









RĪCĪBU PLĀNOŠANAS MATRIKSA

	 Konsultants	 Atbalstītājs	 Advokāts	 Skolotājs
 Mācīties būt un tiesības uz personības attīstību.				
 Mācīties dzīvot kopā un tiesības uz iekļaušanos sabiedrībā.				
 Mācīties darīt (sevi realizēt darbībā).				
 Mācīties zināt (mūžizglītība).				

IETEIKUMI MENTORA DARBAM (BALSTOTIES UZ VIDEO LEKCIJU)

Ar jaunieši ar intelektuālās attīstības traucējumiem:

- pacietīgā komunikācija, vieglā valoda, izskaidrošana;
- aicinājumi būt neatkarīgākam, t.i. veikt kopīgi sadzīves darbus, sadalīti un vienkāšoti uzdevumi;
- emocionālais, tehniskais atbalsts jaunieša personīgo resursu, talantu, spēju pielietošanā;
- integrēšanas sabiedriskās aktivitātēs, jaunu prasmju apguve.
- Mentora atbalsts - Sapratne. Pacietība. Spēja pieņemt dažādo.
- Man šķiet, ar psihiskiem traucējumiem jaunieši ir neprognozējamāki, tamdēļ tam atbalstam vajadzētu būt mierīgākam, izvērtākam.
- Intelektuālās attīstības traucējumu gadījumā blakusesošs atbalsts ar vienkāršiem, uztveramiem uzdevumiem. Integrāciju sabiedrībā!
- Es varu sniegt nepieciešamo atbalstu motivējot, uz klausot, iedziļinoties, spējot izprast un pieņemt. Spēju iedziļināties, lai atšķirtu iedomas no realitātes. Esmu saprotoša, pacietīga, dažādās situācijas cenšos izvērtēt objektīvi.
- atvieglota sadzīve (mazināt kairinātājus);
- pacietīga komunikācija, nestrīdēšanās, krīžu iepazīšana, nepieciešamā atbalsta noskaidrošana;
- palīdzība strukturējot ikdienu, radot drošu vidi.

MENTORA LOMAS



Konsultants

(padomdevējs, draugs, līderis)

Sniegt konsultācijas un ieteikumus, apmainīties idejām, sniegt atsauksmes, dalīties informācijā, skaidrot un konsultēt; atklāt galvenos problēmjautājumus, kas ietekmē panākumus; palīdzēt pieredzes pārņēmējam noskaidrot galvenos iemeslus, kāpēc pilnveidošanās vispār ir vajadzīga, sniegt atbalstu mērķu izvirzīšanā.

Sniegt padomus jauniešiem, pamatojoties uz viņu unikālajām vajadzībām, un atbalstīt jaunieši personīgajā un profesionālajā izaugsmē.

Daloties ar savu dzīves stāstu pozitīvo piemēru, iedvesmot un palīdzēt jauniešiem sasniegt to, ko jaunieši var, un veicināt jauniešu attīstību.

Idejas konsultanta lomai

- aktīva un konstruktīva klausīšanās;
- informācijas izvēle un sniegšana;
- sadarbības un motivācijas veicināšana;
- jautājumu formulēšana, pārfrāzēšana;
- klients tiek uzskatīts par ekspertu;
- ievērota organizētība;
- kopīga jaunieša iekšējo resursu izvērtēšana;
- lietderīgu stāstu, pieredzes un piemēra nodošana;
- Precizētu viņa vērtības un intereses. Apzinātu problēmas.
- Ar pozitīviem piemēriem palīdzēt pilnveidoties
- Rīcībai ir jābūt pārdomātai ,sakārtotai , atbilstoši lai tā sekmētu jaunieša pilnveidošanos!

Piemērs: Jauniešiem ar GTR ir nepieciešama palīdzība, jo viņš nevar izlemt, ko darīt pēc skolas beigšanas- turpināt mācīties, vai uzsākt darba gaitas.

Mana rīcība kā mentoram:

- Pārrunātu ar jauniešiem par viņu vēlmēm un vajadzībām. Sarunas laikā nodibinātu kontaktu.
- Kopā ar jauniešiem izveidotu individuālu atbalsta plānu. Vienotos par sadarbības noteikumiem, robežām un grafiku.
- Mēģinātu, lai jaunieši ar manu atbalstu izpildītu sastādīto Individuālo plānu. Sadarbotos ar gadījuma vadītāju un informētu par procesa virzību.



Atbalstītājs

(iedrošinātājs, brokeris, sponsors, starpnieks)

Iedrošināt jauniešus realizēt ieceres, sniegt informāciju par mācību un karjeras veidošanas iespējām, atbalstīt personisko jautājumu risināšanā (sociālie jautājumi, veselības jautājumi, u.c), kā arī palīdzēt svarīgu lēmumu pieņemšanā un stratēģiju izstrādē.

