

4. PIELIKUMS

GRUPAS PLĀNU PIEMĒRI

METODISKAIS MATERIĀLS
sociālajam darbam ar grupu

2023. gads



Labklājības ministrija

MODULIS



KONSULTĀCIJAS

Atbalsta grupas “Vārdi māca, piemēri aizrauj!” apraksts

Mērķa grupa: vecāki, kuri audzina bērnus ar īpašām vajadzībām

Grupas lielums: 8–10 dalībnieki

Grupas ilgums: viens gads

Norises laiks: divas reizes mēnesī, piektdienās, divas stundas

Problēmas:

- atbalsta trūkums, veicot bērna audzināšanu;
- grūtības uzsākt algotu darbu;
- informācijas trūkums par iespējamiem pakalpojumiem;
- atbalsta trūkums dažādu pakalpojumu piesaistīšanā – vasaras nometnes, speciālistu konsultācijas ģimenes atbalsta centrā;
- atbalsts trūkums sadarbībā ar izglītības iestādēm, ģimenes ārstiem;
- atbalsta un zināšanu trūkums savu un savu bērnu tiesību realizēšanā.

Mērķis: atbalstīt vecākus, veidojot atbalsta grupu, kura spētu veikt savu tiesību realizēšanu kopienas ietvaros.

Uzdevumi:

- attīstīt klientu prasmes savu tiesību pārstāvēšanai;
- sniegt atbalstu vecākiem dažādu ikdienas grūtību risināšanā, lai mazinātu spriedzi;
- sniegt atbalstu resursu piesaistīšanā, lai veicinātu bērna ar invaliditāti dzīves kvalitāti;
- veicināt vecāku savstarpējo sadarbību.

Sagaidāmais rezultāts:

- prasmes tikt galā ar ikdienas stresu,
- labākas attiecības ar bērniem,
- zināšanas par savām tiesībām un spējas par tām pastāvēt,
- ģimene ir piesaistījusi dažādus resursus;
- kopienas resursu aktivizēšana un apzināšana;
- patstāvīgu jaunu atbalsta personu iegūšana;
- gatavība uzsākt pašorganizētu atbalsta grupu.

Pirmajā tikšanās reizē vienojas par pusgada darba plānu, izmantojot problēmu prioritizēšanas metodi. Pamatojoties uz to, tiek veidota tālākā grupas darbība.

Izglītojošās grupas “Esam ģimene” plāns

Grupa paredzēta vecākiem, kuri bērnus audzina vieni vai dzīvo šķirti no otra vecāka

Pamatprogramma:

Projekts “Atbalsts viena vecāka ģimenēm- resursi vecākiem, iespējas bērniem”. Projekta realizētāji: D. Dūdiņa, I. Damberga, L. Kāpiņa, A. Megne. (2015.-2016.) Projekta finansiālie atbalstītāji: Islande, Lihtenšteina un Norvēģija. Projekta Nr. 2014.EEZ/PP/1/MIC/069/053.

Problēmas definējums:

Latvijā viena vecāka ģimenēs aug 35% bērnu, kas ir augtākais rādītājs Eiropas Savienībā. Vairākos Latvijas politikas plānošanas dokumentos ir identificēti riski, ar kuriem saskaras bērni viena vecāka ģimenē, kā galvenos minot augsto nabadzības risku – 38,3% (daudz bērnu ģimenes – 33,2%) un bērnu uzvedības traucējumus.

Aktualitāte:

Saskaņā ar “Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likuma” 40. pantu, īstenojot sociālā darba mērķi – palīdzēt personai, ģimenei un personu grupai noteikt, atrisināt vai mazināt sociālās problēmas, attīstot pašas personas resursus un iesaistot atbalsta sistēmas – tiek sniegti dažādi sociālie pakalpojumi, tai skaitā psihosociālais darbs, gan sociālā riska ģimenēm, gan ģimenēm, kurām atņemtas aprūpes tiesības.

Lai realizētu iepriekš minētās prasības, sociālā dienesta speciālisti organizē izglītojošās grupas sesijas, lai attīstītu un sniegtu inovatīvus sociālus pakalpojumus sociālās atstumtības riskam pakļautām nepilnām ģimenēm ar bērniem.

Šajās ģimenēs var novērot vairākus sociālos un psiholoģiskos riskus: divas reizes biežāk cieš no vardarbības, divas reizes biežāk mēģina izdarīt pašnāvību, mirstība kopumā ir ievērojami augstāka, biežāk ir grūtības skolā, biežāk – garīgās veselības traucējumi, biežāk sāk lietot atkarību izraisošas vielas.

