



Līdzfinansē
Eiropas Savienība



Nacionālais
attīstības plāns



Bērnu aizsardzības
centrs

4.NODEVUMS

Pārskats par tematisko atbalsta grupu norisi un līdzinieku konsultāciju koordinēšanu

Saskaņā ar Bērnu aizsardzības centra un nodibinājuma "Sociālā atbalsta un izglītības fonds" 2024. gada 25.oktobrī noslēgto līgumu Nr. 4.2-4/140 par tematisko atbalsta grupu nodrošināšanu bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstību risku un viņu ģimenēm, atbalsta grupu vadītāju mācību programmas izstrādi un mācību nodrošināšanu, kā arī līdzinieku konsultāciju koordinēšanu

Eiropas Sociālā fonda Plus līdzfinansētā projekta Nr. 4.3.6.5/1/24/I/001 "Atbalsta pasākumi bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām un to ģimenēm" *ietvaros.*

Pasūtītājs: Bērnu aizsardzības centrs

Izpildītājs: nodibinājums "Sociālā atbalsta un izglītības fonds"

2026. gada 16. marts

Satura rādītājs

1. Informācija par tematisko atbalsta grupu norises vietām, skaitu, tematisko atbalsta grupu vadīšanā iesaistītajiem speciālistiem	3
2. Tematisko atbalsta grupu popularizēšana	6
3. Statistiskā informācija par tematisko atbalsta grupu "Atbalsta aplis" norisi	7
4. Statistiskā informācija par tematisko atbalsta grupu "Izaugsmes grupa" norisi	15
5. Statistiskā informācija par tematiskās atbalsta grupas "Atbalsta grupa" norisi	24
6. Statistiskā informācija par līdzinieku konsultāciju koordinēšanu	31
7. Atbalsta grupu norises gaitā konstatētie trūkumi vai šķēršļi efektīvai pakalpojuma nodrošināšanai, priekšlikumi trūkumu novēršanai	32

1. Informācija par tematisko atbalsta grupu norises vietām, skaitu, tematisko atbalsta grupu vadīšanā iesaistītajiem speciālistiem

Tematisko atbalsta grupu (turpmāk - atbalsta grupa/-as) mērķa grupas bija:

1. bērni ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku;
2. ģimenes ar bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku, tai skaitā audžuģimenes un aizbildņi.

Dalībai atbalsta grupās tika uzrunātas ģimenes, piedāvājot pakalpojumu 3 (trīs) grupām, atkarībā no vecuma un nepieciešamā atbalsta perspektīvas, piemēram, kādi informatīvi un izglītojoši jautājumi būtu saistoši bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai viņu vecākiem vai brāļiem māsām. Atbalsta grupu nosaukumi, dalībnieku grupas un nodarbību tēmas jeb tematika apkopotas 1. tabulā.

Nr. p.k.	Atbalsta grupu nosaukumi	Atbalsta grupu dalībnieki	Atbalsta grupu nodarbību tēmas
1.	“Atbalsta aplis”	Pilngadīgi ģimeņu ar bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku, tai skaitā audžuģimeņu, locekļi un aizbildņi	<ol style="list-style-type: none">1. Bērnu un pusaudžu audzināšana. Ģimenes dzīves cikls.2. Vecāku lomu daudzveidība.3. Uzticamu attiecību veidošanās pamatprincipi. Piesaiste.4. Bērnu un pusaudžu atkarības, savlaicīgi pamanāmie riski.5. Bērnu un pusaudžu atkarību profilakse, ikdienas rutīna.6. Uzvedības grūtības un to attīstība.7. Atbalstošas vides nozīme grūtību pārvarēšanā.8. Robežu noteikšana, saglabājot attiecības.9. Ģimenes sapulce – vieta, laiks sarunai.10. Bērna un pusaudža sapņi un mērķi, kā palīdzēt tos ieraudzīt un īstenot.11. Palīdzības iespējas uzvedības un atkarību problēmu pārvarēšanai Latvijā.12. Vecāku rūpes par savu emocionālo veselību.
2.	“Izaugsmes grupa”	Bērni ar uzvedības vai atkarību	<ol style="list-style-type: none">1. Mans raksturs, temperaments, stils.2. Emociju atpazīšana un vadīšana. Robežu noteikšana.

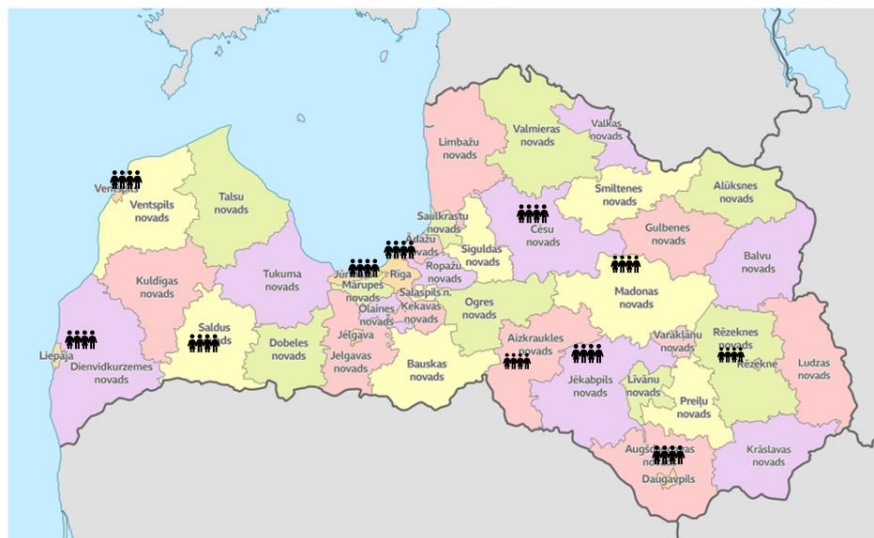
		problēmām vai to attīstības risku	<ul style="list-style-type: none"> 3. Pašvērtējums. Resursu apzināšana. 4. Atkarību pazīmes: fiziskās, psihiskās, uzvedības. 5. Atkarības un to ietekme. 6. Veselīga stresa pārvaldība. 7. Attiecības un to veidošana (ģimene, skola, draugi). 8. Drošība. Virtuālajā telpā un dzīvē. 9. Veselīgs dzīvesveids. Ikdienas rutīna. 10. Brīvā laika pavadīšana. Draugu ietekme. 11. Patstāvība un lēmumu pieņemšana. 12. Nākotnes mērķi.
3.	“Atbalsta grupa”	Nepilngadīgie ģimeņu, kurās ir bērns/-i ar uzvedības vai atkarību problēmām, locekļi (brāļi, māšas)	<ul style="list-style-type: none"> 1. Uzvedības un atkarību grūtības, to ietekme uz ģimeni. 2. Emociju pārvaldīšana. Veselīgas robežas. 3. Komunikācija ar ģimenes locekli, kuram ir uzvedības vai atkarību grūtības. 4. Kā palīdzēt brālim vai māšai? 5. Līdzatkarība. Ko tas nozīmē? 6. Rūpes par savām vajadzībām, to apzināšana. 7. Rūpes par savu emocionālo un fizisko veselību. 8. Pašvērtējums. 9. Veselīgs dzīvesveids. Ikdienas rutīna. 10. Brīvā laika pavadīšana. Hobiji. 11. Palīdzības un atbalsta iespējas bērniem, jauniešiem Latvijā. 12. Nākotnes mērķi.

