

## SKOLOTĀJU PROFESIONĀLĀS MŪŽMĀCĪŠANĀS METOŽU UN PAŅĒMIENU IZVĒLE

### *A Selection of Methods and Techniques Professional Teachers Can Apply to Their Own Lifelong Learning*

**Ilga Kušnere**

Latvijas Universitāte, Latvija

**Abstract.** *A selection of methods and techniques professional teachers can apply to their own lifelong learning. Education is the key to converting knowledge and experience into practical actions, their analysis and application. It plays a key role in the synthesis of new knowledge into research and innovation. Such thoughts on education were expressed in the resolution of the sixth World Education Congress in 2011. Today, when world education forums are widely discussing how schools can better organise the learning process, when ambitious long-term reforms are being implemented in the Latvian education system—the transition to competency-based educational content and teaching methods—it is essential to assess current situation and to bring innovative methods and techniques to our teachers' own learning process. The new knowledge and experience teachers gain through lifelong learning, through their experience and the understanding of how to share it, can be presented and guided by such methods and techniques that enrich a teacher's emotional and intellectual function. My own research has confirmed my belief that for a teacher to be confident and capable enough to help her students discover the joy of learning and gain new knowledge through the process of education, that teacher must herself have the experience of active learning, insight, and personal growth through the learning process. The author has selected a number of methods and techniques for lifelong learning based on the methods and techniques developed by a number of education researchers (Kolb, 1984; Koķe, 1999; Stueck, 2010; Vedins, 2011; Ščurkova, 2016; Robinson, 2013; Amonašvili, 2017), and on her own experience of leading and developing a professional lifelong education programme for teachers. The model of teacher learning presented here has been used in practice since 2012 and has been well-received. Teachers can develop themselves mentally, emotionally and spiritually through the learning process and in doing so increase their professional value.*

**Objective for the Study.** *To create a model for teaching professional teachers in the context of their own lifelong learning, to assemble a selection of methods and techniques for professional teachers' lifelong learning, including several designed by the author, and to assess them.*

**Keywords:** *emotional and intellectual activity, pedagogical patterns, professional growth, teacher training.*

## **Ievads**

### ***Introduction***

Izglītība ir galvenais līdzeklis zināšanu un pieredzes pārnesē praktiskā darbībā, analizē un izmantošanā. Tai ir galvenā loma jaunu zināšanu sintēzē pētījumos un inovācijās. Šādas domas par izglītību tika izteiktas Pasaules Izglītības darbinieku arodbiedrības sestā kongresa rezolūcijā (EI, 2011). Kvalitatīva izglītība attīsta cilvēka talantu un radošumu, tādējādi dodot ieguldījumu indivīda personīgajā un profesionālajā izaugsmē, kā arī sabiedrības sociālajā, ekonomikas, politikas, vides un kultūras attīstībā kopumā. Šobrīd, kad Latvijas izglītības sistēmā notiek vērienīga ilgtermiņa reforma, pāreja uz kompetencēs balstītu mācību saturu un procesu, ir jāizvērtē skolotāju tālākizglītībā izmantojamās metodes un paņēmieni. Pedagoģiem mūžmācības procesā jaunas zināšanas, pieredze un savas pašpieredzes atklāšana, dalīšanās tajā piedāvājama un vadāma ar tādām metodēm un paņēmienu, kas veicina skolotāja emocionālo un intelektuālo darbību.

Kvalitatīvas izglītības nodrošināšana, kas parādās rūpējoties par skolēnu spējām un vajadzībām, ir galvenais izaicinājums mūžmācībā, sākot no pirmsskolas līdz augstākajai izglītībai. To apstiprina arī Pasaules Izglītības darbinieku arodbiedrības sestā kongresa rezolūcijā (EI, 2011). Izglītības kvalitāti definē pēc tās ieguldījuma, pēc izglītības procesa un paredzamā rezultāta. Skolas izglītības kvalitāte ir atkarīga no skolotāju radošuma un nepārtrauktas personības izaugsmes. Minētā dokumenta II sadaļā "Izglītības kvalitāte" ir norādīts, ka "kvalitatīvai izglītībai jābalstās uz ticamiem izglītības pētījumiem. Šādu pētījumu rezultātiem ir jānorāda izglītības teorijas un prakses saistība. Pētījumiem jābalstās uz skolotāju reālo profesionālo pieredzi, skolotāji jāiesaista šajā pētniecībā". Tas palīdz radīt jaunu izpratni, zināšanas, kā arī pilnveido, stiprina pedagoģiskās profesionalitātes prasmes un pārlicības.

Dr. habil. paed. Ausma Špona atzīst, ka vienībā ar cilvēka brīvības izjūtu pieaug cilvēka vajadzības bagātināt sevi. Tas ir pamats personības pašrealizācijai un pašregulācijai, kas izglītības ieguves procesā sekmē mācīšanās prasmju veidošanos (Špona & Čamane, 2009). Pieaugušo izglītības pētniece Tatjana Koķe savā disertācijas darbā "Pieaugušo izglītības attīstība: raksturīgās iezīmes" (Koķe, 1999) pierāda, ka cilvēka motivāciju turpināt izglītību visu mūžu nosaka esošās zināšanas, kas nepārtraukti rosina pēc jaunām prasmēm, ar kuru palīdzību var apgūt inovācijas, attīstīta attieksmes un vērtības. Stiprina pieaugušā cilvēka pašapziņu, kas balstās uz stipru gribu un pašrealizācijas vajadzībām. Lai pedagoģiskajā procesā skolotājs pats prastu un uzdrošinātos radīt jaunas zināšanas, mācītu saviem skolēniem piedzīvot zināšanu atklāšanas prieku, tad arī skolotājam profesionālajā mūžmācībā jāpiedzīvo aktīvs, sevi izzinošs un personības izaugsmi veicinošs mācīšanās process. Tādējādi šajā zinātniskajā

rakstā pirmo reizi tiek publicēts autores izveidotais skolotāju profesionālajā mūžmācībā izmantojamais mācīšanās modelis.

