

# Kā tiek mērīta un sekmēta bērnu emocionālā labizjūta skolā

## Pētījuma starprezultāti

### RSU pētnieku komanda:

Dr. psych., Doc. J. Koļesņikova,

Dr. med., Asoc. prof. A. Ķīvīte-Urtāne,

Dr. psych., Doc. V. Perepjolkina,

Dr. sc. soc., Asoc. prof. D. Bite,

Dr. psych., Lekt. I. Krone,

Mg. psych., Lekt. Z. Gulbe



## Pētījuma aktualitāte

1. **Agrīna problēmu identificēšana** - spēja izsekot labizjūtas rādītāju izmaiņām ļauj īstenot politiku un pakalpojumus, efektīvākai un agrīnākai problēmu identificēšanai.

2. **Palīdz atlasīt efektīvas intervences un metodes** - pierādījumi par pakalpojumu efektivitāti ļauj veiksmīgāk virzīt politiku uz efektīvu intervenču plānošanu, finansēšanu, īstenošanu.

3. Labizjūtas rādītāju **monitorēšana veicina ilgtermiņa rezultātus un precīzāku profilaktisko darbu.**

# Pētījuma aktualitāte: Ar labizjūtu saistītās problēmas skolās

Labizjūta izglītības kontekstā Latvijā ir  
**pētīta samērā maz**

*(Ivanova, 2022)*

**Zems labizjūtas līmenis gan skolēniem,  
gan skolotājiem**

*Piemēram, Aizkrauklē - 46 % skolēnu skolā ir  
priecīgi, bet 43 % atzīst, ka skolā bieži ir bēdīgi  
(Elksne, Rubene 2018)*

Skolēnu labizjūtu mazina izjūta, ka **viņi  
nespēj gūt panākumus ar skolu saistītu  
mērķu sasniegšanā (54 %).**

*Skolēnus skolā apbēdina, viņuprāt, bezjēdzīgas,  
neinteresantas stundas,  
lielais mājas darbu apjoms, skolotāju attieksme un  
bailes no sliktiem vērtējumiem (Elksne, Rubene 2018).*

# Par ko liecina iepriekš veiktie pētījumi?

**Baltijas valstis**; izlase: 2000 bērnu 10-17 g.v.

*(Bērnu labklājības tīkls 2017)*

Vispozitīvāk bērni vērtē situāciju ģimenē un savu dzīvesveidu kopumā, bet **salīdzinoši zemāk tiek vērtēta situācija skolā**

**Pētījums Latvijā** par STEM; 1847 skolēni no 7.-12. klasei  
*(Daniela, Kristapsone, Kraģe, Belogradova, Vorobjovs & Krone, 2022)*

Ir atšķirības **pedagoģiskajās aktivitātēs** zēnu un meiteņu grupās ar augstiem mācību sasniegumiem

Būtiskākā nozīme prognozējamam mācību sasniegumu pieaugumam ir skolēnu **patikai** pret matemātiku un arī **patikai** pret ķīmiju.

# Par ko liecina iepriekš veiktie pētījumi?

Patika mācīties paaugstina mācību sasniegumus matemātikā, fizikā, ķīmijā, datorikā, bioloģijā

\* Man patīk mācīties, ja man padodas tas, ko es daru

\* Man patīk mācīties, ja skolotājs interesanti vada nodarbības

\* Man patīk mācīties, ja es varu sevi izaicināt ar sarežģītiem uzdevumiem

\* Man patīk mācīties, ja es skaidri zinu, kā tiek vērtēti mani darbi.

# Politikas veidotājiem pietrūkst pētījumu datu

Trūkst datu par pašu bērnu uzskatiem par vairākām svarīgām viņu dzīves jomām, tostarp sociāli emocionālo labizjūtu, viņu zināšanām un attieksmi pret labklājību.

