

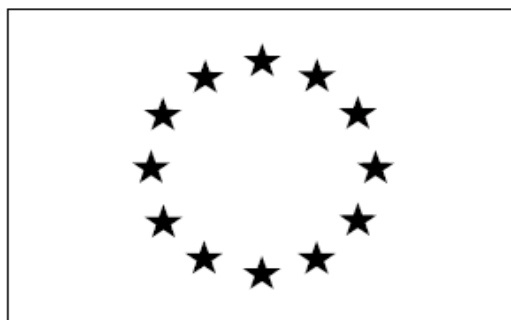
SOCIĀLĀ DARBA UN SOCIĀLĀS PEDAGOĢIJAS AUGSTSKOLA „ATTĪSTĪBA”

EIROPAS KOPIENAS INICIATĪVAS *EQUAL* PROJEKTA
„JAUNI RISINĀJUMI BIJUŠO IESLODZĪTO NODARBINĀTĪBAS VEICINĀŠANAI”
ĪSTENOŠANAS IETVAROS

**SOCIĀLĀS REHABILITĀCIJAS PROGRAMMA IESLODZĪTAJIEM UN
BIJUŠAJIEM IESLODZĪTAJIEM**

DZĪVES SKOLA 2

Rīgā, 2006



PROJEKTU LĪDZFINANSĒ EIROPAS SAVIENĪBA

Programmu izstrādā: Sociālā darba un sociālās pedagoģijas augstskola "Attīstība"

Laiks: no 2005. gada 30. septembra līdz 2006. gada 30. martam

Autorkolektīvs

Projekta vadība – profesore Dr. Lidiņa Šiļņeva un profesore Dr. Aina Vilciņa

Ievads – Juris Osis

1. **modulis** „Es – labs sākums” – Mg. psych. Kristīne Čerpinska
2. **modulis** „Es un manas vērtības” – Mg. paed. Liesma Ose
3. **modulis** „Sociālās pamatprasmis” – Mg. paed. Dagnija Briede, Mg. SD Daina Vanaga
4. **modulis** „Veselība un atkarība” – Iveta Dambe
5. **modulis** „Tiesiskā izglītība” – Mg. paed., iur. Lāsma Stepiņa
6. **modulis** „Karjera – vēlies, plāno, sasniedz!” – Mg. sab. vad., M. A. Psychology of Excellence Aija Juhna

Nobeigums – Juris Osis

Saturs

Ievads	4
1. modulis „Es – labs sākums”	16
2. modulis „Es un manas vērtības”	54
3. modulis „Sociālās pamatprasmes”	78
4. modulis „Veselība un atkarība”	115
5. modulis „Tiesiskā izglītība”	159
6. modulis „Karjera – vēlies, plāno, sasniedz!”	232
Nobeigums	261
Pielikumi	263

Ievads

Ieslodzījuma vietās ieslodzītie sastopas ar dažādām problēmām, kas rada pārmaiņas viņu personībā. Problēmas nezūd pēc atbrīvošanās no ieslodzījuma vietas, bet nereti tām pievienojas jauna – psiholoģiska nesagatavotība jaunajiem dzīves apstākļiem. Bieži vien nav dzīvesvietas, nav pietiekamu valsts valodas zināšanu un izglītības, zaudētas dažādas dzīves prasmes un iemaņas patstāvīgai dzīvei sabiedrībā, ir atkarības problēmas (alkoholisms, narkomānija), sastapšanās ar apkārtējo cilvēku negatīvu attieksmi. Vairākas problēmas ir jārisina vienlaicīgi un neatliekami. Lai saņemtu sociālo palīdzību, trūkst arī sociālo un juridisko zināšanu. Saskaņoties ar šīm problēmām un neatrodot vietu sabiedrībā, bijušie ieslodzītie izdara jaunus noziegumus un atkal nonāk ieslodzījuma vietās. Statistikas dati liecina, ka katru gadu Latvijā no ieslodzījuma vietām tiek atbrīvoti vairāk nekā 2500 notiesāto. Aptuveni trešā daļa no atbrīvotajām personām atgriežas cietumā, jo neatrod savu vietu sabiedrībā. Atbilstoši oficiālajiem datiem 2004. gadā 30% notiesāto agrāk ir bijuši krimināli sodīti. Ieslodzīto sagatavošana dzīvei brīvībā sākas ieslodzījuma vietā, un sociālās rehabilitācijas pasākumi ieņem nozīmīgu vietu šajā procesā.

Sociālās rehabilitācijas programma *Dzīves skola II* izstrādāta Eiropas Kopienas iniciatīvas EQUAL projekta „Jauni risinājumi bijušo ieslodzīto nodarbinātības veicināšanai” ietvaros. Kopienas iniciatīva EQUAL ir starptautiska sadarbības programma, kuras mērķis ir cīnīties pret visa veida diskrimināciju un nevienlīdzību darba tirgū un attīstīt sociālās atstumtības riskam pakļauto iedzīvotāju iekļaušanos darba dzīvē. Izstrādājot sociālās rehabilitācijas programmu *Dzīves skola II*, autori balstījās uz EQUAL projekta ietvaros 2005. gadā veiktā pētījuma „Ieslodzīto un no ieslodzījuma atbrīvoto personu izglītības, nodarbinātības un sociālās rehabilitācijas pakalpojumu pieejamība” rezultātiem, kā arī izmantoja sociālās rehabilitācijas programmas *Dzīves skola II* ieviešanas un realizācijas pieredzi un metodisko bāzi. Sociālās rehabilitācijas programmu *Dzīves skola II* izstrādāja SDSPA „Attīstība” ekspertu grupa (D. Briede, K. Čerpinska, I. Dambe, A. Juhna, L. Ose, L. Stepīņa, D. Vanaga, J. Osis) profesores Dr. Lidijas Šilņevas un profesores Dr. Ainas Vilciņas vadībā laika posmā no 2005. gada oktobra līdz 2006. gada martam.

Programmas *Dzīves skola II* mērķis ir sagatavot atbrīvošanai un integrācijai sabiedrībā cilvēkus, kuri izcieš sodu vai ir izcietuši sodu brīvības atņemšanas iestādēs, palīdzot viņiem apgūt un attīstīt pamatprasmes, sniedzot zināšanas un ietekmējot attieksmes, kas veicina vieglāku saskarsmi ikdienā.