**Darba mērķis.** Apkopot un izveidot skolotāju profesionālajā mūžmācībā izmantojamo mācīšanās metožu un paņēmieni kopumu, kas ir pamats skolotāju profesionālās mūžmācīšanās modelim.

**Metodes.** Teorētiskās: psiholoģiskās, pedagoģiskās un zinātniskās literatūras analīze, pašpieredzes atspoguļošana, skolotāju aptauja.

### **Pieaugušo mācīšanās pedagoģiskās likumsakarības** *Pedagogical Patterns of Adult Learning*

Rietumu zinātnieka Kolba (Kolb, 1984), Brukfilda (Brookfield, 1983), Kinga (King, 1990) pētījumi pieaugušo izglītībā liecina, ka pieaugušo mācīšanās process balstās uz kognitīvajām un informācijas apstrādes teorijām, kur mācīšanās process tiek saprasts kā kognitīvo, afektīvo, psihomotorisko un sociālo procesu mijsakarbība. Kolba teorijas būtību izsaka jēdziens "mācīšanās cikls". Autors atzīst, ka mācīšanās procesā pieaugušie iziet mācīšanās cikla četras pakāpes:

- percepciju un refleksiju, kuras pamatā ir pieredze;
- novērojumu apkopojumu un "teoriju" izveide;
- hipotēzes veidošana no ideju kopas;
- hipotēzes pārbaude praksē, kas veido jaunu pieredzi;

Pēc Kolba (Kolb, 1984) izteiktajām atziņām var teikt, ka mācīšanās procesu sekmē un padara veiksmīgu, ja tajā iekļauj aktivitātes, kas paredz:

- pieredzes realizēšanu un bagātināšanu;
- novērošanu, kas balstās uz refleksiju;
- abstraktu jēdzienu veidošanu;
- aktīvu eksperimentēšanu.

Minēto domu apstiprina arī filozofijas doktors, eksperts jautājumos par mācīšanās mākslu Ivans Vedins. Cilvēks ir radīts darbībai – personības radošā enerģija ir darbības enerģija. Efektīvas darbības rezultāti balstās uz vajadzību un spēju vienību. Darbības enerģija ir vajadzību enerģija (Vedins, 2011).

Mācību psiholoģijas aspektā autors ir izvirzījis piecus būtiskus kritērijus, kuri svarīgi arī skolotāju profesionālajā mūžmācībā:

- uzmanības noturības pakāpe – svārstīga vai augsta uzmanības koncentrācija uz problēmas iekšējo loģiku;
- domāšanas īpatnības – praktiskā, teorētiskā, uzskatāmi tēlainā;
- atmiņas īpatnības – mehāniskā, loģiskā vai tēlaini asociatīvā;
- rakstura īpatnības – paaugstināta emocionalitāte vai rakstura noslēgtība;

- empātija – spēja iejusties citas personas emocionālajā stāvoklī (Vedins, 2011).

Savukārt Leipcigas Universitātē (Stueck, 2010, 2011) ir izstrādāts septiņu soļu empātiskās pedagoģijas modelis. Šī modeļa īpatnība ir tāda, ka tajā vispirms tiek izvirzīta nepieciešamība integrēt domāšanu ar ķermeņa pieredzi. Empātiskās pedagoģijas modelī (Stueck, 2010, 2011) autori mācīšanās procesu iesaka sākt ar limbiskās sistēmas aktivizāciju. Tas apstiprina arī domu par kopveseluma pieeju izglītībā, ko savos darbos ir izteikuši gan filozofi, gan pedagogi, gan zinātnieki (Pestalocijs, 1996; Щуркова, 2016; Robinson, 2013; Dispenza, 2015; Chinmoy, 2017; Амонашвили, 2017). Vācijā Markus, Štuks šo modeli ir prezentējis 2010. gadā kā Meistarplānu, kas izmainītu izglītību, ja to ieviestu (Stueck, 2010). Kā uzskata autori (Štuks, Svence, Villegas) pirmie 3 soļi skolotāju mācīšanās procesā ir ļoti būtiski, jo tie nodrošina:

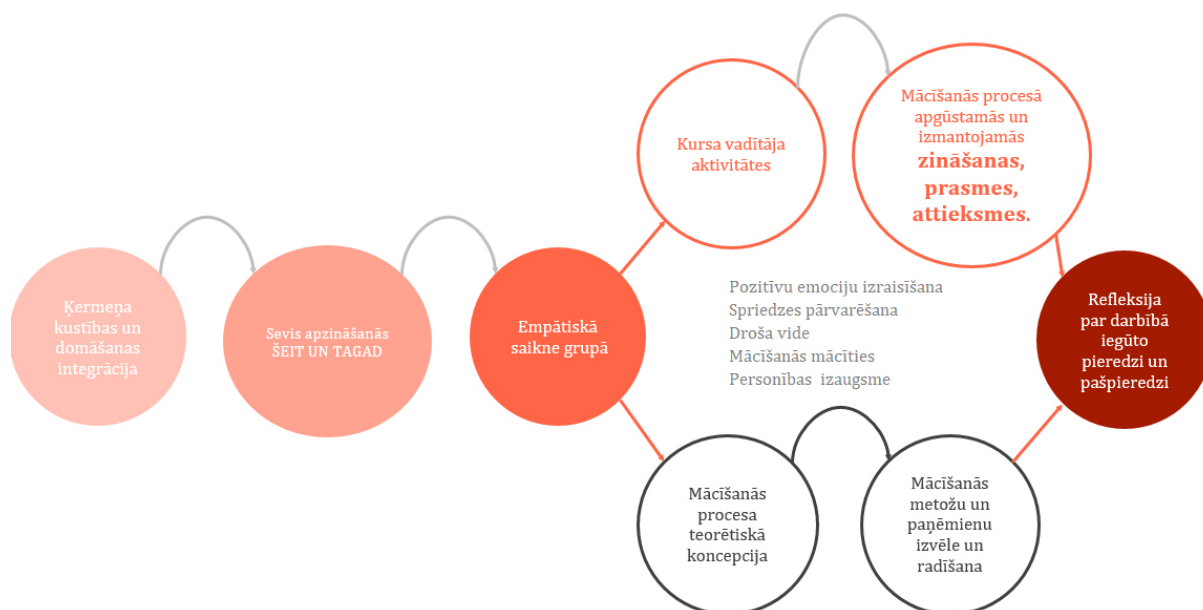
- ķermeņa un domāšanas integrāciju pirms racionālās uztveres;
- relaksāciju pirms vielas apguves (vingrinājumi, kas nomierina);
- atbalstoša kontakta veidošanos starp grupas biedriem.

Minētie soļi sagatavo uztveri jaunas informācijas apgūšanai. Uzsvars tiek likts uz pozitīvo bioķīmisko norišu aktivizēšanu. To panāk ar atslābināšanos, sevis apzināšanos, drošas vides radīšanu. Veidojas psihiska gatavība shematiskai un verbālai mācību materiāla uztverei.

Martins Būbers (Buber), izcils 20. gadsimta domātājs, dialogiskās filosofijas pamatlicējs, apgalvo, ka visa īstā dzīve ir sastapšanās, jo “pamatvārdu Es – Tu var teikt ar visu būti. Savākšanās un sakušana vienā būtē nekad nevar norisināties caur mani, nekad nevar norisināties bez manis. Es topu pie Tu: tapdams Es, es saku Tu” (Būbers, 2010: 19). Tagadne – nevis punktveidīgā tagadne, kas tikai apzīmē ikreizējo domās noteikto “aiztecējošā” laika noslēgumu, aizturētā tecējuma šķitumu, bet īstā un piepildītā – pastāv tikai tad, kad pastāv tagadīgums, sastapšanās, attiecība. Tikai tādējādi, ka Tu top tagadīgs, rodas tagadne. Šīs Mārtina Būbera atklāsmes parāda, kāda loma mācīšanās procesā ir dialogam. Dialogam ar sevi un otru cilvēku. Arī filozofs Frīdrihs Jakobi jau 1785. gadā raksta, ka “.. bez tu nav iespējams Es” (Būbers, 2010: 8). Šo ideju attīsta arī Nīče (Būbers, 2010). “Es un Tu” ir par sastapšanos, kurā iespējama kļūst tapšana. Caur apzinātu Es un Tu satikšanos var radīt un rast, izgudrot un atrast. Veidošana ir atklāšana. Īstenodams savu domu darbībā, cilvēks veic atklāšanu. Tāpēc arī mācīšanās procesā ir svarīgs Es un Tu princips. “Mans Tu iedarbojas uz mani tāpat, kā es iedarbojos uz to” (Būbers, 2010: 21). Mūsu skolēni mūs māca, mūsu darbi mūs veido. Mēs dzīvojam plūstošajā savstarpējībā.

## **Skolotāju profesionālajā mūžmācībā izmantojamais mācīšanās modelis** *Model for teaching professional teachers in the context of their own lifelong learning*

Mācību metožu un paņēmieni izvēle skolotāju mūžmācībā palīdz nodrošināt veiksmīgu mācību rezultātu, rada interesantu mācību procesu, skolotāji iegūst pozitīvas emocijas, atvieglo ceļu informācijas uztverei un sekmē labvēlīgas socializācijas un vides rašanos. Mūžmācības procesā piedzīvotais skolotājiem palīdz veidot pārnesi uz savu vadīto pedagoģisko procesu skolas vidē. Jau 18. gadsimtā vācu pedagogs Johanss - Heinrihs Pestalocijs savā darbā "Metode un sirds" uzsver, ja "...notiek cilvēka atsevišķo spēku un dotumu izglītošana un attīstīšana, rezultātā notiek arī visa viņa prāta izglītošana". (Pestalocijs, 1996: 87). Pozitīvās psiholoģijas pārstāve Guna Svence, pamatojoties uz Eriksona atziņām, raksturojot pieaugušo izglītošanos, uzskata, ka nozīmīgs komponents mācīšanās procesā ir cilvēka pašizjūtas pazīme jeb radošā aktivitāte. Tas nozīmē, ka cilvēks nemītīgi ko meklē dzīvē un pilnveido sevi (Svence, 2006). Pieaugušie mācīšanās procesā vēlas mācīties ar jēgu un izjust, vai tas, ko es daru, atbilst manam potenciālam, vai es skaidri zinu, kā sasniegt izvirzītos mērķus (Martinsone, 2012).



