

Anketa (bērni no 3 - 7 gadiem)

Bērna vārds (vecums): _____

Vecāka vārds, mob. tel. _____

e- pasts _____

Kad bērns slims: (atzīmēt ar X ne vairāk kā 2 variantus):

Temperatūra ↓↑, sāp-nesāp, guļ- skraida, nevar saprast slims vai nē.		Komandē, kā vajag viņu ārstēt: “”Dodiet man pienu! Nē, nevajag skalot kaklu, es zinu kā vajag to un to”	
Patīk slimot, gulēt gultā, neceļas, skatās TV, lasa grāmatu.		Grib, lai tuvie cilvēki būtu vienmēr blakus, rūpējas par viņu, sēdētu blakus, lasītu grāmatas, glāstītu rokas	
Ātri saslimst- ātri izveseļojas. Nevajag, lai mamma viņu samīļo.”Liec mani mierā!” – saka bērns. Grib būt vesels.		Nepatīk slimot. „ Kas palīdzēs skolotājai, ja es saslimšu? Kas sakops dārzu? u.tml. Viņš pārdzīvos, ka saslimot nespēs palīdzēt citiem un būs nevajadzīgs	
Jautā mammai ”vai es esmu slims? Kas notiek? Ko darīt? Uzdod daudz jautājumu.		Jokojas, smaida, neuztver slimību nopietni. Izklaide tos, kas nāk pie viņa apciemot.	
Baidās, uztraucas, ka var būt kaut kas nopietns		Ja stāvoklis pasliktinās, zaudē drosmi: „Tā es arī domāju, ka būs sliktāk!”	
Grib būt viens. Bēdīgs, bet nerunā ne ar vienu		Saslimst pēkšņi, temper. strauji ↑, cīnās par dzīvību	

Ja piekritat, atzīmējiet ar „+ „. Ja nepiekritāt, nerakstiet **neko**.

-Bērns ir nepacietīgs, darbojas ātri, labāk pats, lai ātrāk izdarītu un miers	
„karsts”, aiz dusmām var iesist citu	
Nervozē, ja kāds kaut ko dara lēni	
Dara visu pamatīgi nevis paviršus	
-Baidās no suņiem, augstuma, tumsas, liftā u.tml.	
Baidās no visa jauna	
Baidās no citiem nepazīstamiem cilvēkiem, bērniem	
Satraucas svešā vidē	
Staigā pa nakti, slikti guļ	
- Sapņotājs, patīk fantazēt	
Daudz guļ, pasīvs	
Bieži saka „ Man vienalga!”	
No rīta grūti pamodās	
Negrib neko darīt, pasīvs	
- Patīk palīdzēt citiem	
Patīk spēlēties kompānijā ar citiem bērniem	
Citi bērni ar prieku spēlējas ar jūsu bērnu	
Patīk jokoties, uzjautrināt citus bērnus	
Kad paliek viens, ir skumīgs, paradās nemiers	
Paklausīgs, viegli audzināms	
Grauž nagus, kad ir viens	
Kad pajautā vai viss ir kartība atbild: „ Jā, man viss ir kartībā!”	

