūk, tā tik būs tikšanās ar citu saprātu!- patiesībā jau uz zemes ir tikšanās ar citām kultūrām. Kādi esam, satiekoties ar atšķirīgo- pieņemoši, piesardzīgi, izsmejoši? Ko sagaidām un ceram, no kā baidāmies un ko gribam pateikt?
 - Savējie un svešie. Vai visi apkārtējie var būt savējie? Ja ir savējie un svešie, vai tas nozīmē, ka svešos vienmēr atstumj vai dara viņiem pāri? Kā rīkoties, lai tava attieksme neaizvaino tos, kas nav savējie? Vai esi juties kā svešais? Vai var iztēloties, kā jūtas tie, kas netiek pieņemti kā savējie?
 - Sieva saka vīram, kas iegrimis avīzes lasīšanā: "Vai tev ir kādreiz ienācis prātā, ka dzīvē ir svarīgākas lietas par to, kas notiek pasaulē?" Vairums cilvēku mīl cilvēci. Tas, ko viņš nevar ciest, ir kaimiņš. Kā saprast šīs frāzes? Kādas situācijas to apstiprina?



3. Empātijas un sadarbības prasmju trenēšana

Empātija ir tāda garīga vienotība, kad viens cilvēks tik stipri iedziļinās otra jūtās, ka dažreiz pat personificē sevi ar sarunu biedru, it kā uz laiku izšķīstot tajā. Tieši šajā dziļajā un zināmā mērā noslēpumainajā empātijas procesā rodas savstarpēja sapratne, savstarpēja ietekme un citas nozīmīgas cilvēku attiecības.

- **“Citroni”** Šis vingrinājums var kalpot kā „ledlauzis”- iesildoša un atmosfēru veidojoša aktivitāte turpmākajam darbam par individuālajām atšķirībām. To var izmantot kā sākumu sarunai par stereotipizēšanu, atšķirībām un vienlīdzīgām iespējām. Cilvēku skaits nav ierobežots. Nepieciešams citronu skaits, kas atbilstu dalībnieku skaitam. Protams, var izmantot arī jebkurus citus augļus- apelsīnus, ābolus, bumbierus u.c. Vingrinājums aizņem aptuveni 30 minūtes laika.

Aktivitātes būtība:

1. Katram dalībniekam tiek izdalīts viens auglis.
2. Vadītājs palūdz katram rūpīgi izpētīt savu augli, atrast visas atšķirīgās zīmes, sajūst mizu, formu, kas piemīt šim auglim. Katrs tiek iedrošināts personalizēt savu augli, iedodot tam vārdu, padomājot, kāds raksturs varētu būt šim auglim, ja tas dzīvotu cilvēku dzīvi. Tam tiek atvēlētas 5 minūtes.
3. Tad visi augļi tiek savākti vienā lielā somā, kārtīgi sajaukti, tad vadītājs izber visus augļus grupas priekšā uz segas.
4. Pēc kārtas katrs dalībnieks nāk un mēģina atrast savu augli.
5. Ja jaunietis spēj pamatot, ka tas ir tieši viņa auglis, pēc kādām pazīmēm viņš to atpazīst, viņš var paņemt savu augli. Ja pamatojuma nav, vai tas ir nepārlicieņošs, auglis tiek atlikts malā, un beigās dalībniekiem tiek dota iespēja vēlreiz mēģināt atrast savus augļus starp pārpalikušajiem.
6. Lai cik tas nebūtu pārsteidzoši, cilvēki ļoti veiksmīgi spēj atpazīt savu augli. Noslēgumā tiek pārrunāts: cik pārliciecināts tu esi par to, ka paņēmi tieši savu augli, kā tu atpazīni savējo; Skolēni tiek iedrošināti vilkt paralēles starp šo uzdevumu un to, kā tiek šķiroti cilvēki. Tiek pārbaudīti stereotipi par to, „vai



tiešām visi citroni ir vienā krāsā, vienas formas”. Cik pamatoti ir lietot vārdus “visi”, “neviens”, “vienmēr”?

- **„Saskaņa”**. Vingrinājums pāros, kas vienkāršā un atraktīvā veidā palīdz demonstrēt, ka sajūst otra domas un izjūtas ir sarežģīti, bet ne neiespējami.

Aktivitātes būtība: Skolēni sadalās pa pāriem. Katrs pāris nostājas ar mugurām kopā. Pēc signāla sāk viens no otra attālināties dažādos virzienos. Uzdevuma nosacījums ir pēc iespējas vienlaicīgi atskatīties. Jāsajūt tas mirklis, kad otrs vēlas atskatīties. Skolēnus rosina mēģināt vairākas reizes, līdz sanāk, un izmēģināt ar vairākiem cilvēkiem. Pēc vingrinājuma vēlams pārrunāt, kas ir faktori, kas traucē vai palīdz sajūst, saprast otru cilvēku.

- **„Lipekļi”**. Kustību rotaļa, kas veicina pozitīvu ķermenisko kontaktu un labvēlīgu grupas atmosfēru.

Aktivitātes būtība: Skolēni sadalījušies pa pāriem. Vadītājs nosaka to, kuras ķermeņa daļas kļūst lipīgas un salīp. Piemēram, ja vadītājs saka- roka pie rokas! Tad dalībniekiem jāsadodas rokās vai kā savādāk jāsavieno savas rokas ar pārinieku. Tālāk var sekot rīkojumi: „Kāja pie kājas!”, „Galva pie galvas!”, „Mugura pie muguras!”. Atskatot rīkojumam: „Kaimiņš pie kaimiņa!” jāsalīp ar kādu no blakus pāra, tādējādi notiek pāru maiņa, un spēle var turpināties.

- **„Mans vārds”** Katram cilvēkam ir dots vārds un katram ir svarīgs savs vārds. Izrunājot cilvēka vārdu, lietojot pamazināmās formas, samainot burtus, pievienojot dažādas galotnes, neapzināti tiek pausta arī attieksme pret vārda nēsātāju. Cilvēka vārds nav tikai burtu kombinācija, pat ja cilvēkiem ir vienādi vārdi, katram tomēr ir savs izcelsmes stāsts un sava nozīme, ko tam piešķir vārda nēsātājs.

Aktivitātes būtība: Mazās skolēnu grupās tiks radīts vārda stāsts, tam nepieciešama 1 stunda laika un liela papīra loksne.

1. Skolēni sadalās grupās pa 4. Uz lapas tiek sarakstīti visu dalībnieku vārdi, un tiek secināts, kuri burti ir kopīgi pilnīgi visiem dalībniekiem vārdos. Katrs izstāsta un uzraksta, ko viņš zina par sava vārda nozīmi un kā ir ticis pie sava vārda. Ja skolēni nezina sava vārda vēsturi, skolotājs var piedāvāt „Personvārdu vārdnīcā” pieejamos skaidrojumus.