Programmas „Dzīves skola II” teorētiskais pamatojums

Sociālās rehabilitācijas programma *Dzīves skola II* izstrādāta, balstoties uz kognitīvi biheiviorālo teoriju un pieaugušo izglītības principiem, īpaši akcentējot prasmju veidošanas procesa likumsakarības un ievērojot bilingvālās izglītības pieeju.

Kognitīvi biheiviorālā teorija

Kognitīvi biheiviorālā teorija ir viens no psiholoģijas virzieniem, kas izveidojās no biheiviorisma skolas. Šīs pieejas empīriskie pamatojumi psiholoģiskajām problēmām atrodami jau 20. gs. sākumā. Biheiviorālā un kognitīvā psiholoģija sākotnēji attīstījās katra atsevišķi. Taču pagājušā gadsimta 50. gadu beigās un 60. gadu sākumā līdz ar biheiviorālās teorijas attīstību tajā tika iekļautas vairākas citas koncepcijas un atziņas, īpaši kognitīvās un sociāli psiholoģiskās, tā liekot pamatus kognitīvi biheiviorālajai teorijai. Šī teorija ir balstīta uz to, ka indivīda izturēšanos nosaka konkrētā situācija, kuru interpretē indivīds. Izmantojot biheiviorisma, sociālās apmācības, uzvedības un kognitīvi orientētas teorijas uzskatus un metodes, kognitīvi biheiviorālā teorija cilvēkam palīdz atrisināt specifiskas problēmas.

Kognitīvi (lat. *cognitio* – izziņa) biheiviorālā (angl. *behaviour* – uzvedība, izturēšanās) teorija uzsver domāšanas procesa ciešo saistību ar cilvēka uzvedību. Kognitīvi biheiviorālā teorija palīdz cilvēkam pazīt deformētas, sagrozītas domāšanas un disfunkcionālas izturēšanās modeļus. Ar sistemātiskām pārrunām, apspriešanu un rūpīgi strukturētu biheiviorālu uzdevumu cilvēks novērtē un modificē savas kļūdainās domas, disfunkcionālo uzvedību. Problēmas formulējums tiek pārbaudīts ar praktiskiem uzdevumiem un, ja nepieciešams, tiek mainīts. Dažiem teorijas aspektiem biheiviorāls uzsvars ir lielāks, savukārt citiem ir lielāks kognitīvs uzsvars.

Pirmais un, iespējams, pats galvenais kognitīvi biheiviorālās pieejas princips ir tas, ka indivīda izturēšanās veidu nosaka konkrētā brīža situācija un šīs situācijas interpretējums indivīda izpratnē. Tāpēc fokuss tiek vērsts uz konkrētā brīža izturēšanos, kas atklāj, ko cilvēks grib saprast vai mainīt, un to raksturo princips “šeit un tagad”. Lai atvieglotu psihisko nemieru, koriģējot kļūdainas koncepcijas un kļūdainus cilvēka iekšējos signālus, problēmas izcelsmes izpratne pārmaiņu veidošanai uzvedībā nav svarīga. Uzsvars tiek likts uz specifiskām problēmām, nevis uz globāliem vispārīnājumiem. Daudzas šīs pieejas metodes tiek balstītas uz principa “šeit un tagad”, un pastāv pieņēmums, ka teorijas praktiskās izmantošanas galvenais mērķis ir palīdzēt cilvēkam panākt vēlamās pārmaiņas dzīvē.

Pieaugušo izglītības principi

Pieaugušo izglītība ir organizēts process, kas veicina pieauguša cilvēka spēju attīstību, bagātina zināšanas, profesionāli pilnveido vai pārkvalificē, pilnveido attieksmes un uzvedību, kas sekmē sabalansētu un patstāvīgu personības līdzdalību sociālajā, ekonomiskajā un kultūras dzīvē. Tā ietver formālo un neformālo izglītību, cenšas integrēt un ietvert visas izglītības struktūras un pakāpes vertikāli, hronoloģiski un horizontāli, visu dzīves situāciju kontekstā vai konkrētā sociālā vidē. Izglītošanu var veikt tikai tur, kur ir izglītojams. Iepazīšanās ar cilvēku, viņa interesēm, vēlmēm un motivācijām, ar viņa izvēlēm un negācijām, ar viņa veiksmeš un neveiksmeš nodrošinās, ka izglītības programma vispirms apmierinās izglītojamo vajadzības, nevis skolotāju vai programmas veidotāju vajadzības. Tas ir pieaugušo izglītības jeb andragoģijas galvenais princips. Cilvēkiem, kuri īsteno izglītības programmas pieaugušajiem, ir jārēķinās, ka, programmas veidojot un realizējot, ir jāņem vērā izglītojamo dzīves pieredze, lai viņi pret šīm programmām neizturētos noraidoši.

Būtiskākās pieaugušo izglītības likumsakarības ir:

1. Mācīšanās procesā tiek nodrošināta izglītojamā pašrealizācija, sākot ar mācīšanās mērķu izvirzīšanu, mācīšanās materiālu un metožu izvēli, rezultātu novērtēšanu. Ja pieaugušajiem tiek dota iespēja izvēlēties, pieņemt lēmumu un atbildēt par savu izvēli, tad cilvēks kļūst patstāvīgāks.

2. Izglītības procesā tiek akcentēta kritiskā refleksija. Tā balstās uz trim savstarpēji saistītiem procesiem:

- uz izmainītiem nekritiskiem pieņēmumiem, kas tika uztverti kā pašsaprotami;
- uz atklātām alternatīvām iepriekš pieņemtajām idejām, darbībām un spriedumiem;
- kritiskās refleksijas attīstības rezultātā paplašinās indivīda apziņas sfēra, viņš atsakās no viennozīmīgiem spriedumiem, kļūst radošāks, grūtāk manipulējams.

3. Pieaugušo mācīšanās procesā maksimāli izmantojama paša pieredze. Svarīgi ir zināt, ka izziņas paplašināšana, sevišķi pieaugušajiem, lielā mērā balstīta uz pieredzes paplašināšanu.

4. Pieaugušo izglītībā jānodrošina iespēja mācīties mācīšanos. Cilvēkam rodas izpratne par to, kā mācīties, kā tas notiek, ko viņš zina, ko nezina. Paplašinās kompetence un patstāvīgās izziņas iespējas.

