

Rīgas plānošanas reģiona seminārs pašvaldību speciālistiem darbā ar bērniem ar uzvedības problēmām

**ANM 3.1.1.2.i. “Pašvaldību kapacitātes stiprināšana to darbības
efektivitātes un kvalitātes uzlabošanai”**

**Rīgas plānošanas reģiona
seminārs pašvaldību speciālistiem darbā ar bērniem
ar mentālās veselības traucējumiem**

Evija Siliņa

VSIA “Piejūras slimnīca” galvenais ārsts,
bērnu un pieaugušo psihiatrs
Mg Soc.d.; Mg Ves.vad.; RSU doktorants



RĪGAS
PLĀNOŠANAS
REĢIONS



Cilvēka vajadzību psihoneirobioloģija



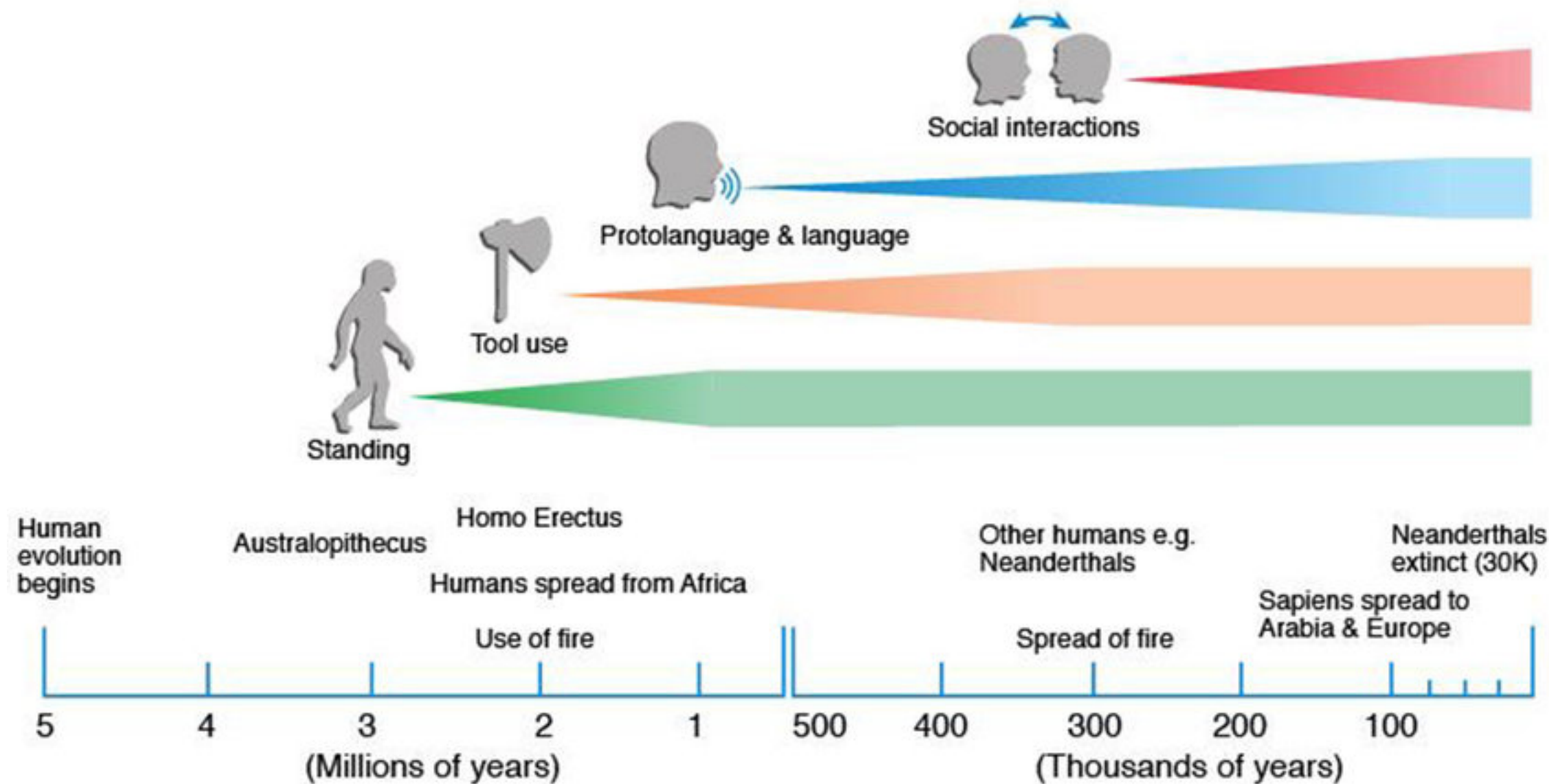
Finansē
Eiropas Savienība
NextGenerationEU