Viena vecāka ģimenes riska faktori: vecāka zemāki ienākumi; lielākas grūtības nodrošināt adekvātu audzināšanu, tajā skaitā pietiekamu vecāku iesaisti, uzraudzību, atbalstu bērnam; konflikti starp vecākiem; vecāki pakļauti lielākam stresam un garīgās veselības traucējumu riskam, kas apgrūtina pozitīvu attiecību veidošanu ar bērnu.

Iespējamās problēmas un riski bērnam: kļūst par vecāka uzticības personu; nav kontakta ar otru vecāku, arī tad, ja tas ir iespējams; bērni tiek iesaistīti pieaugušo problēmās; apjukums par zaudējumu; nepieciešams laiks, lai “pārstrādātu” traumu; trūkst atbalsta, lai izpaustu dusmas, bailes u.c. emocijas; nekonsekventi noteikumi.

Sesiju laikā vecāki saņems atbalstu vairākās viņiem būtiskās jomās: finanšu vadība un karjeras plānošana, bērnu audzināšana, sadarbība starp bērnu vecākiem, vecāku garīgās veselības jautājumi. Tādējādi tiks mazināti sociālās atstumtības, nabadzības un garīgās veselības traucējumu riski šajās ģimenēs augošiem bērniem un jauniešiem.

Mērķa grupa:

Vecāki, kuri bērnus audzina vieni vai dzīvo šķirti no otra vecāka.

Vispārējais mērķis:

Nodrošinātas grupas sesijas vecākiem, kuri bērnus audzina vieni vai dzīvo šķirti no otra vecāka.

Apakšmērķis:

Stiprināta vecāka personība, apgūstot jaunas zināšanas un prasmes, lai radītu veselīgu mikroklimatu ģimenē, kurā aug bērns.

Uz mērķi vērstie uzdevumi:

- novērtēt vecāku intereses, vajadzības, vērtības un sniegt iespēju apgūt nepieciešamās zināšanas un prasmes;
- sekmēt vecāku izpratni par bērna vajadzībām un to apmierināšanu.
- sekmēta vecāku ticība sev un perspektīvas maiņa – uz resursiem balstīta attīstība.

Grupās veidošanas kritēriji:

- 4–10 dalībnieki.
- Slēgta grupa (grupas dalībnieki sesiju cikla laikā nemainās).

Plānotais laiks:

Kopumā iekļautas 10 sesijas līdz 3 ak. stundām (3x45min.) katra, četras reizes mēnesī.

Sesiju norises vieta: ...**Izglītojošās grupas vadītāji:**

- sociālais darbinieks –
- psihologs –

Metodes un paņēmieni:

- Darbs grupās; darbs pāros; individuālais darbs; minilekcija; dialogs; diskusija; prāta vētra; “ledlauzis”; lomu spēle; refleksija; nomoda sapnis; ķermeniskā izteiksme; spriedzes mazināšanas metodes; situāciju analīze; modelēšana.
- Mēdiji – krāsas, ķermenis, attēli, mūzika, dabas materiāli, kluči u.c.

Gaidāmais rezultāts grupas dalībniekiem:

- Sekmēta vecāku personības pilnveide.
- Veicināta vecāku atbalsta iespēju apzināšanās un saņemts atbalsts.
- Veicināta pozitīvas sociālās vides attīstība ģimenē pilnvērtīgai bērnu audzināšanai.

Sesiju tematiskais plāns:

| Nr. p.k. | Tēma |
|--|--|
| 1. | Ievadsesija. Grupas noteikumi. Mana ģimene. Šķirties vai palikt kopā bērnu dēļ? SWOT analīze. |
| 2. | I. Kā parūpēties par sevi (vecāku garīgās veselības jautājumi.)? Manas vajadzības. Ikdienas pienākumi. Rituāli savai veselībai un priekam. Ikdienas rituāli kopā ar bērniem. |
| 3. | Stress jeb spriedze. Stresa cēloņi un pazīmes ģimenē. Stresa pārvarēšanas stratēģijas un mazināšanas metodes. |
| 4. | Atbalsta tīkls. Attiecību veidošanas iemesli, sociāli emocionālās prasmes. Iepriekšēja sagatavošanās problēmu situācijām. |
| 5. | II. Kā saprast un atbalstīt bērnu? Grūtie jautājumi, ko uzdod bērni. Beznosacījuma mīlestība. Ko bērns vēlas pateikt ar savu slikto uzvedību? |
| 6. | Kā klausīties, lai bērns jūtas sadzirdēts? Dziedinošas sarunas. Es un konflikts – sevis apzināšanās vingrinājumi. Konflikta strukturēta pašrefleksija. Konflikta eskalācija. K. Besemera Aisberga modelis. Konflikta dinamika un attīstība, risināšanas stratēģijas. |
| 7. | III. Kā veidot drošas un cieņpilnas partnerattiecības turpmāk? Konflikta veidi. Konflikta izcelsmes cēloņi. Raksturīgākās darbības konfliktā. Konflikta individuālais raksturs. Emociju veidi, dabiskā izlāde. Apzināta, cieņpilna komunikācija – pēc Māršala B. Rozenberga. |
| 8. | Komunikācijas modeļi un ģimenes sistēmas ietekme uz individuālā komunikācijas stila pieņemšanu. Temperaments. Konflikta pozitīva/negatīva risinājuma iespējamie veidi. Konflikta risināšanas stadijas. |
| 9. | IV. Kā veidot karjeru un rast finansiālu drošību? Karjeras veidošanas process. “Talantu krātuve.” Darba nozīme. Profesionālās pieredzes analīze. CV un motivācijas vēstule. |
| 10. | Finanšu analīze. “Naudas zagļi.” Praktiski ieteikumi budžeta plānošanai. Noslēgums. Sarunas pie kafijas tases. |
| Kopā: 10 sesijas (30 ak. stundas) | |

