



Labklājības ministrija

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Vadlīnijas izstrādātas ar Eiropas Sociālā fonda finansiālu atbalstu
Labklājības ministrijas īstenotā projekta Nr. 9.2.1.1/15/I/001 “Profesionāla sociālā darba attīstība pašvaldībās”
ietvaros

Par vadlīniju saturu atbild Labklājības ministrija, un tajā nav atspoguļots Eiropas Komisijas viedoklis.



**Vadlīnijas pašvaldības darba organizēšanai bērnu tiesību
aizsardzībā un mazaizsargātajām ģimenēm ar bērniem COVID-19
radītās ārkārtas situācijas seku mazināšanai
SOCIĀLAJĀ DARBĀ AR ĢIMENĒM AR BĒRNIEM**

Nodibinājums „C Modulis”

07.04.2020., Jūrmala

(Precizēts/papildināts saskaņā ar LM komentāriem 2020. gada 29. aprīlī)

Saturs

Vadlīniju mērķis un veiktie papildinājumi uz 07.04.2020.	3
Ģimenes ar bērniem ārkārtējās situācijas apstākļos.	4
Pašvaldības sadarbības grupu darbība bērnu tiesību aizsardzībā un mazaizsargāto ģimeņu atbalstam ārkārtējos apstākļos	7
Uz 07.04.2020. identificētie galvenie uzdevumi bērnu tiesību aizsardzības sadarbības grupai pašvaldībās	8
Ieteikumi pašvaldības sadarbības grupu organizēšanai tiešsaistē.....	15
Plānošana un sadarbība ārkārtējās situācijas laikā	16
Sociālie pakalpojumi ģimenēm ar bērniem, ārkārtējos apstākļos.....	18
Vadlīnijas pašvaldības sociālā dienesta sociālā darbinieka ģimenēm ar bērniem darbam	20
1. Sociālo darbinieku nodrošinājums. Drošība un aizsardzība:.....	22
2. Nepieciešamais tehniskais nodrošinājums tiešsaistes konsultācijām:	23
3. Atbalsta nepieciešamība sociālajiem darbiniekiem.....	23
Sociālo darbinieku ģimenēm ar bērniem gadījuma vadīšana 19 ārkārtējas situācijas apstākļos.	25
Attēls - shēma: Sociālais darbs ar ģimenēm ārkārtējos apstākļos	26
Attēls – shēma: Kas jāņem vērā sociālajam darbiniekam ārkārtējos apstākļos darbā ar ģimeni?	27
APSEKOŠANA jeb MĀJAS VIZĪTES	30
Kā pieņemt lēmumu, vai doties mājas vizītē vai klātienē tikt ar klientu?.....	31
Saskarsme ar klientu:.....	33
On-line (tiešsaistes) tikšanās organizēšana	35
Attēls: Galvenais par tiešsaistes konsultēšanu	36
Apdraudējuma identificēšana	37
Pielikumi	41
Pielikums Nr. 1 „Kādēļ ir nepieciešamas kopīgas vadlīnijas?”.....	41
Pielikums Nr.2 „Siguldas novada izstrādātā darba shēma darbam ārkārtas situācijās sociālajiem darbiniekiem ģimenēm ar bērniem.”	42
Pielikums Nr.3 „Latvijas psihoterapeitu biedrības (LPB) tulkotais Pasaules veselības organizācijas (PVO) materiāls “Psihiskās veselības un psihosociālie ieteikumi COVID-19 uzliesmojuma laikā””	43
Pielikums Nr.4 „Latvijas psihiatru asociācijas (LPA) tulkotais materiāls “Koronavīruss un psihiskā veselība: rūpējies par sevi epidēmijas laikā.””	52
Pielikums Nr. 5 „Latvijas psihiatru asociācijas (LPA) tulkotais materiāls “Karantīnas psiholoģiskā iedarbība koronavīrusa uzliesmojuma laikā””	54
Pielikums Nr.6 „Krīzes un atbalsta telefoni”	56
Pielikums Nr. 7 „LM ekspress anketā – aptaujā konstatētās grūtības”, 25.03.2020.	58
Pielikums Nr. 8 „Latvijas psihoterapeitu biedrības (LPB) ieteikumi”	68

Vadlīniju mērķis

Metodikas – vadlīniju (turpmāk – Vadlīnijas) izstrāde sociālā darbinieka, kas strādā ar ģimenēm ar bērniem (SD ĢB), rīcībai ārkārtējās situācijas un tās radīto seku apstākļos. Vadlīnijās ietverta:

1. Informācija par jaunajām problēmām, kas rodas sociālajiem darbiniekiem, kuri strādā ar ģimenēm ar bērniem, ārkārtējās situācijas iespaidā;
2. Ieteicamā rīcība, kas īstenojama un kādi lēmumi jāpieņem šajos apstākļos nekavējoties, kā to nodrošināt un ko ir iespējams atlikt uz vēlāku laiku;
3. Informācija, par to, kāds atbalsts ir nepieciešams sociālajiem darbiniekiem un citiem speciālistiem, kuri ārkārtas situācijas un tās radīto seku apstākļos strādā ar ģimenēm ar bērniem, savstarpēji sadarbojas, nodrošinot bērnu tiesību aizsardzību.

Vadlīniju izstrādē ņemta vērā starptautisko sociālā darba un bērnu tiesību aizsardzības organizāciju pieredze un ieteikumi šajos ārkārtējās situācijas apstākļos. Vadlīnijās ir iekļauti pielikumi ar papildus noderīgu informāciju darbam.

!!!07.04.2020. veiktie papildinājumi (papildinājumi iekrāsoti zilā krāsā):

Pēc 2 tiešsaistes tikšanās reizēm ar SD ĢB un SD vadītājiem, esam veikuši sekojošus papildinājumus:

1. **Papildināta sadaļa, par sadarbības grupas pirmajiem SEŠIEM UZDEVUMIEM, ārkārtējās situācijas apstākļos, sk 8.lpp.**
2. **Sociālie pakalpojumi ģimenēm ar bērniem, ārkārtējos apstākļos. Sk. 18.lpp.**
3. **Ir izveidots shematisks attēls: SOCIĀLAIS DARBS AR ĢIMENĒM ĀRKĀRTĒJOS APSTĀKĻOS, sk. 26.lpp.**
4. **Ir izveidots shematisks attēls: KAS JĀŅEM VĒRĀ SOCIĀLAJAM DARBINIEKAM ĀRKĀRTĒJOS APSTĀKĻOS DARBĀ AR ĢIMENI, sk. 27.lpp.**
5. **Kā pieņemt lēmumu, vai doties mājas vizītē vai klātienē tikties ar klientu? Sk. 31.lpp.**
6. **Ir izveidots shematisks attēls: GALVENAIS PAR TIEŠSAISTES KONSULTĒŠANU, sk. 36. lpp.**
7. **25.03.2020. aptaujas rezultāti pēc pirmajām 10 dienām ārkārtējos apstākļos iekopēti 7.pielikumā, t.sk. grūtības ar ko saskaras SD ĢB.**

Ģimenes ar bērniem ārkārtējās situācijas apstākļos.

Kopš 2020.gada 12.marta visi Latvijas iedzīvotāji dzīvo ārkārtējās situācijas apstākļos, ko izraisījusi koronavīrusa izraisītās slimības COVID-19 pandēmija. Katrs no mums ir norūpējies par savu, savu tuvinieku un apkārtējo cilvēku veselības drošību, piedzīvo atšķirīgas krīzes reakcijas un satraukumu par situācijas attīstību nākotnē. Dažādām iedzīvotāju grupām var būt daudz kopīgu jeb kolektīvo reakciju uz ārkārtējo situāciju un krīzi, bet var būt ļoti atšķirīgi individuālie veidi, kā krīze tiek pārvarēta, ko būtiski ietekmē pieejamie resursi.

Bērnu tiesību aizsardzības likuma 6.pants nosaka bērnu tiesību aizsardzības principus:

- (1) Tiesiskajās attiecībās, kas skar bērnu, bērna tiesības un intereses ir prioritāras.
- (2) Visām darbībām attiecībā uz bērnu neatkarīgi no tā, vai tās veic valsts vai pašvaldību institūcijas, sabiedriskās organizācijas vai citas fiziskās un juridiskās personas, kā arī tiesas un citas tiesībaizsardzības iestādes, prioritāri ir jānodrošina bērna tiesības un intereses.
- (3) Bērna tiesību aizsardzība īstenojama, sadarbojoties ar ģimeni, valsts un pašvaldību institūcijām, sabiedriskajām organizācijām un citām fiziskajām un juridiskajām personām. Institūciju sadarbības organizēšanu un kārtību, kādā īstenojama bērnu tiesību aizsardzība, nosaka Ministru kabinets.
- (4) Bērna ārpusģimenes aprūpes laikā tiek veikti nepieciešamie pasākumi bērna un vecāku atkalapvienošanās nodrošināšanai.
- (5) Darbība vai bezdarbība, kuras rezultātā netiek ievērotas bērna tiesības (bērna atstāšana bez minimāliem iztikas līdzekļiem, pajumtes, aprūpes, aizbildnības), vai citas darbības, kas ierobežo bērna personiskās vai īpašuma tiesības un brīvības, uzskatāmas par amorālām un pretlikumīgām.

COVID-19 (*vīrusa*) radītā ārkārtējā **situācija ir neparedzama un var ātri mainīt ģimenes apstākļus, kādos bērni dzīvo**. Vīrusa izplatības ierobežošanas pasākumi, piemēram, attālināto mācību process, pārvietošanās ierobežojumi, darbavietas zaudēšana, ienākumu samazināšanās, ierobežota piekļuve ikdienas pakalpojumiem un sociālajiem pakalpojumiem, ierasto sociālo kontaktu un dzīves ritma zaudēšana tieši ietekmē katru ģimeni. Vecākiem var nākties meklēt jaunas bērnu aprūpes iespējas vai atteikties no darba. Ģimeņu un bērnu tiesību aizstāvji plašsaziņas līdzekļos ziņo, ka šajos apstākļos vardarbība ģimenē pieaug līdz 30%, t.sk. pret bērniem. Ierobežotas vides un attiecību kontekstā gan emocionālā, gan ekonomiskā spriedze pieaug¹. UNICEF brīdina, ka tieši bērni ir visievainojamākie vīrusa izplatības laikā, jo virkne ierasto ikdienas aktivitāšu ir ierobežotas un var pieaugt slēpta vardarbība tuvākā laikā². Riska apzināšanās un savlaicīga (preventīva) tā novēršana, t.sk. ar aktīvu sociālā darba un sociālo pakalpojumu palīdzību, var mazināt virkni risku un izvairīties no ilgstošām nelabvēlīgām sekām ģimenēm ar bērniem. NASW (Starptautiskā sociālo darbinieku asociācija) sociālo darbinieku darbu ārkārtējās situācijās pielīdzina ārstu darbam, līdztekus norādot, ka ir nepieciešami atbalsta un drošības pasākumi, lai sociālie darbinieki, t.sk. bērnu tiesību aizsardzības darbinieki un citi sociālo pakalpojumu sniedzēji, varētu kalpot un palīdzēt saviem klientiem³.

¹ <https://wwmt.com/news/local/isolation-fear-during-covid-19-can-create-perfect-storm-for-domestic-abuse>

² <https://www.vaticannews.va/en/world/news/2020-03/unicef-coronavirus-children-hidden-victims.html>

³ <https://www.socialworkers.org/Practice/Infectious-Diseases/Coronavirus/Supporting-Clients-During-the-Coronavirus-Pandemic>

Sabiedrības bailes no vīrusa izplatības var veicināt neiecietību, stigmatizāciju pret noteiktām iedzīvotāju grupām. Tas var padarīt bērnus un ģimenes locekļus vēl neaizsargātākus pret dažāda veida vardarbību, radīt trauksmi un stresu, kā arī veicināt psiholoģisku sociālo izolēšanos. Bērni un ģimenes, kas jau ir neaizsargāti sociālekonomiskās atstumtības dēļ, ir īpaši pakļauti riskam ārkārtējas situācijas apstākļos. Šo situāciju pasliktina fakti, ka virkne sociālo pakalpojumu, psihologa atbalsts, atbalsta grupas un sadarbība ar sociālo darbinieku darbā ar ģimenēm ar bērniem ir ļoti ierobežoti vai pat pārtraukti uz laiku. Bet krīžu gadījumos, kādā esam pašlaik, būtu nepieciešams pretējais – sniegt intensīvāku un mērķtiecīgāku atbalstu, t.sk. meklēt jaunus atbalsta instrumentus – sadarbības veidus un sociālos pakalpojumus.

Ārkārtējās situācijas apstākļos visvairāk cieš tās ģimenes ar bērniem, kurām jau iepriekš nav bijuši pietiekoši emocionālie, materiālie un sociālie dzīvei nepieciešamie resursi un nav bijis iespējas līdzsvarot daudzos sociālās funkcionēšanas elementus – ikdienas dzīves vadīšanu, attīstību, darbu, bērnu audzināšanu, kurām jau ikdienā ir bijusi nepieciešama daudzveidīga atbalsta sistēma. Atbalsta sistēmas pārtraukumi šīm ģimenēm var radīt **ilgtermiņa sekas** – esošo problēmu saasināšanos, emocionālās, psiholoģiskās un fiziskās vardarbības gadījumu pret bērniem skaita pieaugums, apdraudējuma risku pieaugums, vecāku ar atkarībām recidīvi, *plastveida* dzeršanas, grūtibas vecākiem ar vājām ikdienas sadzīves vadīšanas un citām prasmēm un vecākiem ar garīga rakstura traucējumiem u.c.

Katra bērna primārā un dabiskā vide ir viņa ģimene. Tādēļ pašvaldības rūpes un atbalsts ģimenei ir tieši vērsts arī uz bērna labklājību un tiesību aizsardzību, īpaši ģimenēs, kurām ir ierobežotas iespējas, spējas būt pietiekami labiem vecākiem, kas bērnam rada vai var radīt apdraudējumus.

Katra pašvaldība izvērtē savu iedzīvotāju struktūru un ārkārtējas situācijas apstākļos identificē **ģimeņu grupas**, kuras ir vai varētu būt apdraudējumā. Pašvaldības izveido rīcības plānu, kurām ģimenēm ir nepieciešama tūlītēja praktiska palīdzība pamatvajadzību nodrošināšanā, bērnu tiesību aizsardzībā, sociālo pakalpojumu pieejamībā un kurām palielinās vai varētu palielināties apdraudējuma riski tuvākā 1 mēneša, 2 mēnešu laika posmā utml. Piemēram, pēc 1.tabulas parauga var izvērtēt gan vienas ģimenes, gan ģimeņu grupu un ar tām saistītos riskus vai apdraudējumu. Sadarbības grupā būtiski vienoties, ka vismaz viens no klātesošiem profesionāļiem uztur attiecības un nodrošina atbalstošu pārraudzību pār riskā vai apdraudējumā esošām ģimenēm. Visbiežāk tie ir SDĢB, Bāriņtiesas, izglītības iestādes, pāsvladības policijas/valsts policijas vai ārstniecības iestādes pārstāvji.

1.tabula „Klientu iedalījums, esošie un nepieciešamie resursi?”

<i>Plānošanas jautājumi</i>	Ģimenes augstā riskā šodien (primārais atbalsta līmenis)	Ģimenes, kurās pieaug riski (sekundārais atbalsta līmenis)	Ģimenes, kuras, iespējams, 1-2 mēnešu laikā var nonākt riskā (atbalsta rīcības līmenis)
Kurš no starpprofesionāļiem ir kontaktā ar ģimeni (viens vai vairāki)?			
Cik šādu ģimeņu ir?			
Raksturīgākās grūtības – riski			
Kādi ir pamatvajadzību nodrošināšanas pakalpojumi vai sociālā palīdzība, t.sk. atbalsts krīžu situācijā: - ēdināšana; - dzīves vietas nodrošināšana; - internets un IT ierīces bērna piekļuvei mācībām; - veselības aprūpes pieejamība; u.c.			
SD ĢB gadījuma vadīšana (atbalsta stratēģija) ārkārtējas situācijas laikā?			
Nepieciešamais atbalsts, sociālie pakalpojumi, lai nepasliktinātu situāciju: - ģimenes resursi; - vides (sabiedrības) resursi; - esošie sociālie pakalpojumi un to piemērošana ārkārtējai situācijai; - nepieciešamie sociālie pakalpojumi, t.sk. jauni vai adaptēti esošai situācijai.			

!!! Ārkārtas situācijas apstākļos atbalsta un sociālo pakalpojumu piešķiršanā jānosaka iespējami ātra lēmuma pieņemšanas kārtība, samazinot administratīvos šķēršļus, kā arī gan ģimenes, gan SD ĢB inficēšanās riskus.

Pašvaldības sadarbības grupu darbība bērnu tiesību aizsardzībā un mazaizsargāto ģimeņu atbalstam ārkārtējos apstākļos

Bērnu tiesību aizsardzības likums nosaka pašvaldību lomu bērnu tiesību aizsardzībā. Savukārt Ministru kabineta noteikumi Nr.545 “Noteikumi par institūciju sadarbību bērnu tiesību aizsardzībā” nosaka, ka starpinstitucionālā sadarbība ir obligāts nosacījums katrā pašvaldībā, izstrādājot precīzu rīcības shēmu, sadalot pienākumus un uzdevumus, lai mazinātu bērnu vardarbības risku apdraudējumu ģimenēs, t.sk. pret pilngadīgajām personām, nepieciešamības gadījumā koordinējot atbalsta pasākumus, piesaistot nevalstiskās organizācijas un brīvprātīgos.⁴

Ārkārtējas situācijas apstākļos **sadarbības grupas tikšanās organizēšana ir obligāta un primārais nosacījums**, lai visas bērnu tiesību aizsardzībā iesaistītās pašvaldības institūcijas varētu apmainīties ar informāciju, identificēt būtiskākās problēmas, apdraudējuma un situācijas pasliktināšanās riskus ģimenēm ar bērniem, kā arī bērnu tiesību aizsardzības jautājumos pašvaldībā, pieņemt kopīgus lēmumus, vienoties par darbības soļiem un koordinēti rīkoties. Ja ikdienā sadarbības grupas tika organizētas vidēji vienu reizi mēnesī, tad ārkārtējā situācijā būtu jātiekas **vismaz vienu reizi nedēļā un pēc** nepieciešamības biežāk, tas var notikt arī on-line (tiešsaistes režīmā). Sk. attēlu Nr. 1 „Sadarbības grupas būtiskākie jautājumi”.

Kā jau tika minēts iepriekš, pašvaldības rīcību ietekmē pietiekoši skaidra situācijas par ģimenēm ar bērniem izpratne un to klasificēšana, lai varētu efektīvi plānot un koordinēt visu iestāžu rīcību, plānot esošos resursus un piesaistīt iztrūkstošos. Rīcību bērnu tiesību aizsardzības nodrošināšanā var iedalīt 3 līmeņos, atbilstoši tam plānot turpmākās darbības:

1. **primārais rīcības līmenis;**
2. **sekundārais rīcības līmenis;**
3. **atbalsta rīcības līmenis.**

PRIMĀRAIS RĪCĪBAS LĪMENIS: ja pastāv akūts **apdraudējums bērna drošībai, veselībai un dzīvībai**. Šādos gadījumos ir nepieciešama ātra un precīza situācijas izvērtēšana, apdraudējuma noteikšana un rīcības modeļu noteikšana, ietverot sadarbību un speciālistu kompetences. Apdraudējuma situācijās galvenais speciālistu rīcības mērķis ir nodrošināt bērnam drošību, ja vecāki/aprūpētāji to nespēj. Pirmā un neatliekamā rīcība ir no tās institūcijas speciālista, kurš identificē apdraudējumu pirmais. Primārās rīcības līmeņa rīcība ietver palīdzības izsaukšanu (ātrā neatliekamā palīdzība, valsts un pašvaldības policija (turpmāk - VP/PP), bāriņtiesa (turpmāk - BT)), iespēju robežās mazinot apdraudējumu bērnam, kamēr tiek gaidīta palīdzība. VP/PP un/vai BT rīkojas atbilstoši savai kompetencei, nodrošinot bērnam drošu vidi. Sociālā darbinieka uzdevums iespēju robežās sniegt atbalstu bērnam un vecākiem, kā arī informēt vecākus par turpmākas sadarbības procesu, sniegt kontaktinformāciju un citu nepieciešamo informāciju. Šādā gadījumā galveno bērnu tiesību aizsardzības pārstāvja lomu uzņemas BT.

SEKUNDĀRAIS RĪCĪBAS LĪMENIS: ja nav novērojams akūts apdraudējums bērna drošībai, veselībai un dzīvībai, kā arī nav nepieciešamības pēc tūlītējas bērna vides maiņas vai ārpusģimenes aprūpes, bet ir novērojami **apdraudējuma riski bērnam un/vai vecākiem**. Ģimenē var būt novērojamas multiplas problēmas, kuru pamatā ir nediagnosticēti vai diagnosticēti garīga rakstura traucējumi, atkarības, ilgstoša nabadzība un izteikts pamatvajadzību, resursu trūkums, pamatvajadzību nodrošināšanas grūtības u.c. problēmas, kas palielina apdraudējuma riskus. Šajā līmeni būtiskākais resurss ģimenei ir regulāra saziņa ar sociālo darbinieku un citām atbalsta personām, atbalsta nodrošināšana un vienošanās par iespējamo

⁴ 2017. gada 12. septembra Ministru kabineta noteikumi Nr. 545 “Noteikumi par institūciju sadarbību bērnu tiesību aizsardzībā”

kontakta klātienē, piemēram dzīves apstākļu pārbaudēm. Sociālais darbinieks atbilstoši normatīvajos aktos noteiktajai kārtībai bērnu tiesību pārkāpumu gadījumos informāciju sniedz bāriņtiesai, policijai.

ATBALSTA RĪCĪBAS LĪMENIS: ja nav novērojams akūts apdraudējums vai izteikti apdraudējuma riski, bet ģimenē ir multiplas vajadzības un maz iekšējo, ārējo resursu. Šādā gadījumā sociālais darbinieks konsultē ģimeni, noskaidro ģimenes vajadzības un informē par iespējamo atbalstu konkrētā situācijā. Piesaista nepieciešamo atbalsta pakalpojumu, var konsultēt ģimeni arī attālināti. (Materiāls no topošās LM Metodikas sociālajiem darbiniekiem ģimenēm ar bērniem). Atbalsta rīcības līmeņa pakalpojumu nodrošināšana ārkārtējas situācijas apstākļos ietver ne tikai mērķtiecīgus pasākumus konkrētām iedzīvotāju grupām, piem., mazaizsargātām un augsta riska iedzīvotāju grupām, lai preventīvi mazinātu negatīvās sekas, bet arī universālus, visiem kopienas iedzīvotājiem paredzētus atbalsta pasākumus – aktuālas informācijas sniegšana, pārtikas un ūdens, medikamentu, dezinfekcijas līdzekļu u.c. piegāde, transporta pakalpojums, interneta un datoru pieejamības nodrošināšana skolēniem, nodarbinātajiem, atbalsts apbedīšanā utml.

Uz 07.04.2020. identificētie galvenie uzdevumi bērnu tiesību aizsardzības sadarbības grupai pašvaldībās

Esam identificējuši būtiskākos sadarbības grupas risināmos jautājumus:

1. Katru reizi uzsākot sadarbības grupas darbu, būtiski būtu pārrunāt, kā katrā iestādē darbojas **„iekšējā ārkārtējās situācijas vadības grupa”** (katrā iestādē tādai jābūt) un „kas un kā?” tiek papildināts **„ārkārtējās situācijas rīcības plāns”**. Pēc katras sadarbības grupas tikšanās institūcijas ārkārtējās situācijas rīcības plāns var tikt papildināts.
2. **Izglītības** (attālinātās mācīšanās) **procesa nodrošināšana bērniem**, kuriem vecāki nespēj sniegt pietiekamu atbalstu, t.sk. augsta riska ģimenēs, ģimenēs, kur vecākiem ir zemas sociālās un bērna audzināšanas prasmes, utml.. Pārrunāt, rast risinājumus, tehniskā un emocionālā atbalsta pakalpojumiem un organizēšanas procesiem;
3. Kā nodrošināt augsta riska ģimenēm **pamatvajadzības**, t.sk. materiālo atbalstu, ēdināšanu, bērna pieskatīšanu? Kā organizēt ēdināšanas pakalpojumu: pārtikas pakas, naudas kartes, sociālās palīdzības veidā? Kā ģimenēm nodrošināt pieeju aizsarglīdzekļiem?
4. Kā organizēt (sniegt atbalstu) **karantīnas un pašizolācijas pasākumus ģimenēm**, kur kāds no ģimenes locekļiem ir inficēšanās riskā vai inficēts ar CORONA-19? Kādi riski ir bērnam, kā saglabāt ģimenisku vidi un ievērot bērna intereses, t.sk. emocionālās? Ko darīt gadījumos, kad audžuģimene vai bērna aprūpes iestāde ir inficēšanās riskā? Kādas ir izmitināšana sun karantīnas alternatīvas, t.sk. atbalsts ģimenēm ar bērniem?
5. Kā organizēt mājas vizītes gadījumos, kad iesaistīti dažādu profesionāļu pārstāvji, piemēram, **vardarbības gadījumos ģimenēs**? Kurš dodas, ko piefiksē, ar kādu informāciju padalās, ko vienā apmeklējumā var izdarīt, lai palīdzētu citas institūcijas kolēģim, piemēram, nedoties divas reizes uz vienu un to pašu ģimeni? Kāda būtu sadarbība? No kādiem birokrātiskiem šķēršļiem var attiekties?
Ko darīt, **ja ir nepieciešams bērnu šķirt no ģimenes** augsta riska apstākļos? Vai var ievietot krīžu centrā, vai ir audžuģimenes, kuras var uzņemt (ņemot vērā risku audžuvecāka veselībai, ja ir vecums virs 60 vai hroniskas saslimšanas, kā arī vai audžuģimenē, pie aizbildņa atrodas citi bērni)? Kā nodrošināt izglītību? Varbūt ir citi risinājumi: krīžu dzīvokļi, kur, bērnu dārza audzinātāja vai bērna aprūpes iestādes audzināta, uz laiku var pieskatīt bērnu, kamēr ir karantīnas vai izolācijas periods?

-
6. Kādi ir nepieciešami **sociālie pakalpojumi un atbalsts**? Ko piedāvā sabiedriskās organizācijas, brīvprātīgo kustības vai „paliec mājās” projekta dalībnieki, vai brīvprātīgie? Piemēram, varbūt ēdiena izvadāšana ir labs darbs dīkstāvē esošiem autopārvadātājiem vai brīvprātīgiem? Atbalsts izglītošanas procesā?

!!! Pēc tiešsaistes tikšanās reizes ar LM un VBTAI, esam veikuši šādus papildinājumus (precizētais iekrāsots sarkanā krāsā):

Starpinstitucionālā sadarbība var tikt nodrošināta vairākos līmeņos (makro, mezo, mikro), gan kopumā par bērnu tiesību aizsardzības aktuālajiem jautājumiem, gan individuālo gadījumu vadīšanas kontekstā.

Starpinstitucionālajā sadarbībā jāņem vērā ētiskie aspekti, konfidencialitāte, ģimenes un bērna tiesības tikt informētiem par pieņemtajiem lēmumiem, kā arī ģimenes, tsk. bērna tiesības sniegt viedokli un piedalīties lēmumu pieņemšanā, kas tieši attiecināma uz atbalsta un palīdzības organizēšanu ģimenei.

Galvenajam mērķim jābūt ģimenes un bērna labklājības nodrošināšanai. Galvenais jautājums: kāds ģimenei, bērnam ir ieguvums no starpinstitucionālās sadarbības, katras institūcijas uzdevumiem, atbalsta, drošības u.c. tiesību nodrošināšanā.