2. Visa grupa domā, kādas ir rakstura iezīmes, kas sākas ar visiem kopīgo burtu un kas visiem grupas dalībniekiem ir kopīgas.
3. Pēc tam katrs atrod savā vārdā burtu, kas nav nevienam citam šajā grupā. Tad izdomā tādu rakstura īpašību, kas sākas ar šo burtu, kas, pēc skolēna domām, nav nevienam citam.
4. Sadarbojoties mazā grupa uzraksta eseju- kā esam līdzīgi un kā atšķiramies.
5. Salīdzina ar citām grupām un dalībniekiem savas unikālās rakstura īpašības, novērtē, vai tās sakrīt ar citiem.
6. Noslēgumā grupas prezentē savus vārdus un vārdu biogrāfijas. Var ierosināt prezentēt nevis savu, bet cita vārdu. Interesanti ir pētīt arī savu uzvārdu- kāds ir tā rašanās stāsts un kādas īpašības tas varētu slēpt.

Taisām draudzības tiltu!

Aktivitātes būtība: Sadalās pa pāriem un tiek dots uzdevums- jāuztaisa tilts, par būvmateriāliem izmantojot savas rokas, kājas un visu ķermeni. Tad tiek piedāvāts tiltu izveidot ja grupā ir trīs vai četri skolēni. Aktivitātes kulminācija ir tilta veidošana visai klasei kopā. To var izdarīt, piemēram, sastājoties visi aplī, sadodoties rokās un paceļot tās uz augšu, un pēc iespējas tuvinot centram.



4. Masu mēdiju ietekmes analizēšana

Masu mēdiji ieņem lielu vietu mūsdienu cilvēka dzīvē, jo šī brīža situācija atbilst tendencei- uzvar tas, kura rīcībā ir vairāk informācijas. Ir cilvēku daļa, kura tiecas pēc maksimāli ātras un daudzveidīgas informācijas, un ir otra cilvēku daļa, kura tiecas būt šīs informācijas sniedzēja, lai varētu ietekmēt sabiedrības domu.

Protams, uz žurnālistiem gulstas liela atbildība par to, ko un kā viņi runā, bet arī no lasītāja, klausītāja un skatītāja nav maz atkarīgs. Pret saņemto informāciju jāizturas kritiski, jāizvērtē no personiskās pieredzes, neveidojot spriedumus par veselumu, balstoties tikai uz vienu tā daļu.

- **„Mēdiju portfolio”**. Nereti jaunieši pieņem komerciālos realitātes šovos, reklāmās vai mūzikas klipos redzamo kā normālas uzvedības modeļus, tādēļ ieteicams diskutēt un palīdzēt atklāt, kā mēdiji ietekmē mūsu lēmumu pieņemšanu.

Aktivitātes būtība:

- 1.** Skolēni nedefinē, kas ir masu mēdijs un uzskaita pēc iespējas vairāk zināmos masu mēdijus (iespējamās atbildes: komercpārraides TV, radio paziņojumi, reklāmlapas, žurnāli, avīzes, filmas, videoklipi u.c.).
- 2.** Mazās grupās skolēniem tiek iedoti žurnāli, kuros jāizgriež reklāmas, kas patīk. No izgrieztajām reklāmām var izveidot kolāžu, apkopojot tās uz vienas lapas. Skolēni pastāsta, kāpēc patīk šīs reklāmas un vai tiek rosināta vēlme pirkt šos produktus.
- 3.** Nākamajā etapā skolēni analizē šīs reklāmas dziļāk, meklējot atbildes uz jautājumiem- vai attēlotie cilvēki ir patiesi- vai pārāk kaulaini, vai muskuļaini, vai ieņemtā poza ir normāla vai samākslota, vai attēls kopumā ir pozitīvs vai negatīvs, vai neitrāls, kāpēc? Vai attēlotā situācija ir reāla, izdomāta vai idealizēta? Kas ir produkts, ko cenšas pārdot- cik nepieciešams, noderīgs, kvalitatīvs? Kas ir mērķa auditorija, potenciālie pircēji vai lietotāji, kāpēc?
- 4.** Pēc pārrunām skolēni var veikt patstāvīgu pētījumu, apkopojot piemērus, kā mēdiji ietekmē cilvēkus ar sludinājumu, reklāmu palīdzību. Katram apkopojumam (portfolio) jāatbilst noteiktām prasībām- jānoformē glīts, dekoratīvs vāks, jāiekļauj 15 piemēri- 5 no TV filmām, 5 no radio, mūzikas, 5 no žurnāliem. Katrai reklāmai var izdomāt nosaukumu. Izvēloties iekļaujamās reklāmas, skolēni var fokusēt uzmanību



uz viena tipa personām- sievietēm, bērniem, bezdarbniekiem, vadošiem darbiniekiem u.c.un analizē, vai reklāmas ataino izvēlēto pozitīvi vai neitrāli, kuru tas var ietekmēt reālajā dzīvē, ko tas pasaka par mēdiju.

- „Kas notiek?”** iespēja veidot diskusijas iemaņas, formulēt jautājumus un apskatīt dažādu sabiedrības grupu viedokļus par notiekošo.

Aktivitātes būtība: viens no veidiem, kā uzzināt skolēnu viedokli, iepazīt situāciju, kā arī pārliecināties par skolēnu informētību, ir organizēt diskusiju, kurā tiktu analizēts valdošo spēku skatījums uz iecietības problēmām klasē, skolā vai pilsētā. Skolēni izveido vairākas grupas un nosaka katras grupas funkcijas. Piemēram, var būt žurnālistu grupa, kuras uzdevums ir sagatavot un uzdot pēc iespējas diskutablākus jautājumus par notiekošo skolā. Var būt vecāku, skolas administrācijas pārstāvju, pilsētas pašpārvaldes, dažāda vecuma skolēnu grupas, kurām katrai jā sagatavo ekspertu viedoklis par problēmām, ar kurām nākas saskarties, kā arī jābūt gataviem atbildēt uz žurnālistu jautājumiem.

- „Labas gribas sūtnis”.** Attīsta globālu problēmu izpratni, sniedz iespēju diskutēt par starpvalstu konfliktiem un iespējām tos risināt.

Aktivitātes būtība: Tiek izveidotas divas komandas, kas pārstāv divas savstarpēji konfliktējošas valstis. Katram ir uzdevums tolerantā veidā uzrakstīt otras valsts prezidentam vēstījumu, kurā tiktu paustas gan savas intereses, gan iespējas saglabāt mierīgas attiecības.

- „Masu mēdiju darbs”**

Aktivitātes būtība: Skolēni sadalās grupās un katra grupa izvēlas, kuru no informācijas nesējiem pētīs (konkrētu laikrakstu, radio, TV kanālu, žurnālu). Var izvēlēties arī konkrētu žanru vai rubriku, piemēram, pētīt tikai kriminālo informāciju, mūzikas klipus vai reklāmas. Noteiktā laika periodā (mēneša, nedēļas laikā) skolēniem rūpīgi jāseko līdzī sava informācijas kanāla darbībai un jāpieraksta novērotie piemēri saistībā ar ksenofobiju, diskrimināciju vai stereotipiem. Iegūtie piemēri ļauj turpmāk analizēt masu mēdiju aktivitāti, profesionalitāti un ētikas principu ievērošanu iecietības problēmu atspoguļošanā.