Piesaistīt resursus, lai palīdzētu jauniešiem identificēt personīgās attīstības un profesionālās izaugsmes iespējas un tās realizēt; dot padomus par karjeras iespējām un alternatīvām; palīdzēt sameklēt piemērotus līdzekļus, ar kuru palīdzību iespējama pieredzes pārņēmēja kvalifikācijas celšana vai sociālās integrācijas iespējas.

Palīdzēt jauniešiem „atvērt durvis” uz citiem, mentoram pazīstamiem resursiem, lai radītu iespējas attīstīt savus talantus.

Palīdzēt pieredzes pārņēmējam paplašināt individuālo sakaru tīklu.

Idejas atbalstītāja lomai

- emocionālais un tehniskais atbalsts jaunieša ceļā uz mērķi;
- pavadīšana uz sociālajiem/medicīniskajiem/finanšu u.c. pakalpojumiem, to kopīga plānošana, organizē-

šana;

- kopīga iekšējo resursu apzināšanās un virzība uz to pielietošanu;
- mentora piedāvātas aktivitātes = izaicinājumi;
- dot vispusīgu redzējumu par jaunieša iespējām izglītoties, nodarbināties, lai jauniešis varētu izanalizēt, kas viņam interesē;
- informācijas, pieredzes nodošana mērķu īstenošanai.

Piemērs: Jaunietim ar GTR ir nepieciešama palīdzība, jo viņš nevar izlemt, ko darīt pēc skolas beigšanas- turpi-

nāt mācīties, vai uzsākt darba gaitas.

Mana rīcība kā mentoram:

- Pārrunātu ar jauniešu par viņa vēlmēm. Sarunas laikā nodibinātu kontaktu.
- Precizētu viņa vērtības un intereses. Apzinātu problēmas.
- Kopā ar jauniešu izveidotu individuālu atbalsta plānu. Vienotos par sadarbības noteikumiem, robežām un grafiku.
- Mēģinātu, lai jauniešis ar manu atbalstu izpildītu sastādīto Individuālo plānu. Sadarbotos ar gadījuma vadītāju un informētu par procesa virzību.



Advokāts

(aizstāvis)

Pārstāvēt un aizstāvēt (nepieciešamības gadījumā) jaunieša intereses; izteikt jautājumus pieredzes pārņēmēja vietā tādos gadījumos, kad pats pieredzes pārņēmējs ar tiem nespēj tikt galā (īpaši attiecībā ar dažādām institūcijām, piemēram, NVA, sociālais dienests, SIVA vai cits.

Idejas advokāta lomai

- pārfrāzējot, viēglā valodā skaidrojot, vienoties ar jauniešu par izvēli, lēmumu;
- emocionālais, tehniskais atbalsts izvēli paužot;
- piemēram, kad jāpalīdz aizpildīt kādi juridiski dokumenti jāaizpilda, lai iestātos, pierēģistrētos kādā pakalpojumā, iestādē;
- radīt jauniešu pašpārlicību, ka viņš var, zin, pats var visu izdarīt;
- izrunāt ar jauniešu situācijas, nepieciešamības gadī-

jumā kopā apmeklēt konkrētās iestādes;

- ja jauniešim būtu nepieciešams Mentors - Advokāts, tad es apskatītu un izanalizētu nepieciešamo informāciju un kopā ar jauniešu dotos un vajadzīgo iesstādi, aizpildītu nepieciešamo dokumentāciju un arī būtu blakus, lai nepieciešamības gadījuma varētu aizstāvēt un paskaidrot abām pusēm, ja rodas jautājumi.



Skolotājs

(treneris)

Sniegt informāciju un modelēt jaunieša uzvedību, palīdzēt apgūt kādas konkrētas prasmes privātajā, sociālajā vai nodarbinātās jomā.

Idejas skolotāja lomai

- kopīga izvērtēšana ko/kā apgūt;
- vēlamo prasmju kopīga apguve;
- piemēra sniegšana;
- pacietīga konsultēšana;
- ja jauniešim būtu nepieciešams Mentors - skolotājs

, tad es sniegtu informāciju par nepieciešamo tēmu, palīdzētu apgūt konkrētās prasmes;

- jau konkrētas nodarbinātības apgušana;
- mentoram pašam ir jābūt pārliecinātam par savām metodēm, resursiem,, mazākā minstināšanās nezi-

- nāšana var radīt neuzticību jauniešiem;
- sarunās ar jauniešiem saprast konkrēto problēmu,

sniegt informāciju, padomus, pārrunāt iespējamās situācijas problēmas risināšanai.

UNESCO MĀCĪŠANĀS PĪLĀRI



Mācīties būt un tiesības uz personības attīstību.

Attīstīt personību, autonomiju, radošumu, personīgo atbildību.