Atbalsta un pašizziņas grupa aizbildņiem un audžuvecākiem

Problēmas definējums:

Aizbildņu un audžuvecāku nepietiekamās sociālās prasmes un iemaņas stresa pārvarēšanā, konfliktu risināšanā, savu emociju un jūtu izteikšanā neveicina bērna audzināšanai labvēlīga psiholoģiskā klimata veidošanos ģimenē.

Aktualitāte:

Sociālie darbinieki savā ikdienas darbā ir novērojuši, ka aizbildņiem un audžuvecākiem trūkst sociālo prasmju un iemaņu stresa pārvarēšanā, konfliktu risināšanā, savu emociju un jūtu izteikšanā, dusmu savaldīšanā u.c.

Atbalsta grupas sesiju laikā, izmantojot savas un citu iepriekšējās zināšanas un pieredzi, meklējot līdzības, koncentrējot jaunas zināšanas ap jau zināmo un pieredzēto, vecākiem attīstīsies motivācija un vēlme risināt noteiktas problēmas un apgūtās zināšanas apbēt praksē.

Mērķgrupa:

Aizbildņi un audžuvecāki.

Vispārējais mērķis:

Nodrošināta atbalsta grupa vecākiem/aizbildņiem un audžuvecākiem.

Apakšmērķi:

- Novērtēta atbalsta grupas dalībnieku interese, vajadzības, vērtības un sniegta iespēja apgūt nepieciešamās zināšanas un prasmes.
- Dota iespēja atbalsta grupas dalībniekiem apgūt saskarsmes prasmes (ar bērniem, dzīves draugu u.c. ģimenes locekļiem).
- Izskatīti atbalsta grupas dalībnieku izvirzītie gadījumi/situācijas (piemēram, problēmsituācijas ar bērnu skolā un ģimenē).
- Dota iespēja izteikties par emocionāli piedzīvoto, sniegt diferencētu atsaukumi.
- Izskatītas personiskās grūtības un konflikti, sajusti personīgie procesi.
- Iepazītas norises sevī un savas izturēšanās veidi.
- Attīstītas prasmes uztvert kontaktus un robežas.
- Attīstīta prasme izmantot ikdienā pašizziņas darbā iegūtās atziņas.

Grupas veidošanas kritēriji:

- 4–10 dalībnieki.
- Slēgta grupa (grupas dalībnieki sesiju cikla laikā nemainās).

Plānotais laiks:

- Kopumā iekļautas 10 sesijas līdz 3 ak. stundām (3x45min.) katra.
- 3 (3x45min.) ak. stundas divas reizes mēnesī.

Sesiju norises vieta: ...**Atbalsta grupas vadītāji:**

- sociālais darbinieks –
- psihologs –

Metodes un paņēmieni:

- darbs grupās; darbs pāros; individuālais darbs; minilekcijas; dialogs; diskusija; prāta vētra; “ledlauzis”; lomu spēle; refleksija; nomoda sapnis; ķermeniskā izteiksme; stresa mazināšanas metodes; situāciju analīze; modelēšana;
- mediji – krāsas, ķermenis, attēli, mūzika, dabas materiāli, kluči u.c.