1. tabula “Atbalsta grupu raksturojums”

Laika periodā no 2025. gada 5. marta līdz 2025. gada 23. oktobrim Latvijas 5 (piecu) plānošanas reģionu teritorijā tika noorganizēta un nodrošināta 21 (divdesmit viena) atbalsta grupa, plašāka informācija par katru 1. attēlā identificēto atbalsta grupu apkopota nodevuma 3., 4. un 5. nodaļā.

Visas atbalsta grupas pirmās 2 (divas) nodarbības bija atvērtas, t.i. līdz otrajai nodarbībai ieskaitot varēja pievienoties jauni dalībnieki, sākot no trešās nodarbības līdz divpadsmitajai nodarbībai atbalsta grupas bija slēgtas, kurās jauni dalībnieki vairs nevarēja pievienoties.

Tematisko atbalsta grupu karte, 21 grupa



Rīgas reģions: (3)

Jūrmala 1
Rīga 2

Zemgale: (4)

Jēkabpils 2
Aizkraukle 2

Latgale: (4)

Rēzekne 2
Daugavpils 2

Vidzeme: (4)

Cēsis 2
Madonas novads 2

Kurzeme: (6)

Saldus 2
Ventspils 2
Dienvidkurzemes
novads 2

Kopā: 21 grupa

1. attēls “Atbalsta grupu karte”

Katras atbalsta grupas cikls bija 24 (divdesmit četras) astronomiskās stundas, t.i. 12 nodarbības, katra nodarbība 2 stundas. Atbalsta grupas tika organizētas tā, ka vienā nodarbībā piedalījās ne mazāk kā 5 (pieci) un ne vairāk kā 12 (divpadsmit) dalībnieki.

Kopējais nodrošināto atbalsta grupu nodarbību astronomisko stundu skaits bija 504 (pieci simti četras) astronomiskās stundas.

Atbalsta grupu vadīšanā tika iesaistīti 10 atbalsta grupu vadītāji, lai nodrošinātu Latvijas reģionālo pārklājumu, skat. 2. attēlu. Atbalsta grupu vadītāji piedalījās atbalsta grupu tematikas un norises plānošanā, sagatavoja saturu katrai atbalsta grupas nodarbības tēmai atsevišķi un ciklam kopumā, piedalījās atbalsta grupu dalībnieku atlasē un nepieciešamības gadījumā mērķa grupas atbilstības pārbaudes veikšanā, nodrošināja atbalsta grupu vadīšanu, nodrošināja visu atbalsta grupas dalībnieku fiksēšanu šim nolūkam izstrādātās reģistrācijas lapās, atbilstoši pēc katras atbalsta grupas nodarbības norises, nodrošināja atbalsta grupu dalībnieku anketēšanu, uzsākot un noslēdzot atbalsta grupu, nodrošināja visas informācijas par atbalsta grupu norisi apkopošanu, sagatavoja līdziniekus konsultēšanas darbam un nodrošināja līdzinieku konsultāciju koordinēšanu.

Piecas (5) atbalsta grupu vadītājas bija iesaistītas gan bērnu, gan pilngadīgo atbalsta grupu vadīšanā. Papildus 2 (divas) atbalsta grupu vadītājas bija iesaistītas tikai bērnu atbalsta grupu vadīšanā un 3 (trīs) atbalsta grupu vadītājas bija iesaistītas tikai pilngadīgo personu atbalsta grupu vadīšanā.

Atbalsta grupu vadītāji (10 grupu vadītāji)

Tematiskās atbalsta grupas bērniem, pusaudžiem "Izaugsmes grupa"
Zinta Biseniece (Cēsis)
Egija Volkova (Dienvidkurzemes novads)
Inga Siliņa (Saldus)
Aleta Štāle (Ventspils)
Ināra Poļakova (Rēzekne)
Aloida Jurčenko (Daugavpils)
Inta Zālīte (Jēkabpils, Aizkraukle, Madona, Rīga)
Tematiskā atbalsta grupa brāļiem un māsām
Inta Zālīte (Jūrmala)

Tematiskās atbalsta grupas vecākiem, aizbildņiem, audžuģimenēm u.c. pilngadīgām personām "Atbalsta aplis"
Zinta Biseniece (Cēsis)
Egija Volkova (Dienvidkurzemes novads)
Inga Siliņa (Saldus)
Sarmīte Štāle (Ventspils)
Ināra Poļakova (Rēzekne)
Aloida Jurčenko (Daugavpils)
Kristiāna Kovaļuka (Rīga)
Inīta Zarkeviča (Aizkraukle, Madona, Jēkabpils)

2. attēls "Atbalsta grupu vadītāji"

2. Tematisko atbalsta grupu popularizēšana

Lai nodrošinātu atbalsta grupu popularizēšanu, t.sk. informācijas izziņošanu par atbalsta grupu tēmām, mērķa grupām, pieteikšanās kārtību, norisi u.c. nepieciešamo informāciju visos Latvijas plānošanas reģionos, izmantojot dažādus informācijas kanālus, piemēram, sociālos tīklus, interneta medijus, pašvaldības sociālos dienestus, bāriņtiesas, izglītības iestādes, kuras sniedz atbalstu un pakalpojumus bērniem un ģimenēm ar bērniem, tika sagatavota un izsūtīta preses relīze masu medijiem, pašvaldību sabiedrisko attiecību speciālistiem. Popularizēšanai tika izmantota nodibinājuma "Sociālā atbalsta un izglītības fonds" (turpmāk - SAIF) Facebook vietne un SAIF mājas lapa www.atbalstafonds.lv, sadaļā "Tematiska atbalsta grupa", sagatavoti vizuāļi mājas lapai, sociālajiem kontiem, skat. 3.attēlu.

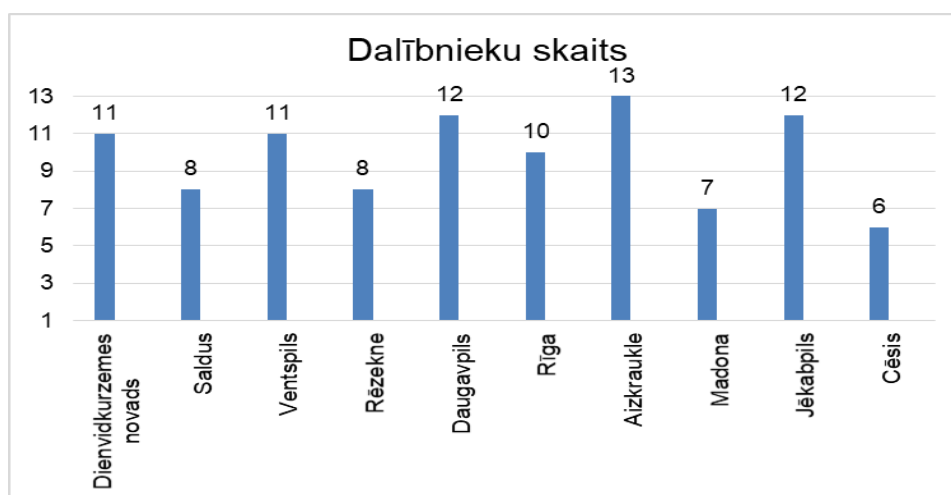


3. attēls "Vizuālā informācija atbalsta grupu popularizēšanai"