2027
Nacionālais
attīstības plāns

**Kāds ir bioloģiskas būtnes (cilvēka)
galvenais bioloģiskais virsmērķis?**



Cilvēks kā evolucionāri ļoti jauna parādība



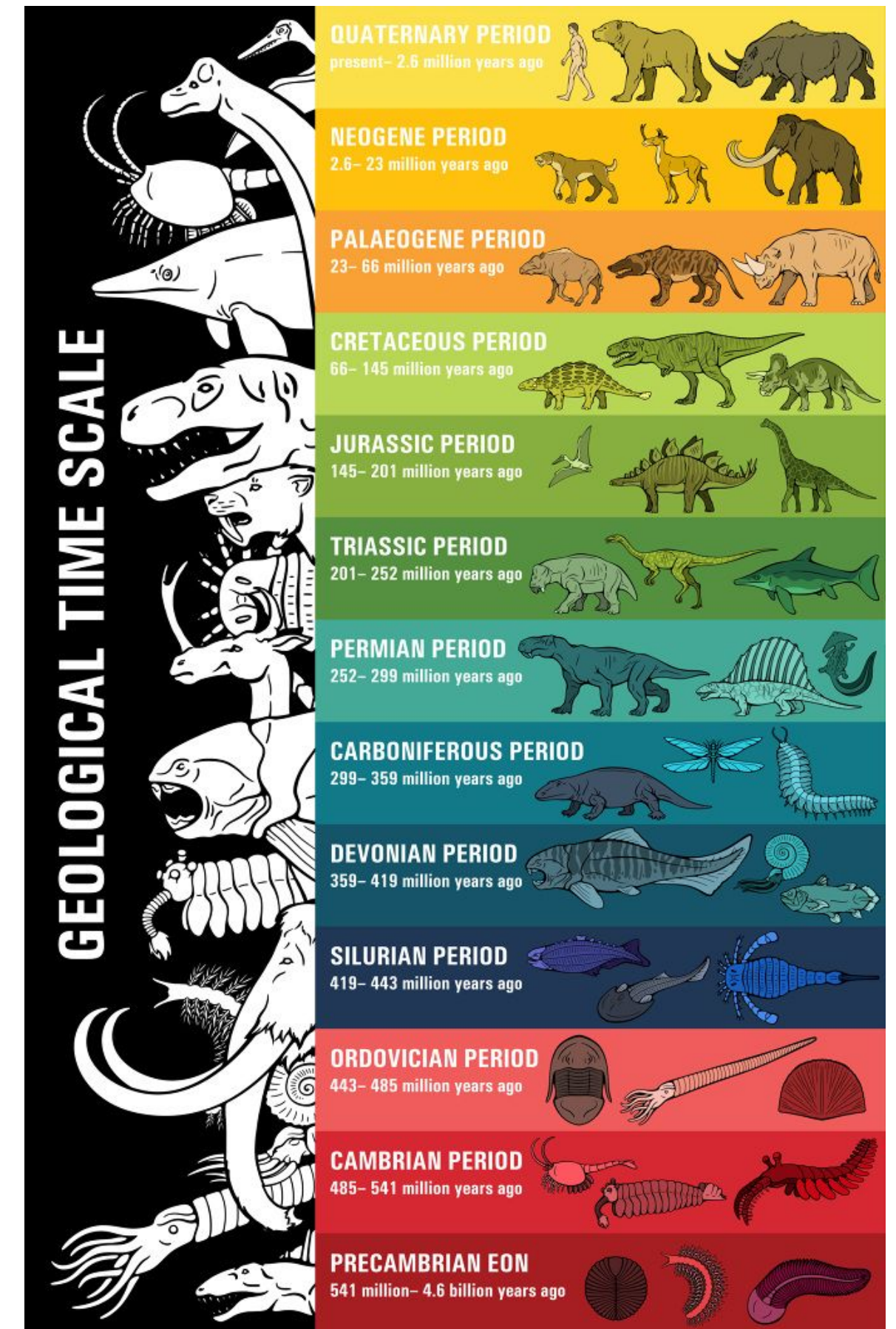
Zeme - 4,6 miljardi g.