- “Informāciju var sniegt jebkas!”** Daudzi masu mēdiju veidotāji uzskata, ka vienīgais veids, kā nodot informāciju, ir ar vārdiem. Skolotāji nereti raizējas par to,



ka bērni nelasa, skolēnus grūti rosināt rakstīt jaunrades darbus, izpausties literatūrā, bet kāpēc gan nemācīt skolēniem izmantot daudzveidīgus informācijas avotus, lai paspīlgtinātu vārdu spēku? Svarīgi ir atklāt, ka verbālā informācija ir tā, kura mums ir visvairāk, bet tā nav vissvarīgākā mūsu personisko attieksmju un emociju veidošanā. Vingrinājums balstīts uz H.Gārdnera izstrādāto 8 inteliģenču teoriju. H.Gārdners atklājis un aprakstījis, ka ir vairāk nekā tikai viens veids, kādā cilvēks var būt gudrs. Cilvēka gudrība var izpausties vismaz 8 veidos: verbāli/valodiski, matemātiski/ loģiskā, vizuāli/telpiskā, muzikālā, kustību, interpersonālā, intrapersonālā un dabas izpratnes. ļaujot skolēniem būt radošiem, var sniegt iespēju drošāk izpausties skolēniem, kam tas ir grūtāk tradicionālos veidos.

Aktivitātes būtība:

1. Skolēniem lūdz atnest 5 viņiem svarīgas fotogrāfijas. Pāros vai nelielās grupās skolēni viens otram izstāsta par šīm fotogrāfijām, kādā veidā tās ir svarīgas, tad uzraksta nelielus stāstus par tām (tādējādi tiek izmantotas skolēnu vizuālās spējas- māka rūpīgi izpētīt fotogrāfijas un interpersonālās spējas- prasme saprotami pastāstīt, kāpēc šīs fotogrāfijas ir svarīgas).
2. Skolēni tiek lūgti atnest uz skolu kādu lietiņu vai tās fotogrāfiju, ko viņi ir mantojuši no iepriekšējām paaudzēm. Skolēniem jāizstāsta stāsts par šo lietu, papildinot to ar interpretāciju. Piemēram, kāds skolēns atnes krūzīti, kas viņam palikusi no vecmāmiņas. Viņš izdomā stāstu- ja es tagad sēdētu kopā ar vecmāmiņu un mēs dzertu tēju, ko vecmāmiņa varētu man teikt? (intrapersonālās un interpersonālās spējas).
3. Skolēni krāj visus čekus, ko var saglabāt no saviem tēriņiem nedēļas laikā. Tiek saskaitīti visi nedēļas tēriņi, sargrupēti- cik daudz tiek iztērēts kādām lietām, piemēram, lai pavadītu laiku kopā ar draugiem, savām izklaidēm, lai palutinātu sevi. Skolēniem uzdod jautājumus: „Ko tu atceries par to filmu, ko skatījies, vai dārzeņu veikalu, kurā iepirkies- kas bija ar tevi kopā, par ko jūs runājāt, kāds bija tavs noskaņojums? Ko par tevi stāsta tavi iepirkumi?” (loģiskais, matemātiskais intelekts).
4. Skolēni nelielās grupās dodas pastaigāties brīvā dabā, ar uzdevumu vērīgi raudzīties apkārt un atcerēties redzēto, pieskarties kokiem, akmeņiem, sajust dabas vēstījumu sev. Vēlāk skolēni apraksta piedzīvoto un sajusto (dabas izpratnes, ķermeniskais).



5. Ģimenes audekla veidošana. Skolēniem tiek izstāstīts par Lielvārdes jostu, kurā atbilstoši senai leģendai ieausta visas latviešu tautas vēsture. Skolēni tiek aicināti zīmēt savas ģimenes jostu vai audeklu, kur katrs raksts simbolizē katru ģimenes locekli, kur krāsām un rakstiem ir dažāda nozīme. Diskusijas jautājumi- kā rakstos var atklāties ģimenes vēsture, kā izskatītos tava josta un ko tā varētu pastāstīt tavim mazbērniem? (matemātiski loģiskā, vizuālā)
 6. Kad cilvēks veic pierakstus vai aizdomājas, viņš nereti uz lapas malām zīmē dažādus ķeburus, rakstus vai kricelējumus. Bieži vien var novērot, ka cilvēki kricelē vienas un tās pašas lietas. Var sakrāt šādas apzīmētas papīra lapas, veidot izstādi un kopīgi analizēt- ko varētu nozīmēt tavi kricelējumi? (vizuāli telpiskā)
 7. Mūsdienu jauniešu dzīvē nozīmīgu vietu ieņem mūzika un tās klausīšanās. Katrs skolēns demonstrē grupai savu iecienītāko dziesmu. Diskusiju var aizsākt jautājumi: „Kāda ir tava mīļākā dziesma, vai vārdiem tajā ir nozīme?” Skolēni var noskaidrot un pārdomāt, kāda ir viņu vecāku, labākā drauga mīļākā dziesma, kāpēc?
- „**Vēstījums pasaulei**”. Skolēni tiek iepazīstināti ar iespēju izmantot simbolus un logo kā efektīvus informācijas nesējus.

Aktivitātes būtība: Katra komanda izveido emblēmu, simbolu, kas vēsta pasaulei par iecietību. Uzzīmē un izskaidro tā vēstījumu. Šo uzdevumu var veidot arī kā ģimeņu plakātu izstādi, rosinot skolēnus pēc iespējas iesaistīt savas ģimenes locekļus tolerances simbola izveidē.

- Sadarbības komiksi-** Komiksu grāmatu veidošana ir vizuālās literatūras metode, kas palīdz skolēniem vieglāk uztvert sakarības starp komiksiem, grāmatām un reālo dzīvi.

Aktivitātes būtība: Strukturējot darbības noteiktā secībā un konkrēti formulējot mērķus, tiek izveidots ilustrēts stāstījums par ikdienā novērotām situācijām. Lai darbs noritētu mērķtiecīgi, to var iedalīt vairākos etapos:

1. Prāta vētras veidā skolēni domā un uzskaita visas iespējamās konfliktsituācijas, kādas ir novērojuši skolā- huligānismu, apsaukšanos un naidīgumu pret kāda dzimuma, nacionalitātes, ekonomiskā stāvokļa pārstāvjiem. Visas idejas tiek pierakstītas.