**1.att. Skolotāju profesionālajā mūžmācībā izmantojamais mācīšanās modelis**  
*Fig.1. Model for teaching professional teachers in the context of their own lifelong learning (Kušnere, 2018)*

Autore, vairāk kā 10 gadus izstrādājot, vadot un pilnveidojot savas pedagogu profesionālās kompetences pilnveides A programmas, studējot transpersonālo psiholoģiju, esot humānās pedagoģijas skolotāja, pamatojoties uz vairāku

pētnieku izstrādāto mācīšanās metodiku, (Pestalocijs, 1996; Kolb, 1984; Koķe, 1999; Stueck, 2010; Vedins, 2011; Ščurkova & Muhin, 2012; Robinson, 2013; Dispenza, 2013; Šri Činmojs, 2015; Amonašvili, 2017), ir izveidojusi un praksē jau no 2012. gada aprobē savu skolotāju mācīšanās modeli, kas tiek atzinīgi novērtēts skolotāju profesionālās mūžmācīšanās procesā. Izstrādātais skolotāju mācīšanās modelis shematiski tiek parādīts 1. attēlā.

Autores izstrādātais un praksē aprobētais Skolotāju profesionālajā mūžmācībā izmantojamais mācīšanās modelis (1. attēls) paredz skolotājiem mācīšanās procesā sevi pilnveidot mentālajā, emocionālajā un garīgajā līmenī. Izveidotais mācīšanās modelis piedāvā mācību procesā integrēt ķermeņa kustības kopā ar domāšanu. Tas klausītājos aktivizē limbisko sistēmu, rada pozitīvas emocijas, kļiedē spriedzes un noguruma pārvarēšanu. Lai notiktu skolotāju apziņas paplašināšanās, tad šajā modelī tiek ieviesta sevis apzināšanas vingrināšana laikā, telpā un ķermenī. Skolotājam tās ir iespējas mācīties apzināties savu patību, novērot sevi, aktīvā darbībā praktizēt pateicību, lai paplašinātu dzīves enerģijas plūsmu un rastu līdzsvaru starp prātu un sirdi. Modelis vērs uzmanību arī uz skolotāju empātiskās saiknes radīšanu grupā, tā veidojot drošu, pozitīvu, aktīvu radošas mācīšanās vidi, kas veicina skolotāju personības izaugsmi. Lai skolotāju profesionālajā mūžmācībā tiktu sasniegts izvirzītais rezultāts, svarīga nozīme ir kursa vadītāja piedāvātajām aktivitātēm, kas tiek īstenotas, izvēloties atbilstošas metodes un paņēmienus. Pastāv iespēja arī mācīšanās procesā radīt jaunas metodes un turpat aprobēt, tā uzreiz gūstot pārliedību par darbības efektivitāti. Izstrādātais modelis vērs uzmanību arī uz to, ka skolotāju profesionālās mūžmācības process ir balstīts uz teorētiskām koncepcijām, ko labi pārzina un savā dzīves darbībā ievēro pats kursa vadītājs. Tādējādi sadarbības procesā notiek mijiedarbība starp kursa vadītāja un skolotāju zināšanām, prasmēm un attieksmēm. Lai sekmīgi norisinātos abpusēja personības izaugsme, tad autores izstrādātais skolotāju profesionālajā mūžmācībā izmantojamais mācīšanās modelis sevī ietver refleksiju par darbībā iegūto pieredzi un pašpiedzī, kas nepārtraukti tiek aktualizēta visa mācīšanās procesa gaitā.

## **Rezultāti**

### ***Results***

Pētījums tika veikts ar 275 dažādu paaudžu un atšķirīgas pieredzes skolotājiem, (2017. gada augustā un oktobrī), vadot profesionālās kompetences pilnveides kursus Latgalē, Vidzemē, Kurzemē, Zemgalē. Iegūtie dati apkopoti 1. tabulā. Mācīšanās procesu atzinīgi novērtēja 273 respondenti. Tikai divi dalībnieki sniedza nepārliedinošas atbildes, kas saistīts ar apjukumu, izbrīnu. Tas veido ne vairāk kā 0,7 % no respondentu skaita. 1. tabulā apkopotie pētījuma dati