Darbojoties ar pieaugušajiem, jāņem vērā viņu mācīšanās īpatnības:

- darbojoties grupā, grupas dalībnieki samērā viegli ietekmē cits citu,
- pieaugušie var būt samērā aizspriedumaini,
- viņi ir konservatīvi un piesardzīgi.

Prasmju veidošana

Viens no ieslodzīto un bijušo ieslodzīto sociālās rehabilitācijas svarīgiem uzdevumiem ir veidot sociālās prasmes. Programmas pamatā ir sociālo prasmju veidošana, attīstīšana un pilnveidošana. Visu sociālās rehabilitācijas programmas *Dzīves skola II* moduļu saturs ir fokusēts uz prasmju attīstīšanu, kas nepieciešamas cilvēkam, lai nodrošinātu pamatvajadzības un labāk saskatītu problēmu risināšanas resursus, atbrīvojoties no ieslodzījuma un reintegrējoties sabiedrībā. Modulī izmantotas reālas situācijas, ar kuru palīdzību tiek veicināta dalībnieku problēmsituācijas izpratne un nepieciešamo prasmju, vērtību un attieksmju attīstīšana.

Moduļa saturs balstīts uz izpratni, ka cilvēka attieksmes raksturu nosaka viņa vērtīborientācija, no kuras viņš atvasina savas uzvedības normas un izkopj atbilstošas prasmes. Pievēršot uzmanību dalībnieku prasmju attīstīšanai, jāpalīdz viņiem saskatīt to nepieciešamību. Sekmīgai prasmju attīstīšanai jāveido priekšstats par to saturu, jāpievērš uzmanība attiecīgajām vērtībām, attieksmēm, īpašībām. Tā kā prasmju apguve iespējama tikai praktisku vingrinājumu rezultātā, tad sociālo prasmju veidošana ir integrēta visas sociālās rehabilitācijas programmas *Dzīves skola II* saturā.

Bilingvālās izglītības pieeja

Bilingvisms jeb divvalodība ir funkcionāla divu valodu brīva prasme un lietošana. Savukārt bilingvālā izglītība – mērķtiecīgs process, kurā tiek izmantotas divas mācību valodas. Līdz ar to otrā valoda no mācību priekšmeta kļūst par mācību līdzekli, daļa mācību priekšmetu tiek mācīta otrajā valodā. Citiem vārdiem sakot, bilingvālās izglītības pieeja sociālās rehabilitācijas programmas *Dzīves skola II* realizācijā ir funkcionāla divu valodu (latviešu un krievu) izmantošana programmas satura apgūvē. Primārā programmas apguves valoda ir latviešu, ja nepieciešams – krievu valoda. *Dzīves skolas II* mērķis nav latviešu valodas apguve, bet gan noteiktu zināšanu sniegšana, prasmju un attieksmju veidošana, tādēļ tās realizācijas gaitā jāņem vērā programmas dalībnieku vajadzības, intereses, spējas un lietojamā valoda.

Rokasgrāmatas struktūra

Sociālās rehabilitācijas programmas *Dzīves skola II* rokasgrāmatā ir seši savstarpēji saistīti, bet tajā pašā laikā autonomi moduļi. Katram modulim ir apakšmoduļi un darba lapu pielikums. Katrā modulī norādīti mērķi, modulī sasniedzamie rezultāti un metodes šo rezultātu sasniegšanai. Programmas kopējais apjoms ir 128 stundas.

1. modulis. Es – labs sākums

Moduļa mērķis: Attīstīt pašregulācijas prasmi – pazīt, kontrolēt un virzīt savu emociju un jūtu izpausmes, uzvedību un attieksmes, veicināt pašvērtējuma celšanos.

2. modulis. Es un manas vērtības

Moduļa mērķis: Apzināt un aktualizēt personiskās identitātes un sociālās identitātes, apzināt ētikas vērtību saturu un izpausmes, attīstīt tikumiskas darbības motivāciju, kā arī īstenot garīgus meklējumus dzīves jēgas noskaidrošanai.

3. modulis. Sociālās pamatprasmes

Moduļa mērķis: Apzinātas un pilnveidotas dalībnieku sociālās prasmes, zināšanas, vērtības un attieksmes veiksmīgākai integrācijai sabiedrības dzīvē.

4. modulis. Veselība un atkarība

Moduļa mērķis: Attīstīt izpratni par savu un līdzcilvēku veselību kā vērtību unmācīties saprast atkarību ietekmi uz to.

5. modulis. Tiesiskā izglītība

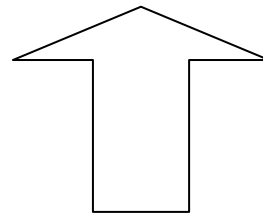
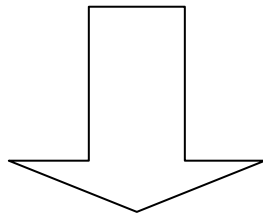
Moduļa mērķis: Moduļa dalībnieku tiesiskās izglītošanas pilnveide, kas sekmē reintegrāciju sabiedrībā.

6. modulis. Karjera – vēlies, plāno, sasniedz!

Moduļa mērķis: Attīstīt dalībnieku personiskās motivācijas analīzes spējas no cēloņu likumsakarību viedokļa, tādējādi sekmējot personiski un sociāli pieņemamu motīvu un rīcību amplitūdas palielināšanos, kā galveno motivatoru izmantojot karjeras motivāciju.

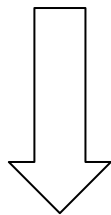
Sociālās rehabilitācijas programmas „Dzīves skola II” mērķis

Sagatavot atbrīvošanai un reintegrācijai sabiedrībā cilvēkus, kuri izcieš vai ir izcietuši sodu brīvības atņemšanas iestādēs, sniegtot zināšanas un veidojot attieksmes, attīstot pamatprasmes.