Ņemot vērā minētos aspektus, starpinstitucionālajā sadarbībā konkrētu gadījumu risināšanā būtu jāpiesaista attiecīgo institūciju pārstāvji, kuri ir tieši iesaistīti gadījuma risināšanā. Sadarbības grupa darbojas atbilstoši nolikumam, jekuras institūcijas pārstāvis ir tiesīgs sasaukt starpinstitucionālo sanākumi, jo Bērnu tiesību aizsardzības likums nosaka pienākumu sadarboties atbalsta sniegšanā ģimenēm ar bērniem katrai institūcijai.

Sk. sadarbības līmeņu shēmu.

1. attēls „Sadarbības grupa un galvenie uzdevumi”.



Sadarbības grupas ģimeņu ar bērniem riska un apdraudējuma *galvenie* novērsēji ir BT, SD un VP/PP (3.4.5.). Pamata uzdevums ir atbalstīt vecākus, kuriem ir grūtības nodrošināt bērniem pamata vajadzības, mazināt vardarbības riskus vai nodrošināt drošu vidi.

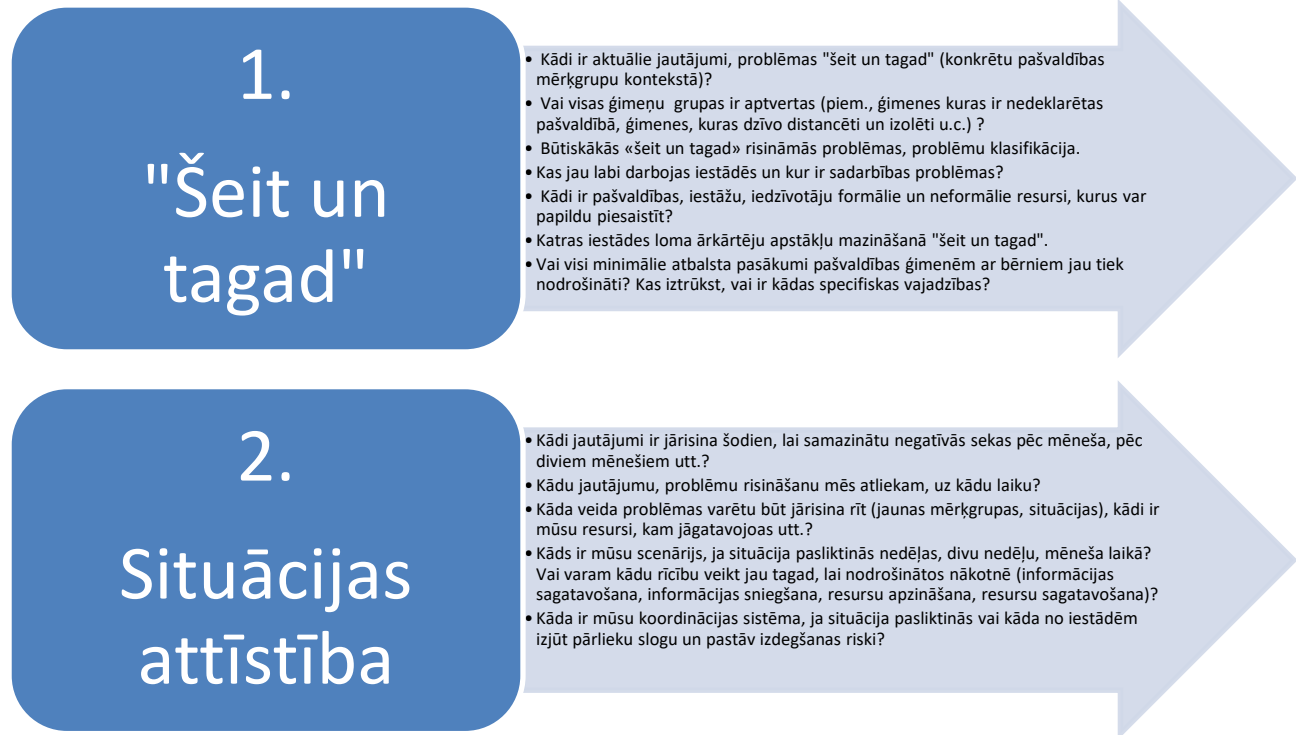
Izglītības pārvalde (6.) var informēt par iespējam riska grupām vai bažām par bērna drošību. PII/Skola (6.) joprojām ir atbildīgas par izglītības procesa, satura un pieejamības nodrošināšanu. Gadījumos, kad ir apgrūtinājums nodrošināt mācību procesu, sadarbības partneriem var lūgt atbalstu un meklēt alternatīvas izglītības pieejamības un nodrošināšanas risinājumus. Ir jāmeklē atbalsts, kā palīdzēt vecākiem nodrošināt attālināto mācību procesu, jo pastāv iespēja, ka vecāki nespēj (objektīvu iemeslu dēļ) pilnvērtīgi atbalstīt bērnus mācību procesā.

Daži papildu ieteikumi BT, SD un VP/PP sadarbībai:

- Turpina sniegt sociālos pakalpojumus, kuri saistīti ar drošības aspektiem un bērnu aizsardzību ģimenē, t.sk. saglabājot maksimālu atbalstu, lai bērns paliktu ģimenē;
- Par pamatu izmanto “krīžu intervences” vai atbalsta darba metodes, t.sk. turpina sniegt atbalstošus sociālos pakalpojumus krīžu un apdraudējuma ģimenēm, piemēram, ģimenes asistenta pakalpojumus, krīžu centra pakalpojumus, tiesisko aizsardzību no vardarbības (droša vide un izmitināšana), AĢ pakalpojumus, u.c.;
- Turpina sadarbību ar AĢ (ārpusģimenes aprūpes atbalsta centriem) centriem, lai vecāks varētu tikties ar bērnu, t.sk. ievērojot distanci vai attālinātas tikšanās iespējas. Sniedz atbalstu vecākam realizēt savas tiesības, piemēram, nodrošina interneta piekļuvi un on-line tikšanos ar bērnu, ja nevar citādi;
- VP/PP, BT, SD. Mājas vizītes (apsekošanu) var veikt izveidota mobilā brigāde vai viena no iestādēm, papildu ievācot informāciju, kura nepieciešama citam kolēģim.

Tāpat sadarbības grupa pašvaldībā var plānot savas darbības pēc noteiktu **mērķgrupu izdalīšanas**, paredzot katrā rīcības līmenī atbildīgo iestāžu rīcības plānu un sadarbību.

Pašvaldības sadarbības grupas darbību ir būtiski organizēt, **fokusējoties divos virzienos:**



Ģimeņu ar bērniem mērķa grupai nepieciešamos pakalpojumus var klasificēt arī pēc ārkārtējas situācijas radīto iespējamo negatīvo seku ietekmes:

1. **Materiālā nodrošinājumā** (materiālais nodrošinājums kopumā, iztikas līdzekļi, darba zaudēšana, sociālo garantiju pieejamība vai to neesamība, īres un nomas maksā par dzīves vietu, kā arī citu maksājumu segšana, piemēram, kredītsaistības u.c.)
2. **Pamatvajadzībās** (ēdiens, pajumte, drošība, izglītības nodrošināšana un pieejamība (internets, IT iekārtas), veselības aprūpe, kas nesaistīta ar COVID-19 un fiziski aktīva dzīves veida nodrošināšanas grūtības).
Piemēram: bērni šobrīd atgriezušies no speciālajam internātskolām, internātskolām, diennakts bērnudārziem. Ģimenei var rasties grūtības ar ilgstošu tuvu emocionālu kopā būšanu, laika – dienas ritma plānošanu, ēdiena nodrošināšanu.
3. **Veselībā** (saslimšana ar COVID-19, nepieciešamība atrasties 2 nedēļu karantīnā un nodrošināt pieejamību pamatvajadzībām, t.sk. pārtikas piegādi).
Piemēram: pie veselības var arī pieskaitīt vecākus ar *garīga rakstura traucējumiem vai psihiskām saslimšanām*. Šādām ģimenēm var tik sagatavota informācija par Covid-19, aktuālo bērnu aprūpi un palīdzības un atbalsta saņemšanas iespējam vieglajā valodā.
Nevar aizmirst vecākus, kuriem ir pārvietošanās (mobilitātes) traucējumi vai cita veida saslimšana, kuriem arī nepieciešama papildu palīdzība ikdienas rutīnas nodrošināšanā.
4. **Izmaiņās ģimenes ikdienas dzīvē** (vecākiem pārāk liela slodze mājās, īpaši daudz bērnu ģimenēm, kurās ir daudz skolēnu, vienlaicīgi jāfokusējas gan uz darbu, gan uz atbalstu bērniem, aktivizējas alkohola lietošanas epizodes mājās, atkarīgajiem - recidīvi, neliela platība dzīves vietā

var radīt ģimenes locekļiem psiholoģisko spriedzi, iespējams konfliktu pieaugums ģimenēs, vardarbības pieaugums, t.sk. bērnu starpā, u.c.)

Piemēram: ģimenes, kurās iepriekš ir bijuši vardarbības recidīvi un/vai balansējuši uz vardarbības robežas pret bērniem vai citiem ģimenes locekļiem.

5. **Psiholoģiskajā stāvoklī un sociālajā dzīvē** (grūtības pārciest izolāciju, izolācijas radītās “blaknes” – atbalsta sistēmas vājināšanās, izdegšana, stresa reakcijas, grūtības tikt galā ar bailēm, trauksmi, paniku, grūtības pielāgoties jaunam dzīves ritmam, emocionālās veselības pasliktināšanās, t.sk. depresija, pastiprinās bērnu un jauniešu pulcēšanās, klaiņošana, atkarību izraisošo vielu lietošana u.c.)

Iepriekš uzskaitītie 5 punkti norāda uz galvenajiem sadarbības grupas virzieniem, kuriem jāpievērš uzmanība, organizējot atbalstu bērniem un ģimenēm.

Lai sadarbība bērnu tiesību aizsardzībā notiktu operatīvi un koordinēti, viens no būtiskiem faktoriem ir **birokrātisko šķēršļu mazināšana** gan pašvaldības iestādēs, gan to sadarbībā, t.sk. sociālās palīdzības un pakalpojumu piešķiršanās kārtībā. Jau šobrīd ir labās prakses piemēri Latvijā, kā to mazināt:

1. Rast iespēju pieņemt iedzīvotāju iesniegumus elektroniski, telefoniski, bez nepieciešamības dokumentus parakstīt.
2. Sadarbību starp institūcijām vairāk organizēt telefoniski, tiešsaistē, nepieprasot oficiālas vēstules un atbildes uz tām. Ja ir nepieciešams, katrs speciālists var fiksēt informāciju, notikumus, vienoties ar speciālistiem vai klientiem klientu lietās, datu bāzēs un citā veidā pēc vienošanās.
3. Nesūtīt formālas dzīves apstākļu noskaidrošanas vēstules, pieprasījumus, ja tāds ir ierastais process (piem., vairāku pašvaldību sociālie dienesti sastopas ar problēmu, ka Valsts VP/PP sūta pieprasījumu dzīves vietas apsekošanai, jo jauniešiem ir sastādīts administratīvais akts par smēķēšanu uz ielas; skola sūta pieprasījumu dzīves apstākļu izvērtēšanai, jo jauniešiem nav bijis vienu dienu tiešsaistes mācībās). Ārkārtēja situācija no visiem iesaistītajiem speciālistiem daudz biežāk prasa nestandarta risinājumus un prioritāšu izvērtēšanu.
4. Katra no iestādēm ārkārtējos apstākļos nevar veikt kādu daļu no savām tipiskajām funkcijām. Svarīgi, lai sadarbības grupā par šīm izmaiņām zinātu visi iesaistītie un vienotos par alternatīvu rīcību un termiņiem.
5. Rast iespēju mazināt birokrātiskās formalitātes sociālo pakalpojumu sniedzējiem (piem., klientu parakstu lapas, nekorekti ir lūgt “ekrānšāviņa” uzņēmumus ar klientu, lai apliecinātu, ka ir notikusi konsultācija vai tml.). Savstarpēja pašvaldības iestāžu darbinieku un sociālo pakalpojumu sniedzēju uzticēšanās ir nozīmīgs atbalsts ārkārtējā situācijā visām iesaistītajām pusēm.
6. Atbildības uzņemšanās par risinājumiem. Pastāvīga sazināšanās un rīcības koordinēšana par neskaidrajiem jautājumiem, lai formālo neskaidrību situācijas risinātu un koordinētu iestādes, nevis klienti vairo klientu drošības sajūtu un uzticēšanos iestāžu darbiniekiem.
7. Operatīvi veikt pagaidu izmaiņas pašvaldības noteikumos laika periodam ārkārtējos apstākļos un/vai noteikt vispārīgās vienošanās sadarbībai starp pašvaldības iestādēm.

Katras iestādes darbiniekam ir nozīmīgas **vienotas un skaidras vadlīnijas par pašvaldībā iesaistīto speciālistu, institūciju un organizāciju darbību ārkārtējos apstākļos**. Tas ļoti lielā mērā rada savstarpējā

atbalsta un drošības sajūtu gan atsevišķiem iestāžu darbiniekiem, gan sistēmai kopumā. Tādēļ ir būtiski, lai sadarbības grupas informācija un lēmumi, kuri attiecas uz darbiniekiem tiktu ļoti precīzi novadīti līdz katrai pašvaldības iestādei, kuru skar bērnu tiesību aizsardzības jautājumi. Darba grupa var vienoties arī par informāciju, kuru būtu svarīgi sniegt visām pašvaldības ģimenēm un/vai atsevišķām ģimeņu grupām u.c. Sadarbības grupas priekšrocība ir tā, ka pastāv iespējas vienā informācijas avotā sniegt vienotu informāciju par vairāku iestāžu, institūciju, organizāciju darbību. Tādā veidā ģimenes ar bērniem tiek pasargātas no pārlietu lielas informācijas plūsmas no dažādām valsts, pašvaldības, nevalstiskajām iestādēm.

Sadarbības grupa var izmantot **plašas informācijas nodošanas iespējas pašvaldībā:**

- Sadarbības grupas locekļu pārstāvētās institūcijas, organizācijas;
- Sadarbības grupas locekļu pārstāvēto institūciju sadarbības partneri;
- Brīvprātīgo darba un sabiedrisko organizāciju iesaistīšana;
- Pašvaldības avīze;
- Pašvaldības profili sociālajos tīklos;
- Informatīvo materiālu drukāšana, izvietošana uz daudzdzīvokļu namdurvīm, informatīvajiem dēļiem, pastkastītēs, zem durvīm utml.
- Informatīvo materiālu sūtīšana e-pastos, īsziņās.

Kā sabiedrības informēšanas piemēru skatīt pielikumu Nr. 9 „Jūrmalas informācijas lapa visiem iedzīvotājiem”.

Sadarbības grupas dalībnieki ārkārtas apstākļos. Būtisks jautājums, kuru var uzdot pirms katras grupas tikšanās sasaukšanas – vai mūsu pašvaldībā ir vēl kāda iestāde, organizācija, kurai arī būtu svarīgi piedalīties, lai arī iepriekš viņi nav piedalījušies? Piemēram nevalstiskās organizācijas, kas iesaistās atbalsta sniegšanā.

Sadarbības grupu organizēšana COVID-19 pandēmijas apstākļos notiek, izmantojot tiešsaistes programmas.

Ieteikumi pašvaldības sadarbības grupu organizēšanai tiešsaistē.

1. **Tiešsaistei piemērots tehniskais aprīkojums.** Tiešsaistē būtiskākais ir labs interneta savienojums un dators, kuram ir video, audio aprīkojums, austiņas. Pašvaldību iestādēs lielākoties ir stacionārie datori. Bieži tie nav aprīkoti ar video kamerām.
2. **Tiešsaistes sapulces telpa.** Lai organizētu sapulci tiešsaistē, sadarbības grupas vadītājam ir jāizvēlas tiešsaistes programma, kurā saruna ar vairākiem cilvēkiem var notikt, jo ne visas tam ir labi piemērotas. Pirmkārt, sadarbība ar jūsu IT speciālistiem sniegs visefektīvāko palīdzību izvēlēties piemērotāko programmu un uzrakstīt nelielu instrukciju darba grupas locekļiem, lai viņi varētu veiksmīgi uzsākt savu darbu tiešsaistē. Ja nav IT speciālista, kurš var ieteikt, tad meklējiet interneta pārlūkos. Šobrīd internetā, kā nekad, ir pieejamas daudzas un noderīgas padomu vietnes attiecībā uz tiešsaistes programmu izvēli un pielietošanu. Ja tam nav laika, tad Latvijā populārākās šobrīd ir *Microsoft 365 Team* tiešsaistes programma (<https://products.office.com/lv-lv/microsoft-teams/group-chat-software>), kuru izmanto daudzas valsts, pašvaldības iestādes un augstskolas. Lielu popularitāti darbā ar grupu, supervīzijas, video konferenču organizēšanā ir ieguvusi *ZOOM* programma (www.zoom.us), līdz 40 minūtēm programma ir par brīvu. Nenoteiktam laika un dalībnieku skaita limitam programmas izmaksas mēnesim ir aptuveni 16 eiro.
3. **Pirms tiešsaistes** vēlams visiem izsūtīt vai nu pašu, vai IT speciālista sagatavotu e-pastu, kurā ir pamata norādes, kas ir nepieciešams tiešsaistei, kādā tiešsaistes vidē strādāsim, un interneta saiti, kurā ir jāieiet, lai uzsāktu tiešsaisti noteiktā laikā.
4. Ja sapulce notiek pirmo reizi, tad vēlams vienoties par tikšanos 5-10 minūtes ātrāk vai **veltīt laiku** sapulces sākumā, lai risinātu tehniskās problēmas, ja tādas rodas. Tiešsaistē vienmēr kāds laiks ir jāvelta tehnisko jautājumu risināšanai, piem., kādam ir lēns internets, nav skaņas vai attēla, vājš vai traucēts video, audio signāls, apkārtējie trokšņi utt.
5. Tikšanās sākumu vēlams veltīt arī **tiešsaistes sapulces noteikumu** pārrunāšanai. Piemēram, sapulces ierakstīšanas vai protokolēšanas jautājumi; Runāt pa vienam (vienlaicīgi vairāku dalībnieku runāšana var ietekmēt skaņas kvalitāti); Kurš vēlas izteikties, paceļ roku; Vai izmantosim čata (*chat*) iespējas; Vienošanās izslēgt tālruņus vai citus skaņas avotus utml.
6. Tiešsaistei ir lieliska priekšrocība sapulču vadīšanā, jo tās **var ierakstīt**. Tātad arī tas, kurš veic protokolēšanas funkcijas, var iesaistīties sarunā un protokolu pabeigt vēlāk.
7. Tiešsaistes priekšrocība, ka **nav jādrukā daudzie materiāli**, bet ar tiem var dalīties un visi kopīgi redzēt, rediģēt vai strādāt pie jauniem dokumentiem. Izmantojot tiešsaistes programmas, lielākoties ir paralēli pieejams gan interneta pārlūks, gan pieeja failiem datorā.

Plānošana un sadarbība ārkārtējās situācijas laikā

Katrai institūcijai ir izdots iekšējais rīkojums par darba organizāciju ārkārtējās situācijas apstākļos. Koordinēta un saskaņota rīcība starpinstitūciju sadarbībā nodrošina pēc iespējas ātrāku, savlaicīgāku atbalsta un palīdzības nodrošināšanu ģimenēm ar bērniem, kā arī mazina riskus, kas saistīti ar infekcijas izplatību gan darbiniekiem, gan iedzīvotājiem.

Zemāk ir 2.tabula ar paškontroles jautājumiem (tikai paraugam, aktuālie jautājumi var atšķirties), kuri var noderēt veidojot rīcības plānu sadarbības grupai – iestādēm sadarbojoties un plānojot nepieciešamos pasākumus ārkārtējās situācijas laikā.

2.tabula „Ieteicamie paškontroles jautājumi sadarbības grupu sanāksmēm”

Ieteicamie paškontroles jautājumi sadarbības grupu sanāksmēm	KOMENTĀRS/ PRIEKŠLIKUMI
Vai ir izmaiņas pabalstu veidos un to piešķiršanas kārtībā ģimenēm ar bērniem?	
Vai ir nepieciešams nodrošināt ēdināšanu ģimenēm ar bērniem, kurām ir trūcīgas/maznodrošinātas ģimenes statuss, vai ģimenēm, kuras atrodas pašizolācijā/karantīnā, kā tas tiek organizēts?	
Vai ir apzinātas nevalstiskās organizācijas un brīvprātīgie, kas varētu iesaistīties atbalsta nodrošināšanā ģimenēm ar bērniem (sagatavota kontaktinformācija)?	
Vai un kādas ir izmaiņas sociālo pakalpojumu piešķiršanas, saņemšanas kārtībā esošajiem klientiem un jaunajiem klientiem?	
Vai un kā sociālie darbinieki turpina darbu ar ģimenēm ar bērniem t.sk. klientu konsultēšana pa tālruni, tiešsaistē vai atsevišķos gadījumos klātienē?	
Vai ir saskaņota rīcība gadījumos, kad nepieciešama dzīves apstākļu pārbaude ģimenēs? (BT, sociālais dienests, VP/PP)	
Vai ģimenes, kurām ir piešķirts ģimenes asistenta pakalpojums, to turpina saņemt, kādā apjomā un kārtībā?	
Vai ģimenes, kuras saņem citus sociālos pakalpojumus/psiholoģisko palīdzību/rehabilitācijas pakalpojumus tiek informētas par turpmāko pakalpojumu saņemšanas kārtību un pakalpojumu saņemšana turpinās?	
Vai ir izstrādāta rīcības un sadarbības shēma, nosakot atbildīgos, kontaktinformāciju, pakalpojumu sniedzēju kontaktinformāciju, ja tiek konstatēta vardarbība ģimenē, vai bērna apdraudējums, nenodrošinot pamatvajadzības?	
Vai un kā ģimenes ar bērniem pašvaldībā tiek informētas par atbalsta saņemšanas iespējām vardarbības gadījumos? Vai ģimenēm ir pieejama informācija par krīzes tālruņiem un atbalsta saņemšanas iespējām pašvaldībā, valsts un nevalstiskajās organizācijās (piemēram, VBTAI, Skalbes, Dardedze, LM, SPKC, Marta u.c.), kur tā ir apkopota, kā ģimenes šo informāciju saņem, kas to nodod?	

Vai ir aktualizēta rīcības kārtība un sadarbība gadījumos, kad saņemta jauna informācija par iespējamo bērna tiesību apdraudējumu (koordinēta un saskaņota informācijas pārbaude)?	
Vai ir izstrādāts rīcības plāns situācijām, ja bērnam ir nepieciešama aprūpe un nav tuvinieku, kuri varētu uzņemties rūpes par bērnu (ņemot vērā dažādas situācijas, ja tiek pārtrauktas aizgādības tiesības, pieņemts vienpersoniskais lēmums vai bērna tuviniekam nepieciešama ārstēšanās stacionārā)?	
Vai un kā tiek nodrošināta sadarbība ar ģimenes ārstiem gadījumos, ja ir aizdomas, ka bērns nesaņem atbilstošu veselības aprūpi?	
Vai ir aktualizēta sadarbība ar ārpusģimenes aprūpes pakalpojumu sniedzējiem, ārpusģimenes aprūpes atbalsta centriem, krīzes centriem par pakalpojumu sniegšanas kārtību?	
Vai sadarbībā ar izglītības iestādēm ir noteikti katras institūcijas pienākumi un rīcība, ja ir aizdomas par iespējamiem bērnu tiesību pārkāpumiem?	
Vai ir pārrunāta sadarbība ar policiju (atkarības, klaiņošana, likumpārkāpumi, bērna patvaļīga prombūtne)?	
Vai informācijas materiāli, ieskaitot informāciju par pieejamiem pakalpojumiem, ir pieejami ģimenēm un tiek izskaidroti, t.sk. bērniem saprotamā valodā, izmantojot vieglās valodas aģentūras materiālus arī personām ar garīga rakstura traucējumiem?	
Vai tiek izvērtēta iespēja nodrošināt jaunus pakalpojumus, piemēram, psiholoģiskā atbalsta tālrunis pašvaldībā, nestrādājošo pirmsskolas izglītības iestāžu pedagogu piesaiste atbalstam ģimenēm bērnu pieskatīšanā vecākiem, kuriem ir bērni ar funkcionāliem traucējumiem, atbalsta pakalpojumu iespējas vecākiem, kuru bērni atgriezušies no internātskolām, mobilo brigāžu izveide, pusaudžu konsultācijas tiešsaistē, darbs ar ielu bērniem?	
Citi jautājumi, kuri aktualizējas, apzinot ģimeņu vajadzības.	
Papildu jautājumi: darba nepārtrauktības nodrošināšana gadījumā, ja darbinieks inficējies, individuālie aizsardzības līdzekļi, darba drošība, konfidencialitāte?	

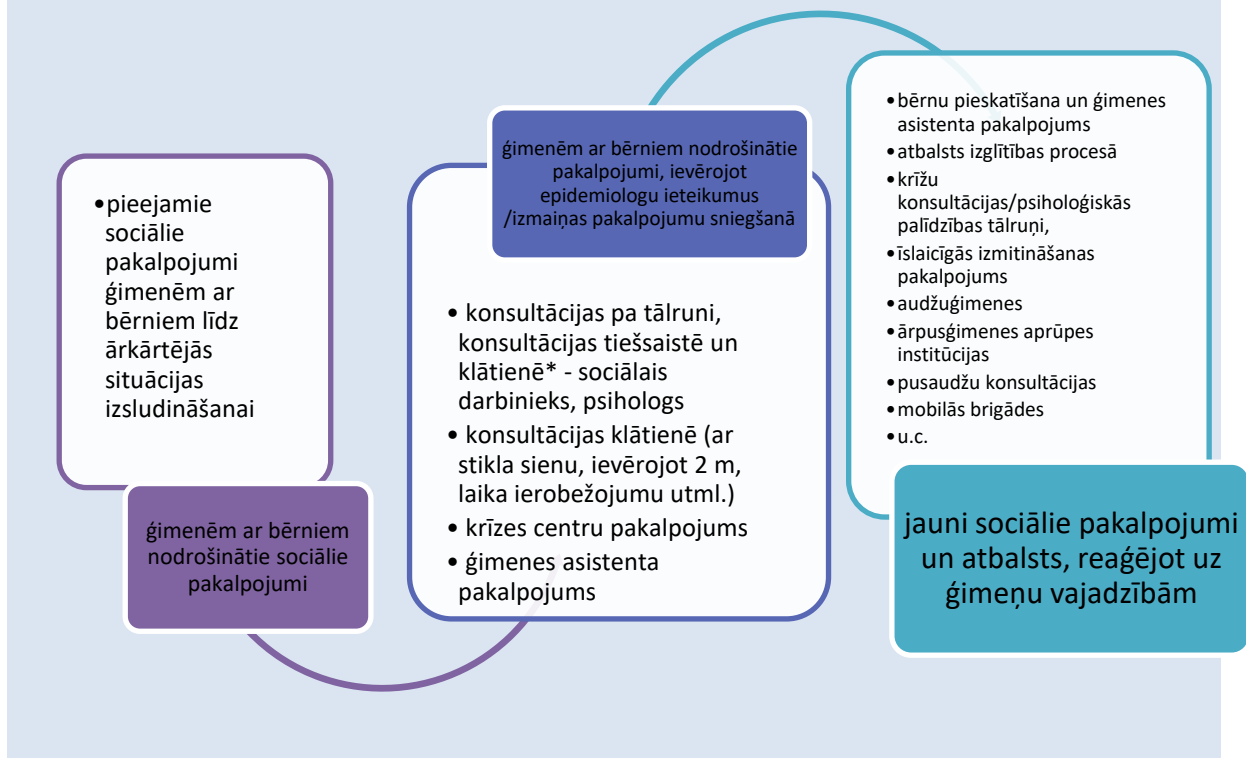
Plānotās darbības	Atbildīgā institūcija	Citi piesaistāmie resursi un pakalpojumi (pašvaldības, valsts, NVO, brīvprātīgie)

Sociālie pakalpojumi ģimenēm ar bērniem, ārkārtējos apstākļos

Sociālo pakalpojumu plānošana un nodrošināšana atbilstoši ģimeņu vajadzībām ārkārtējās situācijas apstākļos (t.sk. sociālās palīdzības nodrošināšana, pabalsti naudā un “natūrā”, ņemot vērā, ka daudzas ģimenes šobrīd saskaras ar ienākumu samazināšanos).