Gaidāmais rezultāts atbalsta grupas dalībniekiem:

- Veidojas priekšstats par sevi, savu paštēlu un personības resursiem.
- Atzītas savas stiprās un vājās puses.
- Veidojas informācijas piesaistes un izmantošanas prasmes.
- Veidojas savu tiesību apzināšanās un aizstāvēšanas prasmes.
- Apgūtas prasmes saskatīt iespējamās problēmsituāciju risināšanas veidus.
- Identificētas stiprās un vājās puses bērnu audzināšanā.
- Uzlabojusies izpratne par audzināšanas grūtību cēloņiem un to saistību ar audzināšanas un attiecību modeļiem ģimenē un vecāku attieksmi pret bērniem.
- Iegūtas zināšanas par audzināšanas stila ietekmi uz bērnu uzvedības grūtību veidošanos.
- Pilnveidotas zināšanas par bērnu audzināšanas paņēmieniem un metodēm.
- Veicinātas prasmes audzināšanas alternatīvu izvēlē, koriģējot bērna problemātisku uzvedību.
- Uzlabotas spējas atpazīt savas jūtas konflikta situācijās.
- Veicinātas prasmes risināt ģimenes konflikta situācijas, izvēloties adekvātus konfliktu risināšanas paņēmienus.
- Uzlabojusies izpratne par vardarbību savstarpējā saskarsmē un attieksmē pret bērniem.

Izglītojošās grupas “Iekšējo resursu aktivizēšana” pusaudžiem/ jauniešiem plāns

Pamatprogramma:

Plānojot tematiskās sesijas “Iekšējo resursu aktivizēšana” pusaudžiem/jauniešiem, tika izmantoti šādi materiāli:

1. Šapiro, K. Konflikts un saskarsme. Ceļvedis konfliktu atrisināšanas labirintā. R.: Sorosa fonds, 1996. 273 lpp.
2. Speciālistu kolektīvs. Pasaule :) Tev. Motivācijas programma sociālā riska grupas jauniešiem. R.: SIA “Apgāds IMANTA”, 2007. 166 lpp.
3. Semināru un konsultāciju centra “Letija” materiāls “Sociālās uzvedības korekcijas programma sarežģītiem pusaudžiem un jauniešiem.” 2011.
4. Darba grupa. Jauno līderu izglītība atkarības profilaksē. R.: Rīgas atkarību profilakses centrs, 2006. 65 lpp.
5. Audzināšanas stundas un ārpusstundu pasākumi klasēs, kurās ir bērni, kuru vecāki atrodas ilgstošā prombūtnē. (Par pamatu metodiskajam materiālam izmantots darbs “Komandas darbs sākumskolā – sociālpsiholoģiskā rehabilitācija un atbalsts bērniem, kuru vecāki atrodas ilgstošā prombūtnē”, autoru kolektīvs: Zarkeviča, I., Strause, D., Malceniēce, L., Silapētere, R., Markule, I., Kusiņa, A., Ražinska L.) R.: -, -.38 lpp.
6. Autoru kolektīvs (Bogdzeviča, A., Anspoka, Dz. u.c.). ESP projekts “Motivācijas skola”. Rokasgrāmata. R.: Jaunatnes organizāciju apvienība “IMKA Latvija”, 2007. 207 lpp.

Problēmas definējums:

Palielinās to ģimeņu skaits, kuras nespēj vai nevēlās rūpēties par bērnu audzināšanu. Ģimenēs nereti valda depresija, vienaldzība, alkoholisms, narkomānija, pieaug vardarbības risks un veidojas kriminogēnas situācijas. Ģimenēs, kurās pastāv kāds no minētajiem riska faktoriem, veidojas disfunkcija ģimenes attiecībās. Neredzot risinājumu bezcerībai, ģimene nereti izvēlas destruktīvu ceļu. Lielai daļai bērnu šajās ģimenēs netiek nodrošināta pietiekama aprūpe, bērni dzīvo nelabvēlīgā sociālā vidē, kas robežojas ar vardarbības un noziedzības risku. Nestrādājot ar šīm ģimenēm, pastāv risks, ka bērni pārņems negatīvo dzīves pieredzi un atražos savu vecāku ģimeņu problēmas.

Aktualitāte:

Bērnu tiesību aizsardzības likuma 58. pants paredz, ka likumpārkāpuma profilakses darbu ar bērniem veic pašvaldība. Viens no sociālā dienesta uzdevumiem, vadoties pēc Korekcijas programmā izstrādātā rehabilitācijas plāna, ir grupas sesiju organizēšana šiem bērniem (pusaudžiem/jauniešiem).

Grupās ietvaros grupas dalībnieki uzzinās par brīvā laika pavadīšanas iespējām tuvākā apkārtnē; pārdomās savas dzīves vērtības, savas stiprās un vājās puses; mācīsies kā pateikt “Nē!” un kā tikt galā ar dusmām; labāk izprātīs, kas ir konflikts un kādas jūtas to pavada.

Mērķgrupa:

Pusaudži/jaunieši.

Vispārējais mērķis:

Nodrošinātas izglītojošas grupas sesijas pusaudžiem/jauniešiem.