- Patīk būt centrā , ar citiem bērniem	
Vajag mammu, tēti blakus , egoists	
Bieži raud , žēlo sevi (var pat līdz histērijai)	
Var pietēloties, lai nedarītu kaut ko, kas nepatīk	
Mīļš, smaidīgs, patīk, kad viņu apmīļo	
-Neklausās vecākus, audzinātājus	
Visu grib darīt ideāli, bieži darbojas pāri spēkiem	
Patīk pamācīt, ieskaidrot citiem bērniem, organizēt visu darbu	
Bieži saka: „ Es zinu, kā vajag! Man ir daudz īdēju! „, u.tml.	
Neieciētīgs pret citiem	
Nevar aizmigt, daudz ideju, domu galvā	
-Izpalīdzīgs, nevar pateikt „, Nē”	
Pilda citu bērnu pavēles	
Citi bērni it kā nepamana manu bērnu	
1-ais neko nedarīs, nav iniciatīvas, labāk ,lai cits pasaka ko darīt un tad dara	
Viegli aizvainot	
-Bieži jauta: ko darīt, kā darīt, kā labāk, kur labāk? Kā rīkoties? Kā pareizi?	
Kopē citu bērnu uzvedību	
Patīk mācīties no citiem	
Citi bērni ne īpaši grib draudzēties ar manu bērnu	
-Grūti izvēlēties ar kādu rotaļu spēlēties, streso, pārdzīvo	
Nevar izlemt ko uzvilkt mugurā	
Ļoti emocionāls -raud un pēc brīža var jau smieties	
Minas, nezinot, vai iet ārā vai palikt mājās spēlēties	
-Patīk spēlēties vienam, nevajag citi bērni	
Bērnu darzā izvēlas kluso vietu un tur sēž	
1-ais nekad neies pie bērniem	
Ja atnāk pie viņa bērns, var pacelties un aiziet spēlēties citā vietā	
Maz runa, ja runa, tad ļoti klusi	
-Kad uzsāk spēli, redz, ka nesanāk, uzreiz atmet ideju turpināt darboties	
Bieži saka” Man nesanāks! Es taču teicu, ka būs slikti! Es zināju, ka tā būs! „, u.tml.	
Pesimists	
Bieži šaubas , netic saviem spēkiem	
Prognozē uzreiz slikto	
-Sajūt šausmas, izmisumu, ja rodas grūtības vai saslimot	
Panika, trīc rokas, elpošanas traucējumi bez redzama iemesla	
Var zaudēt samaņu no emocionāla pārdzīvojuma	
Nekontrolē sevi, sasprindzinājums visā ķermenī	

Iepazīstieties ar Baha ziedu aprakstiem un, izvēloties piemērotos ziedus, koncentrējieties uz bērna **pašreizējo** emocionālo psiholoģisko stāvokli: kuras emocijas **tagad** neļauj

viņam justies laimīgam un atgūt iekšējo mieru?

Melns teksts ar zīmi „-„, ir cilvēka(bērna) pašreizējais emocionāls stāvoklis, bet zaļš ar „+” zīmi- Baha ziedu pozitīvā ietekme.

<p>Pine / priede -kritizē sevi, pārmet sev, ir neapmierināts ar saviem sasniegumiem, jūtas vainīgs (arī par citu kļūdām), pārlietu atvainojas +objektīva vainas izjūta; apzinās savas kļūdas, taču lieki pie tām nekavējas</p>	<p>Star of Bethlehem / baltstarīte -tagad vai agrāk piedzīvots šoka stāvoklis vai trauma, sāpīgs tuvinieka zaudējums +atjaunots iekšējais līdzsvars, harmonija «balzāms dvēselei»</p>	<p>Cherry Plum / plūme - ja kaut kas nepatīk, zaudē kontroli un dara baisas lietas(košana, histēriskā kliegšana, sit, kas blakus atrodas, skrāpēšana, durvju aizciršana u.tml.) +miers un garīgā veselība; veselais saprāts</p>
<p>Mustard / sinepe -pēkšņa, neizskaidrojama melanholija, skumjas un nomāktība +iekšējs miers un prieks</p>	<p>Beech / dižskabārdis -neiecietīgs, iedomīgs, kritizē citus un izsaka spriedumus +pasaulē spēj saredzēt vairāk labā</p>	<p>Hornbeam / skabārdis -emocionāli un fiziski noguris no ikdienas rutīnas, „viens un tas pats” +enerģisks, sāk darbus nevilcinoties</p>
<p>Wild Rose / suņu roze -intereses trūkums, apātija, neko negribas. +prieks un aizrautība</p>	<p>Larch / lapegle -nejūtas tik vērtīgs kā citi, gaida neveiksmes, trūkst pašpaļāvības un gribas gūt panākumus +pašpaļāvīgs, nebaidās uzsākt kaut ko jaunu</p>	<p>Holly / ilekss -greizsirdība, skaudība, atriebības kāre, dusmas, aizdomas +mīlestība</p>
<p>Chestnut Bud / zirgkastaņas pumpurs -nespēj mācīties no dzīves pieredzes, atkārtoti vienas un tās pašas kļūdas, trūkst novērošanas spēju +mācās no pieredzes</p>	<p>Walnut / riekstkoks -pārāk jūtīgi reaģē uz kaut ko jaunu, (uzsakot skolas gaitas vai cits jauns posms dzīvē), Atmosfēru, ļoti ietekmējas no citiem +aizsardzība no ār pasaules; riekstkoks palīdz izlauzties un saraut važas</p>	<p>Crab Apple / mežābele -jūtas netīrs, nespēj pieņemt savu ķermeni(liekais svars u.tml.), sīkumains. Visam apkārt jābūt tīram. +tīrs prāts un ķermenis; «tīrīšanas līdzeklis</p>
<p>Willow / vītols -neapmierināts, sarūgtināts, aizvainots, ”kāpēc man tas viss!” dzīve ir netaisna +pieņem notikumus bez žēlošanās; tic labajam dzīvē; uzņemas atbildību</p>	<p>Aspen / apse -nepamatotas bailes un sliktas priekšnojautas, trīc un dreb kā apšu lapa +spēj uzticēties nezināmajam</p>	