- Sociālais darbinieks ģimenēm ar bērniem primāri strādā ar jau esošajām ģimenēm, ar kurām iepriekš uzsākts darbs, veicot darbu gan attālināti, gan atsevišķos gadījumos arī klātienē;
- Gadījuma vadīšanā SDĢB sasauc starpinstitucionālās sanāksmes tiešsaistē;
- Ja pašvaldībā ir ģimenes asistenta pakalpojums, darbs turpinās, ievērojot epidemiologu ieteikumus;
- Lai nepārslogotu sociālos darbiniekus ģimenēm ar bērniem, nepieciešamā atbalsta izvērtēšanā jaunām ģimenēm tiek iesaistīti arī citi sociālā darba speciālisti no Sociālā dienesta;
- Vardarbības gadījumos obligāta ir saskaņota starpinstitucionālā sadarbība;
- Saskaņota rīcība gadījumos, kad bērniem netiek nodrošināta izglītība;
- Ieteicama piejamība psiholoģiskā atbalsta tālrunim, kā arī pieejama kontaktinformācija/informatīvais tālrunis, lai cilvēki varētu saņemt aktuālo informāciju par pašvaldības piedāvājumiem sociālajiem pakalpojumiem un sociālo palīdzību.
- Koordinētas rīcības nodrošināšanai bērnu tiesību aizsardzības jautājumos un atbalsta pakalpojumu mērķtiecīgai attīstīšanai, reaģējot uz aktuālajām ģimeņu vajadzībām, ieteikums sasaukt sēdes



Efektīva atbalsta nodrošināšanā ģimenēm ar bērniem būtisks resurss ir nevalstiskās organizācijas un brīvprātīgie. Viens no piemēriem ir ārkārtējās situācijas laikā izveidotā brīvprātīgo palīdzības platforma paliectmajas.lv



Vadlīnijas pašvaldības sociālā dienesta sociālā darbinieka ģimenēm ar bērniem darbam

Sociālā darba profesionālā loma un būtība ir sniegt atbalstu cilvēkiem, kuri nonākuši situācijās, kas apdraud un pasliktina viņu labklājību un sociālo funkcionēšanu. Sociālā darba būtība ir pēc iespējas mazināt un atbalstīt šo iedzīvotāju grupu sociālo problēmu attīstību un to radīto sociālās atstumtības riskus. Sociālo darbinieku loma ir ļoti nozīmīga cilvēku – indivīdu, ģimeņu, kopienas – sociālās un psiholoģiskās situācijas stabilizēšanā, krīžu situāciju un ilgtermiņa negatīvo seku mazināšanā. Aicinām iepazīties ar Sociālo darbinieku biedrības atbalstu un vēstījumu visiem Latvijas sociālajiem darbiniekiem COVID-19 radītajos ārkārtējos apstākļos.⁵ Papildus skatīt: pielikumu Nr.2 „Siguldas novada izstrādātā darba shēma darbam ārkārtas situācijās sociālajiem darbiniekiem ģimenēm ar bērniem.”

Kas notiek ar mums – sociālajiem darbiniekiem ģimenēm ar bērniem?

Lai arī katrs veselības aprūpes speciālists, policists, BT speciālists vai sociālais darbinieks izjūt personisku satraukumu un bažas par savu un savu tuvinieku veselību, tomēr būšana šajās profesijās nozīmē aktīvu iesaistīšanos un savas profesionālās lomas pildīšanu. Daudzi sociālie darbinieki šobrīd pauž savu iekšējo dilemmu starp riskēšanu ar savu veselību, iespēju aplipināt tuviniekus vai citus cilvēkus un savas profesionālās misijas un lomas pildīšanu. Ir godīgi un drosmīgi runāt par to ar kolēģiem ikdienā vai supervīzijās. Ētikas dilemmās nekad nav viennozīmīgas pareizās vai nepareizās atbildes, īpaši ārkārtējos apstākļos. Iepriekš minēta dilemma ir tikai viena no daudzajām, kas rodas un iespējams vēl radīsies, ja situācija pasliktināsies. Tādēļ par ētikas dilemmām un šaubām, īpaši ārkārtējā situācijā, sociālajam darbiniekam ir jārunā un tās ir jāapzinās.

– ir **jāizturas ar cieņu un bez nosodījuma** pret sociālajiem darbiniekiem, kuri ārkārtējos apstākļos ir paņēmuši slimības lapu vai atteikušies no kādiem ikdienas pienākumiem, kas ir saistīti ar tiešu kontaktu ar klientu. Jā, tas uzliek papildu pienākumus tiem, kuri paliek darbā, bet tikai un vienīgi katrs pats vislabāk zina savus individuālos psiholoģiskos, sociālos, veselības apstākļus un iemeslus, spējas un varēšanu, kā arī pieņem atbildīgāko un līdzsvarotāko lēmumu par sevi. Lēmums palikt mājās var būt saistīts arī ar turpmāku vainas sajūtu pret kolēģiem, ietekmēt attiecības vienam pret otru.

– ārkārtējos apstākļos cilvēki gan saliedējas, gan arī pastiprinās emocijas un var rasties konflikti kolēģu vai sadarbības partneru starpā. Elpojiet dziļi! Katrs cilvēks atšķirīgi rīkojas krīzes situācijās. Emocijas ir lipīga, s un trauksme, nedrošība viegli var pāriet no viena cilvēka uz otru. Maksimāli **ievērojiet mierīgu un nosvērtu nostāju**, sniedziet atbalstu kolēģiem un sadarbības partneriem, aiciniet profesionāli, konstruktīvi un kopīgi risināt problēmas.

– iespējams tieši ārkārtējie apstākļi ir brīdis, kad pārlasīt un atsvaidzināt **sociālo darbinieku profesionālās ētikas kodeksu**. Tur ir daudz stiprinošu un atbalstošu ideju, kas palīdz saglabāt profesionālās vērtības un stingru profesionālo mugurkaulu, kā arī saglabāt labvēlīgu attieksmi.

– **ticiet savai profesijai** – sociālajam darbam, profesionalitātei un pieturieties pie sociālā darba profesionālajām vērtībām. Jau tagad sociālo dienestu sociālie darbinieki gan vadības līmenī, gan sociālie darbinieki ģimenēm ar bērniem demonstrē savas zināšanas, varēšanu un būtisko lomu ārkārtas situācijas mazināšanā.

⁵ Sociālo darbinieku biedrības mājas lapa. Vadlīnijas sociālajiem darbiniekiem pieejamas <http://www.socialwork.lv/sociala-darba-loma-covid-19-izraisitas-arkartas-situacija-sabiedriba/>

Mūsu profesionālās vērtības, īpaši šajos apstākļos, var palīdzēt atrast virzienu un profesionālo nostāju, lai nezaudētu saikni ar profesionālo identitāti un jēgu, kāpēc mēs esam izvēlējušies šo darbu. Latvijas sociālā darbinieka profesijas standartā minētās īpašības sociālajam darbiniekam:

- ⇒ humānisms, dažādību respektēšana, jebkura cilvēka cieņa, empātija, tolerance, diskretums;
- ⇒ mērķtiecība, organizētība, precizitāte, paškontrolē, pacietība;
- ⇒ attīstīta loģiskā, kritiskā un reflektīvā domāšana, plašs redzesloks un zināšanas, bagātīgs vārdu krājums, kas jāpiemēro klienta sociālajam statusam;
- ⇒ pārliecība par savām spējām, pašcieņa, iekšējais līdzsvars, savu iekšējo konfliktu apzināšanās;
- ⇒ elastība, radošums, dinamiskums;
- ⇒ atbildības sajūta, patstāvība, izturība, atklātība;
- ⇒ psihiskā noturība, savaldība un ātra reakcija krīzes situācijās.

Sociālo dienestu sociālo darbinieku ģimenēm ar bērniem var būt lietderīgi ieteikumi, kas izveidoti, balstoties uz krīžu darba pamatprincipiem un ilgstošu pieredzi darbā ar krīžu, ārkārtējām situācijām, Pielikums Nr. 8.

1. Sociālo darbinieku nodrošinājums. Drošība un aizsardzība:

- **APGŪSTIET UZTICAMU INFORMĀCIJU PAR COVID-19** no uzticamiem avotiem. Piemēram, Pasaules veselības organizācijas (PVO) mājas lapa <https://www.who.int/>; Latvijas Slimību profilakses un kontroles centra (SPKC) mājas lapā <https://spkc.gov.lv/lv/> vai SPKC atsevišķi sagatavotu vietni <https://arkartassituacija.gov.lv/>. Sociālo darbinieku darbā problēmu risināšana vienmēr ir bijusi saistīta ar kārtīgu iepazīšanos ar to, kas ir radījis grūtības. Trauksme, neziņa vai bailes dažkārt rodas no nepietiekamas informācijas. Atvēliet sev nedaudz laika pārskatīt oficiālo informāciju un aktualitātes jaunākajos pētījumos. Sociālā darbinieka zināšanas, informētība palīdzēs ne tikai pašam justies labāk, bet arī nodot uzticamu informāciju ģimenēm ar bērniem.
- **SOCIĀLĀ DISTANCĒŠANĀS IR PRIORITĀRA** ārkārtējā situācijā, lai nenotiktu masveida inficēšanās gadījumi, kurus veselības aprūpes sistēmai varētu būt grūti tik lielā apjomā uzņemt. Ministru kabineta rīkojuma Nr. 103 “Par ārkārtējās situācijas izsludināšanu valstī” valsts un pašvaldību iestādēm iesaka izvērtēt un iespēju robežās nodrošināt klātienē pakalpojumu sniegšanu attālināti. Šobrīd ierobežojumi ir līdz 2020. gada 14. aprīlim ar mērķi ierobežot Covid-19 izplatību. Tātad sociālajiem darbiniekiem šobrīd ir svarīgi ievērot visus klātienē kontaktu ierobežošanas pasākumus, lai neveicinātu vīrusa izplatību. Lai arī tieši distancēšanās noteikums visbūtiskāk ietekmē sociālā darba veikšanu, un gandrīz visi sociālie darbinieki dažādos veidos pauž ar to saistītās grūtības, tomēr šobrīd ir prioritāri nesaslimt pašiem un neveicināt slimības izplatību. Piemēram, sociālais dienests darbiniekiem dod patstāvīgu darbu plānošanas iespēju (kuras dienas viņš atrodas darba kabinetā, kuras dienas strādā no mājām); Darbiniekiem, kuriem ir nepieciešams strādāt darba kabinetā ir vienošanās par slīdošo grafiku, lai vienlaicīgi uzturētos mazāk cilvēku un lai nodrošinātu konfidencialitāti, ja notiek tiešsaistes sarunas ar klientu; Dienestos, kuros ir ļoti mazas darba telpas, darbinieki lielākoties strādā no mājās. Labs piemērs, ja dienesta IT speciālists ir nodrošinājis pieeju darba datora informācijai arī no mājās. Sociālā distancēšanās būtiskāk ietekmē apsekošanu veikšanu, bet par tām būs detalizētāk aprakstīts citā sadaļā.
- **AIZSARDZĪBA DIENESTA TELPĀS.** Daudziem sociālajiem darbiniekiem nav iespējas strādāt attālināti no mājām un katru dienu jābrauc uz darbu, daudzi brauc ar sabiedrisko transportu, darbiniekiem var būt jāiziet dzīves vietas apsekojumā, piem., krīžu situācijā, u.c. darbības, kas palielina infekcijas izplatības riskus. Dienesta telpās, lai arī izteikti mazāk kā ikdienā, tomēr darbinieku un kaut vai dažu klientu mijiedarbība pastiprina riskus. Ņemot vērā to, ka vīruss spēj izdzīvot vairākas dienas, atrodoties uz virsmām, ir nepieciešama virsmu un telpas dezinfekcija. Detalizēta informācija par to, kādi dezinfekcijas līdzekļi ir efektīvi, ir pieejama SPKC mājas lapā⁶. Sociālajā dienestā ir obligāti jābūt pieejamiem **gan roku dezinfekcijas līdzekļiem, gan virsmu dezinfekcijas līdzekļiem**. Rokas jāmazgā pēc iespējas biežāk, virsmas - pēc cilvēku apmeklējuma un, vēlams, darba dienas beigās. SPKC rekomendē pirms dezinfekcijas veikt **telpu mitro uzkopšanu** ar sadzīvē lietojamu tīrīšanas līdzekli.

⁶ Slimību profilakses un kontroles centrs. Tīrīšana un dezinfekcija. Pieejams <https://spkc.gov.lv/lv/tavai-veselibai/aktualitate-par-jauno-koronavi/tirisana-un-dezinfekcija>. Skatīts 28/03/20

Savukārt **telpu dezinfekcijai** rekomendē sagatavot 0.5% nātrija hipohlorīda (hlora) šķīdumu.

SPKC REKOMENDĀCIJAS, VEICOT TĪRĪŠANAS DARBUS TELPĀS, kas var būt piesārņotas ar COVID-19:

- Sejas maskas (FFP), 2. vai 3. klases respiratorus (FFP2 vai FFP3);
- Aizsargbrilles vai sejas aizsargu;
- Vienreizlietojamu, ūdensizturīgu halātu ar garām piedurknēm;
- Vienreizlietojamus cimdus.

Svarīgi ir rūpīgi attīrīt un dezinficēt visus priekšmetus un virsmas, kurām bieži pieskaras cilvēki, piemēram, durvju rokturus, krānus, sienas un logu virsmas, virsmas tualetēs, kā arī tālruņus, planšetdatorus, u.c. Nelielu virsmu apstrādei ieteicams lietot 70% etanola šķīdumu.⁷

2. Nepieciešamais tehniskais nodrošinājums tiešsaistes konsultācijām:

- Stacionārajam datoram ir papildus jābūt aprīkotam ar nepieciešamo programatūru (SKYPE, ZOOM, Microsoft Team u.c.) un video, audio nodrošinājumu.
- Tiešsaistēm ir svarīgs stabils interneta pieslēgums. Ja ir traucējumi vietējā interneta tīklā, tad ir efektīvi izmantot mobilā tālruņa “*mobīlā tīklāja*” iespēju.
- Tiešsaistes var organizēt arī, izmantojot mobilo tālruni (FB MASSANGER, WATSUP programmas piedāvā video sarunu iespējas).
- Portatīvajiem datoriem un mobilajiem tālruņiem vislabāk izmantot pastāvīgu pieslēgumu elektrības tīklam, jo video tiešsaistes konsultācijas ātri patērē bateriju.
- Darbiniekiem ir jābūt darba mobilajiem tālruņiem, nodrošinātiem ar bezlimita interneta pieeju.
- Portatīvie datori parasti jau ir nodrošināti ar visu nepieciešamo tiešsaistei, bet papildus jāinstalē tiešsaistes programmatūra.
- Vēlams laicīgi nodrošināties ar austiņām un pārbaudīt to kvalitāti, lai nodrošinātu labāku dzirdamību un konfidencialitāti.

ATTĀLINĀTAM DARBAM dienesta IT speciālists var nodrošināt piekļuvi darba datoram no mājām vai citas darba vietas.

3. Atbalsta nepieciešamība sociālajiem darbiniekiem.

SUPERVĪZIJU NODROŠINĀŠANA ārkārtējā situācijā ir ne tikai jāturpina, bet iespējams pat jāveic biežāk. Lielākā daļa supervizoru ir gatavi un jau ir pieredzējuši vadīt individuālās un grupas supervīzijas, kā arī turpina nodrošināt supervīzijas tiešsaistē. Prasiet supervizoriem, ar kuriem līdz šim notika supervīzijas, un vienojieties par tiešsaistes supervīziju nodrošināšanu. Vislabāk, ja turpināsiet jau ar tiem, ar kuriem esat strādājuši klātienē, bet, ja jums ir nepieciešamība, tad ir iespējas arī uzrunāt jaunu. Ņemot vērā sociālās distancēšanās noteikumus, izolētības sajūta ar katru nedēļu var pieaugt, tāpēc ir būtiski tikties

⁷ Slimību profilakses un kontroles centrs. Tīrīšana un dezinfekcija. Pieejams <https://spkc.gov.lv/lv/tavai-veselibai/aktualitate-par-jauno-koronavi/tirisana-un-dezinfekcija>. Skatīts 28/03/20

ar kolēģiem vai individuāli ar supervizoru un pārrunāt savas jūtas, bažas, grūtības. Ārkārtējas situācijas vienmēr ir vairāk vērstas uz “šeit un tagad” grūtību risināšanu un “darīšanu”, un supervīzijas ir tā vieta, kur piedzīvotais tiek pārdomāts, konceptualizēts, apzināts. Tas sniedz lielāku mieru, drošības un pārlicības sajūtu.

RŪPES PAR SEVI ir būtisks priekšnoteikums, lai sociālais darbinieks sevi pasargātu no izdegšanas. Krīžu situācijās sociālo darbinieku profesionālās vērtības un misijas sajūta var likt distancēties no personiskajām emocionālajām, fiziskajām vajadzībām. Ir nemitīgi jābūt kontaktā ar sevi, uzdodot sev jautājumus: “Vai es neesmu pārlietu noguris? Vai man nav nepieciešama pauze? Vai es fiziski labi jūtos? Kas mani uztrauc personiski? Kā es jūtos visā šajā situācijā? Kādi ir mani izaicinājumi? Ko es jau zinu, kam man ir īpaši jāpievērš uzmanība, lai par sevi parūpētos? u.c.

Ja jūs jūtaties fiziski slikti, tad jums ir par to jāziņo vadībai un jāievēro mājas režīms.

STRĀDĀŠANA MĀJĀS ienes savu specifiku. Dažkārt ir grūtāk nodalīt mājas un darba dzīvi. Ja jūs mājās esat slims, tad neturpiniet strādāt, kamēr jutīsieties vesels. Strādāšana mājās it kā no vienas puses ir vieglāka un jūs iegūstat vairāk laika un brīvās darba organizēšanas iespēju, bet ir daudzas nepatīkamās puses. Strādājot mājās, var būt grūtāk koncentrēties, lielāks nogurums no tiešsaistes darba, komunikācijas pa tālruni un daudz mazāk kustībām u.c. Tādēļ stingrāk jāievēro sevis disciplinēšanas noteikumi. Piemēram,

- celties vienā un tajā pašā laikā;
- pārplānot savus darbus, kad jūs veltīsiet laiku garākām konsultācijām, kad īsās, informatīvās sarunas, kad strādāsiet ar dokumentiem, kad plānosiet tiešsaistes sapulces ar sadarbības partneriem, kolēģiem, darba pauzes utml.;
- ielānot laiku fiziskām aktivitātēm;
- sagatavoties tā, it kā Jūs ietu uz darbu, minimāli mainot savu rīta rituālu;
- apģērbties ērtās drēbēs, jo gandrīz visu dienu būs jāpavada pie datora vai tālruņa;
- iekārtot sev darbavietu, kur jūs nevar traucēt ģimenes locekļi un mājdzīvnieki, nav lieku trokšņu;
- daļa tiešsaistes programmu piedāvā iespēju padarīt miglainu telpas fonu, bet ne visas.
- ja jūs strādājat video režīmā, tad iepriekš apskatieties, ko jūsu klients redzēs fonā. Vai tas jūs apmierina? Vai vēlaties kaut ko mainīt? Jo mazāk informācijas no jūsu personiskās dzīves, jo labāk.
- ievērojiet 10 minūšu pauzes katru stundu un pusdienu pauzes.

Sociālo darbinieku ģimenēm ar bērniem gadījuma vadīšana COVID-19 ārkārtējas situācijas apstākļos.

Daudzi dienesti ir vai nu vienojušies par noteiktu kārtību, kā sociālajiem darbiniekiem rīkoties, vai izstrādājuši rakstisku kārtību. Kā piemēru, Pielikumā Nr.1 pievienojam Siguldas novada pašvaldības izstrādāto darba kārtību ārkārtējos apstākļos sociālajiem darbiniekiem. Mazākos dienestos sociālajiem darbiniekiem ģimenēm ar bērniem nav speciālu norāžu.

Uz daudziem jautājumiem, kas skar nākotnes attīstību, atbilžu vēl nav. Tādēļ ir svarīgi uzturēt pastāvīgu komunikāciju ar sociālo darbinieku kopienu: sociālajiem darbiniekiem citās pašvaldībās, citās institūcijās un organizācijās, tālākizglītības programmās iepazītajiem kolēģiem “ģimenistiem”, sociālo darbinieku biedrības biedriem utml.

KLASIFICĒŠANA UN PRIORITIZĒŠANA Sociālo darbinieku darba saturs būtiski nemainās, bet mainās ārējie apstākļi un tā forma. Tas nozīmē, ka būtu svarīgi veltīt laiku savu klientu lietu un darāmo laiku klasificēšanai. Iziet cauri savu klientu lietām, domājot par ārkārtējas situācijas izraisītajiem apstākļiem un katras ģimenes spējām tikt galā ar šiem apstākļiem. Katrs sociālais darbinieks labi zina savus klientus. Daži klasificēšanas kritēriju piemēri jau tika aprakstīti iepriekš.

Primāri jāpievērš uzmanība ģimenēm ar bērniem, kur aprūpētajiem jau iepriekš ir bijušas adaptēšanās un pamatvajadzību nodrošināšanas grūtības, kas saistītas ar aprūpētāja atkarības problēmām, garīgas vai psihiska rakstura traucējumiem, ilgstošu nabadzību un izteiktu resursu trūkumu.

Kā papildu kritēriju pazīmes, kas paaugstina pamatvajadzību nodrošināšanas grūtības un palielina apdraudējuma riskus bērnam, ir:

- Vientuļš vecāks ar diviem un vairāk bērniem;
- Vientuļš vecāks ar sociālās izolētības pazīmēm;
- Vientuļš vecāks jaunieši 18 + ar vāju resursu sistēmu, prasmēm, sociālās izolētības pazīmēm;
- Vientuļš aizbildnis ar diviem un vairāk aizbilstamajiem bērniem;
- Fiziskās veselības problēmas aprūpētajam;
- Bērni ar psihiskām saslimšanām vai garīgās attīstības traucējumiem;
- Ģimenes, kuru bērni atgriezušies no speciālajām internātskolām, internātskolām, diennakts bērnudārziem;
- Bērni (jaunieši), kuriem ir sastādīti sociālās korekcijas plāni un/vai kuri piedalās probācijas, VP/PP profilaktiskos/uzraudzības pasākumos, t.sk. likumpārkāpumu seku novēršanas programmās;
- Bērni, jaunieši, kuri ir klaiņošanas riskā, vardarbības (veicēji vai upuri) epizodēs;
- U.c.

SOCIĀLAIS DARBS AR ĢIMENĒM ĀRKĀRTĒJOS APSTĀKĻOS

Ārkārtējie apstākļi ietekmē gan sociālos darbiniekus, gan viņu klientus. Katra cilvēka reakcijas var būt līdzīgas, bet rīcība – atšķirīga.





KAS JĀŅEM VĒRĀ SOCIĀLAJAM DARBINIEKAM ĀRKĀRTĒJOS APSTĀKĻOS DARBĀ AR ĢIMENI

Pievērst uzmanību klienta reakciju dinamikai

Pārdomājiet, kā ārkārtējos apstākļos mainās klienta uzvedība un emocionālās reakcijas. Vai klients kļūst pasīvais, bezcerīgāks, satrauktāks vai gluži otrādi – hiperaktīvs, mobilizēts. Kas notiek ģimenes attiecību dinamikā – tās kļūst ciešākas, atbalstošākas, konfliktējošākas, distancētākas? Vai man tas šobrīd ir jāatspoguļo vai arī man ir vēl jānovēro un papildus jāizvērtē?

Mēģināt izprast uzvedības motīvus

Jebkura cilvēka reakcija krīzes apstākļos ir normāla, jo pati krīze un ārkārtēji apstākļi nav norma. «Neuzķerieties» un nereaģējiet uz klienta ārējām izpausmēm (dusmām, panīku, izmisumu, bezspēcību, nespēku u.c.). Ļaujiet piedzīvot jūtas, nosaucot tās vārdos un palīdzot tās labāk apzināties un pieņemt. Domājiet par to, kas rada agresiju vai konfliktus, kādas jūtas, vajadzības un motīvi ir aiz redzamā un kāda veida atbalsts klientam būtu noderīgākais. Par to, kas notiek šodien, var domāt arī jūsu sadarbības dinamikas kontekstā.

Būt mierīgam un reālam

Viens no nozīmīgākajiem atbalsta resursiem ģimenēm ar bērniem, kas sniedz lielu drošības sajūtu, ir mierīgs, reāls un konsekvents sociālais darbinieks. Tādēļ rūpējieties par sevi, lai varat tāds būt un sniegt atbilstošu atbalstu. Ārkārtējos apstākļos ir viegli identificēties ar Glābēja vai Varoņa lomu, kas mazina klienta pašnoteikšanās spēju un palielina viņa bezpalīdzības sajūtu, Upura lomu.

Pēc iespējas saglabāt esošās vienošanās un sadarbību

Gadījuma vadīšanas saturs būtiski nemainās, mainās forma – sociālās distancē ievērošana, tiešsaistes video konsultācijas, telefona sarunas, saziņa Tsiņiņas u.c. Mēģiniet par katrām izmaiņām sadarbības vienošanās vai sadarbības plānā atsevišķi vienoties. Kopā ar klientu pārdomāt un vienoties, kādā veidā uzdevumus var pielāgot esošajiem apstākļiem. Melkējiet priekšrocības, ko sniedz esošie apstākļi. Tādi ir!

“Sociālo darbinieku ģimenēm ar bērniem rīcība ārkārtas apstākļos”

DOKUMENTĀCIJA

Sarunu aprakstiem, rehabilitācijas plāniem, konsultācijām u.c. dokumentiem parakstus nav nepieciešams iegūt. Vairāk fiksējiet savas darbības elektroniski. Veidojiet kopējos dienas pierakstus, jo klienta lietas var nebūt pieejamas. Ja ir kādi termiņi par kuriem uztraucieties, tad piefiksējiet klienta lietā vai pierakstos, ka tas šobrīd ir atlikts.

Svarīgi ir identificēt ģimenes, kurām ir grūtāk pielāgoties apstākļiem un, kurām, bez papildus atbalsta, var pasliktināties pamatvajadzību nodrošinājums un paaugstināties apdraudējuma riski bērniem.



MĀJAS VIZĪTE

Ja ir informācija par fizisku, seksuālu vai psiholoģisku vardarbību pret bērnu. Pēc saņemtās informācijas sociālais darbinieks izvērtē vai ir jāpiesaista BT, policija.

Ja mājas vizīte ir jāveic, tad ir jāievēro visi drošības pasākumi. Ja to nav iespējams nodrošināt, tad mājas vizītē iet nedrīkst.

VISAS MĀJAS VIZĪTES, kuras nav saistītas ar krīzes situācijām ir JĀATCEĻ!

Ģimenes ar zīdaiņiem un maziem bērniem.



Īpaši vientuļas, sociāli izolētas jaunās māmiņas. Vientuļie vecāki ar zīdaiņiem un citiem dažāda vecuma bērniem līdz 12 gadu vecumam. Vecāki ar atkarības problēmām vai garīga un psihiska rakstura traucējumiem t.sk. depresiju, panikas un citām krīzes reakcijām.

Ģimenes ar diviem un vairāk skolniekiem līdz 12 gadiem.



Īpaši vientuļās mātes vai tēvi, aizbildnes–vecāka gada gājuma vecmāmiņas, kuras vienas audzina bērnus, vecāka gada gājuma aizbildņi, vecāki ar atkarības problēmām vai garīga un psihiska rakstura traucējumiem t.sk. depresiju, panikas un citām krīzes reakcijām.

Ģimenes ar bērniem, kurās aprūpētājiem ir ilgstošas problēmas un, kuras bez atbalsta pakalpojumiem nevar nodrošināt bērnam drošu vidi.



Ģimenes ar bērniem, kurās vecākiem ir darbs gan ārpusmājas, gan mājās, kā arī tiem, kuri ir zaudējuši darbu, ienākumus.