liecina, ka pētījumam nav gadījuma raksturs. Ir pietiekami liels skaits atbilžu, lai varētu izdarīt secinājumus, kā veikt skolotāju mūžmācīšanās procesu, kas veicina personības izaugsmi, slīpē profesionālo meistarību, stiprina cilvēka gara brīvību. Praksē īstenojot savas radītās skolotāju profesionālās kompetences pilnveides programmas, autore strādā pēc izveidotā Skolotāju profesionālajā mūžmācībā izmantojamā modeļa (1. attēls). Apkopojot skolotāju refleksijas par jautājumu - "Kādas izjūtas piedzīvoji mācīšanās procesā?", var teikt, ka skolotāji pamana un augstu vērtē uzticību, drošību, brīvu, nepiespiestu atmosfēru, prieku, harmoniju, mīlestību, saskarsmes kultūru. Šīs piedzīvotās izjūtas atbrīvo skolotāju sasprindzinājumu, ļauj cilvēkiem atrast savus iekšējos resursus. Aptaugas rezultāti liecina, ka mācīšanās procesā piedzīvotās pozitīvās izjūtas stiprina skolotāju pārliecības, ka pedagoģiskajai darbībai jābūt pieredzē balstītai, emocionālai, teorētiski pamatotai, izziņu virzošai. Balstoties uz pieredzi un pašpieredzi, tiek izdarīts secinājums, ka pedagoga darbībā galvenais ir veiksmīga cilvēka audzināšana. Veicot refleksiju par mācīšanās procesā piedzīvoto, skolotāji paši brīvprātīgi izvērtē savu darbu un saredz risinājumus uzlabojumu veikšanai, jo tiek iegūta iedvesma un sapratne, kā pilnveidot savu pedagoģisko darbību. Skolotāji pamana, cik būtiski blakus akadēmiskajām zināšanām cilvēkam ir vēlme izzināt sevi, atklāt savas spējas un talantus, kopt emocionālo inteligenci. Darbībā skolotāji piedzīvo atklāsmi, ka profesionālajā mūžmācībā iegūtā pieredze pamodina pedagoga apziņu. Mācīšanās procesā tiek izmantots autores izveidotais metožu un paņēmienu kopums (2. attēls). Praktiskā darbībā nostiprinās pārliecība, ka, strādājot ar piedāvātajām metodēm un paņēmienu, var piedzīvot pozitīvas emocijas, izzinošu un radošu darbību. Tāpēc, iedziļinoties iepazīto mācīšanās metožu un paņēmienu būtībā, kas attēlota 2. attēlā, skolotāji caur sevi pamana, kā šīs metodes ietekmē personības izaugsmi. Savstarpēji diskutējot par profesionāliem jautājumiem, rodas iedvesma un uzdrīkstēšanās darīt savādāk, lai nonāktu pie vēlāmā rezultāta. Apstiprinājumu izteiktajam argumentam var rast tajā, ka, atkārtoti strādājot vienā un tajā pašā skolotāju auditorijā, ir novērots, ka pedagogi labprāt diskutē par iegūto pieredzi, kas rasta, pārbaudot praksē mācību procesā piedzīvotās atziņas, apgūtās zināšanas, prasmes un attieksmes.

Veiktais pētījums ļauj izdarīt secinājumu, ka mācīšanās procesā skolotājs, pilnveidojot sevi mentālajā, emocionālajā un garīgajā līmenī, paaugstina savu profesionālo meistarību.

1.tab. Pētījuma apraksts  
Table 1 A description of the study

Uzdotais jautājums	Respondentu skaits	Biežāk saņemtās atbildes
Kādas izjūtas piedzīvoji mācīšanās procesā?	275	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jutos pārsteidzoši labi, jo saņēmu atbalstu,</li> <li>- bagātinājos pieredzē, piedzīvoju atvērtību, prieku, jautrību, optimismu, aizrautību,</li> <li>- pašpārlicību, vieglumu, labvēlību, interesi, apmierinātību, atbrīvotību</li> <li>- gaismas starojumu, prasmi dalīties,</li> <li>- gandarījumu par piedzīvoto,</li> <li>- enerģiju, pozitīvu lādiņu darbībai.</li> </ul>
Pārliecības, ko sevi stiprināji?	275	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Skolotājam jābūt elastīgam, nemitīgi jāpilnveido sevi dažādās jomās,</li> <li>- problēmas jārisina sadarbībā ar citiem kolēģiem,</li> <li>- apzinājos līdzpārdzīvojuma un radīšanas nozīmi mācīšanās procesā,</li> <li>- jūtu apzināšanās cilvēku bagātina,</li> <li>- skolotājam vispirms jāstrādā pašam ar sevi, tad ar bērniem,</li> <li>- ļauties katras dienas stāstam kā īpašam piedzīvojumam,</li> <li>- problēmas var atrisināt mainot savu attieksmi,</li> <li>- skolotāja darbā pats galvenais - veiksmīga cilvēka audzināšana</li> <li>- es varu savā darbībā būt brīvs, būt es pats,</li> <li>- skolotājs mācību stundā bērnam māca dzīvi.</li> </ul>
Kā profesionālajā mūžmācībā piedzīvotās metodes un paņēmieni palīdzēs pedagoģiskajā procesā?	275	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apguvu paņēmienu, ko lietošu skolēnu radošuma veicināšanai,</li> <li>- spēšu iepriecināt skolēnus, guvu iedvesmu darīt</li> <li>- rodas motivācija veidot interesantas mācību stundas,</li> <li>- piedāvāšu skolēniem iespēju mācību stundā izzināt sevi,</li> <li>- atnāca iedvesma, kā bērna dvēselei dāvināt gaismu, kā attīstīt skolēnu spēju just,</li> <li>- iegūta pieredze, kā atbrīvot prātu,</li> <li>- iedvesma un idejas profesionālajai darbībai,</li> <li>- rodas pārdomas par savām vadītajām stundām, saredzu iespēja veikt uzlabojumus,</li> <li>- sapratu, kā sasaistīt savas zināšanas un pieredzi, lai radītu jaunas idejas, apgūto paņēmienu pielietošana palīdzēs skolēnus mobilizēt mērķtiecīgai darbībai,</li> <li>- izmantošu mācībās piedzīvoto praktiskā darbībā kopā ar skolēniem,</li> <li>- ierosme ieskatīties sevī, uzdrīkstēties veikt profesionālu sadarbību ar kolēģiem.</li> </ul>



Izvērtējot vairāku citu pētnieku izstrādāto mācīšanās metodiku (Kolb, 1984; Koķe, 1999; Stueck, 2010; Vedins, 2011; Ščurkova, 2016; Robinson, 2013; Amonašvili, 2017), kā arī uz pašpieredzi, kas iegūta veidojot, vadot un pilnveidojot savas skolotāju profesionālās kompetences pilnveides programmas, autore ir izvērtējusi un apkopojusi, tai skaitā arī savas radītās, skolotāju mūžmācīšanās izmantojamo mācīšanās metožu un paņēmienu kopumu (2. attēls), ko pirmo reizi publicē šajā zinātniskajā rakstā. Piedāvātais skolotāju profesionālajā mūžmācībā izmantojamo metožu un paņēmienu kopums veiksmīgi tiek aprobēts un atzinīgi novērtēts skolotāju profesionālās mūžmācīšanās procesā, kā arī vietējās un starptautiskās nozīmes pedagoģiskās konferencēs.