Prokarioti 3,5 – 4 miljardi g.

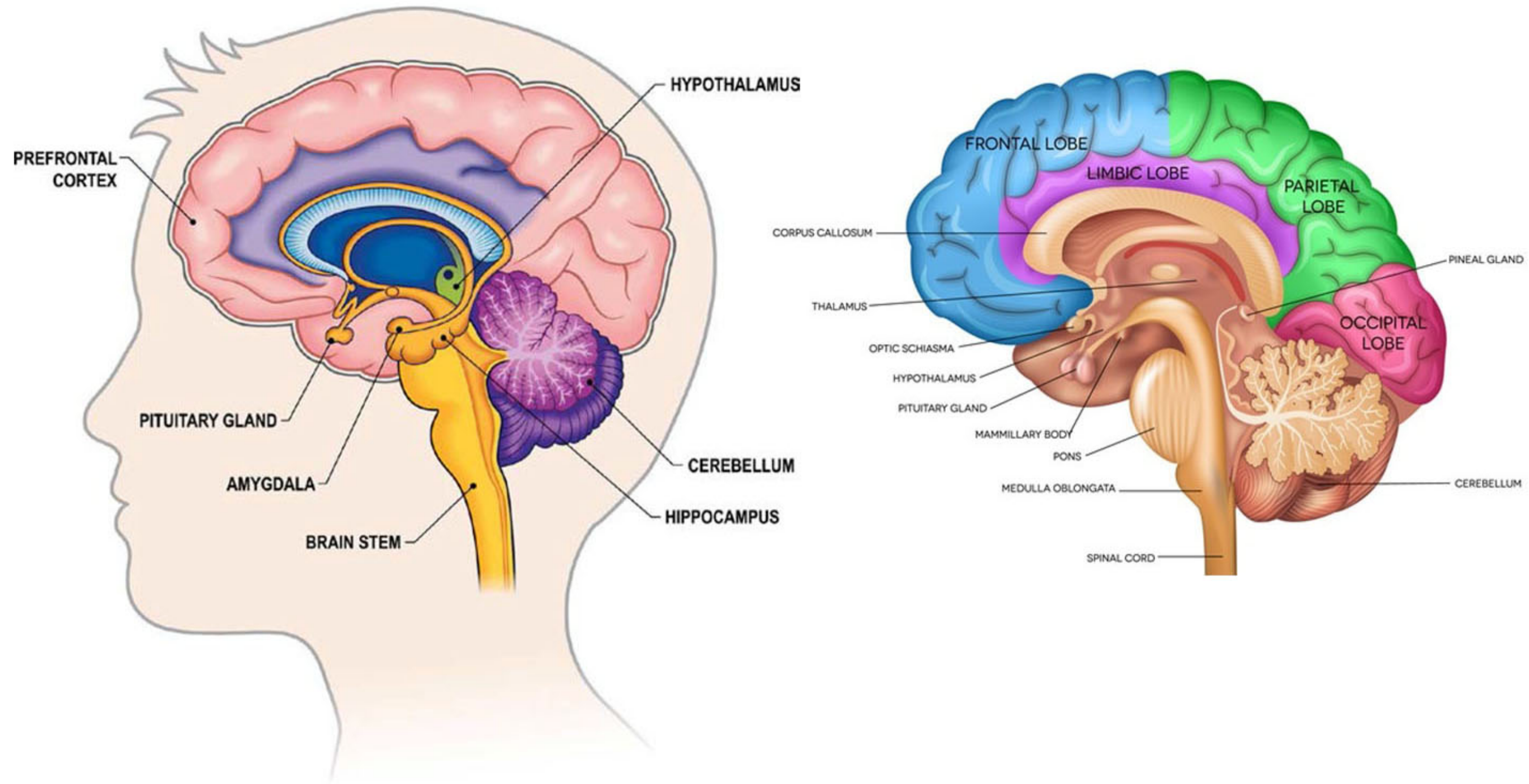
Eikarioti - 2,7 miljardi g.