Dažādi pētījumi koncentrējas uz dažādiem specifiskiem jautājumiem - apgrūtina daudzu saikņu izsekošanu, kā rezultāti dažādās jomās (piemēram, fiziskā veselība) ietekmē labizjūtu citās (piemēram, kognitīvā un sociāli emocionālā labizjūta).

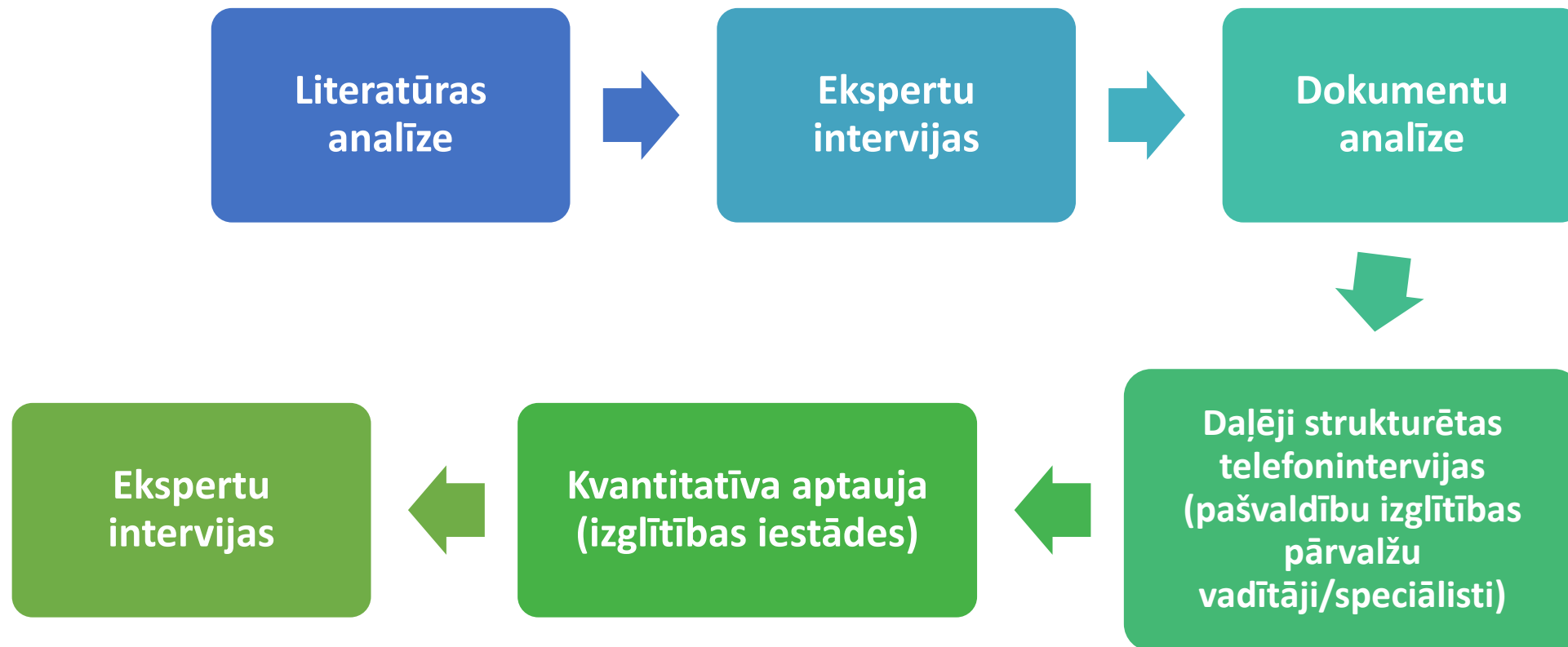


# Pētījuma uzdevums



Veikt sistemātisko pārskatu par psihoemocionālās labizjūtas novērtēšanas un nodrošināšanas instrumentāriju izmantošanu Latvijas vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs

# Pētījuma posmi





# Well-being tulkojums Latvijā



Nedēļas  
skaidrojums

## Par terminu *labbūtība*

Bieži vien starptautiskajos dokumentos lieto terminu *well-being*.