Lūdzu atbildiet uz jautājumiem

Vai bērns kopumā ir priecīgs, apmierināts? (pasvītrojiet vajadzīgo)

Jā

Nē

Kā bērns jūtas kolektīvā?(pasvītrojiet vajadzīgo)

līderis izstumtais visiem draugs

Kādas ir attiecības ar citiem bērniem? (pasvītrojiet variantus)

- grib sev vienu sirdsdraugu, draudzēšanās svarīgāka par mācībām, nereti grūti atrast draugus, ļoti pārdzīvo katru sliktu negadījumu sakarā ar draudzību
- kautrējas, grūti atrast draugu, jo samulst
- pats negrib draugus, grib būt viens. Saka:” Ko man ar to bērnu dārzu draudzēties”
- uzskata, ka citi bērni ir stulbi, vienmēr visus kritizē, kaitina
- tracina bērni, kas ir lēnāki, tāpēc nepatīk strādāt grupā, labāk pats, lai ātrāk
- kaitina bērni, kas nemācas, slikti uzvedas, nespēlējas saskaņā ar noteikumiem
- ļoti grib iekļauties viņam svarīgā grupā, tāpēc atdarina citus(apģērbs, stils), lai tikai viņu paņemt, nav savas individualitātes
- uzskata, ka viņš nav tā vērts, lai ar viņu draudzētos
- vienmēr gatavs visiem palīdzēt, nevar atteikt, kā vergs
- uzskata, ka visi grib darīt viņam pāri, tāpēc pats uzbrūk, ļoti agresīvs, sit bērnus(naids acīs) .
- vienmēr vaino citus „ Mani sita! Mani apsaukā u.tml.”
- baidās iet uz bērnu dārzu, jo ir pieredzējis, ka viņu sita, darīja pāri

Kāda ir attieksme pret audzinātājiem? (pasvītrojiet vajadzīgo)

- vienkārši nepatīk audzinātājs . Bērns saka: „ Viņš ir slikts, stulbs u.tml.”
- uzskata, ka audzinātājs rīkojas negodīgi- soda visus bērnus, nevis to , kas vainīgs
- baidās no audzinātāja(baidās pajautāt u.tml.)