Apakšmērķis:

Palīdzēt pusaudžiem/jauniešiem labāk izprast sevi un savu ietekmi uz citiem.

Uz mērķi vērstie uzdevumi:

- Iemācīt pusaudžiem/jauniešiem, kā analizēt savu viedokli un uzskatus par dažādiem jautājumiem.
- Palīdzēt pusaudžiem/jauniešiem izpētīt savas personiskās vērtības un priekšstatus; apgūt to, kā šīs vērtības un priekšstati veidojas un kāds ir to sakars ar konfliktu.
- Veidot un attīstīt pusaudžos/jauniešos pašapziņu un pašuztveri.
- Mācīt pusaudžus/jauniešus paust savas dusmas sociāli pieņemamā veidā, reaģēt uz savām emocijām.
- Mācīt dusmu vadīšanas metodes, attīstīt klientu kontroli pār savām destruktīvajām emocijām.
- Veidot prasmi teikt "Nē".

Grupās veidošanas kritēriji:

- 4–10 dalībnieki.
- Slēgta grupa (grupas dalībnieki sesiju cikla laikā nemainās).

Plānotais laiks:

- Kopumā iekļautas 10 sesijas līdz 2 ak. stundām (2x45min.) katra.
- 2 (2x45min.) ak. stundas četras reizes mēnesī.

Sesiju norises vieta: ...**Izglītojošās grupas vadītāji:**

- Sociālais darbinieks –
- psihologs –

Metodes un paņēmieni:

- Darbs grupās; darbs pāros; individuālais darbs; minilekcijas; dialogs; diskusija; prāta vētra; "ledlauzis"; lomu spēle; refleksija; nomoda sapnis; ķermeniskā izteiksme; spriedzes mazināšanas metodes; situāciju analīze; modeļošana.
- Mēdiji – krāsas, ķermenis, attēli, mūzika, dabas materiāli, kluči u.c.

Gaidāmais rezultāts izglītojošās grupas dalībniekiem:

- Mazinājies trauksmes līmenis.
- Izveidojusies izpratne par savām un citu cilvēku emocijām, attīstīta empātija.
- Attīstījies pozitīvāks pašvērtējums.
- Izveidojusies prasme paust savas dusmas sociāli pieņemamā veidā.
- Apgūta prasme paust savu viedokli par dažādiem jautājumiem.

Sesiju tematiskais plāns:

| Nr. p.k. | Tēma |
|-------------------------|--|
| 1. | Ievadsesija. Īss teorētiskais izklāsts par grupas darbu, motivācijas noskaidrošana, grupas noteikumi. Dalībnieku gaidas. Dažādības izpratne. |
| 2. | Brīvā laika pavadīšanas iespējas. Mans koks/mana vieta grupā. Mans ģimenes modelis. |
| 3. | Manas dzīves vērtības. Kas es esmu? |
| 4. | Laime. Katra cilvēka unikalitāte. |
| 5. | Mans spēks. Manas stiprās un vājās puses. Pašvērtējuma veicināšana. Emociju gamma. |
| 6. | Kā pateikt "Nē!" Uzdrīksties teikt "Nē!" |
| 7. | Manas divas puses. Konflikta analīze. Iekšējais konflikts. Pašuztvere. Pazīsti un pārvaldi savas jūtas! Paškonceptcija. Pašcieņa. |
| 8. | Dažādības izpratne. Dusmu un agresivitātes novērtēšana un pareiza raksturošana. |
| 9. | Kā tikt galā ar dusmām? Dusmoties vai risināt konfliktu? Konstruktīvas kritikas izteikšana. Pāri darītāja domāšana. |
| 10. | Noslēgums. Izvērtēšana. Anketēšana. Spēles. Sarunas pie tējas tases. |
| Kopā: 10 sesijas | |

Izglītojošās grupas “Sociālā iekļaušanās” pusaudžiem/ jauniešiem plāns

Pamatprogramma:

Plānojot izglītojošās sesijas “Sociālā iekļaušanās” pusaudžiem/jauniešiem, tika izmantoti šādi materiāli:

1. Šapiro, K. Konflikts un saskarsme. Ceļvedis konfliktu atrisināšanas labirintā. R.: Sorosa fonds, 1996. 273 lpp.
2. Speciālistu kolektīvs. Pasaule :) Tev. Motivācijas programma sociālā riska grupas jauniešiem. R.: SIA “Apgāds IMANTA”, 2007. 166 lpp.
3. Autoru kolektīvs (Bogdzeviča, A., Anspoka, Dz. u.c.). ESP projekts “Motivācijas skola”. Rokasgrāmata. R.: Jaunatnes organizāciju apvienība “IMKA Latvija”, 2007. 207 lpp.