3. Statistiskā informācija par tematisko atbalsta grupu “Atbalsta aplis” norisi

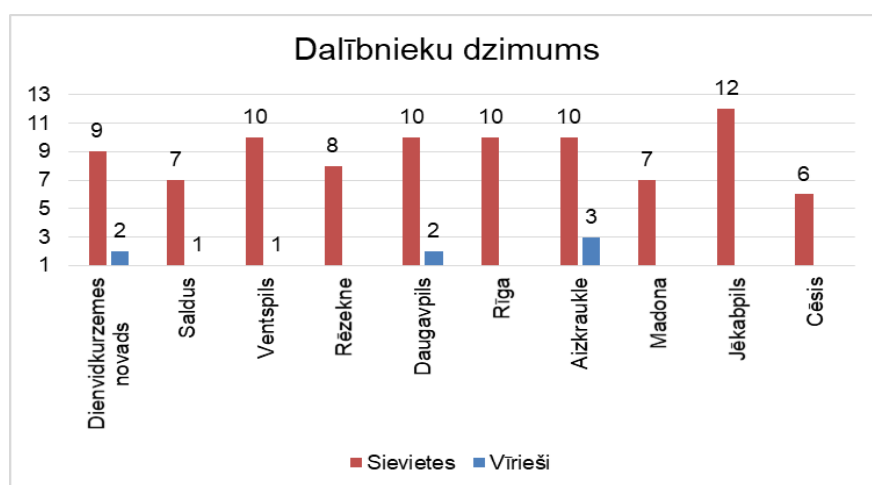
Laika periodā no 2025. gada 5. marta līdz 2025. gada 15. jūlijam tika nodrošinātas 10 atbalsta grupas “Atbalsta aplis” **bērnu ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku vecākiem, aizbildņiem, audžuģimenēm u.c. pilngadīgajiem ģimenes locekļiem**. Kopējais dalībnieku, kuri vismaz 1 reizi ir piedalījušies atbalsta grupas nodarbībā, skaits atbalsta grupu norišu vietās bija **98 dalībnieki**, skat. attēlu nr. 4.

Visvairāk dalībnieku, kuri vismaz vienu reizi ir apmeklējuši atbalsta grupas nodarbības bija Aizkrauklē un Jēkabpilī (Zemgales reģions) un Daugavpilī (Latgales reģions), kur dalībnieku skaits sasniedzis maksimālo, t.i. līdz 12 dalībniekiem 1 grupas nodarbībā. Vismazākais atbalsta grupās iesaistīto dalībnieku skaits bija Vidzemes reģionā - Cēsis (6 dalībnieki) un Madonā (8 dalībnieki). Skat. attēlu nr. 4.



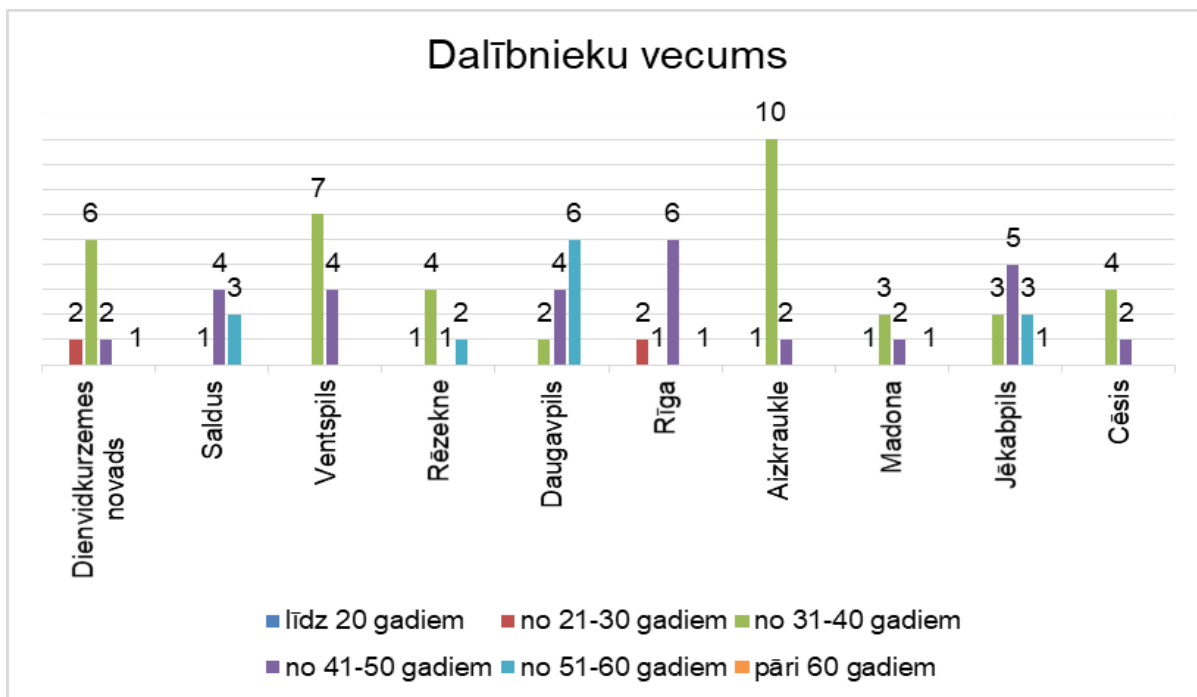
4. attēls “Dalībnieku skaits atbalsta grupās “Atbalsta aplis””

Attēlā nr. 5 redzams, ka visbiežāk atbalsta grupu dalībnieki ir sievietes (mammās, vecmāmiņas, aizbildnes).



5. attēls “Atbalsta grupu “Atbalsta aplis” dalībnieku iedalījums pa dzimumiem”

Atbalsta grupu apmeklētāju izplatītākais vecums ir no 31-50 gadiem, attēls nr. 6.



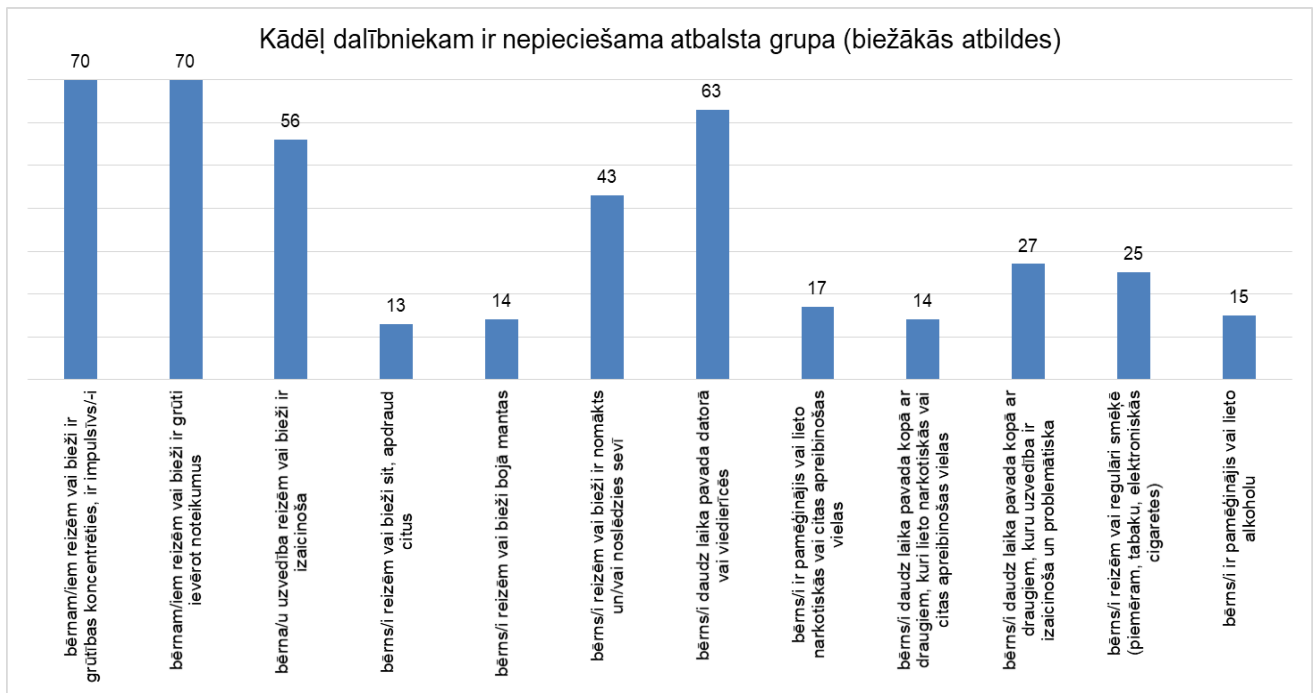
6. attēls "Atbalsta grupu "Atbalsta aplis" dalībnieki pa vecumu grupām"