*Well-being* ir plašs jēdziens, kas ietver ne tikai cilvēka fizisko un garīgo veselību, bet arī apmierinātību ar dzīvi kopumā (sociālie, ekonomiskie, darba, vides un citi apstākļi).

Latvijas Zinātņu akadēmijas Terminoloģijas komisija 2023. gada 21. februārī izskatīja jautājumu par termina *well-being* atveidi un nolēma apstiprināt divus sinonīmiskus terminus – *labbūtība* un *lablesme*.

Pamatojums: LZA Terminoloģijas komisijas 21.02.2023. sēdes protokols Nr. 2/1172

# Emocionālās labizjūtas definīcijas

Reh et al., 2021	...sajust vairāk patīkamu efektu (pozitīvu emociju), nevis nepatīkamu efektu (negatīvu emociju) savā dzīvē kopumā, ieskaitot pagātnes, tagadnes un nākotnes uztveri
Lyubomirsky and Lepper, 1999	.. sastāv no trim sastāvdaļām: pozitīvas emocijas un negatīvas emocijas (t.i., afektīvi novērtējumi) un apmierinātība ar dzīvi (piemēram, kognitīvais novērtējums)
Seligman, 2011	Ietver piecas komponentes: pozitīvas emocijas, vispārēju apmierinātības izjūtu; plūsmas stāvokli aktivitātēs; attiecības, atbalstošu un vērtīgu atbalsta tīklu; jēgas un mērķa izjūtu; un sasniegumu izjūtu
Fredrickson and Joiner, 2002	Cilvēku pozitīvais noskaņojums un emocijas un zems negatīvo noskaņojumu un emociju līmenis. Atspoguļo ne tikai īslaicīgu apmierinātību, bet arī virzību uz mērķi, kas atbilst cilvēka motīviem.

# Mūsdienu *well-being* modeļi

(Bloch-Jorgensen, Cilione, Yeung & Gatt, 2018)

## Subjektīvā labizjūta

Definē un mēra pozitīvās un negatīvās emocijas un apmierinātību ar dzīvi (Diener et al., 1985, 2010)

Balstīts uz priekšstatu, ka laimes palielināšanai vajadzīgs vairāk prieka/ baudas un mazāk sāpju

(Carruthers un Hood, 2004)

## Psiholoģiskā labbūtība

Definē un mēra: autonomija, pozitīvas attiecības, dzīves mērķis, meistarība, personības izaugsme (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995)

Balstīts uz priekšstatu, ka psiholoģiskā labklājība ir izjūta, kas rodas, cilvēkam darbojoties sava patiesā potenciāla īstenošanā virzienā (Waterman, 1984)

## Saliktā (daudzfaktoru) labklājība

Subjektīvā labizjūta un psiholoģiskā labklājība tiek uzskatītas par konceptuāli saistītiem, bet atšķirīgiem pozitīvas psiholoģiskās funkcionēšanas komponentiem. Akcentē ieguvumus no abu komponentu mērīšanas, izmantojot saliktos indeksus (Keyes, 2007) (Gatt et al., 2014)

# Paplašināts integratīvais skolēnu emocionālo labizjūtu raksturojošo, ietekmējošo un ietekmējamo faktoru modelis: **Novērtējamās pazīmes**