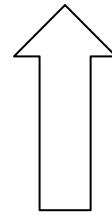


1. modulis **Pašregulācija**

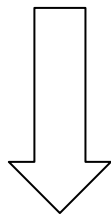
6. modulis **Pašmotivācija**



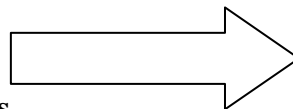
2. modulis **Tikumiskā dzīve**



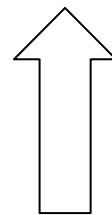
5. modulis **Tiesiskās zināšanas**



3. modulis **Sociālās pamatprasmes**



4. modulis **Veselība un atkarības**



Ieteikumi programmas īstenošanai

Programmas *Dzīves skola II* īstenošanas pamatprincips ir radoša piedāvātās programmas izmantošana, tās moduļu un elementu realizēšana, saskaņojot ar savu profesionālo redzējumu, variējot uzdevumus, to izpildes ilgumu, mainot darba formas plānotā satura apguvei. Tas *Dzīves skola II* moduļu īstenošanai ļauj vislabāk sasniegt katra konkrētā moduļa mērķus sadarbībā ar programmas dalībniekiem. Lai arī katrā atsevišķā modulī norādīti konkrētā moduļa mērķi, modulī sasniedzamie rezultāti un metodes šo rezultātu sasniegšanai, visas programmas realizācijas gaitā nepieciešams ievērot šādus ieteikumus.

Vadītāji un to kvalifikācija

Vadītājs vai vadītāji (psihologs, sociālais darbinieks)

Dalībnieku skaits un atlase

Ieteicamais vienas grupas dalībnieku skaits ir 6 – 12 cilvēki. Tas ir optimāls dalībnieku daudzums, kas dod iespēju ikvienam piedalīties diskusijā, un nodarbību vadītājs var sniegt kvalitatīvu atbalstu katram dalībniekam. Grupu dalībniekus atlasa pēc principa, lai grupā būtu pietiekama bāze kopīgajai un atšķirīgajai pieredzei, bet dalībniekiem nebūtu pārāk lielas atšķirības prasmju deficīta līmenī.

Grupās tips

Vēlama slēgta tipa grupa (grupas dalībnieki nemainās moduļa īstenošanas laikā). Ja dalībnieku sastāvs ir nemainīgs, tad ar katru nodarbību pieaug grupas saliedētība un dalībnieki uztver to kā drošu vidi. Līdz ar to aug viņu uzticēšanās, kas veicina nodarbības produktivitāti.

Telpu iekārtojums

Ieteicams telpas apļveida iekārtojums bez galdiem (būtisks faktors, lai veidotos atklātības un savstarpējās uzticēšanās atmosfēra, kā arī lai visu grupā esošo fiziskā pozīcija būtu vienlīdzīga). Nodarbību vadītājam regulāri jāseko, lai saglabātos aplis un visi dalībnieki cits citam būtu pārredzami.

Mācību palīglīdzekļi

Programmas moduļu realizācijas gaitā nepieciešami mācību palīglīdzekļi: neliela pārvietojama tāfele, plakātlapas, materiāls lapu piestiprināšanai pie sienas, krāsainie flomāsteri, krāsainais papīrs, līme, identifikatori, mīksta bumbiņa (izmantojama principa „runāt pa vienam” īstenošanai), mapveida paliktņi rakstīšanai, kodoskops, kodoskopa plēves, kodoskopa flomāsteri, ja iespējams, videokamera un iekārta, lai varētu noskatīties videomateriālu (videoatskaņotājs). Tehnikas dažādība ir faktors, kas tuvina nodarbību dalībniekus apstākļiem mūsdienu darba vidē.

Nodarbību laiki

2 – 3 reizes nedēļā. Šāds nodarbību biežums ieteicams, lai iespējami saglabātu nemainīgu grupas vidi, kā arī lai sekmētu tās produktivitāti. Nodarbību saturs ir savstarpēji papildinošs, tādēļ nelieli pārtraukumi starp nodarbībām sekmēs zināšanu, prasmju un attieksmju veiksmīgāku apgušanu un integrēšanu. Katrai nodarbībai ir sava tēma. Tās sakārtotas loģiskā secībā. Tāpēc ieteicams nodarbību secību nejaukt, kā arī nebūtu vēlams kādu no nodarbībām izlaist.

Iepazīšanās

Sākot darbu, nodarbību vadītājs iepazīstina ar sevi. Viņš var pastāstīt par savu izglītību, darba pieredzi, dalīties savās izjūtās par to, ko nozīmē vadīt šo moduli, ko viņš gaida no turpmākās sadarbības. Tad aicina katru dalībnieku nosaukt savu vārdu, īsi pastāstīt par

sevi. Šādā veidā sākams arī grupu darbs. Pēc iepazīšanās vienojas par grupas darbības noteikumiem, un tikai tad seko uzdevuma izvirzīšana un iespējamo risinājumu meklēšana rezultāta sasniegšanai.

Nodarbības struktūra

Katra moduļa nodarbība sākas ar nelielu teorētisku tās aktualitātes pamatojumu. Nodarbību vadītāja uzdevums ir integrēt ievadā (dziļākai izpratnei papildināt zināšanas, studējot ieteicamo literatūru) gūtās atziņas visās nodarbības aktivitātēs, tādējādi sniedzot nodarbību dalībniekiem dziļāku izpratni par katras nodarbības aktualitāti un mērķiem. Nodarbības beigās veikt ieguvumu un secinājumu analīzi, izvērtēšanu un apkopošanu. Visas moduļa nodarbību realizēšanai nepieciešamās darba lapas ir moduļa pielikumā.

Darba formas

Programmas īstenošanai izmantojamās darba formas:

- individuālais darbs;
- darbs pāros;
- grupu darbs.

Programmā „Dzīves skola II” izmantojamās metodes

Grupu darbs

Lai grupu darbs norisinātos kvalitatīvi un tajā iesaistītos visi dalībnieki, nodarbību vadītāja uzdevums ir pareizi sadalīt dalībniekus grupās. Katrā grupā vēlams iekļaut dalībniekus ar dažādu zināšanu līmeni, ar dažādām savstarpējās saskarsmes spējām.

Vadot grupu darba nodarbības, jāpārdomā, kā iekārtot telpu, kurā dalībnieki strādās. Svarīgi izkārtot mazo grupu dalībniekus tā (aplī vai pusaplī), lai viņi cits citu labi redzētu un dzirdētu.

Ideālā variantā grupā ir četri cilvēki, lai gan dalībnieku skaits var mainīties atkarībā no darba uzdevuma.