Mācīšanās metodes	Paņēmieni	Ieguvumi
UZSKATES METODES	Apskats	– Situācijas izziņošana
	Interaktīvā prezentācija	– Domāšanas aktivizēšana – Aktīva līdzdarbošanās
	Demonstrēšana	– Pašpieredzes stiprināšana
	Vizualizēšana	– Informācijas strukturēšana – Mācīšanās mācīties
	Esejas rakstīšana un analīze	– Individuāla domu izteikšana, ievērojot noteiktu struktūru
	Stāstījums	– Aktīvā klausīšanās

Mācīšanās metodes	Paņēmieni	Ieguvumi
PRAKTISKĀS METODES	Praktiskais darbs	– Gribas stiprināšana – Jauna pieredze – Izziņa – Jaunu zināšanu piedzīvošana darbībā
	Laboratorijas darbs	– Izvirzītās problēmas risinājumu apzināšanās – Praktiskās darbības iemaņu stiprināšana – Pētniecības metožu apguve
	Modeļu izgatavošana	– Teoriju radīšana un aprobēšana
	Mācību ekskursija	– Redzesloka paplašināšana – Pieredzes bagātināšana – Priekšstatu ieguve
	Novērošana	– Situāciju novērtēšana – Teorijas un pieredzes izvērtējums – Jaunu atziņu iegūšana

Mācīšanās metodes	Paņēmieni	Ieguvumi
<b>PĒTNIECISKĀS METODES</b>	Mācību eksperiments	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Atklājums</li> <li>– Pieredzes paplašināšanās</li> </ul>
	Praktiskie darbi	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Izziņa</li> <li>– Teorijas un prakses saistības apzināšanās</li> </ul>
	Pētījums	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Esošās informācijas izvērtējums</li> <li>– Datu ieguve</li> <li>– Hipotēzes izvirzīšana un pārbaude</li> <li>– Teoriju izveide</li> </ul>
	Spēles	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Atbrīvotība, pašizpaušme</li> <li>– Mirkļa atklājumi</li> <li>– Attieksmju veidošanās</li> <li>– Pietuvošanās sapņiem</li> </ul>

Mācīšanās metodes	Paņēmieni	Ieguvumi
<b>DIALOGISKĀS METODES</b>	Filozofiskā dienasgrāmata	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Atbilžu rašana uz sev svarīgiem jautājumiem</li> <li>– Ieklausīšanās sevī</li> </ul>
	Dialogs	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Prasme runāt un ieklausīties</li> <li>– Sadarbība un mijiedarbība</li> </ul>
	Diskusija	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Māksla diskutēt par profesionāliem jautājumiem</li> <li>– Savstarpējas pašpieredzes bagātināšana</li> </ul>

Mācīšanās metodes	Paņēmieni	Ieguvumi
<b>PROJEKTS</b>	Kooperatīvā mācīšanās	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Problēmu apzināšanās un risināšana ilgtermiņā</li> <li>– Pieredzes bagātināšana un realizēšana</li> <li>– Profesionālās pieredzes apzināšanās</li> <li>– Inovāciju radīšana</li> <li>– Sadarbības un mijiedarbības prasmju izkopšana</li> <li>– Procesa un rezultāta pašnovērtēšana</li> <li>– Atbildība</li> </ul>

Mācīšanās metodes	Paņēmieni	Ieguvumi
DARBS AR TEKSTU	Jautājumi	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Informācijas iegūšana</li> <li>– Informācijas lietošanas prasme</li> <li>– Domāšanas vingrināšana</li> <li>– Kopsakarību veidošana</li> </ul>
	Situāciju izpēte un analīze	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Pašizziņa un pašvadība</li> <li>– Atziņu gūšana</li> <li>– Personīgā un sociālā atbildība</li> <li>– Lēmumu pieņemšana</li> </ul>
	Debates	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Prasme atlasīt un izmantot argumentus</li> <li>– Pārliecības stiprināšana, balstoties uz faktiem</li> </ul>
	Konspektēšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Būtiskākās informācijas apkopošana</li> </ul>
	Atziņu dienasgrāmata	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Kultūras izpratne un tās vērtību pārmantošana</li> <li>– Sev svarīgu atziņu apkopošana, pamatošana, izmantošana</li> </ul>

Mācīšanās metodes	Paņēmieni	Ieguvumi
DRĀMAS METODE	Situāciju izspēle	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Problēmsituāciju risināšana</li> </ul>
	Lomu spēles	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Talantu un spēju izkopšana</li> <li>– Pašizpaušme</li> </ul>
	Etīdes	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Spriedzes atbrīvošana</li> <li>– Radošums</li> <li>– Saspēle</li> <li>– Domu apkopošana</li> </ul>
	Pasaku un mītu inscinēšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Pašizziņa</li> <li>– Pašanalīze</li> <li>– Pašregulācija</li> </ul>

Mācīšanās metodes	Paņēmieni	Ieguvumi
DARBS AR IT	Informācijas iegūšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Informācijas ieguve, izmantojot IT</li> </ul>
	Informācijas sistematizēšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Informācijas sistematizēšana, izmantojot IT</li> </ul>
	Informācijas prezentēšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Prezentāciju veidošanas prasmju izkopšana, izmantojot IT</li> </ul>