Atbalsta grupu dalībnieki, piesakot dalību atbalsta grupā, kā galvenās grūtības¹, kāpēc vēlas saņemt atbalstu atbalsta grupā, ir norādījuši sekojošo:

- Bērnam reizēm/bieži ir grūtības koncentrēties, ir impulsīvs;
- Bērnam reizēm/bieži ir grūtības ievērot noteikumus;
- Bērns daudz laika pavada datorā vai citās viedierīcēs;
- Bērna uzvedība reizēm/bieži ir izaicinoša.

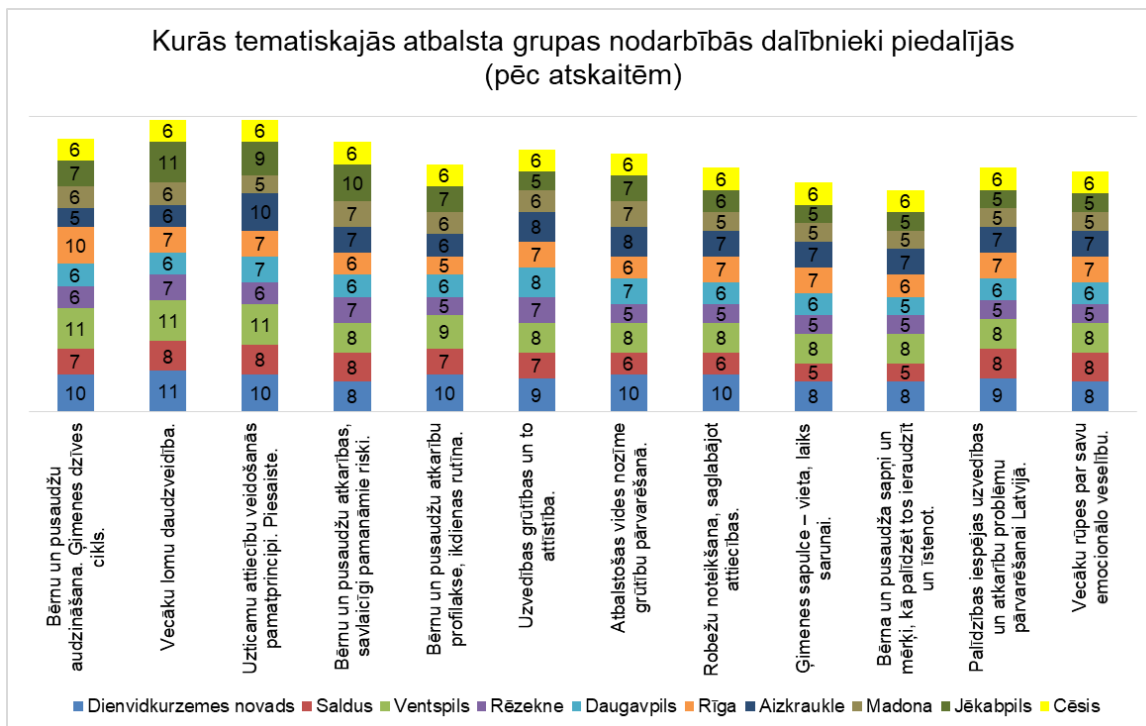
Plašāka informācija, kas iegūta no atbalsta grupu dalībnieku iesniegumiem (98), atspoguļota attēlā nr.7.

¹ Viens iesnieguma iesniedzējs varēja atzīmēt vairākas grūtības.



7. attēls "Atbalsta grupu "Atbalsta aplis" dalībnieku iesniegumos norādītās grūtības"

Attēlā nr. 8 atspoguļots, cik dalībnieki ir piedalījušies katrā atbalsta grupas "Atbalsta aplis" nodarbībā, katrā atbalsta grupas norises vietā atsevišķi. Skalas apakšā norādītās atbalsta grupas nodarbību tēmas - pirmā nodarbība ir skalas kreisajā pusē, pēdējā - skalas labajā pusē. Tāpat attēls nr. 8 parāda atbalsta grupu dalībnieku apmeklējumu pirmajā un pēdējā nodarbībā, kad tika veikta atbalsta grupu darbības novērtēšana.



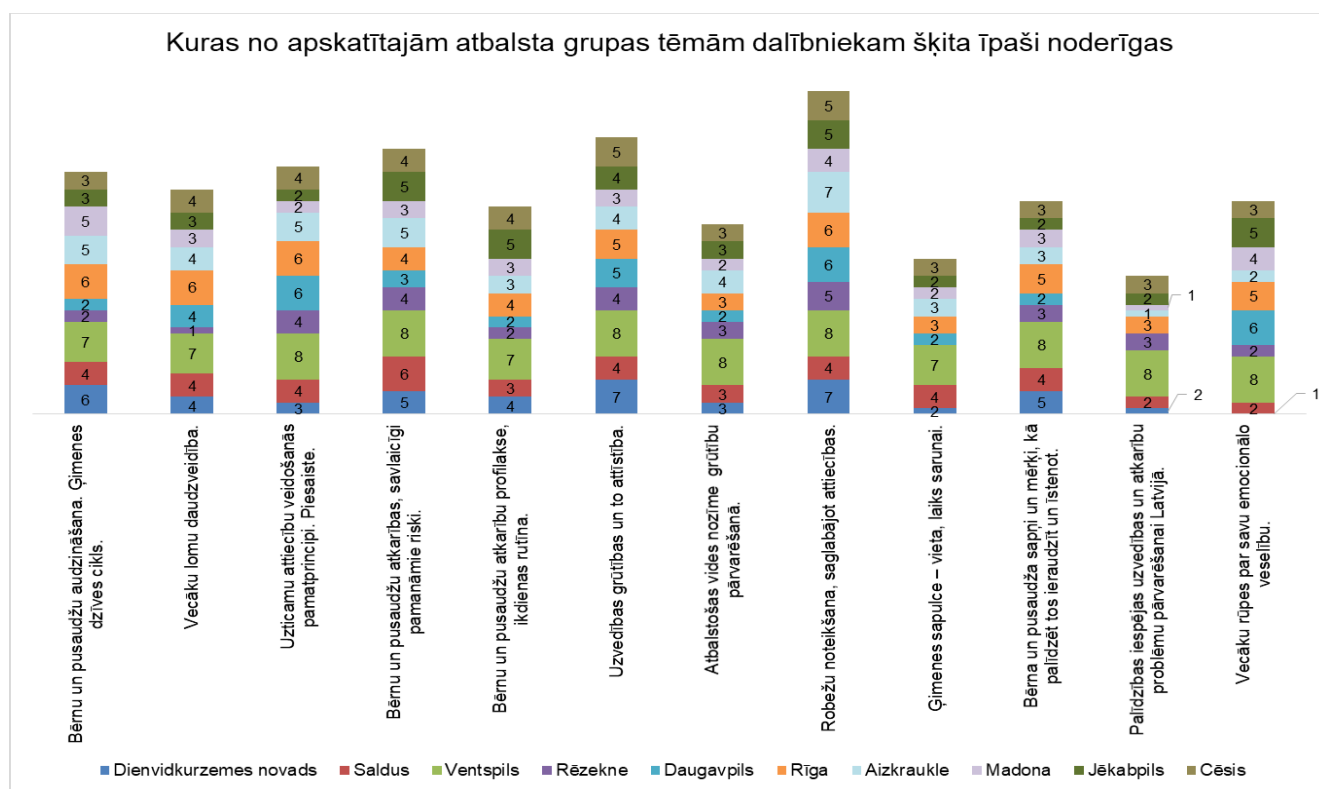
8. attēls "Atbalsta grupu "Atbalsta aplis" dalībnieku nodarbību apmeklējums"

