

# Es eju uz tiesu



Maria Keller-Hamela

## ***Palīdzi bērnam izlasīt šo grāmatu***

- *Nelasi visu grāmatu uzreiz. Ņem pārtraukumus, jo bērns var sākt garlaikoties. Viņam ir grūti veltīt savu uzmanību tikai vienai nodarbei, tādēļ būtu labi aktivitātes pamainīt;*
- *Novēro bērnu, pievērs uzmanību viņa emocijām. Ja bērns ir satraukts, pārtrauc lasīšanu uz kādu laiku un pagaidi, kamēr viņš nomierinās;*
- *Piemēro grāmatas lasīšanas laiku un secību bērna iespējām. Grāmatā nav jālasa nodaļu pēc nodaļas. Vari atgriezties pie fragmentiem, kuri bērnu īpaši ieinteresēja vai arī kurus viņš nesaprata.*

## Informācija vecākiem un aizbildņiem

Tas ir dabiski, ka vecāki ir uztraukušies, kad uzzina, ka viņu bērnam būs jāliecina tiesā. Daudzi joprojām ne reizi nav bijuši tiesā un nezina, ko no tās var gaidīt. Tāpat vecāki nezina arī to, kā vislabāk palīdzēt bērnam tik grūtā situācijā. Atminēsimies brīžus kad paši reaģējām ar satraukumu: došanās uz nepazīstamu vietu, pirmais izbraukums ar mašīnu utt. Došanās uz tiesu nav ikdienišķa situācija, tādēļ tas var saistīties ar lielu stresu. Mums ir jāzina, ka bērnam šis stress ir krietni vien lielāks nekā pieaugušajiem. Atceramies:

### Atceramies:

- Bērnam ir nepieciešams jūsu atbalsts. Grūtā brīdī pasakiet bērnam, ka mīlat viņu, ka pavadīsiet viņu;
- Nedramatizējiet situāciju, centieties ar bērnu sarunāties mierīgi, lai viņu nesatrauktu jūsu nemiers;
- Jūs varat uztraukties brīdī, kad bērns tiesā atbildēs uz jautājumiem un brīdī, kad viņš no tā visvairāk baidīsies, piemēram, kad nezinās ko darīt, ja viņam sagribēsies pačurāt;
- Var gadīties, ka tiesas procesa laikā ir jāuzgaida gaitenī kopā ar apsūdzēto vai viņa ģimeni. Bērns var pazīt apsūdzēto, var baidīties no viņa. Pasargājiet savu bērnu no spēcīgām emocijām un komentāriem, vislabāk ir apsēsties tālāk;
- Dienu pirms tiesas dodieties ar bērnu pastaigā, parotaļājieties ar viņu, kopā izdariet kaut ko aizraujošu un patīkamu. Parūpējieties, lai bērns būtu paēdis un izgulējies. Ir vērts padomāt, lai līdzī būtu paņemts kaut kas ēdams;
- Tiesa ne reizi vien var ieilgt, tāpēc paņemiet līdzī bērnam kādu grāmatiņu vai rotaļlietu;
- Kad bērns iznāks no tiesas zāles, parunājieties ar viņu par to, kā viņš jūtas, koncentrējieties uz viņa izjūtām, neko sīki neizjautājot par to, ko viņš ir pateicis;
- Apskaujiet un apmīļojiet savu bērnu.

Ja jums ir šaubas un jūs nezināt, kā palīdzēt savam bērnam, parunājiet ar kādu pieredzējušu cilvēku, piemēram, psihologu, terapeitu utt. Atcerieties, ka jūsu miers iedrošina bērnu.

Ja jūs esat viens no vecākiem vai bērna aizbildnis, jums ir tiesības, kuras ir vērts zināt un izmantot.

Iepazīstieties ar tiesas procesu. Zinot, ko var sagaidīt un, izprotot šīs procedūras, jums būs vieglāk izskaidrot savam bērnam situāciju, kurā viņš ir nokļuvis.

***Šī grāmatiņa tika uzrakstīta bērniem vecumā no 5 līdz 11 gadiem, kuri tiesā liecinās kā liecinieki. Grāmatiņa ir domāta bērniem, kuriem ir nodarīts pāri vai kuri ir bijuši nozieguma liecinieki. Tajā atspoguļotās informācijas mērķis ir iepazīstināt bērnu ar situāciju, ar kādu tas sastapsies tiesas zālē un sagatavot viņu dalībai tiesas procesā.***

***Būt par liecinieku vai nozieguma upuri, bet pēc tam piedalīties tiesas procesā, ir ļoti smaga pieredze pieaugušajiem, bet vēl jo vairāk- bērnam. Viņš nesaprot notiekošos tiesas procesus, baidās no jaunām situācijām un klātesošajām personām, kaunas runāt par to, kas ar viņu ir atgadījies. Reizēm bērni jūtas vainīgi, nobijušies un vientuļi, baidās, ka nepiepildīs pieaugušo cerības.***

***Jaunākiem bērniem, lasot šo grāmatiņu, būs nepieciešama vecāku vai aizbildņu palīdzība. Vecāki bērni, kuri jau prot lasīt, var to darīt patstāvīgi. Pieaugušajiem gan vajadzētu viņiem pievienoties, lai vajadzības gadījumā varētu atbildēt uz visiem bērna jautājumiem un šaubām.***