SOCIĀLIE DARBINIEKI, LŪDZU RŪPĒJĒTIES ARĪ PAR SEVI!

Sociālā darbinieka primārās rūpes ir par saviem klientiem – ģimenēm ar bērniem. Tas ir ļoti daudz! Sociālo darbinieku ģimenēm ar bērniem redzes lokā ir ģimenes, kurās bērna aprūpes nodrošināšanas grūtības ir saistītas ar vairākiem faktoriem, ar aprūpētāju garīga vai psihiska rakstura traucējumiem, atkarību, ilgstošu nabadzību un resursu trūkumu. Ārkārtējos apstākļos šīs ģimenes pielāgojas lēnām un ar grūtībām.

Kritiski jāizvērtē papildus funkciju uzņemšanās (piem., ja šobrīd zināmās – datoru sagādāšana, skolnieku mācību materiālu printēšana, skolnieku apzvanīšana kādēļ viņš nav bijis dienu e-klasē, pārtikas izvadāšana, sociālās palīdzības organizēšana, darbs ar citām klientu grupām u.c.). Tas var atņemt laiku Jūsu klientam – sarunai ar vecākiem, bērniem, atbalsta un informācijas sniegšanai.



Gadījuma vadīšana ārkārtas situācijā SOCIĀLAJĒM DARBINIEKIEM ĢIMENĒM AR BĒRNIEM

DROŠĪBA

- Sociālā distancēšanās!
- 2 cilvēki – 2 metri!
- Informācija no uzticamiem avotiem par COVID-19!
- Roku mazgāšana un dezinfekcija!
- Virsmu dezinfekcija darbā!
- Maksimāls uzsvars attālinātam un tiešsaistes darbam līdz ārkārtējās situācijas termiņa beigām!

RŪPES PAR SEVI

- Rūpes par sevi ir rūpes par citiem!
- Ja jūties fiziski slikti nestrādā!
- Ja jūti izdegšanas, panikas, akūtas krīzes reakcijas meklē palīdzību!
- Jo ilgāk būsi vesels sociālais darbinieks, jo vairāk varēsi palīdzēt citiem!

PALĪDZĪBA ĢIMENEI AR BĒRNIEM

- Lielākās grūtības ir ģimenēm ar 2 un vairāk skolniekiem.
- Var saasināties ģimenes konflikti, vardarbība.
- Pieaug bērnu un jauniešu klaiņošana, pulcēšanās.
- Augstāki riski ir ģimenēm, kurām jau iepriekš bija vāji resursi un prasmes.
- Ģimenēm nepieciešams atbalsts, informācija un padoms.
- Palielinās uzmanība uz ģimenes pamatvajadzību nodrošināšanas iespējām un vecāku psiholoģiskā stāvokļa izmaiņām.

GADIJUMA VADĪŠANAS PROCESS

- Mainās apstākļi un forma, nevis sociālā darba profesionālās robežas, vērtības un darba saturs.
- Prioritizē klientu lietas.
- Vizītes mājās dodies situācijās, kad esi argumentēti izsvēris nepieciešamību. Vēlams katru situāciju pārrunāt ar kolēģi.
- Sakārto prioritātes un savas iespējas gadījuma vadīšanā.
- Izmanto video tiešsaistes iespējas.
- Ārkārtas apstākļos palielinās atbalsta nevis kontroles funkcija.
- Izmanto situāciju attiecību stiprināšanai.

powered by

 PIKTOCHART

APSEKOŠANA jeb MĀJAS VIZĪTES

Sociālā darbinieka mājas vizītes ārkārtējos apstākļos ir pieļaujamas tikai tad, ja ir informācija **par akūtām krīzes situācijām**, kas ietver informāciju un/vai faktus par notiekošu:

- fizisku, seksuālu, psiholoģisku vardarbību pret bērnu ģimenē;
- par akūtu pamatvajadzību trūkumu, īpaši, ja ģimenē ir zīdaiņi un mazi bērni;
- par psihisko un/vai garīgo traucējumu saasināšanos bērna (-u) aprūpētājam, kā rezultātā var ciest bērns;

Sociālā darbinieka klientu mājas vizītes nepieciešamību krīzes situācijās var noteikt pats sociālais darbinieks, jo dažkārt krīzes situācijās ir lietderīgāk izsaukt ātro palīdzību vai policiju.

Mājas vizītes, kuru mērķis ir **gadījuma sākotnējā izvērtēšana**, konsultēšana, ģimenes locekļu mijiedarbības izvērtēšana, sadzīves vides apstākļu izvērtēšana, līdz kamēr valstī darbojas izsludinātie ārkārtējās situācijas noteikumi, **ir jāatceļ**. Šis noteikums šobrīd ir jāņem vērā, lai pasargātu ģimenes locekļus, sociālo darbinieku un citus cilvēkus no infekcijas izplatības riskiem.

Sociālā darbinieka galvenais uzdevums ir izvērtēt pirmreizējo informāciju, **vai situācija ir raksturojama kā akūta un krīžu situācija** un kuru speciālistu iesaistīšanās šobrīd ir vislietderīgākā. Atbildot uz šiem jautājumiem, sociālais darbinieks pats pieņems lēmumu, vai viņam ir jāpiedalās mājas vizītē, vai šobrīd ir efektīvi iet kopā ar policiju, BT, vai būtu labāk, ka akūtas situācijas risināšanā iesaistās tikai VP/PP, BT, bez sociālā darbinieka iesaistes. Mājas vizītē dodas viens pārstāvis vai no BT, vai VP/PPs, vai SD ĢB, ievācot informāciju arī citiem sadarbības grupas kolēģiem. Ja viena darbinieka mājas vizītes apmeklējums ir saistīts ar augstu apdraudējumu darbiniekam, tad otrs pārstāvis būs no VP/PP. Jāizvērtē, vai šādā gadījumā VP/PP var veikt mājas vizītes uzdevumu vienpersoniski, neiesaistot SD ĢB vai BT.

Ja darbavieta nenodrošina pilnu aizsardzību, lai sociālais darbinieks varētu uzturēties klienta dzīves vietā, tad sociālais darbinieks var atteikties apmeklēt to, vienojoties par vēlāku laiku.



Kā pieņemt lēmumu, vai doties mājas vizītē vai klātienē tikties ar klientu?

Viens no būtiskākajiem aspektiem SD ĢB ir darbs ar klientu, t.sk. dzīves vietā, konsultācijas, izvērtēšanas un vienošanās process klātienē, utml. Ārkārtējās situācijas laikā, šķiet, ka ar klientu klātienes tikšanās ir „aizliegtas”, bet pirmās 3 nedēļas ārkārtējās situācijas laikā pierāda, ka ir situācijas, kad attiekties no klātienes tikšanās nevar, jo ir apdraudējums kādam no ģimenes locekļiem vai bērnam, riski ir pārāk augsti vai nav alternatīvas darba metodes! Jānorāda, ka inficēšanās var būt abpusēja: gan SD ĢB var inficēt klientu un klienta ģimeni, gan otrādi.

Piedāvājam trīs kritēriju grupas, kas palīdzētu pieņemt lēmumu. Visās grupās jābūt pozitīvam lēmumam par tikšanos klātienē.

1. SD ĢB lēmums:

Var domāt par tikšanos ar klientu klātienē	Nevajadzētu domāt par tikšanos ar klientu klātienē
<input type="checkbox"/> Nav riska grupā (veselība, vecums, mājās nav riska grupas ģimenes locekļu); <input type="checkbox"/> Jūtas droši un vesels, t.sk. nav aizdomu par kontaktu ar COVID-19 inficētu cilvēku; <input type="checkbox"/> Ir nodrošināti atbilstoši aizsarglīdzekļi; <input type="checkbox"/> SD ĢB piekrīt klātienes tikšanās reizei.	<input checked="" type="checkbox"/> Ir riska grupā (veselības traucējumi, vecums, mājās ir riska grupas ģimenes loceklis, ir bijis ārzemēs); <input checked="" type="checkbox"/> Ir bijis kontaktā vai ir aizdomas, ka ir bijis kontaktā ar COVID-19 inficētu cilvēku; <input checked="" type="checkbox"/> Ir dažādas saslimšanas pazīmes, t.sk. saaukstēšanās; <input checked="" type="checkbox"/> Ir bailes, stress un pretestība; <input checked="" type="checkbox"/> Nav aizsarglīdzekļu (sejas maska, <i>respirators</i> , cimdi, dezinfekcijas līdzeklis).

2. Ar klientu saistīts lēmums:

Var domāt par tikšanos ar klientu klātienē	Nevajadzētu domāt par tikšanos ar klientu klātienē
<input type="checkbox"/> Ir augsta riska grupā un apdraudējums vai aizdomas par apdraudējumu bērnam vai citiem ģimenes locekļiem; <input type="checkbox"/> Jūtas droši un vesels, t.sk. nav aizdomu par kontaktu ar COVID-19 inficētu cilvēku; <input type="checkbox"/> Klientam ir pieejami aizsarglīdzekļi, maska vai dezinfekcijas līdzeklis tikšanās laikā, t.sk. sociālais dienests to var nodrošināt; <input type="checkbox"/> Klients (ģimene) piekrīt klātienes tikšanās reizei, ja attiecināms.	<input checked="" type="checkbox"/> Pēc klienta klasifikācijas nav pirmā līmeņa; <input checked="" type="checkbox"/> Pie klienta ir bijis cits sadarbības partneris un konstatējis faktus, piemēram, BT vai VP/PP; <input checked="" type="checkbox"/> Klients ir bijis kontaktā vai ir aizdomas, ka ir bijis kontaktā ar COVID-19 inficētu cilvēku vai bijis ārpus Latvijas; <input checked="" type="checkbox"/> Ir dažādas saslimšanas pazīmes, t.sk. saaukstēšanās; <input checked="" type="checkbox"/> Klientam ir bailes un stress inficēties. Pilnīgs noraidījums; <input checked="" type="checkbox"/> Klientam nav pieejami (nodrošināti) aizsarglīdzekļi (sejas maska, dezinfekcijas līdzeklis).

3. Lēmums saistīts ar darba metodēm un vidi:

Var domāt par tikšanos ar klientu klātienē	Nevajadzētu domāt par tikšanos ar klientu klātienē
<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Klientam ir grūtības izprast situāciju un izmantot tiešsaistes, konsultācijas pa tālruni;<input type="checkbox"/> SD ĢB, izvērtējot riskus, skaidri izprot, ka klātienes tikšanās ir labākais klientam, un veiksmīgāk sasniedz izvirzīto mērķi. Tas būs labākais klientam un gadījuma vadīšanā;<input type="checkbox"/> Ir telpa, var būt āra vide, kurā var ievērot distanci 2 m, vai iekštelpa, kur var nodrošināt telpas dezinfekciju, vēdināšanu un klienta vieglu piekļuvi. Piemēram, telpā var būt aizsargstikls vai plastikāta polikarbonāta aizsegs (kā veikalos pie kasēm), lai ierobežotu „pilienvēida infekcijas” izplatīšanos.	<ul style="list-style-type: none"><input checked="" type="checkbox"/> Klātienes tikšanās var aizvietot ar tiešsaistes sarunu vai sarunu pa tālruni, un tas neietekmē mērķi, bērna drošības u.c. augstos riskus;<input checked="" type="checkbox"/> Birokrātiskās procedūras, piemēram, paraksti, iesniegumi vai pārtiku paku piegāde, nav pietiekami, lai tiktos klātienē. Var atrast citu veidu, kā parakstīt dokumentu vai saņemt pārtiku;<input checked="" type="checkbox"/> Ar klientu jau strādā kāds no sadarbības grupas kolēģiem vai sociālā pakalpojuma sniedzējiem, piemēram, ģimenes asistents vai pedagoga palīgs attālinātā mācību procesā.<input checked="" type="checkbox"/> Nav drošas, distanci nodrošinošas telpas un dezinfekcijas prasību nodrošinājuma.

Saskarsme ar klientu:

- ⇒ Izveidojiet riska klientu sarakstu, tādējādi prioritizējiet no augstākā līdz zemākiem riskiem vai klasificējiet pēc iepriekš tekstā norādītiem kritērijiem;
- ⇒ Sazinoties ar ģimeni, vēlams laikā, par ko esat iepriekš vienojušies (telefoniski, e-pastā, WhatsApp u.c.). Izveidojiet sarunas kārtību, lai tā būtu strukturēta un mērķtiecīga. Pastāv iespēja sniegt emocionālo atbalstu (uzklausīt, atbalstīt) vecākam grūtībās, kurās tas nonācis esošajā situācijā. Būs klienti, ar kuriem katru dienu neilga saziņa palīdzēs neieslīkt alkohola lietošanas vai vardarbības epizodēs. Ja ir iespēja izmantot video zvanu (WhatsApp, zoom, skype), var lūgt atļauju sasveicināties un ieraudzīt visus ģimenes locekļus, tādējādi pievēršot uzmanību gan bērniem, gan dzīves vietas videi;
- ⇒ Sazinoties ar ģimeni, ģimenei tiek nosūtīta un sniegta informācija par SPKC rekomendācijām un informatīvajiem materiāliem, skatīt tekstā iepriekš.
- ⇒ Ja SD ĢB strādā ar vienām un tām pašām ģimenēm, kur klātienēs tikšanās ir obligātas un neizbēgamas (Krīžu centros, Ārpusģimenes aprūpes atbalsta centros, darbā ar krīžu ģimenēm), tad sociālajam darbiniekam jāievēro pašizolācija ar ierobežotu saskarsmi ar ārpasauli, bet paliek kopā ar klientu grupu. Piemēram, SD ĢB, kurš strādā riska ģimeņu atbalsta centrā, kur klienti uzturas 24/7, uz karantīnas laiku apņemas ierobežot kontaktus ar ārpasauli no mājām uz darbu un atpakaļ, pārtiku un citas rūpes ar ikdienu var uzņemt nodrošināt kāds kolēģis, kurš nav saskarsmē ar klientu (piemērs no Lielbritānijas www.communitycare.co.uk). Tāds kā apgrieztais modelis, jo klients tai mirklī ir kā ģimenes loceklis, kuru vajag pasargāt.
- ⇒ Sazinoties ar ģimeni, jānoskaidro vai un kāds ir nepieciešams atbalsts šajā situācijā, piemēram:
 - Kā ir mainījusies ģimenes ikdiena?
 - Kādas ir grūtības, ar kurām ģimene saskaras, kā tās risina, par ko satraucas?
 - Kāda praktiska palīdzība ir nepieciešama tūlīt?
 - Kas notiek ar pamatvajadzībām: ēdienu, naudas resursiem, drošību, bērna izglītošanās procesu? Kā tas ietekmē vecākus?
 - Kādas izmaiņas ir prognozējamas, kāds varētu būt nepieciešamais atbalsts pēc nedēļas vai divām?
 - Vai bērnam ir iespēja mācīties, kādi ir resursi, kā to organizē, vai ir kāds, kurš palīdz mazākiem bērniem, vai lielākie ir spējīgi organizēties paši? Ja ģimenē ir vairāki bērni, tad kā to risina? Ko skolotāja par to saka – vai viņa sazinās ar bērnu?
 - Ja vecāki strādā un bērns ir zem 7 gadu vecuma, vai ir pietiekams drošības atbalsts pa to laiku, kamēr vecāks strādā? Vai ir droša vide?
 - Kāda situācija vecākiem ar darbu? Kāda ir darba vietas attieksme?
 - Vai bērns tiek ar citiem bērniem, jauniešiem, ko viņi dara, kur iet? Vai ir dezinfekcijas līdzekļi, vai ir pārrunāts par drošības aspektiem, lai mazinātu COVID-19 riskus?
 - Kādas ir emocionālās grūtības, kā klients jūtas, kā izskaidro situāciju, kas valstī notiek? Vai ir nepieciešama psihologa vai psihosociāla konsultācija pa tālruni vai tiešsaistē (skype, zoom, WhatsApp)? Vai var to noorganizēt?
- ⇒ Sazinoties ar ģimeni, tai tiek sniegta informācija par aktuālajām atbalsta saņemšanas iespējām pašvaldības, valsts un NVO, kā arī pārliecināties, vai ir informācija par bezdarba/dīkstāves atbalsta saņemšanas kārtību? Sazinoties ar vecākiem, kuriem ir garīga rakstura traucējumi, aktuālo informāciju par bērnu aprūpi un palīdzības un atbalsta saņemšanas iespējām sagatavot vieglajā valoda, kā arī sniegt informāciju, kur var atrast nepieciešamo informāciju par ārkārtējās situācijas ierobežojumiem, kā arī atbalsta saņemšanas iespējām ģimenei, pieaugušajiem un bērniem.

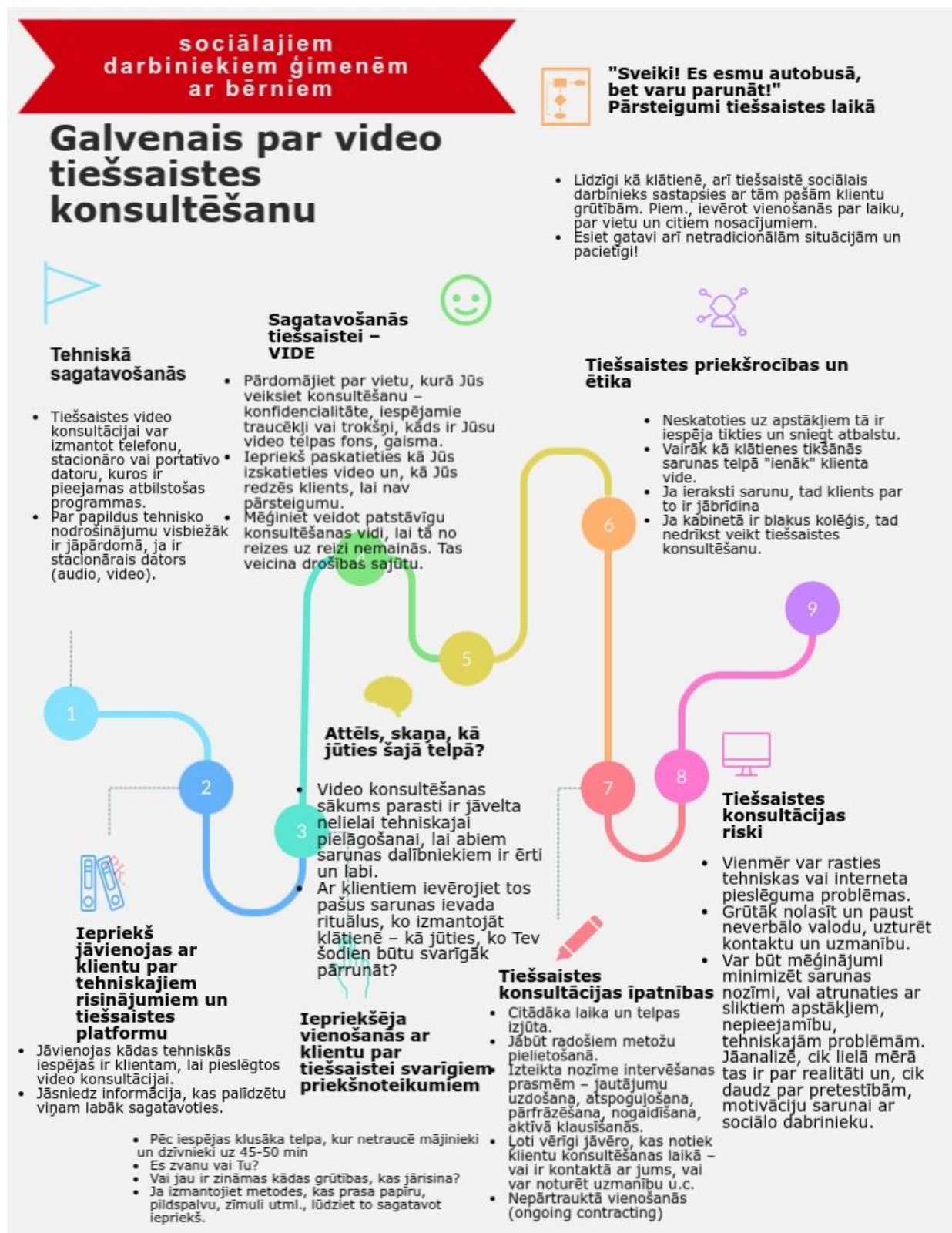
-
- ⇒ Sazinoties ar ģimeni, visiem tās locekļiem - gan pieaugušajiem, gan bērniem - jānodrošina iespēja piekļūt informācijai par krīzes un uzticības tālruniem. Izskaidrojot un informējot, kur vērsties un kā rīkoties, ja saskaras ar konfliktsituācijām un ar vardarbību. Papildus skatīt LR LM izstrādāto metodiku sociāliem darbiniekiem vardarbības gadījumos⁸.
 - ⇒ Sazinoties ar ģimeni, sociālais darbinieks pārrunā jautājumus, kas saistīti ar bērna/u aprūpes un audzināšanas nodrošināšanu (vai un kāds nepieciešams atbalsts šajā jautājumā). Sazinoties ar vecākiem, informēt par piešķirto pakalpojumu turpmāku saņemšanas kārtību (piemēram ģimenes asistents, psihologs) Gadījumā, ja nav iespējams nodrošināt pakalpojumus klātienē vai alternatīvas (piemēram, psihologa konsultācijas attālināti), sociālais darbinieks kopā ar ģimeni izvērtē iespējamās grūtības, kas var rasties, ģimenei pārtraucot kāda pakalpojuma saņemšanu.
 - ⇒ U.c.jautājumi atbilstoši katras ģimenes individuālajai situācijai

⁸ publicētās metodika vardarbības gadījumos: <http://www.lm.gov.lv/lv/es-finansejums/lm-istenotie-projekti/aktualie-projekti/profesionala-sociala-darba-attistiba-pasvaldibas-nr-9-2-1-1-15-i-001/metodiskais-atbalsts-nr-9-2-1-1-15-i-001/16080-es-finansejums/lm-istenotie-projekti/aktualie-projekti/profesionala-sociala-darba-attistiba-pasvaldibas-nr-9-2-1-1-15-i-001/91621-metodiskie-materiali>

On-line (tiešsaistes) tikšanās organizēšana

1. Pirms tiešsaistes tikšanās vienojieties par laiku un vai ir nepieciešamie tehniskie un vides nodrošinājumi. Vai jūs esat abi reģistrējušies tiešsaistes platformā, vai ir pieejama aplikācija?
2. Pārliecinieties, vai jūs ievērojat konfidencialitātes telpas un vides nosacījumu, vai klientam ir droša vide, kurā brīvi var runāt. Viskonfidencialāk ir, ja ir droša telpa, mikrofons, austiņas, video, tas var būt arī mobilais tālrunis, piemēram, *WhatsApp* sarunā ar video zvanu. Ne vienmēr jābūt tiešsaistes video zvanam, var būt parasta telefona saruna, īpaši, ja klients ir pazīstams un sadarbība nav pirmreizēja.
3. Sarunas sākumā vienojieties ar klientu, par ko būs saruna, ko vajadzētu izrunāt un kāds ir sarunas mērķis, cik ilgi plānojat šo sarunu.
4. Ja sarunu ierakstāt, piemēram, ZOOM platformas režīmā, tad informējiet klientu, kādam nolūkam tas tiek veikts un kā informācija tiks izmantota, t.sk. pēc personas datu aizsardzības regulas. Ja pierakstāt rakstiski, tad informējiet par to, kur šis pierakstu materiāls stāvēs, kā tiks izmantots?!
5. ZOOM vai Skype vide. Katrs dalībnieks var pieslēgties no savas puses, arī telefonā, tāpat var nodrošināt starpprofesionālo tikšanos, t.sk. ar klienta klātesamību;
6. Video vēlams noregulēt tā, ka redz portretu – līdz krūtīm un varbūt pat iespēju redzēt rokas, žestus utml.
7. Ja strādājat ar grupu (klientu vai starpprofesionālu), ieteicamais grupas lielums 4-6 cilvēki. Var arī individuāli.
8. Daži noteikumi:
 - a. Runā pa vienam, var pacelt roku. Bilde ar skaņu var atšķirties 2 sek.;
 - b. Ja strādājat grupā, kamēr kolēģis stāsta savu situāciju, vēlams izslēgt mikrofoni, lai nav fona skaņas;
 - c. Ja strādā grupā, tad jābūt vienam, kurš vada procesu un dod vārdu katram dalībniekam;
 - d. Pie rokas jābūt papīram un pildspalvai, lai var veikt pašrefleksiju, jautājumus, pierakstus, uzdevumus;
 - e. Chat (čātā) var rakstiski uzdot jautājumus sarunas laikā.

Attēls: Galvenais par tiešsaistes konsultēšanu




Apdraudējuma identificēšana

Apdraudējuma identificēšana arī ir viena no būtiskām pirmreizējās izvērtēšanas sastāvdaļām. Ar apdraudējuma situāciju var raksturot tāds cilvēka apstākļus, kas dotajā brīdī izraisa vai ir tikko izraisījuši akūtu dzīvībai un veselībai bīstamu situāciju.

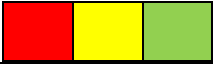
Atšķirībā no apdraudējuma riskiem apdraudējuma situācija ir akūta, **“šeit un tagad”** bīstama un apdraudoša cilvēkam (izteikts fizisks ievainojums; fiziska vardarbība ar fiziskiem ievainojumiem; akūts fiziskais vājums un bezspēcība; akūta; dzīvībai bīstama situācija, nespēja pašam parūpēties par sevi apdraudējuma situācijā u.c.).

Pašpārbaudes jautājumi sociālajam darbiniekam par akūtas apdraudējuma situācijas identificēšanu ir aplūkojami tabulā zemāk. Ja **kaut viens no jautājumiem ir atzīmējams ar sarkano** indikatora krāsu, tad nekavējoties ir jāiesaista atbilstoši speciālisti – ātrā palīdzība, VP/PP, BT, bērna un/vai vecāka nogādāšana drošā vietā. **Ja atbildes ir ar dzeltenās krāsas indikatoru**, tas nozīmē, ka sociālajam darbiniekam ir šaubas par ārkārtējas rīcības nepieciešamību, bet apdraudējuma riski pastāv. Tas nozīmē, ka tuvākajā laikā ir jāizvērtē aprūpētāju spējas novērst esošos apdraudējumus, aprūpētāju rīcības adekvātums mazinot apdraudējuma situāciju, iespējamās situācijas prognozes un iespējamo atbalsta resursu ģimenē vai ārpus tās piesaiste. Sociālajam darbiniekam jāpārrunā situācija ar citiem ģimenes locekļiem un citiem speciālistiem, lai pēc iespējas ātrāk pieņemtu lēmumu. **Ja atbildes ir ar zaļās krāsas indikatoru**, tad var secināt, ka pirmreizējā informācija ir bijusi pārspīlēta vai neatbilstoša reālajai situācijai ģimenē. Ar ģimeni ir jāpārrunā šī situācija. Vēlams arī sazināties ar ģimeni nākamajā dienā.

3.tabula „Apdraudējuma identificēšana”

Ja par ģimenes situāciju sociālajam darbiniekam tiek paziņots no formālā vai neformālā informācijas avota:	
Vai pirmreizējā informācija norāda, ka ir nepieciešama neatliekama, tūlītēja rīcība, lai novērstu akūtus dzīvības un veselības apdraudējumus bērnam?	
Vai pirmreizējā informācija norāda, ka ir nepieciešama neatliekama, tūlītēja rīcība, lai novērstu apdraudējumu pieaugušajam ģimenes loceklim?	
Vai sociālajam darbiniekam par situāciju nekavējoties būtu jāziņo BT un/vai VP/PP?	
Vai pirmreizējā informācija norāda, ka ir nepieciešama neatliekama, tūlītēja rīcība, lai izvērtētu akūtu dzīvības un veselības apdraudējumu pieaugušajam?	
Ja ģimenes situāciju sociālais darbinieks izvērtē klātienē:	
Vai bērnam ir novērojamas akūta apdraudējuma pazīmes?	
Vai aprūpētājam ir novērojamas akūta apdraudējuma pazīmes?	
Vai ģimenē novērojamie apdraudējumi norāda, ka ir nepieciešama neatliekama, tūlītēja rīcība, lai novērstu akūtu dzīvības un veselības apdraudējumu bērnam?	
Vai ģimenē novērojamie apdraudējumi norāda, ka ir nepieciešama neatliekama, tūlītēja rīcība, lai novērstu akūtu dzīvības un veselības apdraudējumu pieaugušajam?	
Vai nekavējoties ir jāizsauc ārkārtas palīdzība - VP/PP un/vai ātrā palīdzība bērnam vai pieaugušajam, lai novērstu apdraudējumu?	
Ja ģimenē ir zīdainis un bērns (-i) līdz 3 gadu vecumam. Vai bērnam ir novērojama akūts apdraudējums un ir nepieciešama tūlītēja rīcība?	