2. Skolēni sadalās grupās pa 5, katra grupa kopā izvēlas kādu no nosauktajām tēmām vai situācijām.
3. Mazajās grupās skolēni plāno vadlīnijas savam izvēlētajam konfliktam, kas ir galvenie punkti šajā situācijā. Skolotājs var veicināt domāt par to, kas izraisa šos konfliktus, kā tie izpaužas, kā liek cilvēkam justies un kādas alternatīvas varētu to mainīt.
4. Skolotājs izskaidro stāsta uzbūvi kopumā, ar klasi vienojoties, ka katram stāstam ir sākums, vidus un beigas. Piemēram, šoreiz komiksu stāsts sastāvēs no 5 daļām (var izvēlēties daļu skaitu atbilstoši dalībnieku skaitam mazajās grupās)- sākums, aina, kas attīsta stāstu, vidus, vēl viena aina un beigas. Mazajās grupās tiek izdiskutēts, ar ko stāsts varētu sākties un ar ko beigties, tad pievieno vidus ainas- 2 situācijas, kas papildina stāstu.
5. Zīmēšana. Skolēni izvēlas, kurš zīmēs katru scēnu, un katrs zīmē tādā veidā, lai veidojas koptēls un sanāk ticami. Lai to panāktu, jāvienojas, kā izskatīsies varoņi, kādā krāsā būs to apģērbs. Skolotājs rosina pārliecināties, vai situācijas ir reālas, vai skolā tā var atgadīties. Ja skolēniem ir grūtības izdomāt nobeigumu, skolotājs var sniegt palīdzību, organizējot mini-prāta vētru grupas iekšienē, rosinot izvēlēties noslēguma ainu, kas dotu cerību uz pozitīvu atrisinājumu.
6. Prezentācija. Grupas savus komiksus var prezentēt mutiski, izstādot zīmējumus klasē, vai izspēlēt lomu spēlē.



5. Lai savējo būtu vairāk kā svešo...

- **„Birku¹ dališana”** Aktivitāte ieteicama 6-9.klašu skolēniem. Vecākajās pamatskolas klasēs skolēni visai daudz saskārušies ar to, ka notiek cilvēku dalījums grupās- tiek uzlikta klišeja, dalītas „ birkas”. Tiek izsmieti tie, kas atšķiras vai nu ar mazāku vai lielāku augumu, ātrāku vai lēnāku darba tempu u.c. pazīmēm. Lielākā daļa skolēnu pieder vai nu „savējiem” vai „atstumtajiem”(svešajiem). Atstumtajiem parasti tiek piekārtā kāda no birkām, sakot, ka tie ir muļķi, bomži, bremzes, lauķi, jefiņi utml.

Aktivitātes būtība:

1. Nodarbību iesāk, runājot par stereotipiem un birkām, ko uzliekam cilvēkiem atkarībā no tā, kā viņi ģērbjas, kā runā vai ar ko kontaktējas.
2. Skolēni prāta vētras veidā nosauc un uzraksta tik daudz birku, cik vien spēj izdomāt dažu minūšu laikā.
3. Dalībnieki kopīgi mēģina definēt un precīzi noformulēt, ko ietver dažas no šīm birkām. Piemēram, dīvainis ir cilvēks, kas grib darīt lietas savā atšķirīgā veidā. Līdzīgi mēģina definēt arī, ko, piemēram, nozīmē- āmurgalva, metālists, sīkais, pediņš u.c.
4. Draudzīgi pārrunā dažādas birkas, ko kādreiz devuši klases biedriem vai dzirdējuši attiecinām uz sevi. Pēc iespējas pārrunā to, vai tās atbilst pēc savas definīcijas šiem cilvēkiem. Piemēram, kāda meitene izsakās, ka ir neapmierināta par to, ka viņu sauc par „zubrilu”, tikai tāpēc, ka viņai ir vislabākās atzīmes, lai gan skolēni iepriekš definējuši, ka „zubrila” ir skolēns, kas pārņemts ar mācībām, liek atzīmes un mācīšanos pirmajā vietā virs draugiem. Tāpat kāds skolēns var paust aizvainojumu par nepiemērotu iesauku, kas viņam piešķirta.
5. Noslēgumā skolēni tiek lūgti uzrakstīt individuālas pārdomas esejas veidā par stereotipiem un birku piešķiršanu. Parasti daudzi skolēni šīs nodarbības rezultātā izsakās, ka tiešām nebija aizdomājušies, cik daudz dažādu nievājošu iesauku devuši, nemaz neizjūtot, cik ļoti tas var ievainot otru cilvēku.

¹ Vārds „birka” senlatviešu ekonomiskajā sistēmā apzīmēja kociņu, kurā tika iegriezti robiņi,- tas funkcionēja naudas vietā. Šajā gadījumā lietojam vārdu „birka” ar nozīmi firma zīme, apzīmējums.



- **„Autsaideri”** . Šis vingrinājums ļoti uzskatāmā veidā atklāj skolēniem, kā otrs var reaģēt uz pieņemšanu vai atgrūšanu, kā tas ir piederēt kādai grupai. Šis uzdevums ļauj sajūtās izbaudīt atšķirīgu pieredzi, saskaroties ar diskrimināciju un grupējumiem. Tāpat viens no mērķiem ir diskusija par to, kā reaģējam uz piederību vai nepiederību kādai grupai.

Aktivitātes būtība:

1. Vingrinājuma veiksmīgai realizēšanai nepieciešams, lai būtu vismaz 12 dalībnieki. Sākumā tiek izvēlēts kāds brīvprātīgais, ko lūdz iziet no telpas.
 2. Pārējie sadalās grupās pēc kāda noteikta kritērija- acu krāsas, matu garuma, vecuma, apģērba.
 3. „Autsaideru” iesauc atpakaļ telpā, un viņš mēģina pievienoties kādai grupai, mēģinot uzminēt, kurā grupā viņš iederētos un pēc kādām pazīmēm visi sadalījušies.
 4. Ja „autsaiders” minējis neīsto pazīmi, pēc kuras skolēni sadalījušies, grupa viņu nepieņem- stumj prom, uzgriež muguru, ignorē, nedod roku. Savukārt, ja minēts pareizi, grupa silti pieņem jaunpienācēju.
 5. Kad autsaiders sekmīgi pievienojies kādai grupai, viņa vietu ieņem nākamais dalībnieks, jo svarīgi dot iespēju iejusties šajā lomā pēc iespējas vairākiem cilvēkiem.
 6. Vingrinājuma noslēgumā vēlams pārrunāt:
 - kā mainās cilvēka uzvedība, kad viņš ir piederīgs kādai grupai vai nav;
 - vai ir viegli atgrūst to, kurš neiederas tavā grupā;
 - vai tas ir patīkami vai nepatīkami;
 - vai mēs jūtam līdzī „ autsaideram”, vai izbaudām savu varu;
 - kādas ir grupas, kurām mēs piederam, kurās nevaram iekļauties.
- **“Savādie draugi”** Kā iemācīt bērnus pieņemt un saprast tos, kas šķiet atšķirīgi, dīvaini vai neparasti? Nereti skolotāji saskaras ar problēmu- skolēni cietsirdīgi izsmej visus, kas kādā veidā atšķiras- ar figūru, prāta spējām, apģērbu.

Aktivitātes būtība:



1. Uz tāfeles tiek uzrakstīts vārds- VIENĪGAIS. Skolēni tiek rosināti diskutēt par to, ko tas nozīmē. Kas dara jūs par vienīgajiem, neatkārtojamiem?

2. Uz tāfeles tiek uzzīmēts cilvēka siluets, kas ar divām horizontālām līnijām tiek sadalīts trīs daļās- galva, ķermenis un kājas.

