

## Apkopojums "Atbalsta grupas "Izaugsmes grupa" dalībnieku ieguvumi no dalības atbalsta grupā"

Nosauciet vismaz 3 lietas, kuras ieguvāt tematiskajā atbalsta grupā?			
1. Patika klausīties citos.	1. Jauni draugi. 2. Informāciju.	1. Gandrīz visu.	1. Atbalstu. 2. Atbildes uz jautājumiem. 3. Labas pusdienas.
1. Spēks pateikt nē.	1. Jauni draugi. 2. Emocijas. 3. Labas sarunas.	1. Neko, bet bija jautri!	1. Jaunus draugus.
1. Vajag labāk mācīties skolā.	1. Informāciju. 2. Spēles.	1. Draudzību.	1. Uzmanību. 2. Izteikties varēju. 3. Uzklaušīšanu.
1. Mainījies mana rīcība. 2. Uzvedība mainījies.	1. Atbalstu. 2. Atpūtu. 3. Labu laiku.	1. Laika aizpildīšana. 2. Iepazīšanās ar sevi.	1. Tagad es iemācījos kontrolēt sevi. 2. Es iemācījos labāk saprast savus vecākus. 3. Es iemācījos visur meklēt kaut ko pozitīvu.
1. Labāk saprotu par savu nākotnes mērķi. 2. Saprotu par atkarības vielām.	1. Labus padomus. 2. Jaunas zināšanas.	1. Draugus. 2. Laika aizpildīšana.	1. Drošība. 2. Atbildība. 3. Uzklaušīšana.
1. Par profesiju patika.	1. Atbalstu. 2. Draugus. 3. Jaunu informāciju.	1. Zināšanas. 2. Draugus. 3. Pozitīvas emocijas.	Nav
1. Labāku izpratni par emocijām. 2. Labāk sāku mācīties. 3. Sāku mierīgāk uzvesties skolā.	1. Gudrību.	1. Jaunas zināšanas. 2. Uzzināju daudz ko par sevi. 3. Varēju runāt brīvi.	1. Drosmi. 2. Draugus.
1. Es dabūju mazu kubiku rubiku. 2. Es dabūju ēdienu. 3. Es dabūju draugus.	1. Draugus. 2. Forši pavadīju laiku.	1. Labāk sāku sevi saprast. 2. Emociju savaldīšana. 3. Interesantu informāciju.	1. Iepazīnos ar jaukiem bērniem. 2. Iepazīnos ar psihologu. 3. Nav labi darīt sliktas lietas.
1. Draugus. 2. Pieredzi. 3. Informāciju.	1. Jaunu informāciju. 2. Labu garastāvokli. 3. Iespēju izrunāt savas problēmas.	1. Draugus. 2. Prieku. 3. Jautrību.	1. Draugi.

## Apkopojums "Atbalsta grupas "Izaugsmes grupa" dalībnieku ieguvumi no dalības atbalsta grupā"

Nosauciet vismaz 3 lietas, kuras ieguvāt tematiskajā atbalsta grupā?			
1. Labus ieteikumus. 2. Interesantus piemērus. 3. Noderīgu informāciju.	1. Kā pareizi reaģēt dažādās situācijās. 2. Kā pareizi izteikt emocijas. 3. Kā runāt ar vienaudžiem.	1. Uzzināju jaunas lietas. 2. Kā valdīt savu agresiju. 3. Kā turēt muti vajadzīgajos brīžos.	1. Nezinu
1. Mācīties, spēlēt, klausīties. 2. Runāt, zīmēt, mēģināt.	1. Draugus. 2. Motivāciju.	1. Kā kļūt pieaugušam. 2. Kā nestrīdēties ar visiem.	1. Emocijas. 2. Atkarības atbildība. 3. Mērķi.
1. Draugu atbalstu. 2. Mieru, spēles, aktivitātes. 3. Izrunāšanos.	1. Laimi un mieru. 2. Nākotnes mērķus. 3. Drošību virtuālajā dzīvē un telpā.	1. Izteikt savas domas. 2. Dalīties ar savu pieredzi. 3. Uzsākt jaunus kontaktus ar jauniem cilvēkiem.	1. Raksturs.
1. Draugus. 2. Zināšanas.	1. Kā būt veseram. 2. Labi pavadīju laiku. 3. Man viss patika.	1. Sasniegt mērķus. 2. Justies droši. 3. Attieksme pret draugiem.	1. Par raksturu. 2. Par vielām. 3. Par brīvo laiku.
1. Informāciju. 2. Draugus. 3. Labi pavadīju laiku.	1. Ieguvu visu.	1. Uzzināju par atbildību. 2. Raksturs. 3. Draugi.	1. Draugus. 2. Informāciju. 3. Iespēju izkratīt sirdi.
1. Labi pavadīju laiku.	1. Nākotnes mērķi. 2. Kā labāk veidot attiecības ar mammu. 3. Kā labāk mācīties.	1. Saprātu par atkarībām. 2. Saprātu par brīvā laika pavadīšanu. 3. Saprātu par patstāvību.	1. Labi pavadīju laiku. 2. Labas emocijas. 3. Atbildes uz jautājumiem.
1. Kā kontrolēt atkarību. 2. Par savām problēmām. 3. Viedokļus.	1. Nākotnes mērķi. 2. Draugus. 3. Labi pavadīju laiku.	1. Komandas darbs. 2. Izglītību. 3. Sadarbību ar citiem.	1. Informāciju. 2. Labi pavadīju laiku. 3. Kā sadzīvot ar savu atkarību.
1. Laika aizpildīšana. 2. Jaunu draugu iegūšana. 2. Pozitīvas pārmaiņas manī.	1. Motivāciju mācīties. 2. Noderīgu informāciju. 3. Ļoti labi pavadīju laiku.	1. Draugus. 2. Kā savaldīties. 3. Kā plānot laiku un nākotni.	1. Labi pavadīts laiks. 2. Informācija par raksturu.
1. Jaunus draugus. 2. Labus piemērus. 3. Skatījumu uz nākotni.	1. Atbalstu. 2. Mani uzklaustīja. 3. Jaunu informāciju.	1. Draugi. 2. Labi pavadīts laiks 3. Noderīga informācija	1. Draugus. 2. Informāciju. 3. Saprātņi.
1. Ēdiens. 2. Patstāvīga grupa. 3. Lai grupā būtu tie paši cilvēki.			