Homo ģints pirms 2,5 mlj.g.

Cilvēks kā sociāla būtne pirms 200 – 300 tk.g.



Smadzeņu anatomija



Prefrontālā garoza, hipokamps, amigdala, hipotalāms, cingulārā garoza

Pāvels Simonovs (Staņkevičs)

(1926. – 2002.)

**Psihofiziologs, psihologs, biofiziķis,
medicīnas zinātņu doktors**

Darbs kara hospitāļos un fizioloģijas laboratorijās;

**Smadzeņu darbības pamati, emocijas,
motivācija un apziņa;**

**«Vajadzību – informācijas pieeja» uzvedības un
augstāko psihisko f-ju skaidrošanai;**

**Motivācija (vajadzība) ↔ informācija
(signāli, stimuli);**



Vajadzību bloki (pēc P. Simonova)

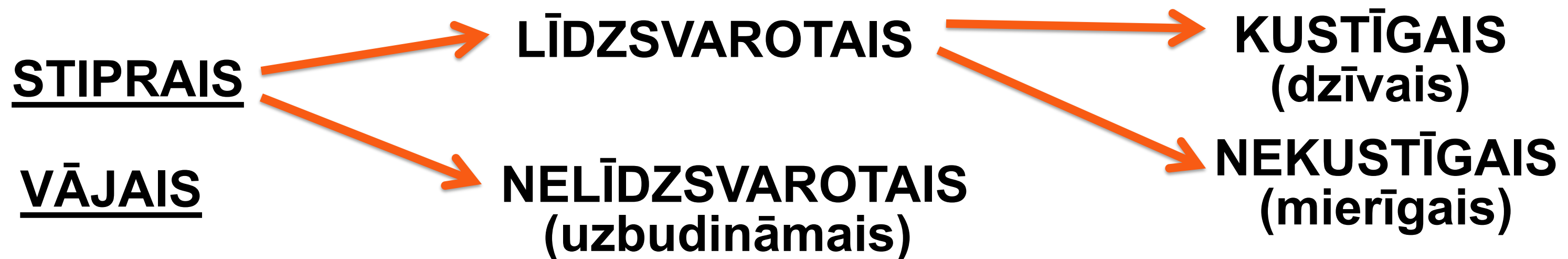
I Vitālās vajadzības

- 1. Bads, slāpes** (glikēmija, grelīns (↑), leptīns (↓), NaCl koncentrācija asinīs - angiotenzīns II (↑)) – liela nozīme hipotalāmam.
- 2. Drošības – aizsardzības programmas.**
Bioloģiskie substrāti:
Amigdala – stress, agresija.
Hipotalāms – organisma reakciju veģetatīvais un hormonālais regulators
Frontālā garoza – impulsu kontrole, apzināta darbība, lēmumu pieņemšana, plānošana, uzmanība u.c.
Gyrus cingularis (*apjozts, josta*) – limbiskās sistēmas integratīvā daļa (plānotā un esošā salīdzinājums), amigdalas bremzēšana, mācīšanās, atmiņa → motivācija **Hipokamps** – atmiņa, mācīšanās.

Visu struktūru un funkciju balanss nosaka temperamentu → personības īpatnības. Bioloģiska (ģenētiska) + pieredzes (audzināšanas) un vides ietekme.