Izvēloties šo metodi, jāņem vērā, ka dalībniekiem precīzi jāizskaidro veicamais uzdevums un tā izpildes norise. Grupu darbā svarīgi ievērot noteikumus:

- ikviens saka to, kas viņam sakāms;
- nenovirzīties no tēmas;
- centies sasniegt plānoto rezultātu.

Tieši grupu darba laikā dalībnieki vislabāk iepazīst cits citu. Ja grupā rodas nesaskaņas starp dalībniekiem vai ir kāds cits rezultātu kavējošs iemesls, nodarbību vadītājs var iejaukties un mēģināt mainīt situāciju pozitīvā virzienā.

Nodarbību vadītājam ir jābūt gatavam turpināt darbu neatkarīgi no tā, vai gaidītais rezultāts darba grupā ir sasniegts vai nav.

Paņēmienu, kas palīdz veidot labu atmosfēru grupā:

- meklējiet kompromisu starp grupas dalībniekiem un viņu uzskatiem;
- iesaistiet sarunā visus grupas dalībniekus, arī tos, kuri nav izteikušies, radiet viņos vēlēšanos iesaistīties sarunā.

Grupas dinamika ir grupas attīstības fāzes faktors, kas īpaši ņemams vērā, realizējot šo programmu. Lai gan visos moduļos dalībnieku grupa paredzēta kā strukturēta grupa, tās darba kvalitāte atkarīga arī no atklātības pakāpes grupā (katra grupa attīstās dažādi). Nodarbību vadītājam programmu ieteicams izmantot kā vadlīnijas, pieļaujot arī nelielas atkāpes laikā un tematikā, ja vien tas sekmē grupas mērķu sasniegšanu.

Metodes grupas saliedēšanai: uzruna, grupas darbības noteikumu pārskatīšana un tālāka grupas paškontrolē, savstarpējās atgriezeniskās saites veicināšana grupā, regulārs vērtējums par satura īstenošanu un tā atbilstību dalībnieku vajadzībām, funkciju deleģēšana grupas dalībniekiem (piem., rakstīšana uz plakātlapām, laika kontrole, videofilmēšana u.c.).

Interaktīvās mācību metodes

Metodes, kas prasa aktīvu auditorijas iesaistīšanos, ir lomu spēles, diskusijas, grupas uzdevumi ar laika ierobežojumu, videofilmēšana, videoierakstu skatīšanās un analīze, simulācijas.

Minilekcija

Minilekcija ir ierastākais informācijas pasniegšanas veids, apskatot un analizējot konkrētu informāciju. Lai dalībniekiem atvieglotu uztveri, ir lietderīgi ņemt vērā:

- lekcijas sākumā iepazīstināt dalībniekus ar nodarbības mērķiem, paskaidrojot, ko viņi uzzinās;
- klausītāji vieglāk uztvers informāciju, ja tā ir noderīga un izmantojama praktiski reālajā dzīvē;
- nobeigumā vēlreiz aplūkot lekcijas būtiskākos aspektus.

Modelēšana

Nodarbību vadītājs dod problēmsituāciju, kuras analīzes rezultātā jāveidojas kādām noteiktām prasmēm. Piedalās vairākas grupas. Modelēšanu izmanto, lai atrastu vairākus problēmu risināšanas variantus.

Lomu spēles

Dalībnieki sociālo prasmju apguves vingrinājumos iedomājas sevi dažādās situācijās, kad nepieciešama pamata prasmju lietošana. Tas viņiem dod iespēju uzvesties atbilstoši tam, ko viņi ir iemācījušies modelēšanas procesā. Dalībnieki saņem savu lomu aprakstus. Tiek dotas 5 – 10 minūtes, lai varētu iejusties lomā. Sākas spēle, kurā pārējie grupas locekļi ir novērotāji. Seko analīze. Vispirms spēlētājiem tiek dota iespēja īsi izteikties par savām izjūtām (šie ziņojumi netiek komentēti vai kritizēti). Pēc tam pārējie grupas locekļi izklāsta savus novērojumus. Lomu spēlē var veiksmīgi atdarināt reālas problēmsituācijas. Piemēram, veidojot prasmi pateikt „nē”. Atkarībā no mērķa lomu spēlē izvirzītā situācija var būt vai nu ļoti tuva realitātei, vai arī atsvešinātāka. Pat apzinoties, ka uzdevums ir tikai spēle, emocijas, kuras procesa gaitā rodas, ir īstas un līdzinās reālai dzīvei. Var gadīties, ka dalībniekiem ir grūtības patiesi iejusties un iedziļināties lomās. Novērotājiem ir svarīgi sadalīt lomas, piemēram, katrs novēro vienu spēles dalībnieku, pārējie koncentrējas uz procesu. Analizējot lomu spēles gaitu, ir svarīgi, lai dalībnieki distancētos no savām lomām. Citādi viņi iegrimis pārrunās par spēles saturu un būs grūti apspriest tās procesu (attiecības, lomas grupā u.tml.). Veiksmīgākai analīzei dalībniekus der iepazīstināt ar atgriezeniskās saites noteikumiem.

Refleksija jeb Atgriezeniskā saite

Refleksija ir orientēta uz domu un pārdzīvojumu kritisku izvērtējumu, dod iespēju dalībniekiem izteikt savas izjūtas, viedokli un vērtējumu. Ar refleksijas palīdzību dalībnieki un nodarbību vadītāji var iegūt informāciju par savu rīcību, kā arī informāciju par grupas noskaņojumu. Atgriezeniskās saites metodi izmanto pēc uzdevuma veikšanas mācību posma izvērtēšanai. Lai radītu gaisotni, kurā dalībnieki ir gatavi izteikt savas patiesās jūtas un viedokļus, vadītājam ir jāgādā par noteikumu ievērošanu.