Problēmas definējums:

Palielinās to ģimeņu skaits, kuras nespēj vai nevēlās rūpēties par bērnu audzināšanu. Ģimenēs nereti valda depresija, vienaldzība, alkoholisms, narkomānija, pieaug vardarbības risks un veidojas kriminogēnas situācijas. Ģimenēs, kurās pastāv kāds no minētajiem riska faktoriem, veidojas disfunkcija ģimenes attiecībās. Neredzot risinājumu bezcerībai, ģimene nereti izvēlas destruktīvu ceļu. Lielai daļai bērnu šajās ģimenēs netiek nodrošināta pietiekama aprūpe, bērni dzīvo nelabvēlīgā sociālā vidē, kas robežojas ar vardarbības un noziedzības risku. Nestrādājot ar šīm ģimenēm, pastāv risks, ka bērni pārņems negatīvo dzīves pieredzi un atražos savu vecāku ģimeņu problēmas.

Aktualitāte:

Bērnu tiesību aizsardzības likuma 58. pants paredz, ka likumpārkāpuma profilakses darbu ar bērniem veic pašvaldība. Viens no sociālā dienesta uzdevumiem, vadoties pēc Korekcijas programmā izstrādātā rehabilitācijas plāna, ir grupu sesiju organizēšana šiem bērniem (pusaudžiem/jauniešiem).

Grupās ietvaros grupas dalībnieki mācīsies labāk izprast sevi, savu sociālo portretu; izvērtēs izglītības nozīmīgumu un savu attieksmi pret notikumiem; mācīsies saskatīt kopsakarības starp savu lēmumu pieņemšanu un to nozīmi nākotnē; turpinās strādāt ar 1. moduli aizsāktu tēmu par konfliktiem (ģimenes konflikts, skolas konflikts u.c.)

Mērķgrupa:

Pusaudži/jaunieši.

Vispārējais mērķis:

Nodrošinātas izglītojošās grupas sesijas pusaudžiem/jauniešiem.

Apakšmērķis:

Palīdzēt pusaudžiem/jauniešiem veidot prasmi pieņemt lēmumus, izdarīt izvēli un atbildēt par savu rīcību.

Uz mērķi vērstie uzdevumi:

- Veidot pusaudžos/jauniešos izpratni par konflikta cēloņiem un sekām.
- Attīstīt pusaudžos/jauniešos nodērīgas spējas konflikta risināšanai.
- Radīt pusaudžos/jauniešos sapratni par komunikācijas nozīmīgumu.
- Palīdzēt pusaudžiem/jauniešiem apgūt spēju kontaktēties ar vienaudžiem tā, lai varētu risināt konfliktus.
- Iepazīstināt pusaudžus/jauniešus ar cilvēku pamattiesībām un to saistību ar konfliktu.
- Veidot pusaudžos/jauniešos izpratni par to, kāpēc jāapmeklē skola un jāiegūst izglītība.

Grupās veidošanas kritēriji:

- 4–10 dalībnieki.
- Slēgta grupa (grupas dalībnieki sesiju cikla laikā nemainās).

Plānotais laiks:

- Kopumā iekļautas 10 sesijas līdz 2 ak. stundām (2x45min.) katra.
- 2 (2x45min.) ak. stundas četras reizes mēnesī.

Sesiju norises vieta: ...**Izglītojošās grupas vadītāji:**

- sociālais darbinieks –
- psihologs –

Metodes un paņēmieni:

- Darbs grupās; darbs pāros; individuālais darbs; minilekcijas; dialogs; diskusija; prāta vētra; "ledlauzis"; lomu spēle; refleksija; nomoda sapnis; ķermeniskā izteiksme; spriedzes mazināšanas metodes; situāciju analīze; modelēšana.
- Mēdiji – krāsas, ķermenis, attēli, mūzika, dabas materiāli, kluči u.c.

Gaidāmais rezultāts izglītojošās grupas dalībniekiem:

- Izveidots priekšstats par savu destruktīvo uzvedību, tās nestajiem ieguvumiem un zaudējumiem.
- Izveidots priekšstats par skolas apmeklēšanas nepieciešamību un izglītības nozīmīgumu.
- Apgūtas nodērīgas spējas konflikta risināšanai.
- Sapratne par komunikācijas nozīmīgumu.
- Apgūta spēja kontaktēties ar citiem cilvēkiem tā, lai varētu risināt konfliktu.
- Iepazītas cilvēku pamattiesības un to saistību ar konfliktu.