3. Sākotnēji tiek apspriests, kādas mēdz būt galvas- apaļas, iegarenas, ar sprogainiem matiem, garmatainas, plikpaurainas, ar lielām vai mazām acīm, pieglaustām vai atļukušām ausīm...Visas skolēnu idejas tiek pierakstītas augšējā tāfeles daļā ap galvu. Tad pāriet pie ķermeņa. Noskaidro, ka mēdz būt dažādu tipu ķermeņu uzbūves, dažādas stājas, apģērbs. Atkal visi izteikumi tiek pierakstīti uz tāfeles. Tad tiek aprakstītas kājas- mini svārki, galifē bikses, baleta kurpītes un futbola botas- tiek pieņemtas jebkuras idejas.

4. Tad skolēniem tiek izdalītas nelielas kvadrātinas lapiņas un katram tiek piedāvāts vienā pusē uzrakstīt savu vārdu, bet otrā pusē uzzīmēt galvu. Ne savu, ne kāda pazīstama cilvēka, bet izdomātu, vienīgu un neatkārtojamo. Tiek lūgts padomāt par radītās galvas iespējamo raksturu, īpatnībām, mēģināt parādīt galvas īpašnieka būtību, attēlojot pēc iespējas vairāk detaļu, akcentu. Noteikti jāattēlo arī kakls.

5. Kad skolēni uzzīmējuši galvas, tiek izdalīts otrais kvadrātiņš, kas ir divreiz lielāks par pirmo. Otrā pusē uzrakstot savu vārdu, skolēni zīmē iedomātā personāža ķermeni. Atkal tiek lūgts padomāt par raksturu, bagātīgi attēlot detaļas. Pats galvenais nosacījums ir censties attēlot kaut ko patiesi neatkārtojamo, vienīgu savā veidā.

6. Uz trešās lapiņas skolēni uzzīmē tikpat unikālas savas personas kājas.

7. Nākamajā tikšanās reizē katram tiek izdalīta lapiņa ar galvu, ķermeni un kājām, bet ne tiem, kurus ir zīmējis pats bērns. Skolēns savieno visas sastāvdaļas un katram sanāk neatkārtojams, neparasts jauns draugs. Šeit ir būtiski uzsākt sarunu par to, ka mēs visi esam dažādi, neatkārtojami. Un ne vienmēr tas, kā mēs izskatāmies no ārpuses, ir saistīts ar to, kas notiek mūsu dvēselē. Katram ir kādas apkārtējiem nezināmas īpatnības, talanti.



8. Kad visi ir izsmējušies un gana skatījušies uz jaunajiem draugiem, kas salikti no daļām, tiek piedāvāts svešiniekiem izdomāt vārdus, izveidot stāstu par viņa raksturu, talantu, interesēm. Stāsts tiek uzrakstīts uz atsevišķām lapām.

9. Nodarbības beigās visi, kas vēlas, nolasa savus stāstus citiem, un uz lielas lapas tiek izveidota portretu galerija, līdzās savādajam draugam tiek pielīmēts viņa dzīvesstāsts un skatītāju komentāri. To var izveidot kā sava veida avīzi „No ārpuses tu neesi tāds kā iekšienē”. Šādi papīra draugi māca priecāties par daudzveidību, nevis no tās kaunēties.

□ **„Sociālās kartes”**

Aktivitātes būtība: Nedēļas garumā skolēni zīmē kartes, kas parāda sociālo noslāņošanos skolā. Nedēļas garumā skolēniem ir uzdots pētīt skolas gaitenjus, pagalmus, tuvākās apkārtnes vietas, kur pulcējas jaunieši (koridori, lasītava, bufete, klases telpa). Jāpievērš uzmanība, kuras vietas izvēlas kādas skolēnu grupas. Pa grupām var salīdzināt rezultātus- vai novērojumu ir līdzīgi, vai zīmētās kartes atšķiras- kādā veidā, kādas birkas tiek piedēvētas novērotajām grupām, vai ir parādījušās grupas, ko nebija pamanījis skolotājs vai citi klases biedri, ko skolēni saprot par birkām un popularitāti, ko iespējams mainīt skolas dzīvē, kad ir zināma šāda informācija.



6. Iepazīstot daudzveidību

Vai uzskatām citu cilvēku pieredzi par līdzvērtīgu sev, par tikpat vērtīgu, vai domājam, ka mūsu uzskati ir vērtīgāki?

○ **„Pieredzes aplis”**. Aktivitāte, kas ļauj apzināties, ka, pat ja satiekam ārkārtīgi atšķirīgus cilvēkus, ir iespējams atrast dažus veidus, kā esam līdzīgi- katram ir savs pieredzes aplis: sensorā pieredze- redzēšana, saošana, tauste, cilvēki, ko viņi mīl, visi ir pieredzējuši dusmas, sāpes, nāvi vai bailes. Mums nav jāpazīst visi cilvēki, bet meklēt kopīgu valodu vienmēr ir iespējams. Katra aplis izveidojas savādāks, bet katrs, kas veidoja šo apli ir vērtīgs, katrs cīnītos, lai pierādītu, ka aplim jābūt tieši šādam. Tas parāda, cik neiederīgi ir kritizēt citus, citu darbu.

Aktivitātes būtība: katram skolēnam priekšā ir papīra lapa, uz kuras viņi zīmē lielu apli, kas simbolizētu viņa pieredzes būtību. Aktivitātes laikā svarīgi nodrošināt uzticēšanās un pieņemšanas atmosfēru, tādēļ norunā, ka zīmējumu pēc tam var iznīcināt, norunā, ka nav pareizu atbilžu, un savu darba lapu var citiem nerādīt. Nodarbības vadītājs lēni lasa jautājumus, un dalībnieki aizpilda savus apļus ar asociācijām, atmiņām un piedzīvoto. Skolotājam ir vērtīgi padomāt- ko gan skolēni varētu būt uzrakstījuši un, protams, vēlams aizpildīt arī pašam savu pieredzes apli.

Aplī iezīmē lielas un mazas lietas:

- Lietu, kurai patīk pieskarties;
- Mīļāko skaņu vai mūziku;
- Ko patīk vērot, redzēt vai skatīties;
- Mīļākos ēdienus;
- Cilvēkus, ar kuriem patīk būt kopā;
- Lietas, ko patīk darīt kopā ar citiem;
- Kas liek kliegt?
- Kas rada dusmas;
- Kas liek pārtraukt kādu, teikt: „Stop!”
- Kā pietrūks, kad tā vairs nebūs;
- Kas šķiet maģisks vai mistisks;
- Kas liek raudāt;
- Kas rada šermuļus vai bailes;



- Kas izraisa sāpes;
- Lietas, kas bijušas pirmās dzīvē (ritenis, draugs....);
- Lietas, kas zaudētas un vairs nav atgūstamas (nekad nebūs 5 gadi, vecmāmiņas..);
- Miļākais kurpju pāris. Kāds tas izskatās?
- 3 ikdienas lietas (zobu tīrīšana, brokastis...);
- Iegūtas rētas, pārciestas slimības vai traumas;
- Kas liek justies labāk, kad jūties slikti;
- Vai pieredzes aplī ir vieta miglai, sniegam, lietum, ugunij, ledum, vētrām, plūdiem?
- Kādi noteikumi par dusmām darbojas dzīvē?
- Kāds noteikums par mīlestību?