Vērtēšana

Dalībnieku sasniegumu un attīstības vērtēšana balstās uz šādiem pamatprincipiem:

- Labvēlība un godīgums. Vērtēšana ir brīva no vērtētāja aizspriedumiem un personiskā viedokļa uzspiešanas. Tā ir godīga, labvēlīga un vienāda pret visiem. Tā palīdz dalībniekiem atspoguļot viņu sasniegumu izaugsmi.
- Atbilstība un vispusīgums. Vērtēšana atbilst modulī paredzētajiem sasniegumiem. Tā dod iespēju novērtēt dalībnieku zināšanas, prasmes un attieksmes. Tā ir saistīta ar konkrētu uzdevumu.
- Attīstības veicināšana. Vērtēšanai jānodrošina pozitīvs ieguldījums dalībnieku personības attīstībā. Tai jābūt izmantojamai turpmākā rehabilitācijas darba pilnveidošanā.
- Atklātība. Vērtēšanas kritērijiem jābūt visiem dalībniekiem zināmiem un skaidri izprotamiem. Vērtējuma pamatojumam ir jābūt pieejamam un saprotamam.

Programmas realizācijas gaitā ieteicams izmantot šādas vērtēšanas pieejas:

- Zināšanu vērtēšana. Izmantojami jautājumi, stāstījums. Zināšanu vērtējumu var iegūt, arī vērojot dalībnieku darbību un uzaicinot, lai viņi demonstrē savas zināšanas, improvizējot par noteiktu tēmu.
- Prasmju vērtēšana. Pārbaudot prasmes, dalībniekiem prasme ir jādemonstrē (vēlams iespējami dabiskākos apstākļos) un snieguma kritērijiem ir precīzi jānorāda, kā demonstrējums tiks vērtēts. Piemēram, trīs dažādās izvēles situācijās dalībnieks izvēlēsies optimālo variantu un pamatos savu izvēli.
- Attieksmju vērtēšana. Attieksmju vērtējums var veidoties ilgākā laika posmā, fiksējot dalībnieka attieksmi dažāda rakstura situācijās, īpaši situāciju simulācijās. Attieksmju vērtējumu var izmantot moduļa satura apguves novērtēšanai. Var salīdzināt, vai ir mainījusies dalībnieku attieksme pēc konkrētās tēmas apgūšanas, piemēram, konstatējot agresivitātes mazināšanos un empātijas attīstību.
- Pašvērtējums. Sasniegumu vērtēšanā ieteicams iesaistīt pašus dalībniekus, ļaujot viņiem vērtēt vienam otra veikumu. Iesaistoties vērtēšanā, dalībnieki izjūt uzticību, un tas ceļ viņu pašapziņu un attīsta atbildības sajūtu, kritiskās domāšanas spējas, prasmi argumentēt savu viedokli.
- Formālā un dabiskā vērtēšana. *Dabiskā vērtēšana* ir saistīta ar pastāvīgo vērtēšanu. Dalībnieku īpašību vai sasniegumu neformālā vērtēšana notiek, gūstot vispārēju informāciju, un parasti netiek regulāri fiksēta rakstiskā veidā. Tā izpaužas kā atgriezeniskā saite par apgūtajām zināšanām, prasmēm, attieksmēm neverbālā formā – ar smaidu, galvas mājienu, kā arī verbāli – ar uzslavu, komentāru, atzinīgu vārdu, dalībnieku izvirzītās problēmas akcentējumu. *Formālās vērtēšanas* rezultāts var būt atkarīgs no ārējo apstākļu ietekmes, dalībnieku pašsajūtas, uztraukuma.

Katra moduļa sākumā pārrunu gaitā, *ievadvērtēšanā*, pasniedzējs noskaidro dalībnieku zināšanu līmeni, sociālo prasmju situāciju līmeni un pamatattieksmes pret sevi un citiem. *Diagnosticējošā darbā* moduļa noslēgumā gūtais vērtējums parāda dalībnieku zināšanu un prasmju atbilstību prasību līmenim. Var uzskatīt, ka tas arī raksturo dalībnieka spēju pretoties negatīvam stresam.

Dalībnieku sasniegumu vērtēšanas metodes

Pašnovērtējuma anketas. Dalībnieks pēc katras nodarbības izvērtē savas aktivitātes, ieguvumus.

Moduļa noslēguma pašnovērtējuma anketa. Moduļa pēdējā nodarbībā dalībnieks izvērtē moduli kopumā, kā arī savas aktivitātes, ieguvumus.
Dalībnieku novērtējuma anketa. Nodarbību vadītājs/vadītāji vērtē dalībniekus, izmantojot vērtējuma anketu.

Ieteicamā literatūra

Moduļa satura realizēšanai sociālajam darbiniekam vai psihologam nepieciešamā literatūra dota alfabētiskā secībā. Savukārt katrā modulī izmantojamā literatūra norādīta katra moduļa beigās.

1. Atkarības profilakse: Metodiskie materiāli darbam grupās. - Rīga: Rīgas narkomānijas profilakses centrs, 2003.
2. Bišofa A., Bišofs K. Sevis menedžments / efektīvi un iedarbīgi. - Rīga: 2002.
3. Bluka I., Rubana I. M. Dzīvesprasmju apguve skolā. - Rīga: IZM, 2002.
4. Cilvēktiesības pasaulē un Latvijā.: Dr. Inetas Ziemeles redakcijā. - Rīga: 2000.
5. Civillikums un komentāri. - Rīga, 2002.
6. Džibrāns H. Pravietis. - Rīga: "Zvaigzne ABC", 2004.
7. Gailums I. Darba likums. Komentāri. Tiesu prakse. - Rīga: 2003 – 88. lpp.
8. Grigule L., Silova I. (red.) Mācīsimies sadarbojoties. - Rīga: „Zvaigzne ABC”, 1998.
9. Geidžs N. L., Berliners D. C. Pedagoģiskā psiholoģija. - Rīga: „Zvaigzne ABC”, 1999.
10. Ģimenes tiesības: LR normatīvo aktu krājums. - Rīga: „Latvijas Vēstnesis”, 2003.
11. Jakubaņecs V. Tiesības sabiedrībā. - Rīga, 1998.
12. Jakubaņecs V. Tiesību jēdziens, struktūra un formas. - Rīga: 2000.
13. Juridisko terminu vārdnīca. - Rīga: „Nordik”, 1998.
14. Kams F. Domājамie stāsti. 1. daļa. - Lielvārde: „Lielvārds”, 1996.
15. Kams F. Domājамie stāsti. 2. daļa. - Lielvārde: „Lielvārds”, 1997.
16. Karpova Ā. Personība. Teorija un tās radītāji. - Rīga: “Zvaigzne ABC”, 1998.
17. Kombergs H. U., Klimms H. D. Vispārējās prakses ārsta rokasgrāmata. - Rīga, „Zvaigzne ABC”, 2000.
18. Komunikāciju prasmes. Rokasgrāmata pamatprasmju izglītības pasniedzējiem. - Rīga: SIA „Remarks – R”, 2001.
19. Lapiņa L., Rudiņa V. Apgūsim demokrātiju. Interaktīvas mācīšanās metodes. - Rīga: „Zvaigzne ABC”, 1997.
20. Lapiņa L., Rudiņa V. Interaktīvās mācīšanas metodes. Skolotāja rokasgrāmata. - Rīga: „Zvaigzne ABC”, 1997.
21. Lasmane S., Milts A., Rubenis A. Ētika. - Rīga: „Zvaigzne ABC”, 1995.
22. Lasmane S. Rietumeiropas ētika. - Rīga: „Zvaigzne ABC”, 1998.
23. LEMON. Mācību materiāli māsām un vecmātēm. - Dānija: PVO, 1996.
24. Lendija S., Ozola E. Bērna emocionālā audzināšana. - Rīga: Apgāds „Rasa ABC”, 2004.
25. Lieģeniece D. Kopveseluma pieeja audzināšanā. - Rīga: „RaKa”, 1999.
26. Melbārdis Dz. Tiesību pamati. - Rīga: 2000.
27. Nagle E. Veselības grāmata. - Aizkraukle: Apgāds “Krauklītis”, 1998.
28. Omārova S. Cilvēks runā ar cilvēku. - Rīga: “Kamene”, 1996.
29. Ozoliņa Nucho A., Vidnere M. Stress: Tā pārvarēšana un profilakse. - Rīga: Apgāds „Biznesa partneri”, 2004.
30. Pētersone K. Paspēlēju un pietiek. - Rīga: Rīgas narkomānijas profilakses centrs, 2005.