	Emocionālie aspekti	Kognitīvie aspekti	Sociālie aspekti
	Pozitīvās emocijas	Apmierinātība ar dzīvi; apmierinātība ar skolas dzīvi: ar skolu, ar klasesbiedriem (ar attiecībām), ar mācību programmu u.tml.)	
	Emocionālā labizjūta (šaurā nozīmē)	Kognitīvā labbūtība	Starppersonu labbūtība
	Labbūtība/labesme/labizjūta/labklājība (subjektīvā, eidemoniskā, hedoniskā un saliktā (daudzfaktoru) labbūtība); psiholoģiskā labbūtība; psihosociālā labbūtība (psychosocial well-being); labsajūta (wellness); psihiskā labbūtība (mental well-being) / psihiskās veselības labbūtība (mental health well-being)		
	Jēgas un mērķa izjūta. Dzīves jēgas un/vai dzīves mērķa/-u apzināšanās		Pašvadība - prasme sasniegt izvirzītus mērķus
	Sevis pieņemšana; piederības izjūta		
	Dzīves kvalitāte (bieži šo pazīmi izmanto kā emocionālās labizjūtas integratīvu mērījumu)		

# Paplašināts integratīvais skolēnu emocionālo labizjūtu raksturojošo, ietekmējošo un ietekmējamo faktoru modelis: **Labizjūtu apdraudošie faktori**

	Emocionālie aspekti	Kognitīvie aspekti	Sociālie aspekti
	Stress (vispārējs stress, akadēmiskais stress); bažas	Nesekmība	Atstumšana, nepieņemšana, izolēšana, ignorēšana, neiekļaušana
	Emocionālo prasmju trūkums	Kognitīvo prasmju trūkums; nepilnības zināšanās	Sociālo prasmju trūkums
	Emocionālās problēmas (trauksme, depresija, nomāktība; dusmu lēkmes utt.)	Kognitīvās problēmas (Intelektuālie ierobežojumi, kognitīvie traucējumi; kognitīvie izkropļojumi; domāšanas kļūdas)	Sociālās adaptācijas problēmas
	Pārāk lielas prasības un vai skolotāju/vecāku gaidas; pārmērīga mācību slodze		
	Bullings, vienaudžu agresija, konflikti ar vienaudžiem un/vai ar skolotājiem		
	Problēmas ģimenē; personīgās problēmas; citas attiecību problēmas; sociālā atbalsta trūkums		

# Paplašināts integratīvais skolēnu emocionālo labizjūtu ietekmējošo un ietekmējamo faktoru modelis: Labizjūtu veicinošie faktori

Emocionālie aspekti	Kognitīvie aspekti	Sociālie aspekti
Sociāli emocionālā kompetence		
Pašrefleksijas prasme (emociju apzināšanās prasme; pašnovērtējuma prasme)		Sadarbības prasmes Prasme veidot pozitīvās attiecības un pozitīvus uzvedības modeļus
Pašregulācijas prasme (1) Emociju un uzvedības pašregulācijas prasme: prasme atpazīt, izprast un efektīvi pārvaldīt savas emocijas); (2) Adaptācijas prasme; (3) Autonomija; (4) Pašpaļāvība (t.sk. pašefektivitātes izjūta; pozitīvs pašvērtējums, ticība savām spējām u.tt.)		Sociālo situāciju izpratnes prasme Sociālās tolerances prasme
Empātijas prasme		
Psiholoģiskā noturība (resilience)		Problēmu risināšanas prasme
Prasme pārvarēt stresu (coping skills)		
Autentiskums		
Optimisms		
Cerības un gaidas		Prasme ietekmēt vidi un sabiedrību (Environmental mastery)
Apzinātība (mindfulness)		

# IZM piedāvātā emocionālās labizjūtas definīcija

IZM darba grupa definēja emocionālo labizjūtu kā pozitīvas psiholoģiskās funkcionēšanas un emocionālās veselības stāvokli, kas veicina optimālu mācīšanos, kognitīvo attīstību un panākumus mācībās.

Tā ietver plašu emocionālo stāvokļu klāstu, tostarp pozitīvu afektu, pašregulāciju, noturību un sociāli emocionālo kompetenci, kas ir nozīmīgi, lai izglītojamie varētu sekmīgi darboties izglītības iestādēs.