Dažādu reliģiju skatījums uz iecietību

Aktivitātes būtība: Skolēniem svarīgi rosināt pētīt reliģisko uzskatu līdzības un atšķirības, mazās grupās veidojot apkopojumu par konkrētu jēdzienu vai to, kāds ir skatījums uz dažādām problēmām. Kā pētījuma metodi ieteicams izmantot arī intervijas vai saraksti ar konkrētās apdzīvotās vietas reliģisko kustību līderiem. Ja raugās no dažādu konfesiju viedokļa uz to, kā tiek ieteikts izturēties pret kādu, kas no mums atšķiras, izrādās, ka dažādās reliģijās tolerance tiek aprakstīta vienā valodā.

- Budisms- cilvēks var paust savu attieksmi pret radniekiem un draugiem piecos veidos- augstsirdīgi, ar cieņu, labvēlīgi, tāpat kā pret sevi un uzticīgi saviem vārdiem.
- Konfūcijs- nedari otram to, ko negribētu saņemt no citiem.
- Jūdaisms- nedari otram to, kas tev pašam sāp.
- Islams - neviens no jums nekļūs ticīgs, kamēr neiemīlēs savu brāli, kā sevi pašu.
- Džainisms- laimē un ciešanās un sāpēs mums jāizturas pret visām būtnēm tāpat kā izturamies paši pret sevi.



- Sikhisms - tā kā tu domā par sevi, tā domā arī par citiem. Tad debesīs jūs būsiet līdzvērtīgi.
- Daoisms- uzskati sava kaimiņa zaudējumu par savu zaudējumu, bet savu panākumu par kaimiņa panākumu.
- Zoroastrisms - tikai tā būtne ir laba, kas neizdarīs otram to, kas nav labi viņai pašai.
- Kristietība- visā, ko vēlaties, lai cilvēki ar jums rīkojas, tā rīkojieties arī jūs ar viņiem.

□ **Neverbālās komunikācijas nacionālās īpatnības.** Etniskās atšķirības izpaužas tajā, KĀ cilvēki ģērbjas, KĀ viņi ēd, KĀDAS pozas ieņem, lai gan visi ļaudis uz pasaules ēd, ģērbjas, stāv vai sēž. Šīs atšķirības arī ir dažādu kultūru, paražu, tradīciju izpausmes. Un, ja kādreiz, pēc jūsu domām, cilvēki uzvedas dīvaini, nevajag steigties ar slēdzieniem vai vērtējumiem, bet labāk pacensties iepazīt un izprast otru. Šādas zināšanas ir vērtīga un noderīga bagāža jebkurā situācijā, izņemot vienu- dzīvi uz neapdzīvotas salas. Bet šādu salu pasaulē nav...

Aktivitātes būtība: bieži var pieķert sevi pie domas, ka nesimpatizē cilvēks, kas dara, pēc jūsu domām, kaut ko nepierastu vai nepieņemamu. Piemēram, ja redzētu autobusu pieturā cilvēkus, vīriešus, kas tup, kādu tas vienkārši kaitinātu. Bet tai pašā laikā dažām tautām, piemēram, baškīriem, tatāriem un kazahiem sarunāties stāvus pēc tradicionālās etiķetes nav pieņemts. Vīrieši, pat satiekoties uz ielas, apsēžas zemē vai pietupstas.

Tuvējo austrumu iedzīvotāju žesti lielākai daļai eiropiešu nav saprotami. Piemēram, aicinājuma, saukšanas žests- skrāpējošas labās rokas kustības plecu augstumā. Eiropieši (un latvieši tajā skaitā) saprot šo žestu diametrāli pretēji- uz redzēšanos, atvados. Spānijā, Grieķijā un Sardīnijā autostopētāju žests- uz augšu pacelts iekšķis tiek traktēts dažādi. Spānijā tas apzīmē atbalstu basku separātistu grupējumam. Grieķijā un Sardīnijā ar to norāda- cik labi pieēdos, pilns vēders. Šāds saraksts ar žestiem, kas nav saprotami visiem, var būt visai garš. Bet vēl ir dažādi sasveicināšanās rituāli, viesmīlības tradīcijas, dažādas bērnu audzināšanas tradīcijas, viņu attiecības ar vecākiem, attiecības starp vīrieti un sievieti. Tomēr bezgalīgajā



daudzveidībā pastāv arī universāli principi attiecībās cilvēks-cilvēks, neatkarīgi no nacionālās vai kultūras piederības. Skolēnu uzdevums pāros vai mazās grupās ir noskaidrot, kādas izvēlētas tautas nacionālās īpatnības, kas izpaužas neverbālā veidā- tradīcijās, nacionālajā virtuvē, mūzikā, svētkos un citās jomās. Noteikti izmantojiet iespējas veidot krāsainas, garšīgas un skanīgas tautu prezentācijas!



7. Nav visiem vienādi dots....

- „Vai tu draudzētos?”** Viens no diskusijas organizēšanas veidiem, kas apvieno viedokļu izpaušanu ar izkustēšanos.

Aktivitātes būtība: Spēle koncentrējas uz jautājumiem- vai tu draudzētos ar tādu, kurš.... Izvēles ir- vecāks par tevi, melo tev, ir cietumā, ir citādākas krāsas mati, ir huligāns, ir palicis uz otru gadu...Dzirdot jautājumus, skolēni izvēlas, uz kuru vietu klasē viņiem iet. Ja viņi izvēlas atbildi jā, tad nostājas labajā pusē, ja nē, tad kreisajā, ja nevar atbildēt viennozīmīgi, nav pārliecināts vai nevar izlemt, nostājas pa vidu. Jau sākumā skolēniem liek saprast, ka šādos gadījumos nav pareizu vai nepareizu atbilžu, ja diskusijas laikā kāds maina domas, viņš var mainīt arī savu atrašanās vietu.

- „Tas nav godīgi!”** Uzskatāma aktivitāte, kas ļauj izjust pieredzi būt ar ierobežotiem vai mazāk kvalitatīviem resursiem.

Aktivitātes būtība: Pusei no klases iedod kvalitatīvus zīmuļus, skaistas papīra loksnes, asas šķēres. Otrai klases daļai iedod no burtnīcas nerūpīgi izplēstas lapas, neasas šķēres un neasinātus zīmuļus. Abām grupām tiek dots uzdevums izgriezt un izkrāsot cilvēciņu virteni. Tad uzdevums tiek atkārtots, apmainoties ar darba instrumentiem, lai katram būtu pieredze saskarē ar augstas un zemas kvalitātes materiāliem. Izveidotās cilvēciņu virtenes izkārto izstādē. Ar klasi pārrunā, vai atšķirīgie darba instrumenti radīja atšķirības darbojoties, rezultātus, kurš no cilvēciņiem sanāca labāk, kurš patīk labāk, kā jutās, strādājot ar sliktas kvalitātes materiāliem. Diskutē- vai ir godīgi, ka dažiem ir sliktākas kvalitātes materiāli nekā citiem, kā nekvalitatīvi resursi var ietekmēt skolēnu sasniegumus. Skolēnus var rosināt rakstīt eseju ar pārdomām par to, kā atšķirīgas materiālās iespējas nosaka atšķirīgus rezultātus un iespējas.