31. Pļaviņš M. Veselība un slimību modeļi. Dzīves jautājumi II. - Rīga: SDSPA "Attīstība", 1996.
32. Reņģe V. Personības psiholoģiskās teorijas. - Rīga: "Zvaigzne ABC", 1999.
33. Rubenis A. Ētika XX gadsimtā. - Rīga: „Zvaigzne ABC”, 1996.
34. Serdāne I. Ko nepavaicāju ārstam. - Rīga: izdevniecība "Lauku Avīze", 2002.
35. Sociālās rehabilitācijas programma „Dzīves skola” Latvijas brīvības atņemšanas iestādēs. - Rīga: Valsts probācijas dienests, 2004.
36. Šļņeva L., Eglīte E. Kas ir problēmbalstītā izglītība? - Rīga: SDSPA "Attīstība", 2001.
37. Šļņeva L. Sociālā darbinieka iekļaušanās grupas darbā. Dzīves jautājumi 5. - Rīga: "Attīstība", 2000.
38. Tavas tiesības administratīvajā procesā. - Rīga: 2004.
39. Urdze T. Būt, zināt, prast. Metodes veiksmīgam darbam ar auditoriju. - Rīga: Latvijas pieaugušo izglītības apvienība, 1999.
40. Uzņēmība un uzdrīkstēšanās/ Mācību līdzeklis skolām. - Rīga: LR Izglītības un zinātnes ministrija, 1996.
41. Vaicekauskene V. Ētika - Rīga: „Zvaigzne ABC”, 1999.
42. Viņa Svētība Dalailama. Ar atvērtu sirdi. - Rīga: „Atēna”, 2003.
43. Vītiņš V. Vispārējs tiesību pārskats. - Rīga: „Verdikts”, 1993. – 334. lpp.
44. Vorobjovs A. Psiholoģijas pamati. - Rīga: „Mācību Apgāds”, 1996.
45. Vorobjovs A. Vispārīgā psiholoģija. - Rīga: "Izglītības soli", 2000.
46. Black M. D., Donald W. Bad boys, Bad men: Confronting antisocial personality disorder. Oxford University Press – 2005.
47. Decy E., Ryan R. The support of autonomy and the control of behavior. - Journal of Personality and Social Psychology. 1987, Volume 53
48. Petri H. L. Motivation: Theory and Research. - Wadsworth Publishing Company, 1981.
49. Pre-Release Re-Entry Program Offender Handbook. Indiana Department of correction, 1993., www.in.gov/indcorrection.
50. Vansteenkiste M., Lens W., Dewitte H. & Fether N. (in press). Understanding unemployed peoples job-search behaviour, unemployment experience and well-being: A comparison of expectancy value theory and self-determination theory. British Journal of Social Psychology.
51. Vansteenkiste M., De Witte H. & Lens W. (in press). Explaining the negative relationship between length of unemployment and the willingness to engage in job training: a self-determination perspective. To appear in T. Kieselback and T. Winefield (Eds.) Unemployment and Health, Australian Academic Press.
52. Whelan D. Dzīves kvalitāte. SDSPA "Attīstība" mācību materiāls.
53. Ауэрбах С. Практикум по управлению стрессом. - Москва: Питер, 2002.
54. Чепмен А. Проблемно - ориентированная психотерапия. - Москва: Питер, 2001.
55. Подросток в перекрестке эпох. - Москва: Генезис., 1997.
56. Психосоциальная коррекция и реабилитация несовершеннолетних с девиантным поведением. - Москва: Редакционно-издательский центр Консорциума «Социальное здоровье России», 1999.
57. Психология самосознания. - Самара: Бахрах - М., 2003.
58. Тарабрина Н. В. Практикум по управлению посттравматического стресса. - Москва: Питер, 2001.
59. Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. - Москва: Питер, 2001.

Normatīvie akti

1. Ārstniecības likums. Pieņemts Saeimā 1997. g. 12. jūnijā.
2. Bezdarbnieku un darba meklētāju atbalsta likums. Pieņemts Saeimā 2002. g. 9. maijā.