Emocionālā labizjūta ietver spēju atpazīt, izprast un efektīvi pārvaldīt savas emocijas, kā arī veidot pozitīvas attiecības, pārvarēt stresu un veidot pozitīvas uzvedības modeļus, kas veicina mācīšanos un mācību sasniegumus.

Tā ir daudzšķautņains konstrukts, kas ietver emocionālos, kognitīvos un sociālos aspektus, un tai ir būtiska nozīme izglītojamo vispārējā izglītības pieredzē, tostarp viņu motivācijā, iesaistē un mācību sasniegumos”.

**Pētījuma starprezultāti:**

**kā tiek sekmēta bērnu  
emocionālā labizjūta skolā**

**RSB**



# Metodes

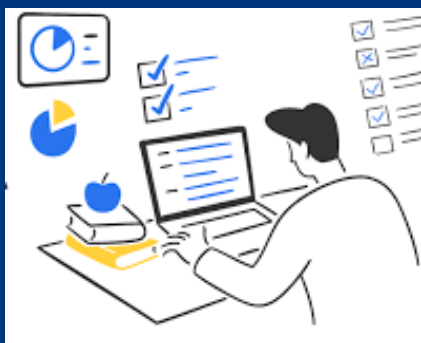
Izglītības iestādes

58

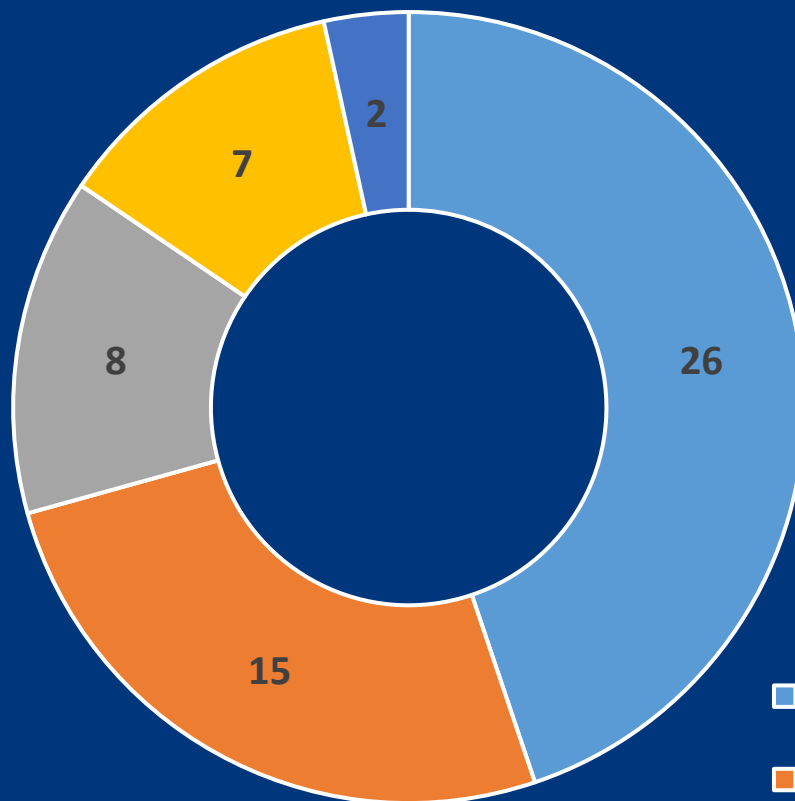


Elektroniskā anketa

12



Izglītības iestāžu speciālisti



- Vadītājs
- Vadītājas vietnieks
- Sociālais pedagogs
- Izglītības metodīķis



Anketu aizpildīšanas laiks

DRS

## Pētījuma starprezultāti:

Kuras no programmām, intervencēm, rīkiem ir plānots īstenot izglītības iestādēs 2023. - 2024. mācību gadā