Piemēri šī projekta programmas ietvaros:

- individuālas mentoringa sesijas
- mērķu nosprašanas sarunas
- sporta (arī tautas sporta) nodarbības
- mākslas/ radošās aktivitātes nodarbības
- āra dzīves aktivitātes
- uzstāšanās grupas priekšā
- iesaistīšanās drāmas grupā, improvizācijas teātrī
- grāmatu lasīšana
- dažādu sabiedrisku pasākumu un vietu apmeklēšana
- dažādu speciālistu (psihologu, sociālo darbinieku u.c.) individuālās konsultācijas utt.
- atbalsts interešu pārstāvēniecībā un sevis pasargāšanā no vardarbības, ja ir tāda vajadzība
- atbalsts sociālo pakalpojumu, sociālās palīdzības un sociālās rehabilitācijas pakalpojumu saņemšanai
- pēc nepieciešamības arī personīgās higiēnas, citu pamatprasmju apmācība, kā piemēram, finanšu joma, (t.sk., budžeta plānošana un īpašumu pārvaldīšanas jautājumi): iknedēļas vai ikmēneša budžeta

plānošana (atkarībā no mērķa grupas jauniešiem nepieciešamā atbalsta intensitātes); atbalsta sniegšana lēmumu pieņemšanā par nepieciešamajiem pirkumiem; principiem, kādus ņemt vērā, izvēloties nepieciešamo pirkumu vai produktu (īpaši tas attiecas uz lielākiem pirkumiem, kā arī kredītsaistību uzņemšanos) u.c..

- ja nepieciešams atbalstīt piekļuvi Veselības aprūpes jomai (līdz ārsta kabinetam):
- atbalsta sniegšana lēmumu pieņemšanā nepieciešamo medicīnisko pakalpojumu izvēlē un piekļuvē;
- atbalsta sniegšana lēmumu pieņemšanā, jauniešiem komunicējot ar veselības aprūpes speciālistiem, piemēram, līdzdalība (tikai ar jauniešu un ārsta piekrišanu) ārsta konsultācijas laikā, lai varētu precīzāk izskaidrot ārsta sniegto informāciju, līdzdalība (tikai ar jauniešu un pakalpojuma sniedzēja piekrišanu) veicamo izmeklējumu vai rehabilitācijas pakalpojumu sniegšanas laikā, lai varētu izskaidrot dotās instrukcijas, procedūru nepieciešamību un palīdzētu pieņemt atbilstošu lēmumu, u.c.



Mācīties dzīvot kopā un tiesības uz iekļaušanos sabiedrībā.

Mācīties sadarboties ar citiem cilvēkiem, izprast sabiedrības procesus, saņemt atbalstu līdzdalībai.

Piemēri šī projekta programmas ietvaros:

- motivācijas grupas
- atbalsta grupas
- dienas centru nodarbības
- praktiskas ilgtermiņa darbības ieradumu veidošana

un nostiprināšanai (laikus celšanās no rīta, spēja sadarboties utt.)

- brīvprātīgs darbs, piemēram, dzīvnieku patversmē vai citur
- iesaistīšanās drāmas grupā, improvizācijas teātrī

- dažādu sabiedrisku pasākumu un vietu apmeklēšana (kultūras pasākumi, sporta spēles, dabas objekti, u.c)
- kopīgi pārgājieni dabā
- atbalsts lēmumu pieņemšanā, palīdzot attīstīt komunikācijas prasmes, kas ietver:
 - atbalstu komunikācijā ar ģimenes locekļiem
 - drošas komunikācijas ar sabiedrību apgūšanu
 - konfliktu risināšanas pamati un prasmju apgūšana
 - atbalsta sniegšana jaunu draugu un paziņu, atbalsta personu meklēšanā



Mācīties darīt (sevi realizēt darbībā).

Darba tikums, nodarbinātības prasmes.

Piemēri šī projekta programmas ietvaros:

- savu interešu, prasmju un kompetences apzināšanās
- vizītes pie dažādu arodu meistariem
- īslaicīgs darbs lauksaimniecībā
- NVA programmu izmantošana
- darbs specializētajās darbnīcās, ja tādas ir tuvumā
- darbs sociālajos uzņēmumos, ja tādi ir tuvumā
- piedalīšanās meistarklasēs vai paraugdemonstrējumos, izstādēs, gadatirgos, ja tuvumā tie notiek kā skatītājam
- sava portfolio/ CV sastādīšana
- palīdzība dokumentu kārtošānā saskarē ar darba devēju vai citām iestādēm, atbalstīt patstāvīga lēmuma pieņemšanu



Mācīties zināt (mūžizglītība).

Apgūt gan paplašinātas, gan konkrētas zināšanas, kas noder sevis realizācijā darba vidē.

Piemēri šī projekta programmas ietvaros:

- SIVA programmu piemeklēšana tieši jauniešiem ar garīga rakstura traucējumiem
- NVA kursu piemeklēšana jauniešiem ar garīga rakstura traucējumiem
- E-mācīšanās programmas
- filmu kopīga skatīšanās, analīze
- grāmatu, žurnālu kopīga lasīšana, analīze