Sesiju tematiskais plāns:

| Nr. p.k. | Tēma |
|-------------------------|--|
| 1. | Ievadsesija. Īss teorētiskais izklāsts par grupas darbu, motivācijas noskaidrošana, grupas noteikumi. Dalībnieku gaidas. Mans sociālais portrets. Manu prasmju, iemaņu, zināšanu un vērtību izstrāde. |
| 2. | Es un citi. Izglītības nozīmīgums. Kas, pēc manām domām, ir skola? |
| 3. | Jaunietis un jaunieta, stils un tēls. Kāds/a jaunietis/jaunieta es esmu? |
| 4. | Ko es nesu sev līdzi? Attieksme pret notikumiem. Manas sāpīgās atmiņas. Problēmrisināšanas iespējas. |
| 5. | Konflikta analīze. Draudzība. Uzticība. Sadarbība. Uztvere. Valodiskā komunikācija. |
| 6. | Komunikācija. Vai Tu proti glabāt noslēpumu? Informācijas slepenība. Uzticība. Ķermeņa valoda. Neverbālā komunikācija. Dialogs. |
| 7. | Jūtas. Līdzinieku konflikts. Neverbālā komunikācija. |
| 8. | Mana konflikta aina. Ģimenes konflikts. Līdzinieku konflikts. Skolas konflikts. Konflikta cēloņi. Konflikta analīze. Konflikta apvaldīšana. |
| 9. | Vara/autoritāte. Lēmuma pieņemšana. Personīgā atbildība. Sevis iedvesmošana. |
| 10. | Noslēgums. Laiks un mērķis. Priekšstats par laiku. Pagātne – tagadne – nākotne. Izvērtēšana, anketēšana. Sarunas pie tējas tases. |
| Kopā: 10 sesijas | |

Atbalsta grupa pusaudžu vecākiem

“Elpo dziļi, dzīvo ilgi”

Grupas lielums: 7–8 cilvēki.

Grupas ilgums: 12 sesijas

Norises laiks: 2 stundas

Mērķa grupa: vecāki, kuri audzina 12–14 gadus vecus pusaudžus

Mērķis: atbalstīt vecākus efektīvāk risināt dažādas grūtas situācijas, kas rodas saskarsmē ar pusaudžiem

Uzdevumi:

- palīdzēt vecākiem saskatīt savus resursus,
- atbalstīt klientus atpazīt savas jūtas un izpaust tās adekvātā veidā,
- uzlabot prasmes saskarsmē ar pusaudžiem,
- attīstīt konfliktu risināšanas prasmes;
- attīstīt apkārtējo resursu piesaistīšanas prasmes;
- apgūt ikdienas stresa pārvarēšanas prasmes.

Sagaidāmais rezultāts:

- prasmes labāk saskatīt savus resursus,
- spējas labāk atpazīt savas jūtas un izpaust tās,
- prasmes tikt galā ar ikdienas stresu,
- labākas attiecības ar pusaudžiem,
- spējas izmantot apkārtējos resursus,
- jaunu kontaktu iegūšana.

Sekundārie ieguvumi:

- grupa nodrošina laiku sev vismaz 1,5 stundas,
- iespēja dibināt draudzīgas attiecības,
- klienti ierauga sevi citu skatījumā.

Grupas darba PLĀNS

Grupas darbs sastāv no četrām daļām:

1. *“Pusaudzis”*: vecumposma raksturojums, disciplinēšana šajā vecumā, drošība, brīvā laika pavadīšana.
2. *“Es un citi”*: saskarsme ar pusaudžiem.
3. *“Es”*: savu jūtu apzināšanās, savu resursu apzināšanās, veidojot attiecības ar pusaudžiem; stresa vadīšana un resursu atjaunošanas iespējas.
4. *“Es un vide”*: apkārtējo resursu piesaistīšanas prasmes attīstīšana.

1. *“Pusaudzis”*: vecumposma raksturojums, disciplinēšana šajā vecumā, drošība, brīvā laika pavadīšana

| 1. sesija | 2. sesija | 3. sesija |
|---------------------------------|---------------------------|-------------------------|
| Iepazīšanās. Gaidu formulēšana. | Pusaudžu vecumposms. | Drošība. |
| Grūtību pārrunāšana. | Disciplinēšanas iespējas. | Brīvā laika pavadīšana. |
| Manas stiprās puses. | | |

2. *“Es un citi”*: saskarsme ar pusaudžiem

| 4. sesija | 5. sesija | 6. sesija |
|--|---------------------------------|---------------------------------|
| Saskarsmes pamati. | Saskarsmes pamati. | Konflikti un to risināšana. |
| Konkrētu situāciju apskatīšana. | Konkrētu situāciju apskatīšana. | Konkrētu situāciju apskatīšana. |
| Saskarsmes prasmju attīstīšana grupā: uzdevumi, kas orientēti uz grupas savstarpējās sadarbības veicināšanu. | | |