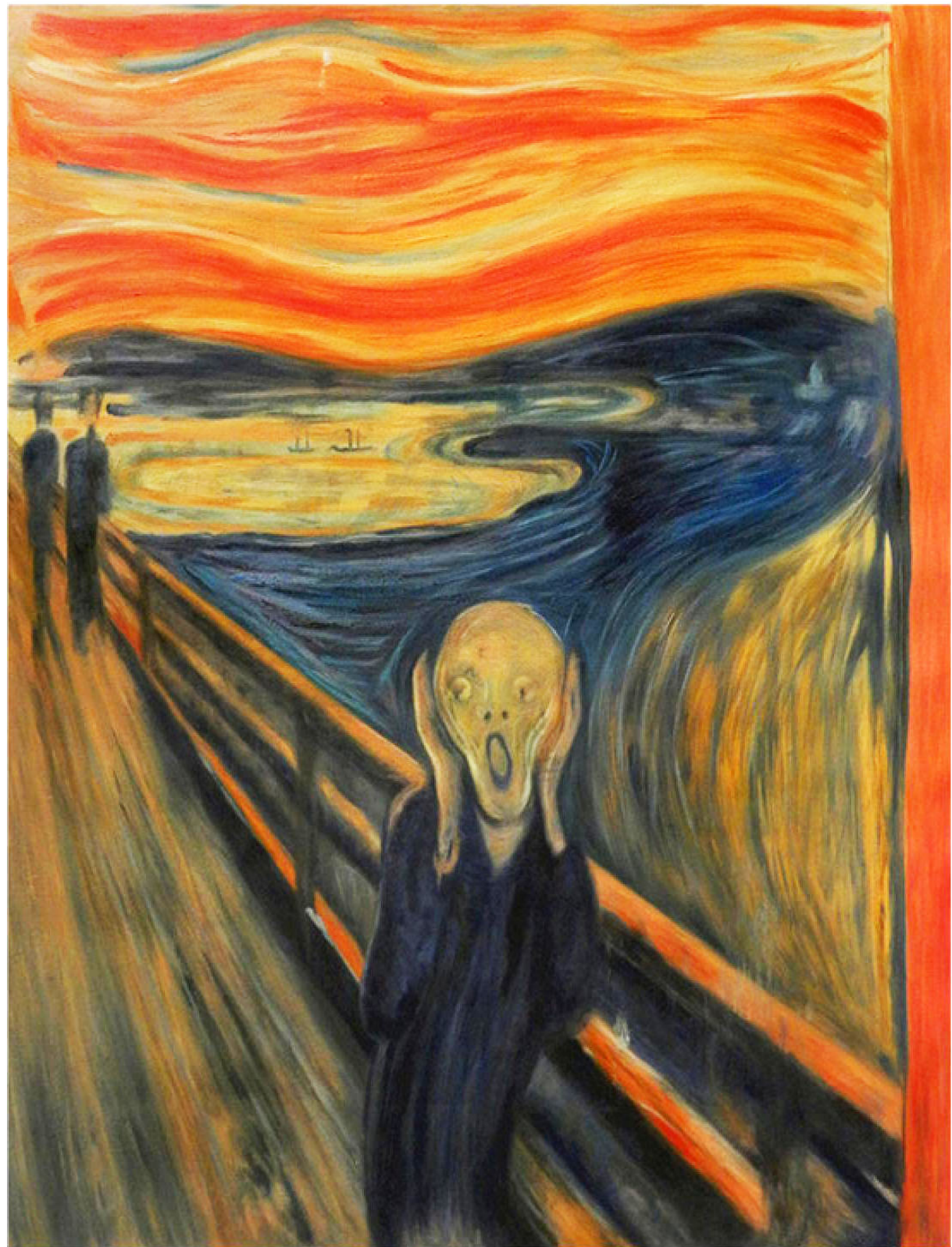
Augstākās neirālās darbības tipi

- **Hipokrāts** (4.gs.p.m.ē.) uzskata, ka slimība rodas sakarā ar līdzsvara trūkumu starp 4 organisma šķidrumiem (asinis, melnā žults, dzeltenā žults un gļotas);
- **I.Pavlovs**: (19./20.gs.) smadzeņu neirālās darbības pamatprocesi ir uzbudinājums un kavēšana. Katru no tiem raksturo stiprums, līdzsvarotība un kustīgums.



Vajadzību bloki (pēc P. Simonova)

Pasīvā aizsardzība – pirmā izvēle, jo drošāka, ekonomiskāka.