4.tabula „Jautājumi akūta stresa reakcijas uz krīzes situāciju izvērtēšanai”

Ja par situāciju tiek paziņots no formālā vai neformālā informācijas avota:	
Vai ģimenes situācija, par kuru tiek ziņots, ir saistīta ar akūta apdraudējuma situāciju, kur kādam no ģimenes locekļiem iespējamas akūta stresa reakcijas (<i>skatīt akūta stresa reakcijas pazīmes pēc slimību klasifikatora</i>)?	
Vai sociālais darbinieks, iepazīstoties ar sniegto informāciju par ģimenes situāciju, vērtētu to kā tādu, kura rada akūtas stresa reakcijas?	
Vai norādes uz krīzes situācijas iespējamību, eskalēšanos bija novērojamas jau iepriekš? (<i>Ja par šo ģimeni ir bijusi iepriekšējā informācija. Šis ir papildu jautājums, kas dod iespēju apzināties pazīmes, kuras jau iepriekš liecinājušas par iespējamu krīzes vai apdraudējuma eskalēšanos, tuvošanos</i>)	
Ja sociālais darbinieks ar situāciju saskaras klātienē:	
Vai kādam no ģimenes locekļiem esošajā situācijā ir novērojamas akūtas stresa reakcijas pazīmes?	
Vai sociālais darbinieks esošo ģimenes situāciju var vērtēt kā apdraudējuma un krīzes situāciju?	
Vai kādam no ģimenes locekļiem ir nepieciešama tūlītēja medicīniska palīdzība?	

Informācijas sagatavošanā izmantots:

1. Technical Note: Protection of Children during the Coronavirus Pandemic (v.1)
[https://www.unicef.org/media/65991/file/Technical%20note:%20Protection%20of%20children%20during%20the%20coronavirus%20disease%202019%20\(COVID-19\)%20pandemic.pdf](https://www.unicef.org/media/65991/file/Technical%20note:%20Protection%20of%20children%20during%20the%20coronavirus%20disease%202019%20(COVID-19)%20pandemic.pdf)
2. Protection of children during the coronavirus disease (COVID-19) pandemic: Technical note, mājas lapa Covid-19 laikā tiek aktualizēta katru dienu
<https://www.unicef.org/documents/technical-note-protection-children-coronavirus-disease-2019-covid-19-pandemic> skatīts 21.03.2020.
3. Minimum Standards for Child Protection in Humanitarian Action
<https://handbook.spherestandards.org/en/cpms/#ch001>
4. Guidance Note: Protection of Children during Infectious Disease Outbreaks.
https://alliancecpa.org/en/system/tdf/library/attachments/cp_during_ido_guide_0.pdf?file=1&type=node&id=30184

Citi resursi:

5. Child Protection Area of Responsibility Child Protection Resource Menu for COVID-19 A collection of child protection resources related to a COVID-19 response
https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/covid19_cp_aor_resource_menu_working_document_march2020.pdf iegūts 21.03.2020.
6. Key messages and actions for coronavirus disease (COVID-19) prevention and control in schools Operational guidance on protecting children and schools from COVID-19
https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/key-messages-and-actions-for-covid-19-prevention-and-control-in-schools-march-2020.pdf?sfvrsn=baf81d52_4 iegūts 21.03.2020.
7. IASC MHPSS Reference Group's Briefing Note about MHPSS Aspects of COVID-19 A briefing note about MHPSS aspects of the 2019 novel coronavirus (COVID-19) outbreak
<https://interagencystandingcommittee.org/iasc-reference-group-mental-health-and-psychosocial-support-emergency-settings/interim-briefing> iegūts 21.03.2020.
8. Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likums
9. Bērnu tiesību aizsardzības likums
10. Materiāli no metodikas darbam ar ģimenēm un bērniem (apdraudējuma riski)

Pielikumi

Pielikums Nr. 1 „Kādēļ ir nepieciešamas kopīgas vadlīnijas?”

Atbalsts un pieredzes apmaiņa.

Latvijā katra pašvaldība, katra iestāde un sociālā dienesta sociālie darbinieki ģimenēm ar bērniem rīkojas atbilstoši ārkārtas situācijas apstākļiem. Nevienam no mums nav bijusi iepriekšēja pieredze kā būtu labāk rīkoties. Labākais ko šādās situācijās var darīt ir sniegt savstarpēju atbalstu, iedrošinājumu un apmainīties ar pieredzi, grūtībām un veiksmīgajiem risinājumiem. Jau šodien ir atrisinātas daudzas situācijas, sniegta palīdzība daudzām ģimenēm Latvijas pašvaldībās un pastāv veiksmīgi un atbalstāmi prakses piemēri, kuri var noderēt kā atbalsts un palīgs citiem. Vadlīnijās ir iekļauta Latvijas pašvaldību pieredze un labākie pašvaldību, sociālo dienestu, bāriņtiesu un starpinstitutionālās sadarbības risinājumi ārkārtas apstākļos.

Vienots redzējums, laba koordinācija un precīzi risinājumi “šeit un tagad”.

Krīzes un ārkārtas apstākļos iestāžu un darbinieku rīcība vienmēr būs pielāgota situācijai un ir nepieciešamība pēc nestandarta risinājumiem. Taču no vienas puses tas rada daudz satraukuma vadībai, darbiniekiem, jo ir jāpārkāpj ierastā kārtība un neskaidrības rada daudzu normatīvu ievērošana. No otras puses dažādu iestāžu nekoordinēti, nestandarta risinājumi, vienai ģimenei var būt par daudz un radīt haosa sajūtu, mazināt uzticēšanos, vairot neapmierinātību. Pašvaldības institūciju darbība ir mērķēta uz savu iedzīvotāju drošības sajūtas vairošanu un nedrīkstētu radīt papildus trauksmi, neērtības un satraukumu. Vadlīnijas sniedz universalizētus, vienotus principus.

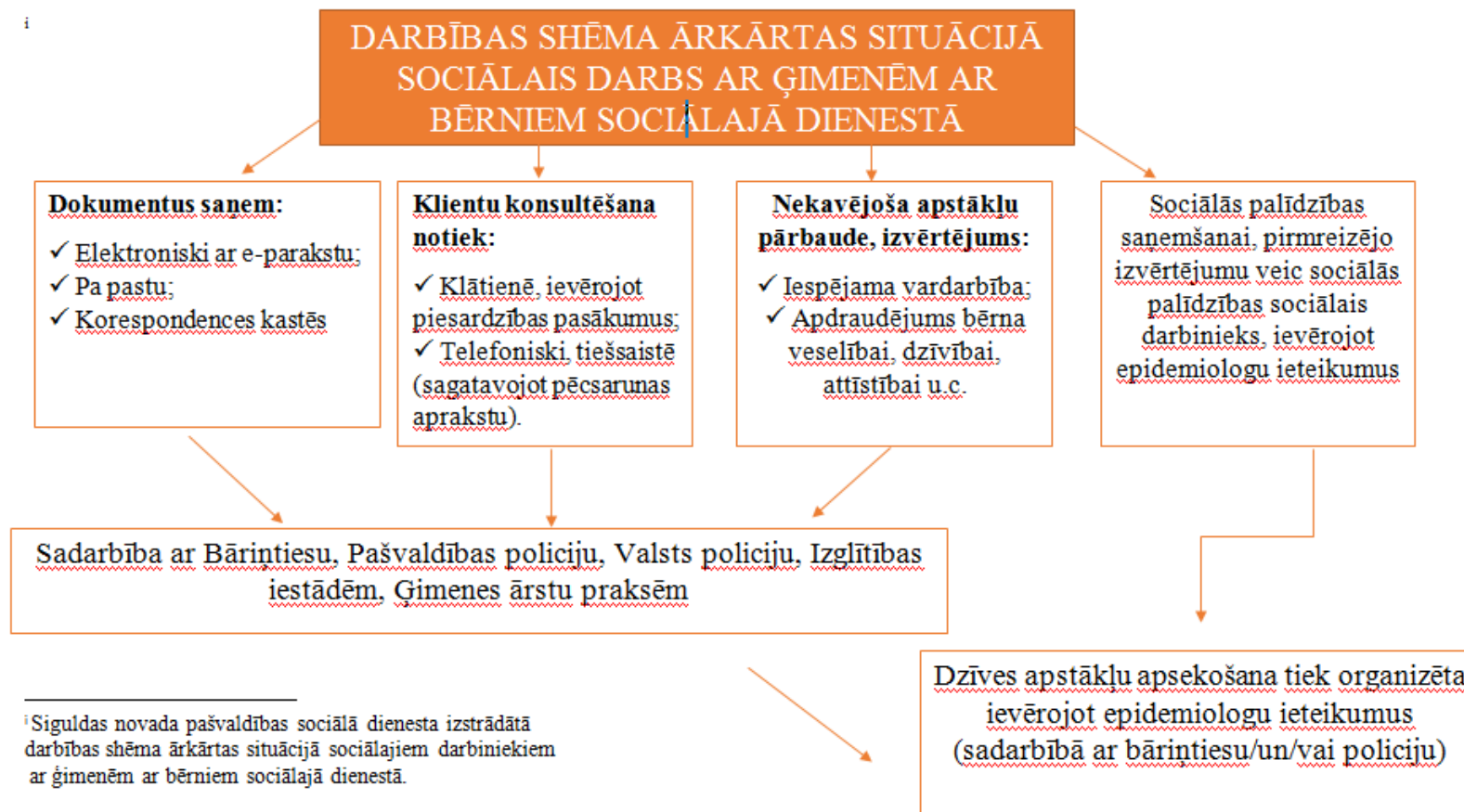
Proaktīva rīcība – vai mums ir plāns A, plāns B, plāns C ?

ES kontekstā Latvijas valdības rīcība demonstrē pietiekami drosmīgu un proaktīvu rīcību, lai ierobežotu vīrusa izplatīšanos. Pašvaldības var rīkoties un jau rīkojas proaktīvi un drosmīgi, domājot par dažādiem situācijas scenārijiem un iespējamām negatīvo seku mazināšanu, īpaši sociāli mazaizsargātajām ģimenēm un bērniem. Šobrīd mēs dzīvojam krīzes apstākļos un ir dabīgi, ka reakcijas ir vērstas uz “šeit un tagad”, krīžu situācijas risināšanu un palīdzību adaptēties mainīgajiem apstākļiem. Taču svarīgi ir plānot un modelēt dažādu situācijas attīstības scenārijus, kā arī iespējamās negatīvās ilgtermiņa sekas un pieņemt attiecīgus lēmumus jau tagad. Citu pieredze, informācija, domu un ideju apmaiņa palīdz saskatīt būtiskāko uz ko fokusēties plānošanā. Vadlīnijas aicina plānot uz priekšu un būt gataviem dažādām situācijām.

Paaugstināta drošības sajūta

Vienota, mērķtiecīga pašvaldības iestāžu rīcība situācijas ārkārtas apstākļos veicina iedzīvotāju drošības sajūtu, kas savukārt ietekmē viņu reakcijas un apzinātāku rīcību savas fiziskās, sociālās un emocionālās drošības saglabāšanai. Savukārt nekoordinēta rīcība var mazināt citu iestāžu resursus un veicināt ģimeņu nedrošības un panikas sajūtu, radīt neapmierinātību un izdegšanu. Piemēram, pirmajā tiešsaistes skolas nedēļā vairākos sociālajos dienestos lieli sociālo darbinieku ar ģimenēm resursi bija jāpatērē, lai palīdzētu ģimenēm ar e-klases materiālu drukāšanu, interneta pieslēguma un datora nodrošināšanu, atbalstu ģimenēm ar vairākiem skolniekiem sadzīves un mācību organizēšanu, reaģēt uz skolotāju ziņojumiem, ka bērns nav vienu dienu bijis tiešsaistē, risināt pamatvajadzību nodrošinājuma jautājumus u.c. Šāda situācija būtu daudz veiksmīgāk un mērķtiecīgāk risināta, palielinātu ģimeņu un darbinieku drošības sajūtu, ja tā tiktu iepriekš koordinēta. Kopīga pašvaldības darbinieku rīcība stiprina arī pašus pašvaldības darbiniekus, kuri ir iesaistīti atbalsta sniegšanā un savu ikdienas funkciju nodrošināšanā – VP/PP, BT, sociālais dienests, izglītības un veselības iestādes.

Pielikums Nr.2 „Siguldas novada izstrādātā darba shēma darbam ārkārtas situācijās sociālajiem darbiniekiem ģimenēm ar bērniem.”



Pielikums Nr.3 „Latvijas psihoterapeitu biedrības (LPB) tulkotais Pasaules veselības organizācijas (PVO) materiāls “Psihiskās veselības un psihosociālie ieteikumi COVID-19 uzliesmojuma laikā””

<p>Psihiskās veselības un psihosociālie ieteikumi COVID-19 uzliesmojuma laikā⁹</p> <p style="text-align: right;">2020. gada 12. marts</p>	<p>Mental Health and Psychosocial Considerations During COVID-19 Outbreak</p> <p style="text-align: right;">12 March 2020</p>
<p>2020. gada janvārī koronavīrusa slimības uzliesmojumu Ķīnā Pasaules Veselības organizācija (PVO) klasificēja kā starptautiska mēroga ārkārtas situāciju sabiedrības veselības jomā un novērtēja, ka pastāv augsts 2019. gada koronavīrusa slimības (COVID-19) izplatīšanās risks citās pasaules valstīs. 2020. gada martā COVID-19 izplatību PVO klasificēja par pandēmiju.</p>	<p>In January 2020 the World Health Organization (WHO) declared the outbreak of a new coronavirus disease to be a Public Health Emergency of International Concern. WHO stated there is a high risk of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) spreading to other countries around the world. In March 2020, WHO made the assessment that COVID-19 can be characterized as a pandemic.</p>
<p>Šobrīd PVO un visas pasaules sabiedrības veselības aizsardzības iestādes rīkojas saskaņoti, lai ierobežotu COVID-19 uzliesmojumu. Tomēr šis krīzes laiks rada stresu iedzīvotājiem, tādēļ PVO Psihiskās veselības un narkoloģijas departaments sagatavojis ieteikumus, kas orientēti dažādām sabiedrības grupām, lai stiprinātu cilvēku psihisko un psihosociālo labklājību COVID-19 uzliesmojuma laikā.</p>	<p>WHO and public health authorities around the world are acting to contain the COVID-19 outbreak. However, this time of crisis is generating stress in the population. These mental health considerations were developed by the WHO’s Department of Mental Health and Substance Use as messages targeting different groups to support for mental and psychosocial well-being during COVID-19 outbreak.</p>
<p>Visiem iedzīvotājiem</p>	<p>General population</p>

⁹ **Latvijas psihoterapeitu biedrības (LPB) tulkotais materiāls. WHO’s Department of Mental Health and Substance Use, 2020, Mental Health and Psychosocial Considerations During COVID-19 Outbreak, apskatīts 26.03.2020.: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf?sfvrsn=6d3578af_8**

<p>1. COVID-19 ir ietekmējis cilvēku ikdienu daudzās valstīs visdažādākajos reģionos. Nesasaistiet to ar kādu konkrētu etnisko grupu vai nacionalitāti. Esiet empātisks pret visiem, kurus tas skar, neatkarīgi no valstiskās vai etniskās piederības. Cilvēki, kuri cieš no Covid-19, nav izdarījuši neko sliktu, un viņi ir pelnījuši mūsu atbalstu, līdzjūtību un laipnību.</p>	<p>1. COVID-19 has and is likely to affect people from many countries, in many geographical locations. Do not attach it to any ethnicity or nationality. Be empathetic to all those who are affected, in and from any country. People who are affected by Covid-19 have not done anything wrong, and they deserve our support, compassion and kindness.</p>
<p>2. Nelietojiet šīs slimības skarto cilvēku apzīmēšanai vārdus "COVID-19 gadījumi", "upuri", "COVID-19 ģimenes" vai "slimie". Tie ir cilvēki, kas ir inficēti ar COVID-19 vai cilvēki, kas atveseļojas no COVID-19. Pēc atveseļošanās no COVID-19 turpināsies viņu darba un ģimenes dzīve kopā ar tuviniekiem. Lai mazinātu aizspriedumus, ir svarīgi nodalīt personu no slimības COVID-19.</p>	<p>2. Do not refer to people with the disease as “COVID-19 cases”, “victims” “COVID-19 families” or the “diseased”. They are “people who have COVID-19”, “people who are being treated for COVID- 19”, “people who are recovering from COVID-19” and after recovering from COVID-19 their life will go on with their jobs, families and loved ones. It is important to separate a person from having an identity defined by COVID-19, to reduce stigma.</p>
<p>3. Samaziniet tādu ziņu patēriņu, kas jums rada trauksmi vai distresu; uzklausiet informāciju tikai no uzticamiem avotiem, un lai veiktu praktiskus pasākumus sevis un tuvinieku pasargāšanai. Klausieties ziņas noteiktos laikos reizi vai divas dienā. Pēkšņa un nemitīga ziņu plūsma par uzliesmojumu var satraukt ikvienu. Uzklausiet faktus, nevis baumas vai dezinformāciju. Regulāri sekojiet informācijai PVO tīmekļa vietnē un no vietējām veselības aizsardzības iestādēm, tas jums palīdzēs atšķirt faktus no baumām. Fakti palīdz mazināt bailes.</p>	<p>3. Minimize watching, reading or listening to news that causes you to feel anxious or distressed; seek information only from trusted sources and mainly to take practical steps to prepare your plans and protect yourself and loved ones. Seek information updates at specific times during the day, once or twice. The sudden and near-constant stream of news reports about an outbreak can cause anyone to feel worried. Get the facts; not the rumors and misinformation. Gather information at regular intervals, from WHO website and local health authorities platforms, in order to help you distinguish facts from rumors. Facts can help to minimize fears.</p>
<p>4. Sargājiet sevi un atbalstiet citus. Palīdzība citiem, kad tā ir nepieciešama, dot labumu gan personai, kas saņem atbalstu, gan personai, kas to sniedz. Palīdzība ir sazināšanās pa tālruni ar kaimiņiem vai cilvēkiem no jūsu kopienas, kuriem var būt nepieciešama palīdzība. Sadarbība palīdz radīt solidaritātes izjūtu, cīnoties kopā pret Covid-19.</p>	<p>4. Protect yourself and be supportive to others. Assisting others in their time of need can benefit the person receiving support as well as the helper. For example, check-in by phone on neighbors or people in your community who may need some extra assistance. Working together as one community can help to create solidarity in addressing Covid-19 together.</p>
<p>5. Atrodiet iespējas iepazīties ar pozitīviem stāstiem un reportāžām par līdzcilvēkiem, kuri ir saskārušies ar COVID-19. Piemēram, cilvēkiem,</p>	<p>5. Find opportunities to amplify positive and hopeful stories and positive images of local people who have experienced COVID-19. For example, stories</p>

kuri ir atveseļojušies vai kuri ir atbalstījuši tuvinieku un vēlas dalīties pieredzē.	of people who have recovered or who have supported a loved one and are willing to share their experience.
6. Godiniet aprūpētājus un veselības aprūpes darbiniekus, kuri palīdz cilvēkiem ar COVID-19 jūsu kopienā. Apzinieties viņu lomu, glābjot dzīvības, sargājot jūs un jūsu mīļos.	6. Honor caretakers and healthcare workers supporting people affected with COVID-19 in your community. Acknowledge the role they play to save lives and keep your loved ones safe.
Veselības aprūpes darbiniekiem 7. Daudzi veselības aprūpes darbinieki izjūt pastiprinātu spiedienu šajos apstākļos. Pašreizējā situācijā ir pilnīgi normāli tā justies. Stress un ar to saistītās jūtas nekādā ziņā nenožīmē, ka nevarat darīt savu darbu, vai ka esat vājš. Rūpējieties par savu psihisko veselību un psihosociālo labklājību šajā laikā ir tikpat svarīgi kā rūpējieties par savu fizisko veselību.	Healthcare workers 7. For health workers, feeling under pressure is a likely experience for you and many of your health worker colleagues. It is quite normal to be feeling this way in the current situation. Stress and the feelings associated with it are by no means a reflection that you cannot do your job or that you are weak. Managing your mental health and psychosocial wellbeing during this time is as important as managing your physical health.
8. Rūpējies par sevi! Izmēģiniet un izmantojiet efektīvas stresa pārvarēšanas stratēģijas, piemēram, nodrošinot pietiekamu atpūtu un atelpas brīžus darba laikā vai starp maiņām, ēdiet pietiekamu un veselīgu ēdienu, iesaistieties fiziskās aktivitātēs un uzturiet kontaktus ar ģimeni un draugiem. Izvairieties no tādām neproduktīvām problēmu risināšanas stratēģijām kā tabaka, alkohols vai citas narkotikas. Ilgtermiņā tas var pasliktināt psihisko un fizisko labklājību. Šī ir agrāk nepieredzēta situācija daudziem darbiniekiem, it īpaši, ja viņiem nav bijusi līdzīga pieredze. Stresa mazināšanai izmantojiet paņēmienus, kas jums ir palīdzējuši jau agrāk. Jūs zināt, kā mazināt savu stresu, rūpējieties par savu psiholoģisko labklājību. Ir jāapzinās, ka šis nav sprints, bet maratons.	8. Take care of yourself at this time. Try and use helpful coping strategies such as ensuring sufficient rest and respite during work or between shifts, eat sufficient and healthy food, engage in physical activity, and stay in contact with family and friends. Avoid using unhelpful coping strategies such as tobacco, alcohol or other drugs. In the long term, these can worsen your mental and physical wellbeing. This is a unique and unprecedented scenario for many workers, particularly if they have not been involved in similar responses. Even so, using strategies that have worked for you in the past to manage times of stress can benefit you now. You are most likely to know how to de-stress and you should not be hesitant in keeping yourself psychologically well. This is not a sprint; it's a marathon.
9. Daži veselības aprūpes darbinieki var piedzīvot, ka stigmatas vai baīļu dēļ no viņiem izvairās ģimene vai kāda sabiedrības daļa. Tas var sarežģīt situāciju. Ja iespējams, uzturiet kontaktu ar saviem mīļajiem, arī	9. Some healthcare workers may unfortunately experience avoidance by their family or community due to stigma or fear. This can make an already challenging situation far more difficult. If possible, staying connected with

<p>izmantojot digitālās metodes. Vērsieties pie kolēģiem, sava vadītāja vai citām uzticamām personām, lai saņemtu sociālo atbalstu - iespējams, ka jūsu kolēģiem ir līdzīga pieredze.</p>	<p>your loved ones including through digital methods is one way to maintain contact. Turn to your colleagues, your manager or other trusted persons for social support- your colleagues may be having similar experiences to you.</p>
<p>10. Izmantojiet saprotamus veidus, kā dalīties ar informāciju ar cilvēkiem ar intelektuāliem, kognitīviem un psihosociāliem traucējumiem. Jāizmanto saprotamus veidus, kā nodot informāciju cilvēkiem, izmantojot saziņas formas, kas nepaļaujas tikai uz rakstisku informāciju.</p>	<p>10. Use understandable ways to share messages with people with intellectual, cognitive and psychosocial disabilities. Forms of communication that do not rely solely on written information should be utilized If you are a team leader or manager in a health facility.</p>
<p>Veselības aprūpes iestādes vadītājiem</p> <p>11. Nodrošiniet ar atbalstu cilvēkus, kurus skārusi COVID-19, un palīdziet tiem, izmantojot pieejamos resursus. Īpaši svarīgi tas ir personām, kam nepieciešams psihiskās veselības un psihosociālais atbalsts. Stigma, kas saistīta ar psihiskās veselības problēmām, var izraisīt nevēlēšanos meklēt atbalstu gan COVID-19 gadījumā, gan saistībā ar psihiski veselību.</p>	<p>11. Know how to provide support to, for people who are affected with COVID-19 and know how to link them with available resources. This is especially important for those who require mental health and psychosocial support. The stigma associated with mental health problems may cause reluctance to seek support for both COVID-19 and mental health conditions. The mhGAP Humanitarian Intervention Guide includes clinical guidance for addressing priority mental health conditions and is designed for use by general health workers.</p>
<p>Ārstniecības iestāžu komandu vadītājiem</p> <p>12. Pasargājot savus darbiniekus no hroniska stresa, un rūpējoties par viņu psihisko veselību, jūs nodrošināt viņiem labākas iespējas veikt savas funkcijas. Noteikti paturiet prātā, ka pašreizējā situācija nepazudīs vienas nakts laikā, un jums jākoncentrējas uz ilgtermiņa profesionālām spējām, nevis uz atkārtotām īstermiņa krīzes reakcijām.</p>	<p>12. Keeping all staff protected from chronic stress and poor mental health during this response means that they will have a better capacity to fulfil their roles. Be sure to keep in mind that the current situation will not go away overnight and you should focus on longer term occupational capacity rather than repeated short-term crisis responses.</p>
<p>13. Nodrošiniet kvalitatīvu saziņu un precīzu informācijas atjaunināšanu visiem darbiniekiem. Rotējiet darbiniekus no paaugstināta stresa uz zemāka stresa līmeņa pozīcijām. Kombinējiet pāros darbiniekus ar dažādiem pieredzes līmeņiem. Draudzīgums palīdz sniegt atbalstu, kontrolēt stresu un pastiprināt drošības pasākumus. Pārliecinieties, vai</p>	<p>13.Ensure good quality communication and accurate information updates are provided to all staff. Rotate workers from higher-stress to lower-stress functions. Partner inexperienced workers with their more experienced colleagues. The buddy system helps to provide support, monitor stress and reinforce safety procedures. Ensure that outreach personnel enter the</p>

<p>ārpus medicīnas iestādēm strādājošie vienmēr darbojas pāros. Ierosiniet, iedrošiniet un uzraugiet darba pārtraukumus. Ieviesiet elastīgus grafikus tiem darbiniekiem, kurus tieši ietekmējuši traumatiski notikumi, vai kuru ģimenes locekļi ir tieši cietuši. Pārliecinieties, ka esat savlaicīgi izveidojis sistēmu, lai kolēģi varētu sniegt sociālu atbalstu viens otram.</p>	<p>community in pairs. Initiate, encourage and monitor work breaks. Implement flexible schedules for workers who are directly impacted or have a family member impacted by a stressful event. Ensure you build in time for colleagues to provide social support to each other.</p>
<p>14. Ja esat komandas vadītājs vai veselības aprūpes iestādes vadītājs, nodrošiniet, lai personālam ir pieejama informācija par psihiskās veselības aprūpes un psihosociālā atbalsta pakalpojumiem, un lai viņiem ir iespēja šos pakalpojumus saņemt. Vieni un tie paši stresa faktori ietekmē kā personālu, tā vadītāju, un rada papildu atbildību atbilstoši katra lomai. Tādēļ ir svarīgi radīt atbalsta stratēģijas kā personālam, tā vadītājiem, lai vadītāji varētu būt paraugs stresa mazināšanā.</p>	<p>14.If you are a team leader or manager in a health facility, facilitate access to, and ensure staff are aware of where they can access mental health and psychosocial support services. Managers and team leaders are also facing similar stressors as their staff, and potentially additional pressure in the level of responsibility of their role. It is important that the above provisions and strategies are in place for both workers and managers, and that managers can be a role-model of self-care strategies to mitigate stress.</p>
<p>15. Instruējiet palīdzības sniedzējus, tostarp medmāsas, neatliekamās medicīniskās palīdzības šoferus, brīvprātīgos, gadījumu identificētājus, skolotājus un kopienu vadītājus, kā arī darbiniekus karantīnas vietās par to, kā sniegt pamata emocionālo un praktisko atbalstu slimības skartajiem cilvēkiem, izmantojot pirmās psiholoģiskās palīdzības vadlīnijas.</p>	<p>15.Orient responders, including nurses, ambulance drivers, volunteers, case identifiers, teachers and community leaders and workers in quarantine sites, on how to provide basic emotional and practical support to affected people using psychological first aid</p>
<p>16. Akūtu psihiskās veselības un neiroloģisko sūdzību gadījumos (piem., delīrijs, psihoze, spēcīga trauksme vai depresija) vērsieties pēc neatliekamās palīdzības vai vispārējās veselības aprūpes iestādēs. Šajās vietās var būt noderīga atbilstoši apmācītu un kvalificētu psihiskās veselības un psihosociālā atbalsta darbinieku klātbūtne.</p>	<p>16. Manage urgent mental health and neurological complaints (e.g. delirium, psychosis, severe anxiety or depression) within emergency or general health care facilities. Appropriate trained and qualified staff may need to be deployed to these locations when time permits, general health care staff capacity in mental health and psychosocial support should be increased (see mhGAP Humanitarian Intervention Guide)</p>
<p>17. Nodrošināt būtisko psihotropo zāļu pieejamību visos veselības aprūpes līmeņos. Cilvēkiem, kuri dzīvo ar ilgstošiem psihiskās veselības</p>	<p>17. Ensure availability of essential, generic psychotropic medications at all levels of health care. People living with long-term mental health conditions or</p>