Apkopojot atbalsta grupu “Atbalsta aplis” dalībnieku anketas, kuras aizpildītas pēdējā nodarbībā, rezultātus, ir iegūta informācija, kuras atbalsta grupas nodarbību tēmas ir bijušas īpaši noderīgas (skat. 9. attēlu). Tās ir:

- Robežu noteikšana, saglabājot attiecības.
- Uzvedības grūtības un to attīstība.
- Bērnu un pusaudžu atkarības, savlaicīgi pamanāmie riski.

Kā mazāk noderīgas atzīmētas šādas tēmas (skat. 9. attēlu):

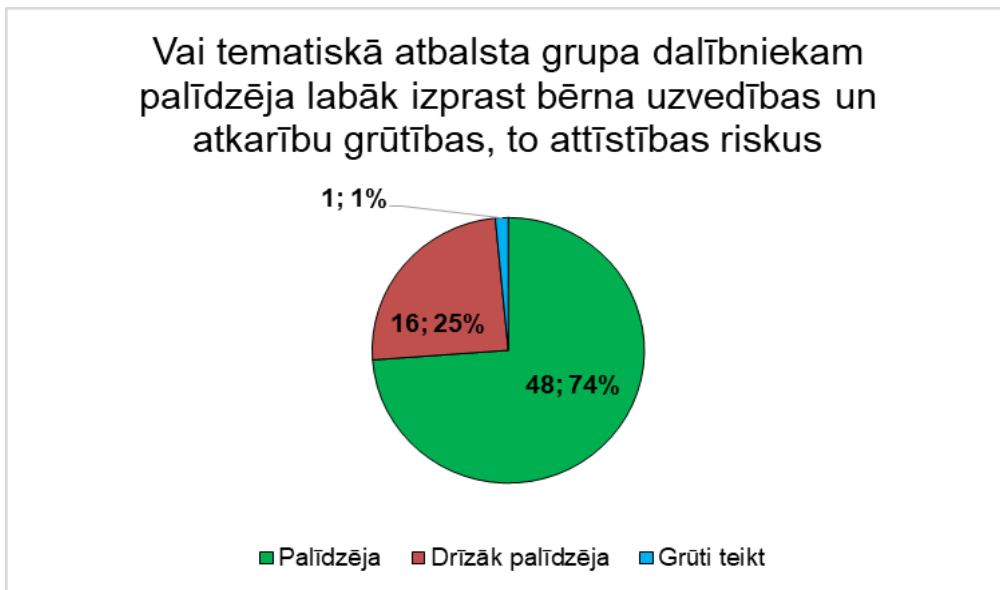
- Palīdzības iespējas uzvedības un atkarību problēmu pārvarēšanai Latvijā.
- Ģimenes sapulce – vieta un laiks sarunai.



9. attēls “Atbalsta grupu “Atbalsta aplis” dalībnieku novērtējums par tēmu satūra noderīgumu”

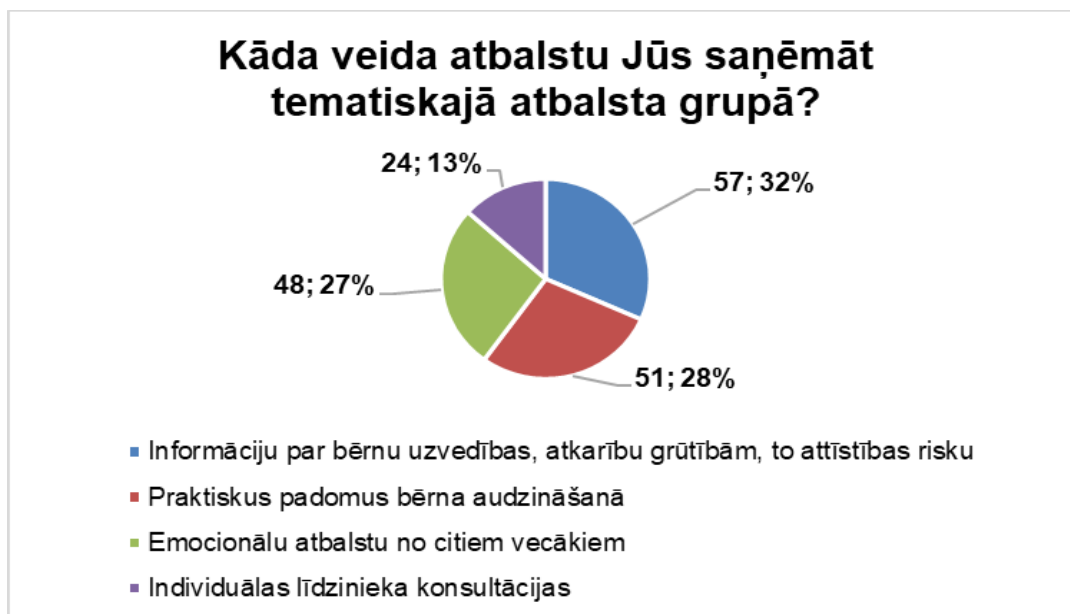
Plašāks atbalsta grupu nodarbību tēmu uzskaitījums un atbalsta grupu dalībnieku viedoklis par atbalsta grupas nodarbībās apskatīto tēmu noderīgumu redzams 9. attēlā.

Lielākais vairākums atbalsta grupas “Atbalsta aplis” dalībnieku, aizpildot noslēguma novērtējuma anketas, norādījuši, ka tās ir bijušas palīdzošas (48 dalībnieki) vai drīzāk palīdzošas (16 dalībnieki), lai labāk izprastu bērna uzvedības un atkarību grūtības, to attīstības riskus. Viens (1) atbalsta grupas dalībnieks ir atzīmējis atbildi “grūti pateikt”. Plašāks atbalsta grupu dalībnieku vērtējums par to, vai atbalsta grupa palīdzēja izprast bērna uzvedības un atkarību grūtības, % (procentos) ir vizuāli attēlots 10. attēlā.