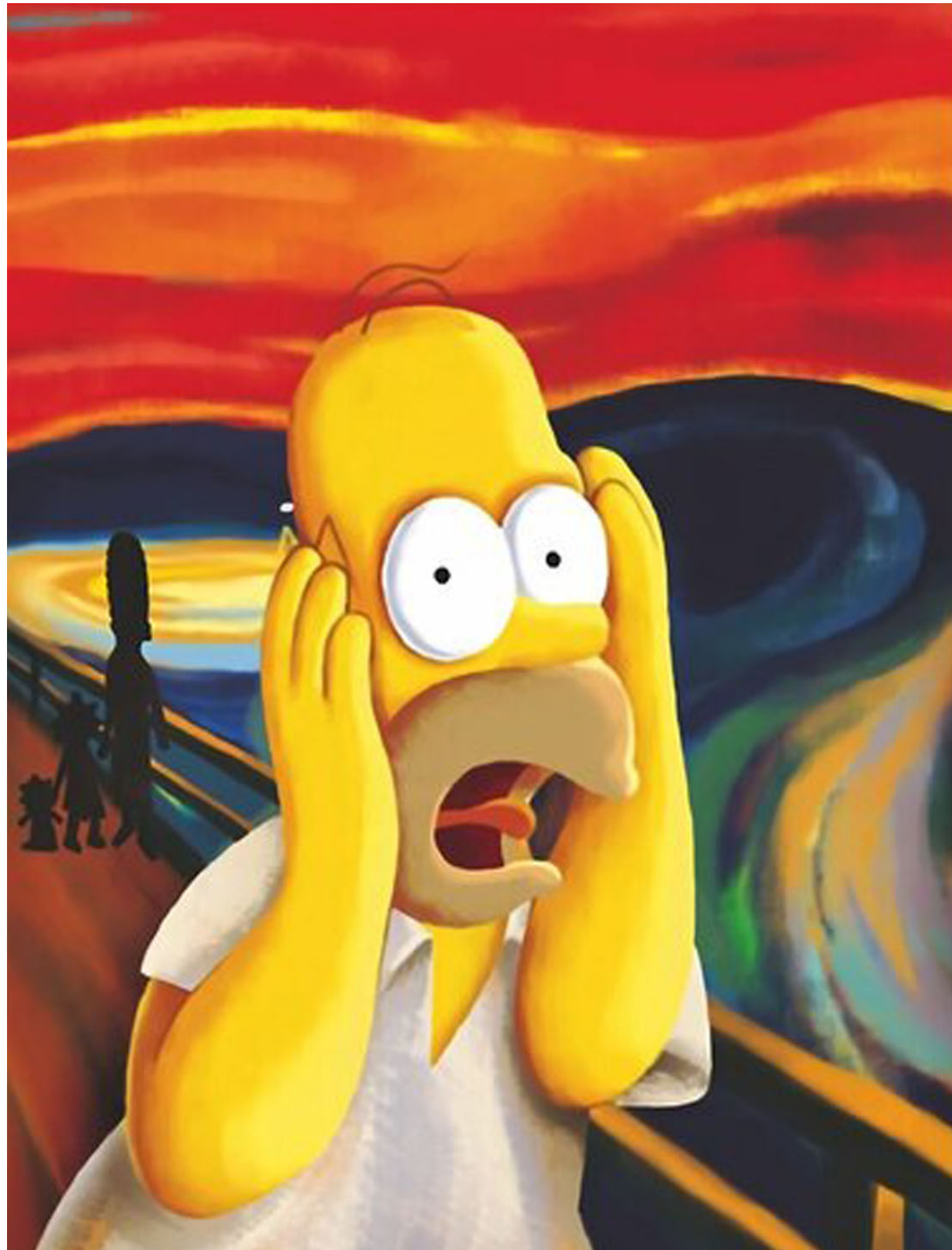
I Vitālās vajadzības

Bailes - organisma atbilde uz reālu vai iedomātu apdraudējumu. Izvairīšanās, slēpšanās. Stiprākais stimulš – sāpes (audu bojājums), sensors hiperkairinājums, ienaidnieka tēla atpazīšana – redzes zonas ģenētiska atmiņa, psiholoģiskas bailes – izgāzties, tikt nosodītam, pazemotam utml., bailes no bailēm.

Mācīšanās uz baiļu fona – mārketingš, reliģija, audzināšana.

Vajadzību bloki (pēc P. Simonova)

Pasīvā aizsardzība – pirmā izvēle, jo drošāka, ekonomiskāka.