Vai bērns ir kautrīgs? (pasvītrojiet variantus)

- baidās no citiem bērniem, audzinātāja, no visa jauna
- baidās no citiem, bet reaģē emocionāli(panika, trīc rokas, vemšana)
- pakļaujas citiem bērniem, jo ir maigs un paklausīgs pēc savas būtības
- kautrīgs, jo kaunas par sevi- savu izskatu(lieks svars u.tml.), apģērbu.....
- kautrīgs, jo nav pārliecināts par sevi

Ja slikti gul (pasvītrojiet iemeslus):

- baidās gulēt vienatnē (istabā noteikti jābūt ieslēgtai naktslampiņai)
- bieži slikti sapņi (ir izbijies, jūtama panika)
- nevar vakarā nomierināties, jo pārāk aktīvs prāts (daudz domu)
 - grūti aizmigt, jo dienas laikā ir ļoti ātrs, aktīvs

- neguļ pilnmēnesī

Vai ir grūtības koncentrēties? Ja ir, kā tas izpaužas?(pasvītrojiet variantus)

- sapņo, skatās pa logu
- steidzas, ir nepacietīgs, tāpēc grūti koncentrēties
- galvā kaut kādas domas, kas traucē
- traucē trokšņi, skaņas apkārt
- iekšā ir kaut kāds nemiers
- vienas un tas pašas kļūdas

Ja ir uzvedības problēmas (pasvītrojiet iemeslus)

- bērns ir ļoti agresīvs, ļauns, dusmīgs, ar ļaunu prieku kaitina citus
- bērnam ir iekšēja spriedze- aiz dusmām met priekšmetus, neskatās kur, kož, žņaudz
- aktīvs, straujš, impulsīvs, emocionāls, nevar mierīgi nosēdēt
- uzvedas pēc principa „Kam spēks, tam vara”
- uzvedas kā klauns, patīk visus izklaidēt
- bieži raud, ja notiek ne tā, kā viņš gribēja
- sūdzas audzinātājiem, ja kāds dara viņam pāri . „ Es ne esmu vainīgs, citi vainīgi!
- vienkārši pārāk aktīvs, nespēj nomierināties, pats lēkā, skrien, enerģija nebeidzas.
- uzvedas kā citi. Citi dara muļķīgas lietas- viņš arī. Nav individualitātes.

Ja ir uzstāšanās problēmas? (pasvītrojiet iemeslus)

- baidās, jo ir daudz cilvēku(nervozē, nespēj izrunāt, samulst, kaklā sausums, trīc kājas)

pirms, koncerta slikti iemieg

- panika, pat nevar pateikt, kā viņu sauc
- pirms uzstāšanās saka:” Man nesanāks, es zinu, ka būs slikti u.tml.”
- citi varianti (pierakstiet)

Ja vecākiem neko nestāsta par sevi (pasvītrojiet uzvedības formu)

- jautrs, smejas, bet aiz tas maskas slēpj savas problēmas
- trīc, pēkšņa panika(it kā ne no kā), vecāki uztraucas par bērnu
- bieži sāp vēders, baidās no visa
- saka: „ Es pats tikšu galā!”

Citas dzīves situācijas(pasvītrojiet tās, kas saistās ar jūsu bērnu)

- liela pārslodze, zūd pārliecība par saviem spēkiem. Saka: „Es vairāk nevaru!!!”

- nevar adaptēties, uzsakot iet 1-ā klasē, mūzikas skolā, sporta skolā u.tml.
- nevar adaptēties, mainot klasi, skolu
- grūti pārdzīvo tuvākā cilvēka nāvi (precizējiet kas nomira)
- ja vecāki šķiras
- pārdzīvo, jo ģimenē paradās vēl masiņa/brālītis
- regulāri slimo viena un tajā pašā laikā
- stostīšanas, valodas traucējumi
- slikti ēd **jauno**
- slikti ēd, bāls izskats
- vienmēr visu zaudē, viss krīt no rokam
- bērns jūtas aizmirsis, skumjš ne no kā
- ja bērns paliek viens(vecāki ārzemēs)
- sit citus, viegli aizkaitināms
 - dusmīgs, greizsirdīgs, skaudība

Citas situācijas, dzīves gadījumi (pierakstiet)