3. Civillikums. (Atjaunotais Latvijas Republikas 1937. gada Civillikums.)
4. Civilprocesa likums. Pieņemts Saeimā 1998. gada 14. oktobrī.
5. Darba likums. Pieņemts Saeimā 2001. gada 20. jūnijā.
6. Darba aizsardzības likums. Pieņemts Saeimā 2001. g. 20. jūnijā.
7. Likums par pašvaldībām. Pieņemts Saeimā 1994. g. 19. maijā.
8. Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likums. Pieņemts Saeimā 2002. g. 31. oktobrī.
9. Valsts nodrošinātās juridiskās palīdzības likums. Pieņemts Saeimā 2005. g. 17. martā.
10. Valsts probācijas dienesta likums. Pieņemts Saeimā 2003. g. 18. decembrī.
11. Vēlētāju reģistra likums. Pieņemts Saeimā 2004. g. 22. janvārī.
12. MK 1999. g. 17. marta noteikumi Nr.13 „Veselības aprūpes finansēšanas noteikumi”.
13. MK 1999. g. 15. februāra noteikumi Nr.35 „Kārtība, kādā tiek nodrošinātas tiesības saņemt neatliekamo medicīnisko palīdzību”.
14. Ministru kabineta 2005. gada 31. maija noteikumi Nr.362 „Noteikumi par juridiskās palīdzības pieprasījuma veidlapas paraugu”.
15. Ministru kabineta 2004. gada 20. jūlija noteikumi Nr.617 „Noteikumi par iesnieguma paraugu uzturlīdzekļu izmaksai un iesniegumam pievienojamajiem dokumentiem”.
16. Ministru kabineta 2003. gada 25. februāra noteikumi Nr.97 „ Kārtība, kādā ģimene vai atsevišķi dzīvojoša persona atzīstama par trūcīgu”.

Izmantojamie resursi internetā

1. <http://www.cvk.lv>
2. <http://www.ievp.gov.lv>
3. <http://www.izm.gov.lv>
4. <http://www.karjerascentrs.lv>
5. <http://www.lm.gov.lv>
6. <http://www.lursoft.lv>
7. <http://www.nva.lv>
8. <http://www.pmlp.gov.lv/>
9. <http://www.probacija.lv>
10. <http://www.tiesas.lv>
11. <http://www.tm.gov.lv>
12. <http://www.ugf.gov.lv>
13. <http://www.ur.gov.lv>
14. <http://www.vdi.lv>
15. <http://www.vcb.lv>
16. <http://www.vsaa.gov.lv>
17. <http://www.vm.gov.lv>
18. <http://www.vova.gov.lv>
19. <http://www.aids.lv>
20. <http://www.narko.lv>
21. <http://www.sva.lv>
22. <http://www.stasc.lv>
23. <http://www.tuberculosis.lv>

Lietoto terminu vārdnīca

CIETUMS – deviantās uzvedības korekcijas iestāde ar samērīgiem notiesātās personas brīvības ierobežojumiem, kas vērsti uz sabiedrības, cietuma, citu notiesāto un personāla drošības garantēšanu, kā arī daudzveidīgu sociālās rehabilitācijas programmu izpildi nolūkā labot notiesāto personu un palīdzēt tai atgriezties sabiedrībā. [*Zahars V. Kriminālsodus un to izpildi vērtējot. – Rīga: „Zvaigzne ABC”, 2003*]

REHABILITĀCIJA – pasākumu komplekss, kura mērķis ir palīdzēt uzveikt fiziskos, garīgos vai psihiskos trūkumus un to sekas, kurus cilvēks pats nespēj pārvarēt, kā arī novērst vai mazināt invaliditātes, darba nespējas draudus, atraisīt spējas un spēkus, kā arī ticību sev, kas ļautu cietušajam atrast savu vietu sabiedrībā. [*Sociālā darba terminoloģijas vārdnīca / Dr. paed. L. Šiļņevas redakcijā. - Rīga: SDSPA „Attīstība”, 2000*]

SOCIĀLĀ REHABILITĀCIJA – integratīvs process, ko veic profesionāļu komanda, t.sk. sociālais darbinieks, un kas veicina sociālo prasmju atjaunošanu un uzlabošanu, sociālā statusa atgūšanu un integrāciju sabiedrībā. [*Sociālā darba terminoloģijas vārdnīca / Dr. paed. L. Šiļņevas redakcijā. - Rīga: SDSPA „Attīstība”, 2000*]

BIJUŠO IESLODZĪTO SOCIĀLĀ REHABILITĀCIJA – pasākumu komplekss, kas vērsts uz personas sociālās funkcionēšanas spēju atjaunošanu un uzlabošanu, sociālā statusa atgūšanu, integrāciju sabiedrībā un ietver fizisko, tikumisko, psiholoģisko un profesionālo spēju atjaunošanu. [*Valsts probācijas dienesta koncepcija / Apstiprināta ar MK 2003. gada 9. janvāra rīkojumu Nr.9*]

KOREKCIJA – kompleksa psiholoģiska iedarbība uz personību un bieži uz sociālo apkārtni nolūkā mainīt cilvēka uzvedību labvēlīgā virzienā un novērst psihiskos traucējumus, psihosomatiskas saslimšanas, uzvedības traucējumus un dezadaptāciju, kā arī lai attīstītu, noskaidrotu cilvēka spējas un iespējas pilnīgākai pašregulācijai, savas dzīves augstākā mērķa, jēgas un aicinājuma apzināšanai. [*Psiholoģijas vārdnīca / Dr. habil. psihol. G. Breslava redakcijā. - Rīga: Mācību grāmata, 1999*]

SOCIĀLĀS UZVEDĪBAS KOREKCIJA – ilgstošā laika posmā veicams mērķtiecīgs pasākumu kopums, lai koriģētu indivīda vai grupas uzvedību ar mērķi mazināt vai nepieļaut deviantās uzvedības veidošanos, koriģēt delikventu uzvedību. [*Haskell M. R., Yablonsky L. Criminology: Crime and Criminality. - Chicago: Rand McNally, 1974*]

SOCIALIZĀCIJA – cilvēka garīgās būtības veidošana, pakāpeniski (no dzimšanas) viņu iesaistot sabiedrības struktūrās (sociālā vidē), sociālo normu, darbību un spēju, garīgo vērtību apgūšana. [*Psiholoģijas vārdnīca / Dr. habil. psihol. G. Breslava redakcijā. - Rīga: Mācību grāmata, 1999*]

RESOCIALIZĀCIJA – cilvēka sagatavošana, lai viņš varētu iekļauties kultūrā un vidē, kura viņam ir kļuvusi sveša krīzes, traumas vai dzīves izmaiņu rezultātā. [*The Social Work Dictionary. Ed. Barker R. L. - Washington, 2003*]