Mācīšanās metodes	Paņēmieni	Ieguvumi
DARBS AR SIMBOLIEM	Ieraugi! Novērtē, Izdari!	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Problēmu apzināšanās, risināšana</li> <li>– Pozitīvu emociju aktualizēšana</li> <li>– Sadarbības veicināšana</li> <li>– Egoisma izskaušana, dalīšanās prieks</li> <li>– Atklāsmju piedzīvošana</li> </ul>
	Asociāciju veidošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Iztēles treniņš</li> <li>– Radošuma veicināšana</li> </ul>
	Iedvesmas stāsts, vēlējums	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Dzīvesspēka resursu apzināšanās</li> <li>– Radošās domāšanas treniņš</li> <li>– Uzticības, drošības radīšana</li> <li>– Labestības veicināšana</li> </ul>

Mācīšanās metodes	Paņēmieni	Ieguvumi
APZINĀŠANĀS	Elpošanas vingrinājumi	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Sevis apzināšanās</li> <li>– Spriedzes un stresa pārvarēšana</li> </ul>
	Emociju apzināšanās	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Empātijas stiprināšana</li> <li>– Emocionālās inteliģences izkopšana</li> </ul>
	Darbības apzināšanās	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Apziņas paplašināšanās</li> <li>–</li> </ul>
	Pateicības praktizēšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Dzīves enerģijas plūsma</li> <li>–</li> </ul>
	Meditācija	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Prasme novērot savas domas, emocijas</li> <li>– Harmonija</li> <li>– Savas patības apzināšanās</li> </ul>

*2.att. Skolotāju profesionālajā mūžmācībā izmantojamo mācīšanās metožu un paņēmienu kopums*

*Fig.2. A selection of lifelong learning methods and techniques for professional teachers (Kušnere, 2018)*

Lietojot skolotāju profesionālajā mūžmācībā izmantojamo metožu un paņēmienu kopumu atbilstoši piedāvātajiem mācību standartiem un mācību programmām, kā arī, izzinot katra paņēmienu būtību un ar to sasniedzamo mācīšanās rezultātu, kas parādīts 2. attēlā, skolotājiem mācīšanās procesā ir iespējams piedzīvot izvirzīto hipotēžu pārbaudi praksē, veidojot jaunu pieredzi, kā arī iegūtajā pašpieredzē dalīties ar kolēģiem. Piedāvātās metodes un paņēmienu paaugstina skolotāju empātiju, raisa tēlaini asociatīvo domāšanu, rada un stiprina apziņu “Es varu” un “Es daru”. Izvēlēto metožu un paņēmienu kopums paredz arī

skolotāju pašpiederzes realizēšanu un bagātināšanu, novērošanu, kas balstās uz refleksiju, abstraktu jēdzienu veidošanu un aktīvu eksperimentēšanu. Izteikto domu apstiprina arī pētnieki (Kolbs, 1984; Koķe, 1999; Vedins, 2011; Svence, 2006; Štuks, 2010; Robinsons, 2013) savās izstrādātajās atziņās par pieaugušo mācīšanās likumsakarībām. Skolotāju mūžmācībā izvēlētā mācīšanās metode ir sadarbības forma. Kā atzīst humānās pedagoģijas skolotājs Šalva Amonašvili (Amonašvili, 2017: 24), “Metode un visa dzīvā realitāte, kas tiek veidota ar tās palīdzību, dāvā skolēnam īpašu dzīvi un panākumu prieka pārdzīvojumu. Taču, lai metode tāda kļūtu, ir vajadzīga skolotāja radošā personība, vajadzīga izpildīšanas māksla. Metode pārtop dzīvē caur skolotāju”. Ja skolotājs mūžmācīšanās procesā piedzīvo ticību un to apliecina radošā darbībā, saskaras ar daili un tiecību, iemācās atšķirt patiesi jauno izglītībā no maldīgā, piedzīvo iedvesmas stundas, darbībā gūst apstiprinājumu savām pārlicībām, saņem metodisku atbalstu, nevis direktīvas “no augšas”, izjūt vienlīdzības sajūtu ar skolotāju (mācīšanās procesa vadītāju) un visiem citiem pedagoģiskā procesa dalībniekiem, mācīšanās procesā izzina un garīgi bagātina sevi, tad skolotājs pats kļūst “..par jaunu ideju un pieredzes avotu” (Amonašvili, 2017: 7).

### **Secinājumi** *Conclusions*

- Lai izglītības procesā kopumā notiktu pozitīvas pārmaiņas, tad skolotājiem profesionālajā mūžmācībā jārod iespēja sevi pilnveidot mentālā, emocionālā un garīgā līmenī.
- Lai mācīšanās procesā metode kļūtu par līdzekli mērķa sasniegšanā, ir vajadzīga izpratne un pārlicība, kā katra izmantotā metode veicina skolotāja personības izaugsmi.
- Mūžmācības procesā personīgi piedzīvotais skolotājiem palīdz veidot pārnesi uz savu vadīto pedagoģisko procesu skolas vidē.
- Skolotājs mācīšanās procesā, piedzīvojot harmoniju, cilvēkmīlestību, radošumu un pašizziņu, mācās diskutēt ne tikai par profesionālām veiksmeš, bet arī kļūdām, mācoties tām rast risinājumu.
- Skolotāji profesionālās mūžmācīšanās procesā vēlas mācīties ar jēgu, izjust atbalstu savu izvirzīto mērķu sasniegšanā.
- Lai cik arī veiksmīgs būtu skolotāju profesionālajā mūžmācībā piedzīvotais mācīšanās modelis, skolotājs spēs sasniegt savas pedagoģiskās darbības pilnvērtīgāko rezultātu, ja skolā būs atbalstoša vide.