- „Vērtīgais lats”** Nereti bērniem grūti saprast, ka ne visi vecāki spēj nodrošināt līdzekļus, aprūpi ar citiem bērniem līdzvērtīgus, ka visi nevar atļauties dārgas izklaides, ceļojumus. Šis ir viens no veidiem, kā tiek organizēta stunda par naudas vērtību.



Aktivitātes būtība:

1. Skolotājs izdala dažādu restorānu ēdienkartes vai veikalu reklāmas paziņojumus. Tad uzdod jautājumus- kas maksā, kad ģimene ēd pusdienas? Vai esi aizdomājies par to, vai vecākiem pietiek naudas, lai apmaksātu visu, ko tu vēlies?
2. Izmantojot ēdienkartes, skolēni izvēlas, ko pasūtītu. Tad saskaita, cik izmaksātu viņu pasūtījums. Ja iespējams, katram skolēnam iedod maciņu ar mākslīgo naudu, katram, piemēram, 5ls 15 santīmi. Ierosina ideju par minimālo algu- ka mūsu valstī minimālā alga ir 5ls 15 santīmi par 1 stundas darbu. Skolēni sarēķina, cik stundas būtu jāstrādā, lai varētu atļauties to, ko viņi ir pasūtījuši. Parasti skolēni ir ieinteresēti izrēķināt arī savus ikdienišķos pirkumus vai brīvdienu aktivitātes. Skolēni aizdomājas, cik daudz cilvēka pūļu tas maksā. Kad skolēniem tiek mācīts par naudas vērtību, svarīgi ļaut saprast, ka daudzas ģimenes var justies materiāli komfortabli, bet daudzas cīnās par izdzīvošanu.



8. „Reiz bija...” Literāro darbu izmantošana

Bagātīgas iespējas uzsākt diskusiju par neiecietības izpausmēm un sekām cilvēku attiecībās ir lasot latviešu un pasaules literatūras meistardarbus.

Spilgts ilustratīvs materiāls ir atrodams jau latviešu dainās, piemēram:

Labestība pret visu dzīvo dabu

Mana mīļa māmuliņe,
mani mīļi mācījusi-
ne sunīti kājām sperti,
ne guntiņas pagalīti.

Tec, upīte, gana strauja,
Nemet liela līkumiņa!
Audz, māsiņa, gana skaista,
Nemin cita kājiņām!

Nevienlīdzīgas materiālās iespējas

Dzenis kala knipu knapu
Raibi svārki mugurā.
Es strādāju dien un nakti
Man nav krekla mugurā

Viena zeme, viena saule,
Nevienāda pasaulīte:
Citam zelts, sudrabiņš,
Citam gaužas asariņas.

Cieņa pret veciem cilvēkiem, bērniem

Kādi bija tie ļautiņi-
Vārgu tur māmuliņu!
Es to savu māmuliņu
Padomam vien turēju.



Es vecam nesmējos,
Priekšā man tās dieniņas.
Ņemšu vecu pie rociņas,
Atsēdinu krēsliņā.

Attiecības starp dažādām tautām, nacionalitātēm

Krievi, krievi, leiši, leiši-
Visi man draugi, radi.
Krievam devu sav' māsiņu,
Pats es ņēmu leišu meitu;
Iem' krievos, iem' leišos-
Visur man znoti, radi.

Igauniski strazdiņš dzied
Rīgas torņa galiņā
Es ar gribu mācīties
Igauniski padziedāt!

Veiksmīgi var izmantot dažādu tautu pasakas vai fabulas- gan lai atklātu dažādu tautu nacionālās īpatnības, gan analizējot situācijas, kur varoņi neievēro noteikumus vai uzvedības normas un to pie kā tas noved. Piemēram, Ļ.N.Tolstoja pasaka „Vecais tēvs un mazbērns”, kas vienkāršā un uzskatāmā veidā atklāj, cik būtiskas ir attiecības ar vecāko paaudzi: „Vectēvs kļuva arvien vecāks. Kājas vairs viņam neklausīja, acis neredzēja un ausis nedzirdēja, zobu nebija. Un, kad viņš ēda, bieži vien ēdiens tecēja garām mutei. Dēls un viņa sieva pārstāja aicināt viņu pie galda un deva viņam ēst aizkrāsnē. Reiz viņam aiznesa bļodiņā ēdienu. Vectēvs gribēja to pastumt maliņā, bet bļodiņa nokrita zemē un saplīsa. Tad dēla sieva sāka vecīti bārt par to, ka viņš mājās visu bojā, bļodiņas sit. Un teica, ka turpmāk dos viņam ēst no siles. Vectēvs tikai nopūtās un neko neteica. Pēc kāda laika sēž vīrs un sieva mājās un skatās- dēliņš uz grīdas spēlējas, no dēlišiem kaut ko taisa. Tēvs jautā: „Ko tu taisi, Miša?” Un Miša saka: „Tā, tētiņ, ir sile. Kad jūs ar māmiņu būsiet veci, jūs no tās barošu.” Vīrs un sieva saskatījās un sāka raudāt. Viņiem kļuva kauns par to, ka darījuši pāri vecītim. Un kopš tā laika sāka sēdināt vecīti pie galda un



rūpēties

par

viņu.”



No latviešu literatūras ieteicams izmantot K. Skalbes pasaku „Kaķīša dzirnavas”, J. Poruka stāstu „Kauja pie Knipskas”, J. Akuratera stāstu „Kalpa zēna vasara”, mazāk zināmo J. Jaunsudrabiņa stāstu „Lizīte”, R. Blaumaņa „Indrānus”, stāstu „Nezāle”, I. Ziedoņa „Epifānijas”, V. Plūdoņa dzejoli „Divi pasaules”, M. Runguļa stāstus bērniem, A. Neiburgas „Stāsts par Tilli un suņu vīru”, N. Ikstenas pasakas un M. Cielēnas, A. Kļavja, R. Kalpiņas stāstus, M. Putniņa jautro stāstu „Mežonīgie pīrāgi” un daudzus citus, kuros var ieraudzīt gan iecietības, gan neiecietības piemērus, atšķirīgus grupējumus, attiecības starp tiem.

No pasaules literatūras šedevriem biežāk izmantotā šķiet V. Šekspīra luga „Romeo un Džuljeta”, kurā uzskatāmi demonstrēta cīņa starp klaniem. Šo klasikas darbu iespējams izmantot, gan iestudējot pašiem savus uzvedumus, gan skatoties tā kino versijas.