		%	Īstenotas				
			pēdējo piecu mācību gadu laikā (%)				
		Plāno īstenot	Vienu gadu	Divus gadus	Tīrs gadus	Četrus vai vairāk gadu	Netika īstenota
1.	Bērnu emocionālā audzināšana (BEA)	<b>32,8 (19)</b>	5,2	3,4	1,7	6,9	82,8
2.	EMU: Skola	<b>25,9 (15)</b>	6,9	8,6	3,4	0,0	81,0
3.	Džimbas drošības programma	<b>22,4 (13)</b>	6,9	6,9	1,7	1,7	82,8
4.	Kā ar mīlestību un cieņu noteikt bērnam robežas	<b>22,4 (13)</b>	1,7	1,7	1,7	3,4	91,4
5.	Atbalsts pozitīvai uzvedībai (APU)	<b>20,7 (12)</b>	6,9	3,4	0,0	8,6	81,0
6.	Metodoloģija darbā ar jauniešu grupām vardarbības mazināšanai un veselīgu attiecību veicināšanai jauniešu vidē. Centrs "MARTA"	17,2 (10)	1,7	1,7	1,7	0,0	94,8
7.	MOT ir pusaudžu motivācijas programma	15,5 (9)	1,7	3,4	3,4	3,4	87,9
8.	Ceļvedis, audzinot pusaudzi (CAP)	12,1 (7)	1,7	0,0	0,0	3,4	94,8
9.	Esi pārlicināts!	12,1 (7)	5,2	0,0	0,0	0,0	94,8
10.	Programma "KiVa"	12,1 (7)	1,7	0,0	0,0	0,0	98,3

# Pētījuma starprezultāti: izglītības iestādes plāno īstenot vai īstenoja citas programmas

## Plāno īstenot

STOP 4-7

SPKC "Izzini sevi-saproti citus"

PUMPURS jauniešu iniciatīvas - klašu saliedēšanās un komandas veidošanas pasākumu ciklu

Skolas soma, Veselību veicinoša skola

Sociālais projekts "Neklusē"

## Tika īstenotas

Skolas mediatora apmācība

Projekts "Veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi skolā"

STOP 4-7

Skola 2030 "Skola katram bērnam "

Projekts „Kontakts"

PUMPURS jauniešu iniciatīvas - klašu saliedēšanās un komandas veidošanas pasākumu ciklu

Individuālā pašizaugsmes programma. Līderu apmācība.

"Labbūtības ceļakartes"

Sadarbība ar krīzes centru "Dardedze"

## Bērnu emocionālā audzināšana



Mērķauditorija: Grupa vecākiem, kuri audzina bērnus no dzimšanas līdz 7 gadu vecumam



Uz pierādījumiem balstītā



Aprobētā (promocijas darbs)  
2010



Nepieciešama psihologa  
kvalifikācija un apmācība



Programmas ilgums (10)



Efektivitāte



Pieejamība

**Pētījuma starprezultāti:**

**kā tiek mērīta bērnu emocionālā labizjūta skolā**

# Metodes

Iestādes

121



Izglītības iestādes

99



Intervija attālināti/klātienē



# Instrumentu novērtēšanas kritēriji

1. Mērķis un novērtējuma pazīme/s

2. Mērķauditorija

3. Izmantojamība dažādiem vecumposmiem

4. Izmaksas (izmaksas par vienu testēšanu; izmaksas iestādei par speciālista sagatavošanu instrumenta lietošanai)

5. Pieejamība un lietošanas nosacījumi\*

6. Efektivitāte

7. Kvalitāte

# Pētījuma starprezultāti: instrumentārijs

Tests

Aptauja

Intervija

Skala

Skrīnings



# Pētījuma starprezultāti: instrumentārijs

Piefiksēto instrumentu skaits



Unikālo instrumentu skaits

**35-40**

Piemēram:

Ahenbaha bērna uzvedības novērtēšanas  
aptauja

**68**

## Instrumentārija novērtēšana

**A** Achenbach  
**S** System of  
**E** Empirically  
**B** Based  
**A** Assessment



### Achenbaha bērna uzvedības novērtēšanas aptauja

<b>Mērķis</b>	Vecāku un skolotāju aptaujas formas ir paredzētas skolēna uzvedības traucējumu noteikšanai
<b>Novērtējuma pazīme/s</b>	Bērna uzvedības īpatnības
<b>Mērķauditorija</b>	Vecāku un skolotāju aptaujas formas
<b>Izmantojamība dažādiem vecumposmiem</b>	1,5-5 gadus veciem bērniem un 6-18 gadu veciem bērniem
<b>Pieejamība un lietošanas nosacījumi</b>	Psihologs
<b>Atbilstība kvalitātes standartam</b>	Atbilst
<b>Izmaksas</b>	---

# Izmantotie informācijas avoti

1. Reyes, M. R., Brackett, M. A., Rivers, S. E., White, M., & Salovey, P. (2012). Classroom emotional climate, student engagement, and academic achievement. *Journal of Educational Psychology*, 104(3), 700–712. <https://doi.org/10.1037/a0027268>
2. Durlak, J., Weissberg, R., Dymnicki, A., Taylor, R. & Schellinger, K. (2011). The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child development*. 82. 405-32. 10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x.
3. Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
4. Evers, Arne & Muñiz, José & Hagemeister, Carmen & Høstmælingen, Andreas & Lindley, Patricia & Sjöberg, Anders & Bartram, Dave. (2013). Assessing the quality of tests: Revision of the EFPA review model. *Psicothema*. 25. 283-91. 10.7334/psicothema2013.97.
5. Suldo, S. M., Hearon, B. V., & Shaunessy-Dedrick, E. (2018). Examining gifted students' mental health through the lens of positive psychology. In S. I. Pfeiffer, E. Shaunessy-Dedrick, & M. Foley-Nicpon (Eds.), *APA handbook of giftedness and talent* (pp. 433–449). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000038-028>
6. Sráid Maoilbhríde, Baile Átha Cliath (2022). Information in relation to Standardised Testing and Other Matters – Academic Year 2021/22 and Subsequent Years. [file:///C:/Users/jelena/Downloads/220266\\_01d8fdda-ceac-4c35-98ee-1878770aa793.pdf](file:///C:/Users/jelena/Downloads/220266_01d8fdda-ceac-4c35-98ee-1878770aa793.pdf)
7. Vossensteyn, H., Kaiser, F., Jovaišas, K., Bolinskis, G., Kovaļevskis, K., Jongbloed, B., Gumuliauskas, R., & Redko, A. (2020). Izglītības kvalitātes monitoringa sistēmas un monitoringa rīku apraksta izstrāde. CIVITTA [http://petijumi.mk.gov.lv/sites/default/files/title\\_file/2\\_Monitoringa%20sist%C4%93mas%20apraksta%20kopsavilkums.pdf](http://petijumi.mk.gov.lv/sites/default/files/title_file/2_Monitoringa%20sist%C4%93mas%20apraksta%20kopsavilkums.pdf)
8. Redmond, G. (2010). Conceptualisation of social and emotional wellbeing for children and young people, and policy implications. A research report for the Australian Research Alliance for Children and Youth and the Australian Institute of Health and Welfare. ISBN: 978-1-921352-68-3
9. Diener, E. & Ryan, K. (2009) Subjective wellbeing: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391 – 406.
10. Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), p. 1069-1081.
12. Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
13. Svence, G. Majors (2016). Pozitīvā psiholoģija. Rīga:, M.
14. Bloch-Jorgensen ZT, Cilione PJ, Yeung WWH and Gatt JM (2018) Centeredness Theory: Understanding and Measuring Well-Being Across Core Life Domains. *Front. Psychol.* 9:610. doi: 10.3389/fpsyg.2018.00610

**Paldies par uzmanību!**

RSU