3. *“Es”*: savu jūtu apzināšanās, savu resursu apzināšanās, veidojot attiecības ar pusaudžiem; stresa vadīšana un resursu atjaunošanas iespējas

| 7. sesija | 8. sesija | 9. sesija | 10. sesija |
|---|---|------------------|--------------------------------|
| Darba lapa ”Es esmu...” – lomas manā dzīvē. | Dusmas un to izpaušanas iespējas. | Stresa vadīšana. | Resursu atjaunošanas iespējas. |
| Pusaudzis un kā es ar to jūtos. | Gandarījums, prieks utt., to izpaušana. | | Resursu karte. |

4. “Es un vide”: apkārtējo resursu piesaistīšanas prasmju attīstīšana

| 11. sesija | 12. sesija |
|---|---|
| Resursi mums apkārt. | Sadarbība ar skolu u.c. iestādēm. |
| Mājas darbs: resursu apzināšana Jūrmalas pilsētā. | Kopienas resursi: Jūrmalā atrodamo resursu un to izmantošanas iespēju apzināšana, pilsētas resursu kartes veidošana, atzīmējot esošos resursus. |

13. tikšanās reize – noslēgums

1. Grupas darba izvērtēšana.
2. Apliecinājumu un fotogrāfiju izsniegšana par piedalīšanos grupā.
3. Grupas dalībnieku vēlējumi nākotnei.
4. Nākotnes sadarbības plānošana.

Agrīnās intervences grupu sesiju apraksts un plāns

Sociālā pakalpojuma mērķa grupa: ģimenes, kurās aug 3 mēnešus līdz 3 gadus veci bērni

Sociālā pakalpojuma saņēmēji: personas (ģimenes), kurām Sociālais dienests ir izsniedzis nosūtījumu Agrīnās intervences pakalpojuma saņemšanai

Grupās sesijas ilgums: 2,5 stundas (150 minūtes)

Pakalpojuma mērķis:

Vecāku un zīdaiņu/mazuļu agrīnās intervences sesijas sociālās sistēmas ietvaros ir veidotas ar mērķi veicināt vecāka un bērna savstarpējo piesaisti, uzlabot bērnu aprūpes prasmes, novērot vecāka spēju sniegt mazulim aprūpi un gādību. Agrīnās intervences pakalpojuma netiešais mērķis ir vardarbības prevencija, jo mazie bērni, "izejot no mājas", regulāri apmeklējot pakalpojuma saņemšanas vietu, kļūst sabiedrībai redzamāki.

Bērns un viņa vecāks ir iesaistīti attīstošās, piesaisti veicinošās sesijās, tiek mācīta kvalitatīva laika pavadīšana, tiek novērota un veicināta bērnu aprūpe, vecāku aprūpes prasmes. Sesijās tiek integrētas programmas BEA (Bērna emocionālā audzināšana) tēmas.

| 3 mēnešus līdz 12 mēnešus veci zīdaiņi un viņu vecāki | 12–24 mēnešus veci mazuļi un viņu vecāki | 2 līdz 3 gadus veci mazuļi un viņu vecāki |
|--|---|---|
| Galvenais mērķis – vecāka un bērna piesaistes veicināšana, emocionālo attiecību veicināšana, vecāka aprūpes prasmju veicināšana, bērna fiziskā stāvokļa un fiziskās attīstības novērošana, vardarbības prevencija. | Galvenais mērķis – vecāka un bērna piesaistes veicināšana, emocionālo attiecību veicināšana, vecāka aprūpes prasmju veicināšana, fiziskā stāvokļa un fiziskās attīstības novērošana, valodas attīstības novērošana, spēlēšanās veicināšana, vardarbības prevencija. | Galvenais mērķis – vecāka un bērna piesaistes veicināšana, emocionālo attiecību veicināšana, vecāka aprūpes prasmju veicināšana, valodas attīstības novērošana, spēlēšanās veicināšana, koncentrēšanās veicināšana, vardarbības prevencija. |

Sesijas vada divi speciālisti ar pedagoga un sociālā darbinieka izglītību; reizi mēnesī sesijā piedalās fizioterapeits.

Sesijas notiek ģimeņu atbalsta centra telpās. Telpas ir piemērotas mazu bērnu sesijām, ir pieejami visdažādākie attīstību veicinoši materiāli – gaismas galds, Montesori pedagoģijas materiālu aprīkojums, līdzsvara soliņi, *Ortoto* paklājiņi, bumbas, riņķi, krāsas, tāfeles materiāli u.c. gan fiziskai, gan kognitīvai attīstībai.

Vecākiem tiek piedāvāts sabiedriskā transporta talons ceļam (pēc nepieciešamības), lai nokļūtu līdz Atbalsta centram.