<p>traucējumiem vai epilepsijas lēkmēm, jānodrošina medikamentu pieejamība, lai ārstēšanā nerastos pārtraukumi.</p>	<p>epileptic seizures will need uninterrupted access to their medication, and sudden discontinuation should be avoided.</p>
<p>Bērnu aprūpētājiem</p> <p>18. Palīdziet bērniem atrast pozitīvus veidus, kā izteikt jūtas, piemēram, bailes un skumjas. Katram bērnam ir savs veids, kā izteikt emocijas. Dažreiz iesaistīšanās radošā darbībā, piemēram, spēlēšanās un zīmēšana, var atvieglot šo procesu. Bērni jūtas atviegloti, ja viņi var izteikt un paziņot savas jūtas drošā un atbalstošā vidē.</p>	<p>Care providers for children</p> <p>18.Help children find positive ways to express feelings such as fear and sadness. Every child has their own way to express emotions. Sometimes engaging in a creative activity, such as playing, and drawing can facilitate this process. Children feel relieved if they can express and communicate their feelings in a safe and supportive environment.</p>
<p>19. Nodrošiniat iespēju bērniem būt kopā ar vecākiem un ģimeni, ja to uzskata par drošu bērnam, un pēc iespējas izvairieties nošķirt bērnus un viņu aprūpētājus. Ja bērns ir jānošķir no galvenā aprūpētāja, pārliecinieties, ka tiek nodrošināta piemērota alternatīvā aprūpe un ka sociālais darbinieks vai cits aprūpētājs regulāri seko līdzi bērnam. Turklāt pārliecinieties, ka šķiršanās periodos tiek uzturēts regulārs kontakts ar vecākiem un aprūpētājiem, piemēram, divreiz dienā ielānā vai video zvani vai cita vecumam piemērota saziņa (piemēram, sociālie mediji atkarībā no bērna vecuma).</p>	<p>19. Keep children close to their parents and family, if considered safe for the child, and avoid separating children and their caregivers as much as possible. If a child needs to be separated from their primary caregiver, ensure that appropriate alternative care is provided and that a social worker, or equivalent, will regularly follow up on the child. Further, ensure that during periods of separation, regular contact with parents and caregivers is maintained, such as twice-daily scheduled phone or video calls or other age-appropriate communication (e.g., social media depending on the age of the child).</p>
<p>20. Cik vien iespējams, uzturiet regulāro ikdienas rutīnu vai izveidojiet jaunu, it īpaši, ja bērniem jāpaliek mājās. Nodrošiniat bērniem saistošas, vecumam atbilstošas aktivitātes, ieskaitot mācības. Cik vien iespējams, mudiniet bērnus turpināt spēlēties un socializēties ar citiem, pat ja tas notiek tikai ģimenes ietvaros, pastāvot sociālās kontaktēšanās ierobežojumiem.</p>	<p>20. Maintain familiar routines in daily life as much as possible, or create new routines, especially if children must stay at home. Provide engaging age appropriate activities for children, including activities for their learning. As much as possible, encourage children to continue to play and socialize with others, even if only within the family when advised to restrict social contract.</p>
<p>21. Stresa un krīzes laikā bērniem ir raksturīgi meklēt ciešāku pieķeršanos būt prasīgākiem pret vecākiem. Pārrunājiet par COVID-19 ar saviem bērniem, izmantojot godīgu un vecumam piemērotu veidu. Ja</p>	<p>21. During times of stress and crisis, it is common for children to seek more attachment and be more demanding on parents. Discuss COVID-19 with your children using honest and age- appropriate way. If your children have concerns, addressing those together may ease their anxiety. Children will</p>

<p>jūsu bērniem rodas bažas, izrunāšanās var mazināt viņu satraukumu. Bērni novēros pieaugušo izturēšanos un emocijas, lai uzzinātu, kā grūtā situācijā pārvaldīt savas emocijas.</p>	<p>observe adults' behaviors and emotions for cues on how to manage their own emotions during difficult times. Additional advice available here</p>
<p>Cilvēkiem, kas aprūpē seniorus un personas ar veselības problēmām</p> <p>22. Seniori, īpaši izolācijā esošie un tie, kuriem ir kognitīvo funkciju pasliktināšanās vai demence slimības uzliesmojuma vai karantīnas laikā var kļūt nemierīgi, dusmīgi, stresaini, uzbudināmi un atsvešināti. Sniedziet viņiem praktisku un emocionālu atbalstu, iesaistot gan ģimeni, gan veselības aprūpes speciālistus.</p>	<p>Older adults, care providers and people with underlying health conditions</p> <p>22. Older adults, especially in isolation and those with cognitive decline/dementia, may become more anxious, angry, stressed, agitated, and withdrawn during the outbreak/while in quarantine. Provide practical and emotional support through informal networks (families) and health professionals.</p>
<p>23. Senioriem, ar vai bez izziņas traucējumiem, dariet zināmus vienkāršus faktus par notiekošo un saprotami skaidrojiet, kā izvairīties no inficēšanās. Ja nepieciešams, atkārtojiet informāciju. Norādījumi ir jāpaziņo skaidri, kodolīgi, ar cieņu un pacietību. Ir noderīgi sagatavot informāciju rakstiski vai attēlos. Iesaistiet viņu ģimeni un citus atbalsta veidus, sniedzot informāciju un palīdzot viņiem veikt profilakses pasākumus (piemēram, roku mazgāšanu utt.)</p>	<p>23. Share simple facts about what is going on and give clear information about how to reduce risk of infection in words older people with/without cognitive impairment can understand. Repeat the information whenever necessary. Instructions need to be communicated in a clear, concise, respectful and patient way. It may also be helpful for information to be displayed in writing or pictures. Engage their family and other support networks in providing information and helping them practice prevention measures (e.g. handwashing etc.)</p>
<p>24. Ja jums jau ir veselības problēmas, pārliecinieties, ka esat nodrošināts ar zālēm. Aktivizējiet savus sociālos kontaktus, lai nepieciešamības gadījumā jūs varētu izsaukt palīdzību.</p>	<p>24. If you have an underlying health condition, make sure to have access to any medications that you are currently using. Activate your social contacts to provide you with assistance, if needed</p>
<p>25. Jau laikus noskaidrojiet, kur un kā iespējams saņemt praktisku palīdzību, piemēram, izsaukt taksometru, pasūtīt ēdienu ar piegādi mājās, vai medicīnisko aprūpi. Sagādājiet jūsu regulāri lietojamo medikamentu rezervi vismaz 2 nedēļām.</p>	<p>25. Be prepared and know in advance where and how to get practical help if needed, like calling a Taxi, having food delivered and requesting medical care. Make sure you have up to 2 weeks of all your regular medicines that you may require.</p>

<p>26. Apgūstiet vienkāršus fiziskos vingrinājumus, ko ikdienā veikt mājās, karantīnā vai izolācijā, lai uzturētu sevi labā fiziskajā formā un kļiedētu garlaicību.</p>	<p>26. Learn simple daily physical exercises to perform at home, in quarantine or isolation to maintain mobility and reduce boredom.</p>
<p>27. Cik iespējams, ievērojiet regulāro ikdienas rutīnu un laika plānojumu vai radiet jaunu, paredzot laiku vingrošanai, rūpēm par higiēnu, ikdienas darbiem, dziedāšanai, gleznošanai vai citām aktivitātēm. Palīdziet citiem, izmantojot līdzcilvēku atbalstu un saziņu ar kaimiņiem, parūpējieties par to mediķu bērniem, kuri slimnīcās cīnās pret COVID-19, ja vien tas ir droši. Uzturiet regulāru kontaktu ar tuviniekiem (piemēram, pa tālruni u.c.).</p>	<p>27. Keep regular routines and schedules as much as possible or help create new ones in a new environment, including regular exercising, cleaning, daily chores, singing, painting or other activities. Help others, through peer support, neighbor checking, and childcare for medical personnel restricted in hospitals fighting against COVID-19 when safe to do so. in accordance with previous ones. Keep regular contact with loved ones (e.g. via phone or other accesses).</p>
<p>28. Sagatavojiet personisko drošības paku, iekļaujot tajā: lapiņu ar jūsu personas datiem, pāris jūsu uzticamības personu (draugu, tuvinieku) kontaktus, svarīgu personisko medicīnisko informāciju, ja regulāri lietojat zāles – rezervi divām nedēļām, droši uzglabājamās uzkodas, dzeramā ūdens pudeli un dažus sezonai piemērotus apģērba gabalus.</p>	<p>28. Prepare a personal safety pack. The pack may include a summary of basic personal information, available contacts, medical information, regular medicines for two weeks, storable preferred snacks, a bottle of water, and some personal clothes.</p>
<p>Cilvēkiem izolācijā</p> <p>29. Palieliet kontaktā un uzturiet saziņu sociālajos tīklos. Pat tad, kad esat izolēts, mēģiniet cik iespējams saglabāt personīgo ikdienas režīmu vai izveidojiet jaunu kārtību. Ja veselības aizsardzības iestādes ir ieteikušas samazināt jūsu fizisko sociālo kontaktu, lai ierobežotu slimības uzliesmojumu, jūs varat uzturēt saziņu e-pastā, sociālajos medijos, ar video konferences un tālruņa palīdzību.</p>	<p>People in isolation</p> <p>29. Stay connected and maintain your social networks. Even when isolated, try as much as possible to keep your personal daily routines or create new routines. If health authorities have recommended limiting your physical social contact to contain the outbreak, you can stay connected via e-mail, social media, video conference and telephone.</p>
<p>30. Stresa laikā pievērsiet uzmanību savām vajadzībām un izjūtām. Iesaistieties veselīgās aktivitātēs, kas jums patīk un relaksē. Regulāri vingrojiet, ievērojiet optimālu miega režīmu un ēdiet veselīgu pārtiku. Saglabājiet fokusu perspektīvu. Visu valstu sabiedrības veselības</p>	<p>30. During times of stress, pay attention to your own needs and feelings. Engage in healthy activities that you enjoy and find relaxing. Exercise regularly, keep regular sleep routines and eat healthy food. Keep things in perspective. Public health agencies and experts in all countries are working on the outbreak to ensure the availability of the best care to those affected.</p>

<p>aģentūras un eksperti strādā, lai nodrošinātu vislabākās aprūpes pieejamību slimības skartajiem.</p>	
<p>31. Nepārtrauktā ziņu plūsma par slimības uzliesmojumu var izraisīt trauksmi un distresu ikvienam. Jaunāko informāciju un praktiskus norādījumus no veselības aprūpes speciālistiem un PVO vietnes, meklējiet noteiktos dienas laikos. Izvairieties uzklausi baumas vai sekot avotiem, kas liek jums justies slikti.</p>	<p>31. A near-constant stream of news reports about an outbreak can cause anyone to feel anxious or distressed. Seek information updates and practical guidance at specific times during the day from health professionals and WHO website and avoid listening to or following rumors that make you feel uncomfortable.</p>
	<p>Stay informed Find the latest information from WHO on where COVID-19 is spreading: https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/</p>
	<p>Advice and guidance from WHO on COVID-19 https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019 https://www.epi-win.com/</p> <p>Addressing Social Stigma: https://www.epi-win.com/sites/epiwin/files/content/attachments/2020-02-24/COVID19%20Stigma%20Guide%2024022020_1.pdf</p> <p>Briefing note on addressing mental Health and Psychosocial Aspects of COVID-19 https://interagencystandingcommittee.org/iasc-reference-group-mental-health-and-psychosocial-support-emergency-settings/briefing-note-about</p>

Pielikums Nr.4 „Latvijas psihiatru asociācijas (LPA) tulkotais materiāls “Koronavīruss un psihiskā veselība: rūpējies par sevi epidēmijas laikā.””

Latvijas psihiatru asociācijas (LPA) tulkotais materiāls. <https://www.psychiatry.org/news-room/apa-blogs/apa-blog/2020/02/coronavirus-and-mental-health-taking-care-of-ourselves-during-infectious-disease-outbreaks>

Coronavirus and Mental Health: Taking Care of Ourselves During Infectious Disease Outbreaks. Feb 19, 2020

Infekcijas slimību uzliesmojumi, piemēram, jaunais koronavīruss (COVID-19), rada ievērojamu distresu sabiedrībai un grūtības veselības aprūpes sistēmām, kuru uzdevums ir rūpēties par skartajiem indivīdiem un ierobežot šo slimību. Bailes un nenoteiktība ļoti ietekmē sabiedrības izturēšanos. Bažas rada personīgā un ģimenes drošība, nespēja atšķirt jauno slimību no vispārattītām un labdabīgām slimībām, izolācijas un karantīnas risks, izmantotās ārstēšanas efektivitāte un uzticēšanās institūcijām, kuras ir atbildīgas par risinājumu.

Epidēmijas laikā var novērot psiholoģiskas un uzvedības reakcijas, tās ietver bezmiegu, nedrošības sajūtu, ķengāšanos, alkoholizēšanos un tabakas lietošanu, somatiskos simptomus (fiziskus simptomus, piemēram, enerģijas trūkumu un sāpes), kā arī biežāku medicīnisko resursu izmantošanu.

Lai arī plašsaziņas līdzekļi var būt noderīgs zināšanu apmaiņas līdzeklis, tas arī ļauj pastiprināt baumas un savvērestības teorijas, kas var novērst sabiedrības uzmanību no uzticamiem informācijas avotiem, samazināt līdzdalību veselību veicinošā uzvedībā un pastiprināt sabiedrības šķelšanos. Satraukumu par infekcijas slimības uzliesmojumu bieži palielina paļaušanās uz tradicionālo un sociālo mediju saturu, kam bieži ir sensacionāls raksturs un kuros var būt dezinformācija.

Infekcijas slimību uzliesmojumu laikā veselības aprūpes darbinieki piedzīvo papildu problēmas, tostarp bažas par viņu pašu un viņu ģimenes veselību, stigmatizāciju no sabiedrības un pacientu ciešanu pārvarēšana. Teritorijās, kuras skar vissmagāk, veselības aprūpes sistēmas bieži satriec ar pieaugošu aprūpes pieprasījumu, kas vienlaikus izjūt personāla trūkumu. Trūkumu rada veselības aprūpes darbinieku slimības, veselības aprūpes darbinieku vajadzība rūpēties par slimajiem radniekiem vai prombūtne, baidoties no slimības.

Veselības aprūpes darbiniekiem, kas strādā ar inficētiem pacientiem, bieži rodas bažas par viņu individuālo aizsardzības līdzekļu piemērotību, kuru lietošana var būt nepatīkama, kā arī ierobežo saziņu un darba uzdevumu izpildi.

Uzliesmojuma laikā savlaicīgai un precīzai informācijai ir būtiska loma slimības izplatības kontrolēšanā un baiļu un nenoteiktības pārvaldībā. Zināšanas, kā jārikojas (epidēmijas laikā), palīdz cilvēkiem justies drošākiem un vairo pārliecību, ka viņi var veikt efektīvas darbības, lai sevi aizsargātu.

Ieteikumi infekcijas slimības uzliesmojuma laikā pacientiem un viņu ģimenēm:

- Esiet informēts. Iegūstiet aktuālu informāciju par uzliesmojumu no uzticamiem avotiem, piemēram, no Slimību profilakses un kontroles centra Latvijā www.spkc.gov.lv un Pasaules Veselības organizācijas vietnei www.who.int.
- Izglītot. Sekojiet un dalieties ar pamatinformāciju par higiēnu, lai samazinātu slimību izplatību, piemēram, roku mazgāšanu un rīcību klepojot.

-
- Labot dezinformāciju. Palīdziet veselības aprūpes darbiniekiem izlabot nepareizu informāciju un priekšstatus, daloties ar uzticamiem, noteiktiem sabiedrības veselības resursiem.
 - Ierobežojiet mediju ekspozīciju (lietošanas laiku). Izmantojiet pietiekami daudz informācijas avotus, lai pieņemtu informētus lēmumus, pēc tam to izslēdziet.
 - Paredziet un risiniet stresa reakcijas. Atcerieties, ka ir normāli izjust stresu, reaģējot uz infekcijas slimības uzliesmojumu, un apzināties stresa pazīmes sevī vai ģimenes locekļos. Veiciet pasākumus stresa mazināšanai un novēršanai, piemēram, ievērojiet parasto kārtību, piedalieties patīkamās aktivitātēs, koncentrējoties uz pozitīviem dzīves aspektiem un lietām, kuras varat kontrolēt; meklējiet draugu un ģimenes atbalstu un iesaistieties stresa mazināšanas metodēs un fiziskās aktivitātēs.

Papildus iepriekš minētajiem ieteikumiem veselības aprūpes darbinieki, kuru pacienti ir saslimuši, jānodrošina rūpēties par sevi, izmantojot šādus papildu ieteikumus:

- Nodrošiniet pamatvajadzības. Regulāri ēdiet, uzņemiet šķidrumu un guliet, lai optimizētu jūsu spēju rūpēties par sevi un citiem.
- Izmantojiet pārtraukumus. Atpūtas un relaksējošās aktivitātes var palīdzēt novērst uzmanību.
- Kontaktējiet ar apkārtējiem. Atbalsta saņemšana un saņemšana no ģimenes, draugiem un kolēģiem var mazināt izolācijas sajūtu.
- Sekojiet aktuālai informācijai. Paļaujieties uz uzticamiem informācijas avotiem. Piedalieties darba sanāksmēs, kurās tiek sniegta būtiska informācija.
- Sekojiet pašsajūtai. Vērtējiet sevi, vai nav paaugstināta stresa pazīmju. Ja nepieciešams, konsultējieties ar kādu no ģimenes, draugu, domubiedru vai vadītāju.
- Gods kalpot! Atgādiniet sev (un citiem) par svarīgo darbu, kuru veicat. Uzslavējiet kolēģus par viņu darbu, kad vien iespējams.

Pielikums Nr. 5 „Latvijas psihiatru asociācijas (LPA) tulkotais materiāls “Karantīnas psiholoģiskā iedarbība koronavīrusa uzliesmojuma laikā””

Latvijas psihiatru asociācijas (LPA) tulkotais materiāls. Psychological Effects of Quarantine During the Coronavirus Outbreak: What Healthcare Providers Need to Know. Center for the Study of Traumatic Stress Department of Psychiatry Uniformed Services University 4301 Jones Bridge Road, Bethesda, MD 20814-4799 www.CSTOnline.org
https://www.cstsonline.org/assets/media/documents/CSTS_FS_Psychological_Effects_Quarantine_During_Coronavirus_Outbreak_Providers.pdf

Kas jāzina veselības nozarē strādājošajiem

Karantīna tiek definēta kā indivīdu, kuri varētu būt inficējušies ar kādu viegli pārnēsājamu slimību, nošķiršana no sabiedrības ar mērķi noskaidrot, vai indivīds tiešām ir slims un novērst šī indivīda iespēju inficēt kādu citu. Jaunā koronavīrusa (COVID-19) uzliesmojuma laikā karantīna tiek izmantota sabiedrības veselības labā ar mērķi samazināt slimības izplatību. COVID-19 karantīnas pasākumi ir bijuši veselu pilsētu noslēgšana Ķīnā, izolācija ārstniecības iestādēs un pašizolācija katra paša mājās. Kaut gan karantīna sabiedrībai var darīt labu, tā arī tiek saistīta ar slimnieku, tuvinieku un ārstējošā personāla psiholoģiskiem izaicinājumiem. Šeit aprakstīta karantīnas psiholoģiskā iedarbība, kā arī stratēģijas, kā ārstējošajam personālam rūpēties par savu un savu pacientu psihisko veselību karantīnas periodā.

Ar karantīnu saistītie stresori un to psiholoģiskā iedarbība

Stresori karantīnas laikā:

1. **Vilšanās un garlaicība, kas saistīta ar karantīnas izraisīto izolāciju** – ierastās rutīnas pēkšņa zaudēšana (ierastas aktivitātes darbā un mājās, iepirkšanās u.c.) un ierobežots fizisks un sociāls kontakts ar līdzcilvēkiem;
2. **Ikdienas preču un veselības aprūpes, piemēram, ēdiena, ūdens, apģērba, kā arī masku, recepšu medikamentu un termometru nepietiekamība;**
3. **Nepietiekoša informācija** – neesoša vai kavēta informācija no valsts autoritātēm, bieži vien atbildīgo sliktas koordinācijas dēļ, neskaidri rīkojumi, neskaidri karantīnas iemesli, šķietams atklātības trūkums;
4. **Ilgas karantīnas periods** (10 dienas vai vairāk), kā arī karantīnas perioda pagarinājums;
5. **Bailes no inficēšanās vai citu inficēšanās** – palielinātas raizes par savu veselību un fiziskajiem simptomiem, it īpaši grūtniecēm un jaundzimušo vecākiem.

Stresori pēc karantīnas:

1. **Finansiālas problēmas** – darba neapmeklēšana, veselības aprūpes izdevumi un citi negaidīti finansiāli šķēršļi var kļūt par smagām sociālekonomiskām grūtībām, it īpaši indivīdiem ar zemākiem ienākumiem;
2. **Apkārtējo cilvēku aizspriedumi** – kaimiņu, kolēģu, draugu vai pat ģimenes locekļu aizspriedumi un atraidījums var izpausties kā izturēšanās ar bailēm vai aizdomām, atpūtas trūkums, darba vai skolas aktivitāšu trūkums un stigmatizācija. Aizspriedumu efekts uz indivīdu var būt pastiprināts, ja karantīnā nokļuvušais indivīds ir kādas etniskas vai reliģiskas grupas loceklis.
3. **Ierastās rutīnas atgriešanās** – pielāgošanās pie indivīda iepriekšējās, “normālās” rutīnas var prasīt laiku no vairākām dienām līdz vairākām nedēļām vai pat mēnešiem. Bažas, satraukumu un vilšanos var mazināt apziņa, ka atgriešanās pie iepriekšējās rutīnas var prasīt laiku.

Psiholoģiskās labklājības veicināšana karantīnas laikā

- 1. Izmantojiet saziņu kā intervenci** – saprotama un praktiska komunikācija var samazināt nelabvēlīgas psiholoģiskas reakcijas un veicināt vēlamu uzmanības piesaisti. Nodrošiniet ātru, atkārtotu un attīstībai un kultūrai piemērotu komunikāciju par slimības īpašībām, karantīnas iemesliem un citiem atbilstošiem tematiem.
- 2. Atvieglējiet komunikāciju ar tuviniekiem** – zināšanas par tuvinieku dzīves apstākļiem var atstāt spēcīgu ietekmi uz karantīnā esošā indivīda emocionālo veselību un uzlabot uzticību karantīnas nepieciešamībai, piemēram, apziņa, ka tuvinieki ir drošībā un veseli mazina stresu, taču paaugstināts stresa līmenis ir gaidāms gadījumā, ja ir informācijas trūkums vai satraucošas ziņas. Sabiedriskās veselības normu ietvaros pacientiem dodiet pietiekamu laiku pirms karantīnas veikt steidzamus darbus, atvadīties no tuviniekiem. Karantīnas laikā iedrošiniet lietot tehnoloģijas (audio un videozvani, sociālie tīkli), lai uzturētu pacienta sakarus ar tuviniekiem.
- 3. Sagatavojieties karantīnai** – karantīnas laikā mājas iemītniekiem būs vajadzīgs pietiekams daudzums ēdiena, mājsaimniecības un medicīnas preču, lai pietiktu visam karantīnas periodam. Mirklī, kad tiks uzsākta karantīna, šo preču iegūšana var būt apgrūtināta, tāpēc, ja iespējams, nepieciešamākās preces jāiepērk pirms karantīnas sākuma.
- 4. Samaziniet garlaicību un izolāciju** – aktivitāšu plānošana karantīnas laikā var samazināt garlaicību un koncentrēšanos uz izolācijas simptomiem. Atvieglējiet piekļuvi tehnoloģijām (internetam, sociālajiem tīkliem), lai uzturētu sakarus ar tuvākajiem cilvēkiem, taču pakļaušanās mediju iedarbībai ir jāuzmana, jo pārlietu liela mediju iedarbība vai neuzticamu mediju iedarbība var palielināt stresu.
- 5. Rūpējieties par sevi** – arī ārstējošais personāls var ciest no karantīnas psiholoģiskās iedarbības, ko var pastiprināt rūpes par slimiem un satrauktiem pacientiem. Pārlicinieties, lai jūs esat paēdis, padzēries, izgulējies, ņemiet pārtraukumus iepriekš noteiktos laika intervālos. Kontaktējaties ar tuviniekiem un pārliciniet viņus, ka jūs esat drošībā un esat gatavojies iespējamai karantīnai. Ja būs jāstrādā ar inficētiem indivīdiem, atklāti paskaidrojiet tuviniekiem, kādus riskus uzņemsieties un kā šie riski tiks mazināti. Gatavojieties iespējai, ka jūs tiksiet nošķirts no tuviniekiem, ja viņi nebūs inficēti.
- 6. Padariet karantīnu pēc iespējas īsāku** – runājot ar pacientiem par iespējamo karantīnas ilgumu, ierobežojiet šo periodu līdz zinātniski saprātīgam un centieties nebūt nepamatoti pārlietu piesardzīgs. Papildus, nepagariniet karantīnas periodu, ja vien tas nav absolūti nepieciešams, un, ja tāda nepieciešamība rodas, informējiet pacientu pēc iespējas drīzāk.

Resursi:

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html> Center for the Study of Traumatic Stress (CSTS): <https://www.cstsonline.org/resources/resource-master-list/coronavirus-and-emerging-infectious-disease-outbreaksresponse> Brooks, SK et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. The Lancet. Published online February 26, 2020. [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30460-8/fulltext#%20](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30460-8/fulltext#%20)

Pielikums Nr.6 „Krīzes un atbalsta telefoni”

Krīzes un atbalsta tālruņi

Krīzes tālrunis psiholoģiskās palīdzības nodrošināšanai 24/7 tel.nr 67222922 vai 27722292.

<https://www.skalbes.lv/aktualitates/strategijas-kas-palidz-mazinat-trauksmi-par-covid-19/1711>

Atbalsta tālrunis noziegumos cietušajiem 116006

<https://www.cietusajiem.lv/lv/> Interneta vietnē ir sniegta informācija par institūcijām un organizācijām kurās Jūs varat gūt atbalstu, neatkarīgi no noziedzīgā nodarījuma veida un izdarīšanas laika, kā arī no tā, vai paziņojāt par izdarīto noziedzīgo nodarījumu.