10. attēls "Atbalsta grupas "Atbalsta aplis" dalībnieku novērtējums, vai atbalsta grupa palīdzēja izprast bērna uzvedības un atkarību grūtības"

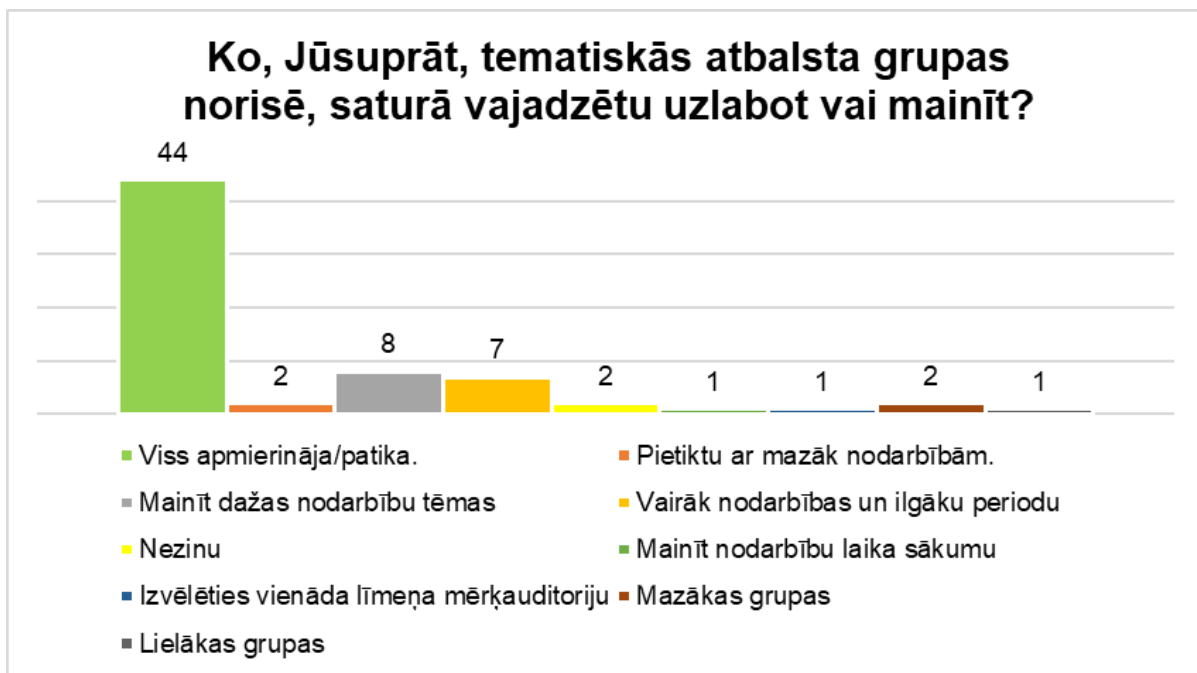
11. attēlā ir apkopota atbalsta grupas dalībnieku sniegtā atgriezeniskā saite par saņemto atbalstu atbalsta grupā. 32% atbalsta grupu dalībnieku norādījuši, ka atbalsta grupās saņēmuši informāciju par bērnu uzvedības, atkarību grūtībām, to attīstības risku; 28% - praktiskus padomus bērnu audzināšanā, 27% - emocionālu atbalstu no citiem vecākiem un 13% - individuālas līdziniekus konsultācijas.



11. attēls "Atbalsta grupu "Atbalsta aplis" dalībnieku viedokļu apkopojums par saņemto atbalsta veidiem"

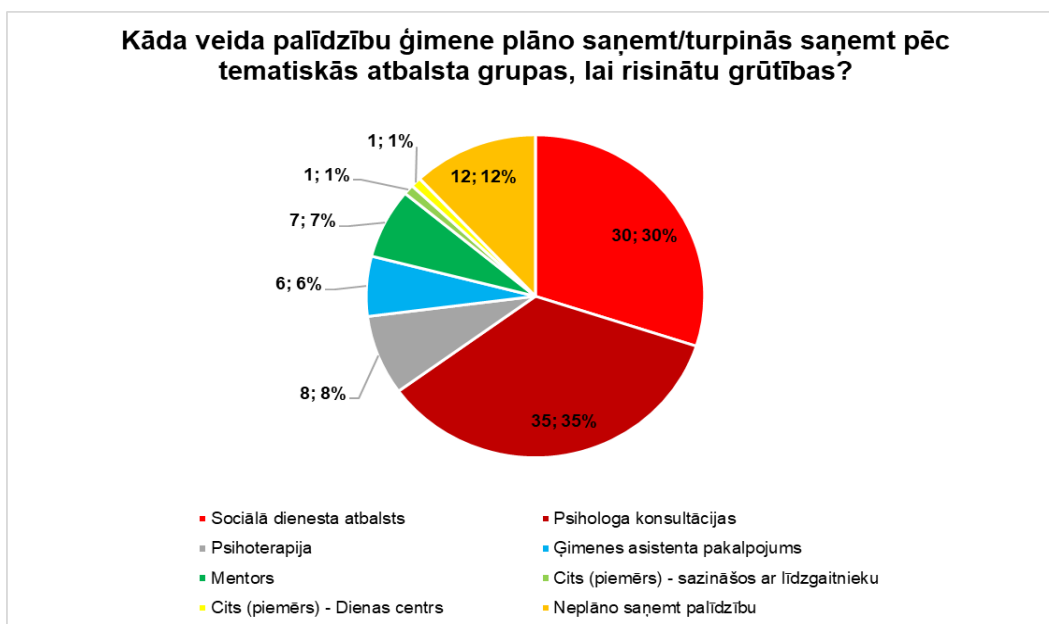
Attēlā nr.12 apkopota informācija par to, ko atbalsta grupas dalībnieki vēlētos atbalsta grupas norisē, saturā mainīt un/vai uzlabot. Gandrīz puse atbalsta grupu dalībnieku (44) ir apmierināti ar saņemto pakalpojumu, 8 dalībnieki mainītu dažu nodarbību tēmas, 7 dalībnieki gribētu

vairāk nodarbību, attiecīgi ilgākā laika periodā, savukārt, 2 dalībnieki tajā pat laikā pauž viedokli, ka pietiktu ar mazāk nodarbībām, 2 dalībnieki vēlētos, lai ir mazākas grupas.



12. attēls “Atbalsta grupas “Atbalsta aplis” dalībnieku viedokļu apkopojums par nepieciešamajām izmaiņām atbalsta grupas norisē un saturā”