## Summary

A selection of methods and techniques professional teachers can apply to their own lifelong learning.

Education is the key to converting knowledge and experience into practical actions, their analysis and application. It plays a key role in the synthesis of new knowledge into research and innovation. Such thoughts on education were expressed in the resolution of the sixth World Education Congress in 2011. Today, when world education forums are widely discussing how schools can better organise the learning process, when ambitious long-term reforms are being implemented in the Latvian education system - the transition to competency-based educational content and teaching methods - it is essential to assess current situation and to bring innovative methods and techniques to our teachers' own learning process.

The new knowledge and experience teachers gain through lifelong learning, through their experience and the understanding of how to share it, can be presented and guided by such methods and techniques that enrich a teacher's emotional and intellectual function. My own research has confirmed my belief that for a teacher to be confident and capable enough to help her students discover the joy of learning and gain new knowledge through the process of education, that teacher must herself have the experience of active learning, insight, and personal growth through the learning process.

The author has selected a number of methods and techniques for lifelong learning based on the methods and techniques developed by a number of education researchers (Kolb, 1984; Koķe, 1999; Stueck, 2010; Vedins, 2011; Ščurkova, 2016; Robinson, 2013; Amonašvili, 2017), and on her own experience of leading and developing a professional lifelong education programme for teachers. The model of teacher learning presented here has been used in practice since 2012 and has been well-received. Teachers can develop themselves mentally, emotionally and spiritually through the learning process and in doing so increase their professional value.

**Objective for the Study.** To create a model for teaching professional teachers in the context of their own lifelong learning, to assemble a selection of methods and techniques for professional teachers' lifelong learning, including several designed by the author, and to assess them.

**Methods.** Theoretical - psychological, pedagogical, and a study and evaluation of scientific literature. A presentation of the author's professional experience, a survey of teachers, and an illustration of the created model.

**Results.** A model for teaching professional teachers and a selection of methods and techniques professional teachers can use in their own lifelong learning, developed and tested in practice. Certain techniques and preliminary methods have been well-received when applied to teachers' lifelong learning, and when presented at local and international conferences.

**Conclusions.** To achieve positive transformation in the process of education the task of the teachers' professional lifelong learning is to find a possibility to improve oneself mentally, emotionally and spiritually. To make the method which is used in the process of teaching serve as means of achieving the goal it is necessary to understand how each applied method contributes to the personal growth of the teacher. Experience gained during the lifelong learning process allows the teachers to create a transfer to their pedagogical practice in the environment of school.

**Literatūra**  
**References**

- Amonašvili, Š. (2017). *Nav viegli būt dvēseles dārzniekam*. Rīga: Latvijas Humānās pedagoģijas asociācija.
- Brookfield, S. (1983). *Adult Learners, Adult Education and The Community*, Milton Keynes: Open University Press.
- Būbers, M. (2010). *Es un Tu*. Rīga; Zvaigzne ABC.
- Činmojs, Š. (2017). *Laimes pavedieni meditācijai un sevis izzināšanai*. Rīga: Apgāds "Jumava", 165 lpp.
- Dispenza, Dž. (2015). *Atbrīvojies no ieraduma spēka*. Rīga: SIA "Lietusdārzs".
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning. Experience as a Source of Learning and Development*. Prentice – Hall, Englewood Cliffs, New Jersey
- Koķe, T. (1999). *Pieaugušo izglītības attīstītība: raksturīgās iezīmes*. Rīga: SIA "Mācību apgāds NT".
- Martinšone, K. (2012). *Pieaugušo izglītība*. Rīga: RaKa.
- Fišers, R. (2005). *Mācīsim bērniem mācīties*. Rīga: RaKa.
- Pestalocijs (1996). *Johanss – Heinrihs Pestalocijs Darbu izlase: veltīta pedagoga 250 gadu atcerei*. Rīga: Latvijas Universitāte.
- Robinsons, K. (2013). *Ne tikai ar prātu*. Rīga: Zvaigzne.
- Performance in Exstreme Environments*, 8 (1), p. 11-20. Schibri PublishingHouse (submitted).
- Source. Stueck (2011) *Healthy Education – Introduction to a Masterplan*. Journal of Education. SignumTemporis, RPIVA (submitted).
- Stueck, M. (2010). *Children, researchers, educators – Early education on the Test*. In: *M.Stueck (Ed.) Contributions to healthy education. Volume 14*, Strasburg: Chibri Publishing House.
- Svence, G. (2006). *Pieaugušo psiholoģija*. Rīga: Raka
- Špona, A., & Čamane, I. (2009). *Audzināšana Pašaudzināšana*. Rīga: RaKa.
- Svence, G. (2006). *Pieaugušo psiholoģija*. Rīga: Raka.
- Špona, A., & Čamane, I. (2009). *Audzināšana Pašaudzināšana*. Rīga: RaKa.
- Vedins, I. (2011). *Mācīšanās māksla*. Rīga: Avots.
- Щуркова, Н. Е. (2016). *Восхождение к нравственности Москва: ИТПК*.  
[http://www.lizda.lv/content/files/EI\\_rezolucija\\_2011\\_lv.pdf](http://www.lizda.lv/content/files/EI_rezolucija_2011_lv.pdf) (skatīts. 12.01.2018)