Bērnu un pusaudžu uzticības tālrunis 116111 jebkurā diennakts laikā. Zvans bez maksas un anonīms. Čata darba laiks darbadienās no 12:00 – 20:00

http://www.bti.gov.lv/lat/lietotaju_ertibam/uzdod_jautajumu

Resursi un ieteikumi vecākiem ārkārtējās situācijas laikā

<http://www.bti.gov.lv/lat/aktualitates/?doc=5661&page=>

Kā sarunāties ar bērniem par Corona vīrusu? <http://www.bti.gov.lv/lat/aktualitates/?doc=5659&page=>

Bērnu drošība internetā <http://www.draudzigsinternets.lv/>

Informatīvā lapa par COVID-19 izplatību Latvijā <https://covid19.gov.lv/>

Vienotais bezmaksas tālrunis 8345 palīdzēs rast atbildes uz biežāk uzdotajiem jautājumiem par COVID-19 24/7

SPKC informatīvais tālrunis 67387661, ja ir jautājumi par saslimšanu ar COVID-19, profilaksi, pašizolāciju un karantīnu P-Pk: 8.30-21.00 S-Sv: 8.30-17.00

Papildus informācija Slimību profilakses kontroles centra mājas lapā <https://spkc.gov.lv/lv/>

Citi resursi un atbalsta pakalpojumi:

Ja esi vardarbīgās attiecībā vai esi piedzīvojusi vardarbību – fizisku, emocionālu, seksuālu, ekonomisku, vardarbīgu kontroli vai vajāšanu. Arī draudu izteikšana var būt viena no vardarbības pazīmēm. Ja esi cietusi no seksuālās ekspluatācijas, darba ekspluatācijas, fiktīvajām laulībām vai citām cilvēku tirdzniecības formām. Ja vēlies saņemt palīdzību vai konsultāciju par pieejamiem pakalpojumiem Centrā MARTA sazinies ar mums: Centrs MARTA jauniem klientiem turpina nodrošināt sociālā darbinieka konsultācijas pa telefonu **67378539**

Adrese: Matīsa iela 49 - 3 Rīga, LV-1009; E-pasts centrs@marta.lv

Centra MARTA Liepājas filiāle Kūrmājas prospekts 11, Liepāja, LV-3401 Tālrunis +371 29 195 442 E-pasts centrs@martaliepaja.lv

<https://marta.lv/lv/marta-runa/ieteikumi-jusu-drosibai-arkartas-situacijas-laika/>

Nodibinājums “**Centrs Dardedze**” nevalstiska organizācija, kuras mērķis ir pasargāt bērnus no jebkura veida vardarbības. Nodibinājums „Centrs Dardedze” Adrese: Cieceres iela 3a, Rīga, LV – 1002 E-pasts: info@centrsdardedze.lv ; Tālrunis: 29556680

<http://www.centrsdardedze.lv/>

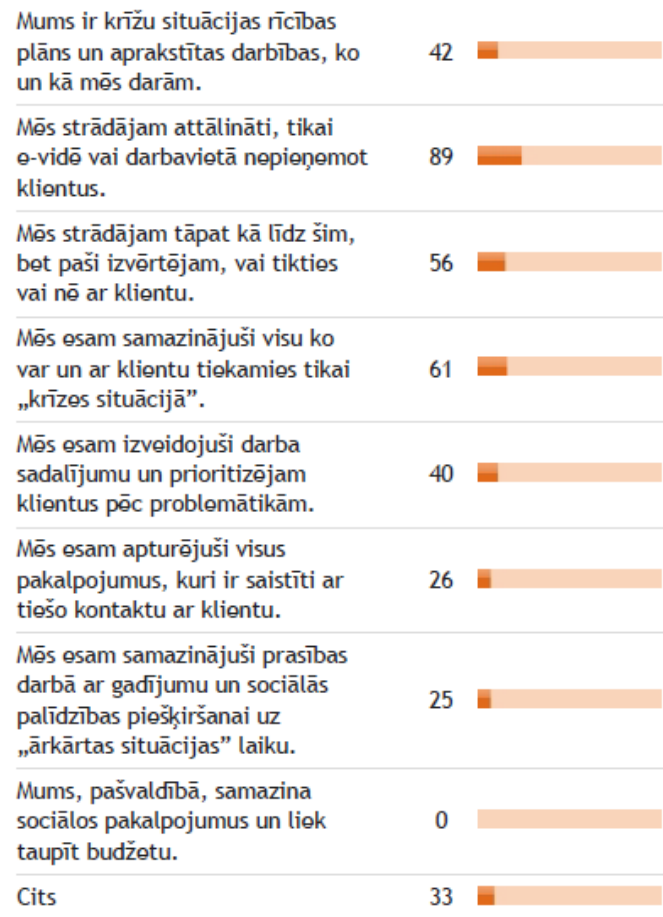
Ja saslimšanas simptomi ir smagi (ļoti augsta temperatūra, elpas trūkums) 113

Ja nepieciešams glābšanas dienestu vai VP/PPs iesaiste 112

Sociālie darbinieki par 10 darba dienām COVID–19 ārkārtējas situācijas apstākļos.

Lai iegūtu izpratni par situāciju kopumā un sociālo darbinieku ģimenēm ar bērniem aktualitātēm, vajadzībām, Labklājības ministrija, š.g. 25.martā izsūtīja visām pašvaldībām aptaujas anketu. Tika saņemtas 176 sociālo darbinieku ģimenēm ar bērniem atbildes, kas ir nedaudz mazāk par pusi no esošā skaita. Š.g. 26.martā notika tiešsaistes tikšanās ar LM Metodikas sociālajam darbam ģimenēm ar bērniem aprobācijas un mācību procesā iesaistītajiem sociālajiem darbiniekiem. Paldies tiem, kuri varēja piedalīties – Bauskas, Siguldas, Madonas, Rīgas, Tukuma, Stopiņu novadu sociāliem darbiniekiem. Šajā diskusijā iepazīnāties ar sociālo darbinieku ikdienas pieredzi, veiksmīgākajiem risinājumiem un grūtībām šajās 10 ārkārtēju apstākļu dienās. Noderīgu un izmeļošu papildu informāciju par sociālo darbu ģimenēm ar bērniem ārkārtas situācijā mums sniedza arī Dobeles novada sociālā dienesta sociālie darbinieki. Paldies katram dalībniekam par savām pārdomām un viedokļa paušanu.

1. Kā tiek organizēts SD ĢB jūsu pašvaldībā- sociālajā dienestā? |



Aptauja liecina, ka 49% (89 atbildes) aptaujāto dalībnieku strādā attālināti, tikai e-vidē vai darbavietā nepieņemot klientus. 31% aptaujāto (56 atbildes) sociālie darbinieki paši izvērtē riskus un pieņem lēmumus, strādā kā līdz šim/ Tikai 23 % (42 atbildes) sociālajos dienestos ir krīzes (ārkārtējas situācijas) rīcības plāns.

15% aptaujāto (26 atbildes) ir apturējuši visus sociālos pakalpojumus, kas saistīti ar klātienes tikšanos ar klientiem.

Paldies katram Latvijas sociālajam darbiniekam, kuri, atrodot neordinārus risinājumus, demonstrējot empātiju, elastību un profesionalitāti, sniedz atbalstu pašvaldības ģimenēm ar bērniem šajā ārkārtas situācijā. Paldies par pietiekami lielu atsaucību, sniedzot atbildes uz LM aptaujas anketu.

Sociālo darbinieku ar ģimenēm un bērniem nosauktās grūtības.

Lai arī daudzu Latvijas pašvaldību sociālo dienestu sociālie darbinieki norāda, ka kopumā situācija ir mierīga un pārredzama, kontrolējama, tomēr ir diezgan daudz grūtību, kas sociālos darbiniekus uztrauc, īpaši, ja sociālās izolēšanās nepieciešamība paildzināsies un/vai notiks situācijas pasliktināšanās. Grūtību identificēšana palīdz noskaidrot situāciju un klasificēt problēmas, lai turpmāk plānotu vienotāku darbību. Tas palīdz sociālajiem darbiniekiem ieraudzīt savu situāciju jeb salīdzināt un veikt sava veida *novērtēšanu*, kā arī iespējams ieraudzīt grūtības, ar kurām varētu būt jāsaskaras nākotnē.

Identificētās problēmas:

- katastrofāli pietrūkst dezinfekcijas līdzekļu un aizsargtērpu!
- emocionāls nogurums, stress;
- satraukums par klientiem, ka situācija pasliktinās, nav kontaktu ar klientu;
- nepieciešamība meklēt neordinārus risinājumus, ir bažas, ka nav iespējas kvalitatīvi veikt pienākumus, jo nav nodrošināti ar pietiekamu tehnisko un drošības aprīkojumu;

Visas sociālo darbinieku paustās atbildes, kas atspoguļoja esošās grūtības COVID-19 ārkārtējos apstākļos, klasificējām noteiktās grupās. Katrā grupā iekļāvām daļu no sociālo darbinieku sniegtajām atbildēm, lai caur tām kaut nedaudz pārnestu sociālo darbinieku prakses sajūtas, noskaņojumus, pārdomas šajās 10 dienās.

Grūtības, kuras saistītas ar nepietiekamu nodrošinājumu sociālajiem darbiniekiem.

Uz 25.03.2020. LM ekspresanketā – aptaujā konstatētās grūtības.

1. Sociālie darbinieki šobrīd kā vienu no akūtākajām problēmām min nepietiekamu nodrošinājumu ar nepieciešamajiem **drošības līdzekļiem** (maskas, aizsargtērps, cimdi, dezinfekcijas līdzekļi, bahilas utml.).
2. Nepietiekams **tehniskais nodrošinājums** sociālajiem darbiniekiem (darba mobilais telefons, video kamera stacionārajam datoram, austiņas, portatīvie datori vai planšetes, nepieciešamās programmas, pieeja darba datortīklam no mājas).
3. **Vadlīniju** trūkums par darbu ārkārtējos apstākļos.
4. **Atbalsta** trūkums un personīgie pārdzīvojumi.
5. **Daudziem sociālajiem darbiniekiem pašvaldība nenodrošina veselības apdrošināšanu.** Tas palielina sociālo darbinieku nedrošības sajūtu, bailes inficēties.
6. **Ierobežojumi ārkārtējai situācijai tiešo darba pienākumu veikšanai.**

6.1. Dokumentācija un formālie procesi: “Ir sarežģīti noformēt dokumentus, netiekoties ar klientu klātienē, piemēram, Darba pieņemšanas-nodošanas aktus, kuri satur arī personu sensitīvos datus, tāpēc tos nevar atstāt, kur citur, bet atskaites, t.sk., grāmatvedībai tie jānodod laikā.”, “Klients nemāk noformēt dokumentāciju internetā”; “Ģimenēm rodas izdevumi par pabalstu piegādi vai izmaksu caur pasta nodaļām”, “Uz sarunas apraksta ir tikai darbinieka paraksts un nav klienta paraksta, kas apliecina par ziņas patiesumu.”

6.2. Gadījuma vadīšanas process: Klienti atsakās ielaist dzīvoklī, pietrūkst tiešā kontakta ar ģimenēm (objektīvās informācijas iegūšanai). Ne visos gadījumos ir iespējams pārbaudīt klienta sniegto informāciju, tās patiesumu. Grūtības rada, ka darbs ir attālināti ar klientu. Konsultācijās attālināti nevar nodrošināt to kvalitāti, kāda tā ir tiekoties, jo klientam telefonsarunas laikā blakus ir gan sieva / vīrs / bērni un klients nevar atklāti runāt par problēmām ģimenē, kas viņu uztrauc utml.”,

6.3. Dienesta vide: “Dienesta vide nav pielāgota sociālo distanču ievērošanai., “Ļoti mazas telpas, mēs nevaram nodrošināt nekādas distances. Tādēļ strādājam no mājām.”, ”Netaisnīga sociālo darbinieku darba dalīšana. Pie “ģimenistiem” nonāk viss, kas saistīts ar ģimenēm un bērniem, mēs esam pārslogoti, kaut arī mums būtu jāfokusējas uz atbalstu jau esošajām ģimenēm, kurās jau bērniem ir bijuši apdraudējumi.”

6.4. Apsekošana: “Neskaidras prasības no vadības attiecībā uz apsekojumu veikšanu dzīvesvietā.”, “Apsekot ir jādodas, bet bez aizsarglīdzekļiem - uz savu atbildību.”, “Apsekojumi tiek veikti ārkārtējās situācijās.”, “Īsti nevar konstatēt, vai ģimenēs netiek veikti bērnu tiesību pārkāpumi, jo apsekošanas dzīvesvietās netiek veiktas pie visām ģimenēm, bet tikai tām, kurās iespējami augsti riski. Mazliet tiek iebremzēti tekoši darbi, piemēram, konsultācijas ar klientiem, klientu norīkošana pie psihologa. Uzskatu, ka, ja ģimenē notiek krīzes situācija, jārīkojas atbilstoši un nekavējoties, neskatoties uz valstī noteikto ārkārtējo situāciju. Trūkst zināšanu un informācijas, lai vecākiem ar garīgās attīstības traucējumiem stāstītu par notiekošo. Nenodrošinām sabiedriskās dušas un veļas mazgāšanas pakalpojumus ģimenēm ar bērniem, zinu, ka mājās viņiem nav tādas iespējas. Liels normatīvo dokumentu, ar kuriem steidzami jāiepazīstas, apjoms- dažādas izmaiņas darbā ar klientu, kas jāīsteno steidzamā kārtā. Nezinu, kā rīkoties ar citu institūciju pieprasītajām nepilngadīgo sadzīves apstākļu pārbaudēm un izziņu nosūtīšanu viņiem.”, “Jābūt gatavai sniegt psihosociālo atbalstu visas 24 stundas dienā un 7 dienas nedēļā.

7. Papildu funkciju veikšana. Virkne SD ĢB tiek uzdoti papildu pienākumi, kuri nav saistīti ar gadījuma vadīšanas praksi. Piemēram: tiek uzdots izvadāt pārtikas pakas trūcīgām un maznodrošinātām personām, izmitināt uz karantīnas laiku vietējos iedzīvotājus (izolatori), nodrošināt bērniem e-klases piekļuvi vai pat drukāt skolas uzdevumus un vest uz mājām, u.c.

8. Grūtības, kas saistītas ar sadarbību un pakalpojumu nodrošināšanu: psihologi atsakās turpināt veikt sociālās rehabilitācijas pakalpojumu bērniem, kuri cietuši no prettiesiskām darbībām. Trūkst pakalpojuma sniedzēju psiholoģiskajai izpētei un sociālās rehabilitācijas, t.sk. LBF sniegto krīzes pakalpojumu, pat pārtrauca un atgriezā bērnu mājās. Skolas uzskata, ka sociālajam darbiniekam jānodrošina attālināto mācību process, vai lai veicam apsekošanu ģimenēs, kuras nepieslēdzas e-klasē (vai nav datora bērnam utt.). Klientiem daudzi pakalpojumi nav pieejami, piemēram, atbalsta grupas, mediķi. Nezinu, kā rīkoties ar citu institūciju pieprasītajām nepilngadīgo sadzīves apstākļu pārbaudēm un izziņu nosūtīšanu viņiem.

Grūtības, kas saistītas ar klientu – ģimeņu ar bērniem situāciju

- 1. Komunikācijas tehniskās problēmas:** mobilo sakaru problēmas (nav telefona klientam, nav kredīta utt.), nav pietiekošas prasmes izmantot internetu, tiešsaistes programmas. Skola dod planšetes, bet mājās nav interneta pieslēguma. Vecāki, aizbildņi (vecvecāki) nevar palīdzēt bērnam apgūt darbu ar jauno tehnoloģiju palīdzību. Nav interneta pārklājuma.
- 2. Grūtības bērnu izglītošanā:** klienti ar GRT vai zemo izglītības (sociālo prasmju) līmeni nespēj palīdzēt saviem bērniem bez papildu palīdzības, kā arī ir apturēti ģimeņu asistentu pakalpojums. Ģimenēm ar vairākiem bērniem ir grūtības nodrošināt mācību vidi (telpu), piekļuvi IT tehnoloģijām un vienlaicīgi atbalstīt/organizēt mācību procesu mājās. Vecāki un bērni ir satraukti un izsisti no ierastā ritma, trūkst sociālo kontaktu - draudzēšanās.
- 3. Klientu psihoemocionālais stāvoklis: Trauksmainākie un uztrauktākie tagad** ir vecāki, viņiem vienlaicīgi ir jārūpējas gan par bērniem, gan par sadzīvi, gan darbu, gan sevi. Ir situācijas, kurās klienti, kuri strādāja vienkāršus palīgdarbus, tos jau ir zaudējuši, aiz bezdarbības sēkas iedzeršana, pieaug vardarbība. Drīz varētu sākties (pieaugt) zādzības, ja būs ilgstošs bezdarbs., ieaug saslimšanas risks un situācijas pasliktināšanās.
- 4. Citu problēmu pieaugums: jau tagad parādās daudz vairāk VP/PP ziņojumu par alkohola lietošanu ģimenēs, vardarbību, bērnu klaiņošanu, jauniešu grupēšanos nomaļās vietās (mežos), pieaudzis jauniešu alkohola lietošanas biežums.** Daudzi klienti nezina, kas notiek, neizprot, jo neskatās TV, nelasa ziņas. Būtu svarīgi apturēt tiesu izpildītāju darbu, viņiem nav nekāda īpaša situācija, plēš nost pabalstus, uzturlīdzekļus – cieš bērni. Klientiem nav iespējas iegādāties dezinfekcijas līdzekļus -varbūt pie pārtikas pakām vajadzētu pievienot dezinfekcijas līdzekļus. Reālā situācija ģimenēs būtiski atšķiras no tā, kā klients to pastāsta pa tālruni (problēmas tiek minimizētas).

Papildus no anketas:

1. Sociālie darbinieki šobrīd, kā vienu no akūtākajām problēmām min nepietiekamu nodrošinājumu ar nepieciešamajiem **drošības līdzekļiem** (maskas, aizsargtērps, cimdi, dezinfekcijas līdzekļi, bahilas utml.).

“Pašvaldība nenodrošina pietiekamā daudzumā maskas, dezinficējošos līdzekļus, cimdus.”, “Šodien tika izdalīts katram darbiniekam viena maska, vieni cimdi. Uz 30 cilvēku kolektīvu tika ievests "4 l dezinficējošo līdzekļu" (līdzīgs atšķaidītam hloram), kas ir domāts virsmām, un ko nevar lietot uz rokam.”, “Nav pietiekošā daudzumā individuālās aizsardzības līdzekļu.”, “Darbinieki ir pakļauti paaugstinātam inficēšanās riskam.”, “Saskatāms risks sociālā darbinieka veselībai, aizsargmasku neesamība, dezinfekcijas līdzekļu trūkums.”, “Uz doto brīdi neesam nodrošināti ar aizsarglīdzekļiem.”, “Aizsardzības līdzekļi pat ar viszemāko kvalitāti astronomiskās cenās, lauku pašvaldību budžetos tādas summas nav plānotas.”, “Nav aizsarglīdzekļu, paši risinām.”, “Nav aizsardzības līdzekļu, izņemot cimdus.”, “Valsts un pašvaldība nevar nodrošināt ar aizsarglīdzekļiem un dezinfekcijas līdzekļiem, jo to trūkst.”, “Nav izsniegti aizsarglīdzekļi (maskas, roku dezinfekcijas līdzekļi mazos tilpumos, ko var ērti nēsāt līdzī, līdz ar to klientu "parastās" apsekošanas nenotiek.”, Būtiskākās grūtības - nav aizsarglīdzekļu (sejas maskas, cimdus, aizsargtērpu).”, “Nav nekādas aizsardzības.”, “Ja būs vajadzība apsekot ģimenes, būtu nepieciešami nopietnāki aizsarglīdzekļi - aizsargtērpi, sejas aizsargs, lai pasargātu sevi, savu un klienta ģimeni”

2. Nepietiekams **tehniskais nodrošinājums** sociālajiem darbiniekiem (darba mobilais telefons, video kamera stacionārajam datoram, austiņas, portatīvie datori vai planšetes, nepieciešamās programmas, pieeja darba datortīklam no mājas).

“Zinu, ka vadība drīz nodrošinās nodaļu ar vienu planšeti.”, “Dienestam nav licenzētas un drošas tiešsaistes programma, nevaram izmantot SKAIP vai ZOOM programmas, jo tās pašvaldības IT uzskata par datu nedrošām programmām.”, “Nav iespējams ar klientu komunicēt online režīmā, jo stacionārais dators nav tehniski nodrošināts ar iekārtām.”

3. **Vadlīniju** trūkums par darbu ārkārtas apstākļos.

“Satraukums par situāciju, kā īsti PAREIZI rīkoties...”, “Informācijas trūkums kā "labāk.", “Nav konkrēta rīcības plāna.”, “Nav vienotas shēmas, ko un kā mēs darām.”, “Bērns ir ievietots krīzes centrā, bet pēc tam ir bažas, ka neviena audžuģimene neņems pretī. Nav zināms būtu jārikojas.”, “Nav skaidrs kā rīkoties, ja ir krīzes situācija, bet klientam ir karantīna, obligātā pašizolācija.”, “Nav vienotas starpinstitutionālas sadarbības modeļa, sistēmas.”, “Nav vienotu viedokļu un norāžu no ministrijām par sociālo darbu ar ģimenēm.”, “Nav konkrētības daudzos jautājumos gan palīdzības, gan pakalpojumu jomā. Piem., grūti izvērtēt, vai drīkstu tikt ar ģimenēm klātienē - īpaši, kur ir tikko dzimuši un mazi bērniņi. Protams, varu pielietot aizsarglīdzekļus, tomēr atbildība gulstas uz mani, ja ģimenē tiks ienests vīruss. Pašas ģimenes ļoti piesargājas un ievēro drošības pasākumus (cenšas lieki sabiedrībā neiet) - tātad, vai man ir tiesības iet pie viņiem?”, “Strādājam pēc savas sapratnes un interpretācijas, iztrūkst koordinācijas kā rīkoties konkrētās situācijās.”, “SD nav konkrēts algoritms, kur ievietot bērnu ja vecākam ir konstatēta COVID-19 saslimšana.”, “Nav īsti skaidrs, ja būs klienti, kuriem ir saslimšana vai pašizolācija un prasīs SD atvest pārtiku uz dzīvesvietu par savu naudu, kā SD saņemt naudu no klienta pārtikas iegādei?”, “esošie riski nedarbojas un nepalīdz, bet ir noteikts, ka tie ir jāpilda jaunām ģimenēm, ko darīt?”, “Šobrīd būtisku problēmu nav, taču tās varētu rasties, ja kāds no riska ģimeņu locekļiem saslimtu ar covid-19. Nav skaidrs kā tādās situācijās būtu jārikojas sociālajam dienestam.”

4. **Atbalsta** trūkums un personīgie pārdzīvojumi.

“Mums ir darbinieku trūkums.”, “Man ir paaugstināti stresa apstākļi.”, “Stresa stāvoklis, kas saistīts ar inficēšanas risku.”, “Tagad vēl ir labi un diezgan interesanti, jauni apstākļi un jauna pieredze, bet jūtos jau nogurusi.”, “No vienas puses jāizvairās no tiešas saskarsmes ar klientu no otras puses visos līmeņos tiek pausts: "jūs jau tādu darbu izvēlējāties". “Nav drošības sajūtas”, “Darbinieku nepietiekamība (Saistībā ar daudziem darba nespējas gadījumiem)”, “Neziņa pat turpmāko.”, “Mani uztrauc, ka katru dienu uz darbu jābrauc ar sabiedrisko transportu.”, “Es atbraucu ar sabiedrisko transportu uz darbu, bet darbā nav dezinfekcijas līdzekļi .”, “Satraukums par savu veselību ja ir krīzes situācija un jādodas uz apsekojumu un, tad seko bailes par savu bērnu un citu ģimenes locekļu veselību. Nepamet sajūta, bet ja nu...”, “Nākas saskarties ar iekšējām dilemmām, jo šādos apstākļos runa nav vairs tikai par mani. Manas izvēles un rīcība var tieši ietekmēt manu ģimeni un sabiedrību. Līdz šim bieži esmu rīkojusies pašai izziņot - plecu pie pleca ar klientu gan ārpus darba laika, gan pārstāvot klienta intereses dažādās institūcijās. Šorīt mainoties darba formai, nākas atzīt, ka primāri ir drošības apsvērumi, kas var ietekmēt plašāku sabiedrības daļu. Bet šajā situācijā ir arī ieguvumi, klienti mobilizē paši savus resursus un spēj pašu spēkiem ar emocionālu atbalstu (attālinātu) risināt dažādas ikdienas situācijas.”, “Atcelta supervīzija.”, “Bailes no klātienē kontakta apsekošanā.”, “Neesam pasargāti!!!”, “Iespēja saslimt ar vīrusu, izvadājot pusdienas pa mājām.”, “Klienti, kuri vērsas pēc sociālās palīdzības, vērsas sociālajā dienestā, ne tikai ārkārtas situācijā un ne tikai pirmreizēji klienti, kas rada risku darbiniekiem inficēties ar vīrusu.”, “Bailes, nedrošība. Grūti saglabāt mieru, jo neziņa ir arī pašos darbiniekos, kā un kas notiks ar mums kā darbiniekiem, vai nesamazinās slodzes, nebūs jāpaliek mājās.”, “Nav saprotams, kā tas attīstīsies”, Netaisnīga sociālo darbinieku darba dalīšana. Pie “ģimenistiem” nonāk viss, kas saistīts ar ģimenēm un bērniem, mēs esam pārslogoti, kaut arī mums būtu jāfokussējas uz atbalstu jau esošajām ģimenēm, kurās jau bērniem ir bijuši apdraudējumi.”

5. **Daudziem sociālajiem darbiniekiem pašvaldība nenodrošina veselības apdrošināšanu.** Tas palielina sociālo darbinieku nedrošības sajūtu, bailes inficēties.
6. **Ierobežojumi ārkārtas situācijai tiešo darba pienākumu veikšanai.**

Dokumentācija un formālie procesi: “Ir sarežģīti noformēt dokumentus netiekoties ar klientu klātienē, piemēram, Darba pieņemšanas-nodošanas aktus, kuri satur arī personu sensitīvos datus, tāpēc tos nevar atstāt, kur citur, bet atskaites, t.sk., grāmatvedībai tie jānodod laikā.”, “klients nemāk noformēt dokumentāciju internetā”; “Rodas ģimenēm izdevumi par pabalstu piegādi vai izmaksu caur pasta nodaļām”, “Kā arī uz sarunas aprakstā ir tikai darbinieka paraksts un nav kliente, kas apliecina par ziņas patiesumu.”

Gadījuma vadīšanas process: “Atsakās, klienti neielaiž dzīvoklī”, “Pietrūkst tiešais kontakts ar ģimenēm (objektīvās informācijas iegūšanai)”, “Grūti un pat neiespējami izvērtēt situāciju ģimenē.”, “Grūti izvērtēt situācijas nopietnību.”, “Ne visos gadījumos ir iespējams pārbaudīt klienta sniegto informāciju, tās patiesumu.”, “Grūtības rada, ka darbs ir attālināti ar klientu”, “Ir ierobežotas iespējas izvērtēt situāciju.”, “Šobrīd sajūtam, ka attālinātā sadarbība rada sava veida grūtības - neredzam reālo vidi, kurā atrodas klients.”, “Liekas, ka reizēm klienti vēlas izmantot šo krīzes situāciju”, “Attālināti īsti nevar saprast, gūt ieskatu, vai savā dzīvesvietā vecāki lieto alkoholu vai citas vielas”; “Kontaktējoties e-vidē nav iespējams pārraudzīt ģimenes, īpaši tās, kurās ir augsti apdraudējuma riski.”, “Konsultācijas attālināti nevar nodrošināt to kvalitāti, kāda tā ir tiekoties, jo klientam, telefonsarunas laikā, blakus ir gan sieva / vīrs / bērni un klients nevar atklāti runāt par problēmām ģimenē, kas viņu uztrauc u.tml.”, “Telefoniski grūtāk arī sniegt psihoemocionālo atbalstu klientam, jo iztrūkst atbalstošas neverbālās komunikācijas.”, “Grūti

izvērtēt jaunu situāciju, ja ģimene nav bijusi iepriekš redzeslokā, informācija ir neskaidra, trūkst informācijas.”, “Nevar novērtēt situāciju un riskus bērnu drošībai attālināti.”, “Esošā risku novērtējumu metodika neatspoguļo ģimenes patieso risku situāciju līdz ar to grūti klasificēt klientu lietas pēc risku un krīžu pazīmēm.”