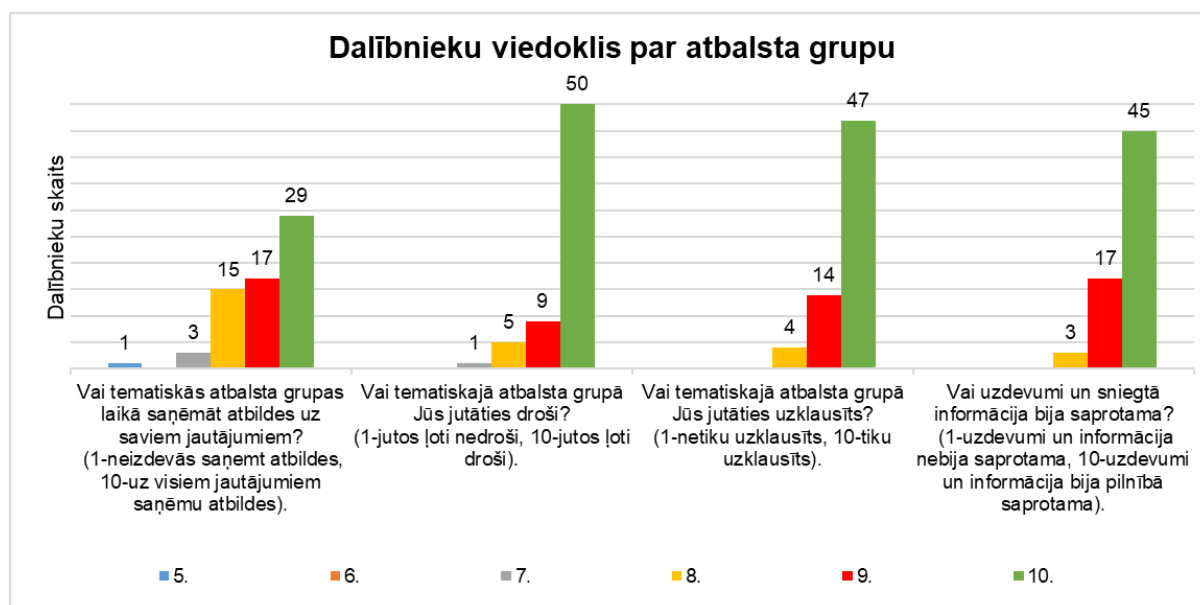
13. attēlā apkopota informācija par palīdzības veidiem, kurus ģimenes plāno turpināt saņemt pēc atbalsta grupas noslēguma. 35% plāno saņemt psiholoģisko atbalstu, 30% plāno turpināt saņemt pašvaldības sociālā dienesta atbalstu, 12% neplāno saņemt kādu specifisku atbalstu, 8% apmeklēt psihoterapiju, 7% mentora atbalstu, 6% ģimenes asistenta atbalstu.



13. attēls “Palīdzība un atbalsts, ko ģimene plāno saņemt/turpinās saņemt pēc dalības atbalsta grupā “Atbalsta aplis””

14. attēlā ir apkopots 65 (sešdesmit piecu) atbalsta grupu dalībnieku viedoklis (vērtējums skalā no 1 līdz 10) par 4 jautājumiem:

- Vai tematiskās atbalsta grupas laikā saņēmāt atbildes uz saviem jautājumiem?** (Skalā no 1 - 10, kur 1 - neizdevās saņemt atbildes; 10 - uz visiem jautājumiem saņēmu atbildes.) Lielākā daļa atbalsta grupu dalībnieku (61) snieguši vērtējumu no "10" līdz "8". Zemākais vērtējums bija "5", ko ir atzīmējis 1 dalībnieks.
- Vai tematiskajā atbalsta grupā Jūs jutāties droši?** (Skalā no 1 - 10, kur 1 - jutos ļoti nedroši; 10 - jutos ļoti droši.) No 65 dalībniekiem 1 atbalsta grupā ir juties ļoti nedroši, savukārt, visi pārējie dalībnieki skalā no 1 līdz 10, atzīmējuši "10", "9" un "8". Augstāko novērtējumu ("10") ir atzīmējuši 50 dalībnieki.
- Vai tematiskajā atbalsta grupā Jūs jutāties uzklaussīts?** (Skalā no 1 - 10, kur 1 - netiku uzklaussīts; 10 - tiku uzklaussīts.) Šajā jautājumā zemākais novērtējums ir "8", ko atzīmējušas 4 personas. Pārējie dalībnieki (61) ir novērtējuši ar "9" un "10".
- Vai uzdevumi un sniegtā informācija bija saprotama?** (Skalā no 1 - 10, kur 1 - uzdevumi un informācija nebija saprotami; 10 - uzdevumi un informācija bija pilnībā saprotami.) Ņemot vērā šajā jautājumā zemāko vērtējumu "8", ko atzīmējuši 3 dalībnieki, atbalsta grupā saņemtie uzdevumi un informācija ir bijusi saprotama.



14. attēls "Dalībnieku novērtējums par dalību atbalsta grupā "Atbalsta aplis""

Nodevuma 1. pielikumā "Apkopojums "Atbalsta grupas "Atbalsta aplis" dalībnieku ieguvumi no dalības atbalsta grupā"" apkopotas atbalsta grupu dalībnieku individuālās atbildes par 3 ieguvumiem no dalības atbalsta grupā "Atbalsta aplis". Katrā tabulas logā ir skatāma viena atbalsta grupas dalībnieka atbilde.

Apkopojot atbalsta grupu "Atbalsta aplis" dalībnieku viedokļus (skatīt 1. pielikumā), galvenie atbalsta grupas dalībnieku ieguvumi ir:

1. Emocionālais un psiholoģiskais atbalsts

Atbalsta grupas dalībnieki uzsver atbalsta nozīmi un atvieglojumu, ko sniedz kopības sajūta.

- **"Es neesmu viens":** Sajūta, ka citiem ir līdzīgas problēmas, mazinājusi vainas apziņu un izolētību.
- **Miers un pārliecība:** legūta drošība, pašpārliecinātība audzināšanas procesos un spēja uz situācijām reaģēt mierīgāk.
- **Uzklausīšana:** iespēja izteikties un tikt sadzirdētam drošā vidē.

2. Izpratne par pusaudzi un viņa uzvedību

Vecāki norāda uz "brīža, kad acis atveras" efektu attiecībā uz savu bērnu pasauli.

- **Bērna emociju atpazīšana:** Spēja pamanīt problēmas un saprast cēloņus, kāpēc pusaudzis rīkojas tieši tā.
- **Jaunas audzināšanas metodes:** Praktiski padomi, kā disciplinēt nevardarbīgā veidā, kā noteikt robežas.
- **Komunikācijas uzlabošana:** Prasmes runāt ar bērnu tā, lai viņš ieklausītos; Prasme "iekāpt bērna kurpēs".

3. Vecāku pieredzes apmaiņa

Grupās formāts ļāvis mācīties ne tikai no speciālistiem, bet vienam no otra.

- **Pieredzes stāsti:** Reālas situācijas un to risinājumi no citiem vecākiem snieguši praktisku iedvesmu.
- **Viedokļu dažādība:** iespēja ieraudzīt situāciju no malas un uzzināt citus skatupunktus.
- **Domubiedru grupa:** Jauni kontakti un uzticības pilnas attiecības ar cilvēkiem, kuri "saprot no pusvārda".

4. Profesionālās zināšanas un informācija

Teorētiskais bāzes materiāls devis pamatu rīcībai krīzes situācijās.

- **Informācija par atkarībām un uzvedību:** Zināšanas par pusaudžu vecumposma īpatnībām un atkarību riska faktoriem.
- **Materiāli:** Praktiski izdales materiāli un plāni, kurus izmantot arī pēc grupas beigām.

2. tabulā ir apkopoti atbalsta grupas "Atbalsta aplis" dalībnieku biežāk lietotie atslēgvārdi, kas izriet no informācijas, kas apkopota nodevuma 1. pielikumā, un to nozīme. Minētā informācija sakārtota atbilstoši dažādās kategorijās, piemēram, atbalsts, prasmes, sajūtas u.c.