I Vitālās vajadzības

Hroniskas bailes → Ilgstošs stress → izdegšana / hroniska noguruma sindroms:

- VNS izsīkums
- Izmaiņas endokrīnajā regulācijā
- SAS
- Imūnās sistēmas disfunkcija → hronisks iekaisums, autoimunitāte, onkorisks
- Hormonālā disregulācija
- Negatīvo emociju pārsvars → depresija

Vajadzību bloki (pēc P. Simonova)



I Vitālās vajadzības

Aktīvā aizsardzība – agresija (uzbrukums).
Otrā izvēle, ja nav iespējams izvairīties.

*Lielākais cilvēces pastāvēšanas drauds.
Bumba ar laika degli cilvēka smadzenēs.
(K. Lorencs)*

- Iedzimti atpazīstams vizuālais tēls
- Mātes agresija
- Dzimumagresija

Vajadzību bloki (pēc P. Simonova)

I Vitālās vajadzības

3. Homeostāzes programmas

Visnozīmīgākās un evolucionāri senākās.

Bioloģiskā regulācija smadzeņu stumbra līmenī.

- Elpošana!!!
- Miegš;
- TA, P
- Iekšējo orgānu sienīņu iestiepums;
- Asinsvadu tonuss;
- Asins bioķīmiskie parametri (pH, elektrolīti, asinreces u.c.)

4. Spēku (enerģijas) ekonomijas - slinkuma programmas

Enerģijas nezūdamības likums.

Sistēmu tiekšanās uz stāvokli ar viszemāko enerģijas patēriņu.

Tādēļ jebkuras izmaiņas ir tik grūtas!

Vajadzību bloki (pēc P. Simonova)

II Sociālās vajadzības

1. Dzimumuzvedība – vairošanās.

No veģetatīvas (identiski gēni) uz dzimumvairošanos (gēnu kombinatorā mainība).

Ritualizēta aplidošanas uzvedība. Mātīte izvēlas labāko, stiprāko, veselāko. Bioķīmiski atbildīgi - dzimumhormoni (estrogēni, testosterons), oksitocīns.

2. Bērnu – vecāku mijiedarbība;

No poligāmijas uz monogāmiju.

Tēvi kā vērtīgs resurss bērnu audzināšanā (sargā teritoriju, apgādā ar ēdienu, rada vidi un paplašinātas robežas bērnu attīstībai – palīdz separēties no mātes, kas ir obligāts veselīgas attīstības priekšnoteikums).

Mediatori – oksitocīns, prolaktīns.

3. Hierarhija (līderība) – sociālā taisnīguma izjūta

4. Teritorijas aizsardzība

5. Empātija

Emocionālā fona sinhronizēšana barā. Pūļa efekts. Spoguļneironi.

Vajadzību bloki (pēc P. Simonova)

III Pašattīstības (nākotnes virziens) vajadzības

1. **Līdzināšanās** – motorie spoguļneironi, evolucionāri jauni neironu tīkli. Pieredzes nodošana no paaudzes uz paaudzi ārpus (apejot) DNS – daudz efektīvāka, ātrāka;
2. **Brīvības programmas** – *brīvības reflekss* I. Pavlovs (1917.g.) - iedzimta, instinktīva reakcija, kas izpaužas, kad organisms iegūst kustību brīvību un iespēju izzināt apkārtējo pasauli;
3. **Spēle** – iemaņu trenēšana. Motorā, sociālā (lelles, sporta sacensības);
4. **Izzinošās, radošās programmas** – bioloģiska nepieciešamība pēc jaunas informācijas. Dopamīns. Orientēšanās reflekss – vidussmadzenes. Sociālie tīkli – intelektuālais “fastfood”.

Vajadzību bloki (pēc P. Simonova)

Psihiskā funkcionēšana ir nepārtraukta konkurence starp programmām!!!