Viena sociālā darbiniece bija saskaitījusi, ka viņai vienā darba dienā bija veikti 75 zvani.

Dienesta vide: “Dienesta vide nav pielāgota sociālo distanču ievērošanai., “Ļoti mazas telpas, mēs nevaram nodrošināt nekādas distances. Tādēļ strādājam no mājām.”, ”Netaisnīga sociālo darbinieku darba dalīšana. Pie “ģimenistiem” nonāk viss, kas saistīts ar ģimenēm un bērniem, mēs esam pārslogoti, kaut arī mums būtu jāfokussējas uz atbalstu jau esošajām ģimenēm, kurās jau bērniem ir bijuši apdraudējumi.”

Apsekošana: “Neskaidras prasības no vadības attiecībā uz apsekojumu veikšanu dzīvesvietā.”, “Apsekot ir jādodas, bet uz savu atbildību.”, “Apsekojumi tiek veikti ārkārtas situācijās.”, “Būtiskākās grūtības veicot ģimenes sociālās situācijas un funkcionēšanas izvērtēšanu nav iespējas veikt dzīvesvietas apsekošanu, kā arī organizēt konsultācijas klātienē”, “Ievērojot piesardzību rodas bažas vai darbs būs izdarīts pietiekami un kvalitatīvi, jo klātienes konsultācijas ar rīkojumu ir aizliegtas, klienti pamatojoties uz izsludināto krīzes situāciju atsakās pieļaut apsekojumus dzīvesvietā.”, “Protams, tīri profilaktiski noderēja, bet zinu, ka ģimenes bez statusa, bet ar zemākiem ienākumiem un, kuri zaudējuši ienākumu avotus, ir daudz grūtākā situācijā.”, “Īsti nevar konstatēt vai ģimenēs netiek veikti bērnu tiesību pārkāpumi, jo apsekošanas dzīvesvietās netiek veiktas pie visām ģimenēm, bet tikai kurās iespējami augsti riski.”, “Mazliet tiek iebremzēti tekoši darbi, piemēram konsultācijas ar klientiem, klientu norīkošana pie psihologa.”, “Uzskatu, ka ja ģimenē notiek krīzes situācija, jārikojas atbilstoši un nekavējoties, neskatoties uz valstī ārkārtējo situāciju.”, “Nav skaidrības par apsekošanām.”, “Tiek ļoti ierobežots sociālais darbs ar klientu, jo daudziem ir pašizolācija.”, “Trūkst zināšanu un informācijas, lai vecākiem ar garīgās attīstības traucējumiem stāstītu par notiekošo, par drošību, pietrūkst informatīvo materiālu vienkāršā valodā vecākiem, trūkst informatīvo materiālu vecākiem, kas viņiem palīdzētu bērniem skaidrot to, kas notiek.”, “Nenodrošinām sabiedriskās dušas un veļas mazgāšanas pakalpojumus ģimenēm ar bērniem, zinu, ka mājās viņiem nav tādas iespējas.”, “Izglītības iestādes uzliek papildus prasības, datoru un internetu sagādei, lai trūcīgo ģimeņu bērni varētu mācīties attālināti.”, “Liels normatīvo dokumentu, ar kuriem steidzami jāiepazīstas, apjoms- dažādas izmaiņas darbā ar klientu, kas jāīsteno steidzamā kārtā.”, “Nezinu, kā rīkoties ar citu institūciju pieprasītajām nepilngadīgo sadzīves apstākļu pārbaudēm un izziņu nosūtīšanu viņiem.”, “Jābūt gatavai sniegt psihosociālo atbalstu visas 24 stundas dienā un 7 dienas nedēļā.”, “Grūtības sagādā praktiskā darba veikšana klientu dzīvesvietās - prasmju mācīšana, kas šobrīd nenotiek, lai pasargātu darbiniekus no iespējamā saslimšanas riska.”, “Jauni klienti. Jaunu lietu izveidošanā, kad nav klients, iepazīts un izziņāts. Jaunajiem nav telefoni, tikai adreses, grūtības sazināties bez apsekojuma dzīves vietā, bez apsekojuma ir grūti izvērtēt vai ir apdraudējumi, apdraudējumi riski”

7. Papildus funkciju veikšana. “Tiek izvadātas pārtikas pakas uz dzīvesvietām trūcīgām, maznodrošinātām un krīzes situācijā nonākušām ģimenēm.”, “Jāaizvieto kolēģis, kurš strādā ar citam riska grupām / pakalpojumiem.”, ”Papildus darbu rada tas, ka tiek veikti papildus darbu, kas vērsti uz cilvēku informēšanu, darba pārstrukturēšanu u.c. Piemēram, ir sagatavota vieta, kur nodot iesniegumus (izveidota un izvietota informācija par drošības pasākumiem, lietojot "kopējo pastkastīti"), sagatavota informācija par to, kādi personīgās drošības pasākumi ievērojami Covid-19 ārkārtas situācijas laikā, kur meklē palīdzību, u.c., kas izvietota daudzdzīvokļu mājās, sagatavotas norādes un skaidrojums par rotaļlaukuma izmantošanas ierobežošanu, visas, t.sk. riska ģimenes tiek katru nedēļu apzvanītas (gan tiek noskaidrots situācija ar pamatvajadzību nodrošināšanu, vai ir sociālais tīklojums, kas var palīdzēt karantīnas gadījumā, tiek stāstīta dažāda informācija par situāciju valstī, drošības pasākumiem, kur telefoniski meklē medicīnisko palīdzību, stāstīts, kā mazināt savu stresu, stāstītas idejas, ka pavadīt laiku ar bērnu u.tml.),

šobrīd, sadarbībā ar skolas pavāru tiek sastādīta pilnvērtīga ēdienkarte 2 nedēļām, iekļaujot receptes, ēdienkarte tiks nosūtīta vecākiem e-klasē, iespējams tiks publicēta novada mājaslapā, visas sociālās riska ģimenes tiek informētas, ka ārkārtas situācijas gadījumā ar soc.darb. var sazināties jebkura laikā (nakts laikā netiek atbildēts uz telefona zvaniem, bet tas tiek izdarīt nākošajā dienas rītā), soc.darb. atbalsts, padoms tiek nodrošināts arī brīvdienās.”, “Iespējams, ka daļa sabiedrības un daļa iestādes gaida, ka SD būs kā starpnieks VISOS gadījumos (pieslēgs klientam internetu, kopēs mācību materiālus, piegādās datorus un citu tehniku, izdarīs visu klienta vietā).”, “Jā, skolas lūdz steidzami iesaistīties situācijas risināšanā, ja nav spējīgas vienoties ar vecāku par izglītības procesu.”, “Vairāk vēstules Valsts VP/PPi par apdraudējumiem.”, “Izglītības iestādes vēlas sociālo darbinieku iesaistīšanos, ja kādā ģimenē netiek galā ar mācību darba neklātienas veikšanu.”, “Jā, palielinās darba apjoms. It īpaši no izglītības iestādēm. Vecāki no sociālā riska ģimenēm pārsvarā nespēj palīdzēt saviem bērniem mācību vielas apguvē attālināti, arī paši bērni nespēj tikt galā ar uzdoto. Bērni vecākus neklausa, nevēlas mācīties, vecāks ar visu bērnu atnāk uz sociālo dienestu un lūdz sociālā darbinieka palīdzību.”, “Liek resursu patēriņš, piegādājot pusdienas bērniem uz mājām, tikai pēc statusa kritērijiem (trūcīgs, maznodrošināts, daudz bērnu ģimene), jo lielākai daļai, pie kuriem biju tas nebija nepieciešams Protams, viņi pateicīgi.”, “Biežāk esam kā informācijas koordinators, atbalsta persona un starpnieks starp medicīnas iestādēm u.c”

Grūtības, kas saistītas ar klientu – ģimeņu ar bērniem situāciju

1. Komunikācijas tehniskās problēmas.

“Mobilo sakaru problēmas (nav telefona klientam, nav kredīta u t.)”, “Nav pietiekošas prasmes izmantot internetu, tiešsaistes programmas”, “Skola dod planšetes, bet mājās nav interneta pieslēgums.”, “Aizbildne, vecmāmiņa nevar palīdzēt bērnam apgūt darbu ar jauno planšeti un tiešsaistes programmām.”, “Ne visiem klientiem ir mobilie, vai esošo mobilo numuri ir mainīti, parādās situācijas, ka izrādās telefons ir nodots lombardā.”

2. Grūtības bērnu izglītošanā.

“Klienti ar GRT nespēj palīdzēt saviem skolniekiem bez papildus palīdzības.”, “Attālinātais mācību process vecākiem ar zemākām prasmēm viedierīču lietošanā, rada pamatīgas grūtības, lai nodrošinātu bērniem apmācību.”, “Klientiem ir agrāk nebijušas problēmas- piemēram, attālinātā mācīšanās bērniem.”, “Daudzi klienti ir apjukuši, jo netiek galā ar visiem bērniem, nespēj disciplinēt, bērni neklausa, rodas konflikti.”, “Konkrēta situācija, vientuļa māmiņa, 5 bērni, trīs no tiem ir skolnieki, viens pirmskolas vecumā ar īpašām vajadzībām un bērns līdz gadam. Dzīvo dzīvoklī bez labiekārtojuma, malkas apkure, aka kādus 300m no mājas pāri ceļam. Viņa arī ir satraukta un izsista no ierastā ritma. Viņai vajag palīdzēt gan ar mācības procesu bērniem, gan atbalstu saimniecībā. Nevaram pārtraukt asistenta pakalpojumu.”, “Vecāki saka, ka nevar patstāvīgi nodrošināt mācības (tehniski un emocionāli), īpaši kuriem ir vairāki skolnieki.”

3. Klientu psihoemocionālais stāvoklis.

“Trauksmainākie un uztrauktākie tagad ir vecāki, viņiem vienlaicīgi gan par bērniem, gan par sadzīvi, gan darbu, gan sevi.”, “Jau redzamas situācijas, kurās klienti, kuri strādāja vienkāršus palīgdarbus, tos ir zaudējuši, aiz bezdarbības sākas iedzeršanas, vardarbība. Paredzu, ka drīz varētu sākties zādzības, ja būs ilgstoša bezdarbība. Uz iepriekš uzskaitīto faktoru rēķina, pieaug spriedze ģimenē.”, “Mums pagaidām iedzīvotājos valda uztraukums, bet situācija ir normas robežās.” “Problēmas ar personām ar personības traucējumiem, garīga un psihiska rakstura traucējumiem, parādās panika, trauksme, gan par saslimšanas risku, gan saistībā ar darba zaudēšanu.”

4. Citu problēmu pieaugums.

“Jau tagad parādās daudz vairāk VP/PPs ziņojumi par alkohola lietošanu ģimenēs, vardarbību, bērnu klaiņošanu”, “Daudzi klienti nezina kas notiek, neizprot, jo neskatās TV, nelasa ziņas. Dažiem tas palielina trauksmi, rada konfliktus ar citiem.”, “Būtu svarīgi apturēt tiesu izpildītāju darbu, viņiem nav nekāda īpaša situācija. Plēš nost pabalstus, uzturlīdzekļus. Uzvedas it kā nekas valstī nebūtu noticis.”, “Laukos ir daudzas mājas, kurās nav ūdens un ir grūti ar pamatvajadzībām. Protams, ka viņiem nav prioritāri iegādāties dezinfekcijas līdzekļus. Varbūt pie partikas pakām vajadzētu izsniegt arī tos.”, “Mūsu novadā dezinfekcijas līdzekļiem ir deficīta statuss, tie nav nopērkami”. “Pašvaldības līderus būtu jāuzrunā par kādām atļaidēm komunālajos maksājumos, arī, ja ģimenei nav trūcīgā vai maznodrošinātā status, lai neliek ārā un neliek tiesās”, “Cilvēkiem, kuriem nav interneta bankas, netiek pie naudas, jo dienests visas kases aizslēdzis.” Reālā situācija ģimenēs būtiski atšķiras no tā, kā klients to pastāsta pa tālruni (problēmas tiek minimizētas).”, “Palielinājies bērnu un jauniešu klaiņošanas, pulcēšanās, alkohola lietošanas gadījumu skaits”, “Šobrīd īpaši sarežģītos apstākļos risks nokļūt vecākiem, kuri vieni audzina bērnus un strādā garas darba stundas šie bērni ilgstoši ir mājās vieni, viņu uzraudzība, veselīgs uzturs un izglītošanās ir apdraudēta ņemot vērā vecāku slodzi.”, “Klientiem ar psihiatrijas diagnozēm ir augsts trauksmes līmenis, situācijas pasliktināšanās.” “Parādās vājas vecāku konfliktu risināšanas prasmes sadzīves apstākļos, ģimenē, grūti tikt gala ar bērnu konfliktiem ģimenē, ļoti komplicēts vecāku lomu sadalījums - aprūpētājs, skolotājs, apgādnieks spēja pārorientēties esošajos apstākļos (nepieciešams konsultēt un stiprināt vecākus šajā situācija). Svarīgi būtu apzināt, kā vecāki, kuri audzina bērnus ar īpašām vajadzībām spēj nodrošināt bērnu nepārtrauktu uzraudzību un izglītošanu.”, “Klienti nespēj izvērtēt ārkārtas situācijas nopietnību.”, “Sociālo darbinieku sniegto informāciju neuztver nopietni.”, “Jaunieši neievēro karantīnu, pulcējas bariņos.”

Grūtības, kas saistītas ar sadarbību un pakalpojumu nodrošināšanu

“Nepārtraukta nepieciešamība domāt par klientu un darbinieku drošību, neierasti darba apstākļi, psihologi atsakās turpināt veikt sociālās rehabilitācijas pakalpojumu bērniem, kuri cietuši no prettiesiskām darbībām, trūkst pakalpojuma sniedzēji psiholoģiskajai izpētei un soc.reh., nav pieejams saraksts ar psihologiem, kuriem noslēgts līgums ar Latvijas Bērnu fondu par sociālās rehabilitācijas pakalpojuma sniegšanu.”, “Nav iespējas nodrošināt klientu ar atbilstošu pakalpojumu problēmsituācijai, pakalpojumi tiek piedāvāti uz nākotni, kaut gan tie nepieciešami šobrīd.”, “Skolas uzskata, ka sociālajam darbiniekam jānodrošina attālinātā apmācība.”, “Pakalpojumu nepieejamība, netiek nodrošināta rehabilitācija dzīvesvietā vardarbībā cietuši personai. Mūsu gadījumā tā ir svarīgs krīzes centrs reģionā, kas tagad nenodrošina šo pakalpojumu”, “Klientiem daudzi pakalpojumi nav pieejami, piemēram atbalsta grupas, mediķi”, “Vāja sadarbība ar valsts policiju – informācija tiek nodota ar nokavēšanos, ļoti bremsēti, formāli.”, “Šobrīd atšķirīga izpratne ar BT par riskiem. BT gatavi ņemt ārā bērnus”, “Nav veiksmīga dienesta prakse, ka pie durvīm ir izlikts saraksts, lai pazvanītu darbiniekam iekšpusē, bet cilvēkam, kurš ir atnācis var nebūt telefons, vai izlādējies, vai kā tas bieži ir – nav kredīta, atslēgts.”, “Citas institūcijas - BTs, savus “nepatīkamos uzdevumus” liek izpildīt sociālam darbiniekam, piemēram apsekošanu dzīvesvietā. Strādājot ar ģimenēm ar bērniem, grūtības ir ar pirmreizējiem klientiem, piemēram, BT šonedēļ ir uzdevusi uzsākt sadarbību ar Sociālo dienestu. ņemot vērā šā brīža situāciju, ģimenei sadarboties, sociālajam darbiniekam izvērtēt ģimenes riskus, piešķirt pakalpojumu nav iespējams”, “Skolas vēlas, lai SD veic apsekošanu ģimenēs, kuras nepieslēdzas e-klasē (vai nav datora bērnam utt.), robežas jānoliek katrai institūcijai nevis jāliek savi pienākumi SD virsū.”, “SD ir vedis klientiem grāmatas un kopētos materiālus uz dzīvesvietu, bet nesekos līdz tam vai bērni pilda uzdevumus, kā arī datorus vai planšetes bērniem negādās.”, “Psihologi atsaka arī tiešsaistes pakalpojumus. Vienā ģimenē bija vardarbības akts un bija tikko iesākuši. Palīdzība ir akūti nepieciešama. Psihologi saka, ka kaut kad vēlāk.

Māte prasa, ko darīt.”, “Pietrūka partikas pakas, jo ģimenēm laukos ir grūti.”, “Pakalpojumu sniedzēji vēlas apturēt procesu - psihologi valsts programmām, ģimenes asistenti.”, “Pakalpojumu nepieejamība netieši ietekmē klienta soc. situācijas pasliktināšanos”, “Iztrūkst robežas un tiek novirzīti uzdevumi par skolēnu mācīšanās procesa organizēšanu no skolas.”, “Resursu trūkums (pakalpojumu nepieejamība klientiem)”, Lielākā daļa pakalpojumu bērniem nav pieejami tiessaistē, tikai retais pakalpojumu sniedzējs var nodrošināt tiešsaistes pakalpojumus bērniem mazākā vecumā (līdz 10 gadi).”, “Izglītības iestādes uzliek papildus prasības, datoru un internetu sagādei, lai trūcīgo ģimeņu bērni varētu mācīties attālināti.”, “Nav vienotas starpinstitucionālas sadarbības modeļa, sistēmas. Nav vienotu viedokļu un norāžu no ministrijām. Sevišķi uz doto brīdi problēmas rada izglītības iestādes sakarā skolēnu mācību procesu.”, “Nezinu, kā rīkoties ar citu institūciju pieprasītajām nepilngadīgo sadzīves apstākļu pārbaudēm un izziņu nosūtīšanu viņiem”, “Diemžēl sociālo pakalpojumu sniedzēji bija iniciatori pārtraukt sociālas rehabilitācijas pakalpojumu sniegšanu.”.

Pielikums Nr. 8 „Latvijas psihoterapeitu biedrības (LPB) ieteikumi”

Sociālo dienestu sociālo darbinieku ģimenēm ar bērniem var būt lietderīgi, kas izveidoti balstoties uz krīžu darba pamatprincipiem un ilgstošu pieredzi darbā ar krīžu, ārkārtas situācijām,

- Darbs ar klientiem, kuri piedzīvo krīzi, paniku, zaudējumu (turpmāk tekstā, krīzi) ir specifisks ar to, ka var prasīt vairāk spēka, nekā ikdienas darbs. Cilvēkam krīzē var būt daudz intensīvu emociju un mums tās būs „jāsatur” un jānormalizē.
- Pieaugot šādam klientu daudzumam, arī mēs paši varam nonākt krīzē. Mūsu pašterapija, supervīzijas, kolēģu atbalsts un profesija no tā nepasargās. Vēlams ieplānot lielākus atpūtas brīžus, ja šādi klienti ir vairāki. Vēlams daudz lielākā apmērā, nekā ierasts, rūpēties par sevi fiziski, kognitīvi un emocionāli. Klasiskais likums: ja palielinās slodze, jāpalielina atpūta. Jā, varbūt izdarīsim mazāk, bet noturēsimies ilgāk.
- Ja rodas aizdomas, ka esat krīzē, lūdzu neignorējiet to, vērsieties pēc psiholoģiskas palīdzības. Krīzes ignorēšana, to ne apturēs, ne mazinās.
- Aicinām, katram izvērtēt savus spēkus, iesaistoties brīvprātīgajā darbā. Tie, kuri šobrīd var, dara, kuri nevar – atpūšas, jo, iespējams, būs jānomaina tie, kuri tagad var. Kopā un pamazām, mēs šo krīzi pārvarēsim.
- Pēc darba ar indivīdu vai grupu krīzē, novērojām sevi, jo var būt intensīva bezspēcības izjūta, bet var būt arī pārlietu pacilāts garastāvoklis. Varam kļūt neuzmanīgi, gūt traumas.
- Strādājot ar klientu krīzē vai ar klientu, kurš ir tuvu panikai, atceramies, ka komunikācija ir jāveic direktīvāka un tiešāka.
- Tas nozīmē, ka ir pieļaujami dot klientam norādījumus: vērsties pie mediķiem, veikt analīzes, ieturēt karantīnu, sociālo distanci, neizplatīt baumas par situācijas pasliktināšanos, rūpēties par savu fizisko un emocionālo veselību, runāt un izstrādāt drošības plānu.
- Krīzes intervenci veicot, mēs nejautam, „Ko Tu jūti?”. Klients var būt pārāk apjucis, dekompensējies, tādēļ mēs izdarām pieņēmumu, izejot no satura, ko viņš mums ir sniedzis. Piemērs: „Izklausās, ka Tu jūties izmisis, jo baidies pazaudēt savus vecākus.”; „Es saklausīju, ka tu baidies saslimt ar šo vīrusu.” u. tml. Krīzes intervences ir sevi pierādījusi kā efektīvu līdzekli, lietojiet to.
- Strādājot ar klientu krīzē ir daudz jānormalizē. Bieži vien jālieto vārdi „tas ir normāli”; „tava reakcija ir dabīga krīzes situācijai/zaudējumam”, „tas ir uz laiku, krīze pāries”.
- Klients krīzē ir jāizglīto. Jāpastāsta, kas ir krīze, kādas ir tās pazīmes, rūpīgi jāatbild uz klienta jautājumiem.
- Ārkārtas situācijas laikā, nopietni aicinām izmantot visus iespējamus risinājumus attālināta darba organizēšanai. Slimi un miruši mēs nevarēsim saviem klientiem palīdzēt. Slimi un miruši klienti pie mums vairs neatnāks.
- Mums saviem klientiem ir jāparāda piemērs tam, kā rūpēties par sevi un par sabiedrību epidēmijas apstākļos.
- Šis ir arī laiks, kas var atnest pilnīgi negaidītus ētisku jautājumus. Tādā gadījumā, sazinieties ar sava virziena Ētikas komisijas locekli un lūdziet konsultāciju.
- Atgādinām, ka ievērojot sociālo distancēšanos, būtu vēlams profesionāli nenorobežoties no kolēģiem. Ir noderīgi, sazināties ar tuviem kolēģiem, organizēt attālinātas kovīzijas grupas un regulāri veikt attālinātu pašterapiju.

Pielikums Nr. 9 „Jūrmalas informācijas lapa visiem iedzīvotājiem”.

Šāda informācijas lapa tika izsūtīta bvisiem Jūrmals dzīvota'jiem pa pastu divās valodās (latviešu, krievu).

KĀ STRĀDĀ JŪRMALAS PILSĒTAS PAŠVALDĪBA ĀRKĀRTAS SITUĀCIJĀ

Jūrmalas pilsētas domes un tās iestāžu apmeklētāji klātienē netiek apkalpoti. Iedzīvotāju apkalpošana notiek attālināti – pa tālruni un ar e-pasta starpniecību. Papīra formā sagatavotus un parakstītus iesniegumus iedzīvotāji var ievietot pastkastītēs, kas novietotas pie domes apmeklētāju apkalpošanas centru ieejas durvīm. Kultūras un sporta iestādes Jūrmalā ir slēgtas; iepriekš plānotie publiskie pasākumi nenotiks.

KONTAKTI ATTĀLINĀTAI SAZIŅAI

APMEKLĒTĀJU APKALPOŠANAS CENTRI:

tāl. 67093816, 67738898, 67751609,
e-pasts pasts@jurmala.lv

LABKLĀJĪBAS PĀRVALDE UN SOCIĀLAIS DIENESTS:

tāl. 67767316, 67767347, 67767140,
e-pasts labklajibas.parvalde@jurmala.lv



DZIMTSARAKSTU NODAĻA:

tāl. 67752332,
e-pasts dzimtsaraksti@jurmala.lv



Jūrmalas pilsētas Pašvaldības policija primāro darbu turpina, nodrošina sabiedrisko kārtību pilsētā, ievērojot visus noteiktos drošības apsvērumus. Ja nepieciešama tūlītēja Pašvaldības policijas palīdzība, zvaniet uz tālruni **67740448** vai **29444810**.

JAUTĀJUMI UN ATBILDES PAR COVID Kā pasargāt sevi?

Latvijā no 13. marta ir izsludināta ārkārtēja situācija ar mērķi ierobežot koronavīrusa Covid-19 izplatību. Aicinām iedzīvotājus būt atbildīgiem pret sevi un sabiedrību, ievērojot piesardzības pasākumus!

Kā izplatās Covid-19 infekciju izraisošais koronavīruss?



Veselam cilvēkam tieši kontaktējoties ar inficētu personu



Ar sīkiem pilieniem, kas rodas, inficētajai personai runājot, šķaudot vai klepojot



Netieša kontakta ceļā, pieskaroties virsmām un priekšmetiem, kas ir inficēti

Kā izvairīties no saslimšanas ar Covid-19?



Ievērot divu metru attālumu no citām personām



Klepojot un šķaudot, nosegt muti un degunu ar vienreizlietojamo salveti, kuru pēc lietošanas izmest atkritumu tvertnē, un pēc tam nomazgāt rokas; ja nav vienreizlietojamās salvetes vai kabatlakatiņa, klepot vai šķaudīt elkoņa iekšējā locītavā (piedurknē), bet ne plaukstā



Bieži mazgāt rokas ar ziepēm un ūdeni. Lietot spirtu saturošu dezinfekcijas līdzekli



Ar rokām nepieskarties sejai



Palikt mājās, neapmeklēt publiskas vietas un nebraukt ar sabiedrisko transportu

Kādas ir slimības pazīmes – temperatūra, klepus, elpas trūkums? Kas vēl?



Paaugstināta T° , drudzis



Klepus, kakla sāpes



Apgrūtināta elpošana



Saslimšana var būt smagāka gados veciem cilvēkiem, cilvēkiem ar hroniskām slimībām, novājinātu imunitāti un tiem, kam ir paaugstināts asinsspiediens, sirdsdarbības traucējumi vai diabēts.

Kam jāievēro pašizolācija (mājas karantīna)?



Cilvēkiem, kuri atgriezušies no ārvalstīm, obligāti jāievēro 14 dienu pašizolācija no citiem! Arī tad, ja pašsajūta ir laba, cilvēks var būt vīrusa pārnēsātājs un apdraudēt citus! 14 dienas nedrīkst doties uz sabiedriskām vietām un saskarties ar citiem cilvēkiem, lai neinficētu tos.



Par noteikto drošības pasākumu neievērošanu var piemērot administratīvo vai kriminālo atbildību. Ja redzat pārkāpumu, ziņojiet **110**!



Stingra mājas karantīna jāievēro personām, kurām konstatēta saslimšana ar Covid-19. Pašizolācija jāievēro arī tiem cilvēkiem, kuri ir bijuši saskarē ar inficēto.

Kad jāvēršas pie ārsta?

- ✓ Ja parādās saslimšanas pazīmes, nekādā gadījumā nedrīkst pašam doties uz slimnīcu vai pie ģimenes ārsta; jāsazinās ar ārstu pa telefonu! Tas ir kritiski svarīgi, lai nepakļautu infekcijas riskam ārstniecības personas!
- ✓ Ja ir viegli saslimšanas simptomi un aizdomas par Covid-19, jāzvana uz tālr. **8303** (katru dienu plkst. 9.00–18.00). Uz ārkārtas tālr. **113** jāzvana tad, ja simptomi ir smagi – ļoti augsta temperatūra, elpas trūkums.



Sekoņiet līdz aktuālajai informācijai Slimību profilakses un kontroles centra mājaslapā www.spkc.gov.lv, tālr. 67387661! Vienots bezmaksas informatīvais dienaksts tālr. 8345 ar Covid-19 saistīto jautājumu noskaidrošanai.