No jaunākiem literatūras darbiem ērti izmantot Dž. Roulingas darbu „Harijs Poters”, kurā uzskatāmi parādīts, kā Burvju skolā darbojas četri dažādi grupējumi, katrs ar savām priekšrocībām un ierobežojumiem.



9.Svinot dažādību. Atzīmējamās dienas saistībā ar iecietību

Lai mobilizētu sabiedrību, pievērstu uzmanību briesmām, kuras izraisa neiecietība, nostiprinātu ticību iecietībai, sāktu aktīvu darbību iecietības veicināšanai un ieaudzināšanai, vairāki datumi kalendārā ir veltīti tolerances problēmu pieminēšanai. Ieteicams nepalaist garām šos datumus nepamanītus, bet izmantot iespēju un pievienoties kopējam atbalstam. Atklājiet atzīmējamās dienas problēmas aktualitāti, sekojiet līdzi aktivitātēm citās valstīs šajās dienās un pievienojieties ar savu ieguldījumu!

- 16. novembrī ik gadus tiek atzīmēta starptautiskā iecietības diena. 16.novembris ir UNESCO Konstitūcijas (1945) parakstīšanas gadadiena, un pirmo reizi kā Starptautiskā iecietības diena tā tika atzīmēta 1996.gadā. Šīs dienas mērķis ir pievērst uzmanību cilvēku izglītošanai par iecietības jautājumiem un mobilizēt sabiedrības atbalstu iecietībai.
- 21.marts ir ANO Starptautiskā visu veidu rasu diskriminācijas izskaušanas diena, kas tiek atzīmēta kopš 1960.gada. Šajā laikā visā Eiropā notiek Eiropas nedēļa pret rasismu, kuras ietvaros notiek diskusijas, semināri un konferences, kas veltītas risinājumu meklēšanai.
- 8.aprīlī ir Starptautiskā čigāņu diena, Pirmo reizi šī diena tika pasludināta 1990. gadā Polijā čigāņu (romu) kongresa ietvaros ar mērķi pievērst sabiedrības uzmanību Eiropas un pasaules romu situācijai, veicināt kultūru dažādību. Čigāņu diena ir jauna - 1971. gada 8. aprīlī Londonā notika pirmais Pasaules čigāņu kongress, un šo dienu pasludināja par starptautisko romu dienu. Tajā tika apstiprināta čigāņu himna un karogs - divdaļīgs, ar zilu augšpusi, kas simbolizē debesis, zaļu apakšpusi - zāles krāsā, un ratu riteni pa vidu, kas raksturo čigāņu nomadu dzīves veidu.
- 3.decembris ir starptautiskā invalīdu diena, diena, kas atvēlēta visu invalīdu cilvēktiesību veicināšanai un kuru Apvienoto Nāciju Organizācija iedibināja 1992. gadā. Aktualitāte: vismaz 16 % no kopējā ES iedzīvotāju skaita, kuri ir darbības vecumā, ir invalīdi.



Vairāk nekā 45 miljoniem cilvēku Eiropā (katram sestajam) vecumā no 16 līdz 64 gadiem ir kāda ilgstoša veselības problēma vai invaliditāte. Jauniešu vidū (vecumā no 16 līdz 25 gadiem) šis rādītājs sasniedz aptuveni 7,3 %.

- 1.oktobris ir Starptautiskā veco ļaužu diena, kuras laikā tiek akcentētas problēmas, ar ko saskaras gados vecie pilsētas, valsts vai planētas iedzīvotāji.
- 17.oktobris ir Starptautiskā nabadzības izskaušanas diena, kuras mērķis būtu vērst katras atsevišķas valsts sabiedrības un valdības uzmanību uz nabadzību kā aktuālu sociālu problēmu un tās risināšanas nepieciešamību. Pētījumi liecina, ka nabadzība pastāv arī Eiropas Savienības valstīs. 1993. gadā nabadzībā dzīvojuši vidēji 17% no visiem ES valstu iedzīvotājiem.
- 15.maijs ir Starptautiskā ģimenes diena, kad parasti notiek daudzas aktivitātes, kas vērstas uz ģimeņu saliedēšanu.
- 1.jūnijs- Bērnu tiesību aizsardzības diena, kas tiek atzīmēta, lai aktualizētu problēmas, kas saistītas ar bērnu tiesību ievērošanu.



Izmantotie un ieteicamie informācijas avoti:

Interneta mājas lapas:

www.bszi.lv
www.dialogi.lv
www.humanrights.org.lv
www.integracija.gov.lv
www.iecietiba.lv
www.training-youth.net
<http://festival.1september.ru>
www.tolerance.org

Raksti internetā:

<http://festival.1september.ru/index.php?subject=24>
<http://festival.1september.ru/index.php?subject=25>
<http://iecietiba.dialogi.lv/article.php?&id=408&id=1645&la=2>
<http://tolerance.dialogi.lv/article.php?id=1630>
<http://www.dialogi.lv/article.php?id=886&t=18&rub=0&la=2>
http://www.interethnic.org/News/140307_13.html
http://www.tolerance.org/101_tools/declaration.html
www.coe.int/T/E/Social_cohesion
www.dialogi.lv/article.php?id=2563&t=1&rub=0
www.dialogi.lv/pdfs/desks_1_pielikums.pdf
www.integracija.gov.lv/?id=340&top=43
www.journale.com/withoutsanctuary/intro_body_main.html
www.kidscanmakeadifference.org/Newsletter/nss2002g.htm
www.lvavp.lv/pages/pr/article.php?art_id=263&lang_code=_lat
www.lvavp.lv/pages/pr/article.php?art_id=450&lang_code=_lat
www.peer-review-social-inclusion.net
www.rocklibrary.com/Education/scarecrowLesson1.cfm

Grāmatas, raksti un pētījumi:

- Apsveicot dažādību. Dace Bērziņa Psiholoģijas pasaule 2005/10
- Etniskā tolerance un Latvijas sabiedrības integrācija. Baltijas sociālo zinātņu institūts, 2004
- Pedagoģiskā psiholoģija Geidžs, Berliners, 1999
- Pētījumos balstītas stratēģijas tolerances veicināšanai. Pētījuma autori: J.Osis, SDSPA «Attistiba», L. Ose, biedrība Dialogi.lv, valdes locekle.
- Rasisms un ksenofobija ES dalībvalstīs tendences, attīstība un laba prakse Eiropas Rasisma un ksenofobijas uzraudzības centra (EUMC) gada pārskats par 2005. gadu
- G.W. Allport The Nature of Prejudice, Perseus books, Cambridge, Massachusetts, 1979
- T-kit on social inclusion Council of Europe and European Commission, June 2003
- АДОРНО Т. Исследования авторитарной личности. М., 2001.



-
- ЛИПМАН М. Обучение с целью уменьшения насилия и развития миролюбия. // Вопросы философии 1995. № 2. с. 110-121.
 - РЮМШИНА Л.И. Библиотека психологии и педагогики толерантности. // Вопросы психологии. 2002, №2.
 - ФОПЕЛЬ, К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и уроажнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; в 4-х томах. Т. 4. – М. : Генезис, 2001.