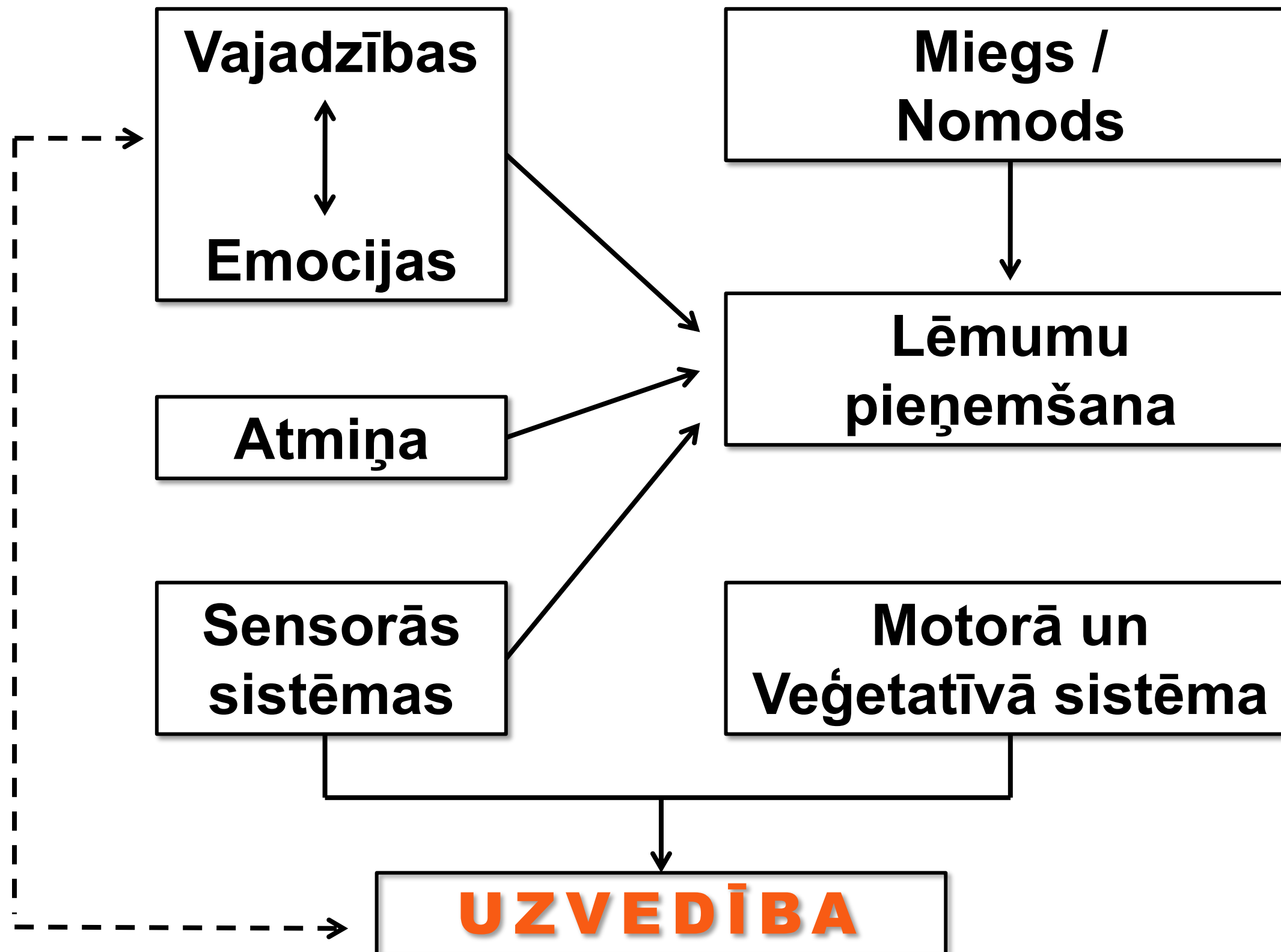
Vajadzību apmierināšana rada pozitīvas emocijas;

Elektriski – impulss, nediferencēts, binārs kods;

**Bioķīmiski (molekulāri) – diferencēti efekti ar konkrētiem mediatoriem.
No evolucionārā viedokļa, emocijas atbild par mācīšanos;**

Vajadzību programmas rada bāzi biznesam, ekonomikai.

Smadzeņu funkcionālie bloki (V. Dubiņins, 2020)



Bioloģisko vajadzību programmas

Bioloģisko vajadzību programmas

+

Gēni

+

Audzināšana

+

Vide

(resursi programmu sabalansēšanai un īstenošanai)
nosaka cilvēka temperamentu, personību, raksturu, uzvedību.

Paldies par uzmanību!



RĪGAS
PLĀNOŠANAS
REĢIONS