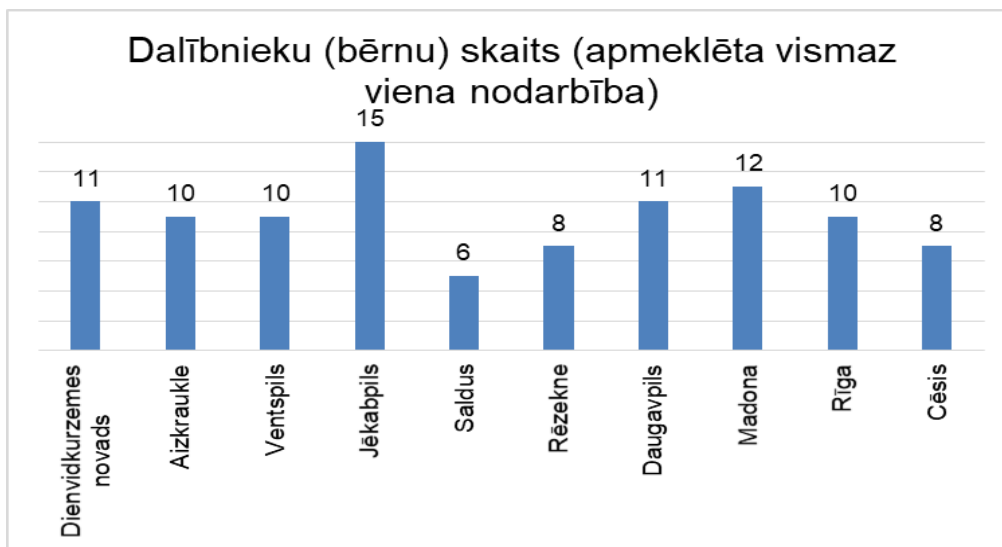
Kategorija	Atslēgvārdi (biežāk minētie)	Nozīme
Atbalsts	Atbalsts , sapratne, uzklauššana, kopība	Emocionālais pamats
Izpratne	Bērna uzvedība , pusaudža pasaule, cēloņi	Empātijas veidošana
Prasmes	Risinājumi , praktiski padomi, robežas	Rīcības instrumenti
Pieredze	Citi vecāki , pieredzes apmaiņa, stāsti	Savstarpēja mācīšanās
Sajūtas	Miers , drošība, pārliecība, "nav mana vaina"	Iekšējā transformācija

2. tabula "Atbalsta grupas "Atbalsta aplis" dalībnieku biežāk lietotie atslēgvārdi par galvenajiem ieguvumiem no dalības atbalsta grupās"

4. Statistiskā informācija par tematisko atbalsta grupu "Izaugsmes grupa" norisi

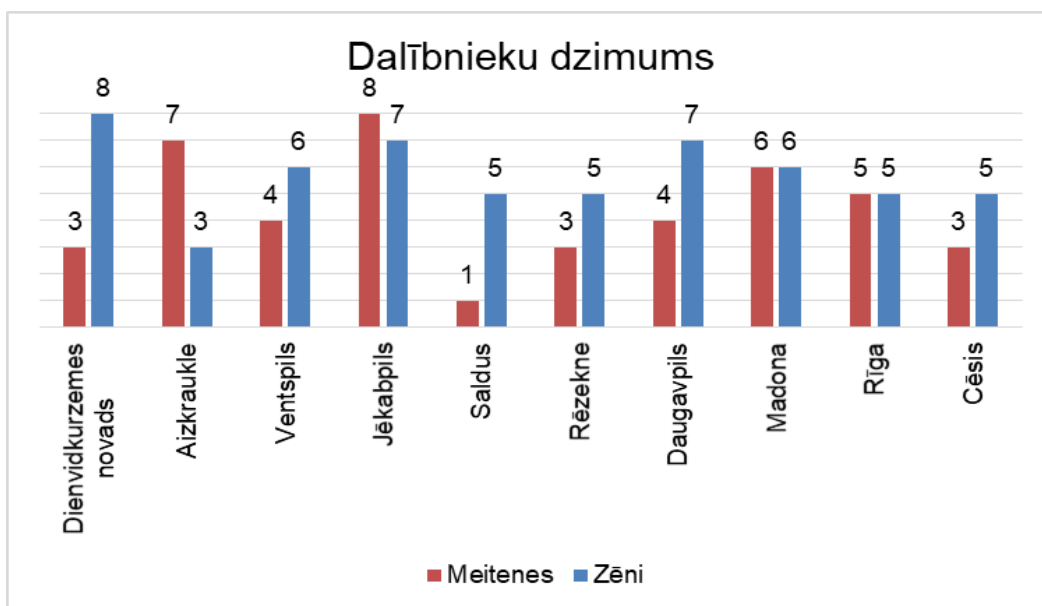
Laika periodā no 2025. gada 5. marta līdz 2025. gada 18. septembrim tika nodrošinātas 10 atbalsta grupas "Izaugsmes grupa" **bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām, vai to attīstības risku**. Kopumā šajās atbalsta grupās piedalījās **101 dalībnieks**. Dalībnieku skaits katrā no atbalsta grupu norises vietām attēlots 15. attēlā.

Visvairāk dalībnieku, kuri vismaz vienu reizi ir apmeklējuši atbalsta grupas nodarbības, bija Jēkabpilī (Zemgales reģions) un Madonā (Vidzemes reģions), kur dalībnieku skaits sasniedzis maksimālo, t.i. līdz 12 dalībniekiem 1 nodarbībā. Vismazākais atbalsta grupās iesaistīto dalībnieku skaits bija Saldū (Kurzemes reģionā) - 6 dalībnieki. Skat. 15. attēlu.



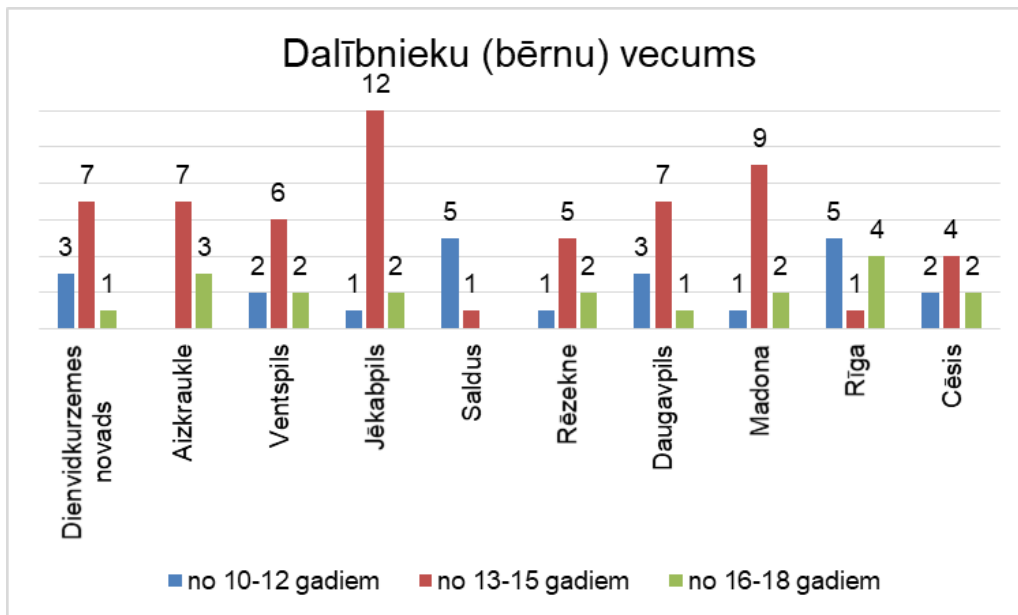
15. attēls "Atbalsta grupu "Izaugsmes grupa" dalībnieku skaits"

Atbalsta grupu dalībnieku iedalījums pa dzimumiem redzams 16. attēlā. Atbalsta grupās "Izaugsmes grupa" piedalījās lielāks skaits zēnu kā meitenes.



16. attēls "Atbalsta grupu "Izaugsmes grupa" dalībnieku iedalījums pa dzimumiem"

Visvairāk atbalsta grupu apmeklētāju bija vecuma grupā no 13-15 gadiem, t.i. pusaudžu vecumposms, attēls nr. 17.



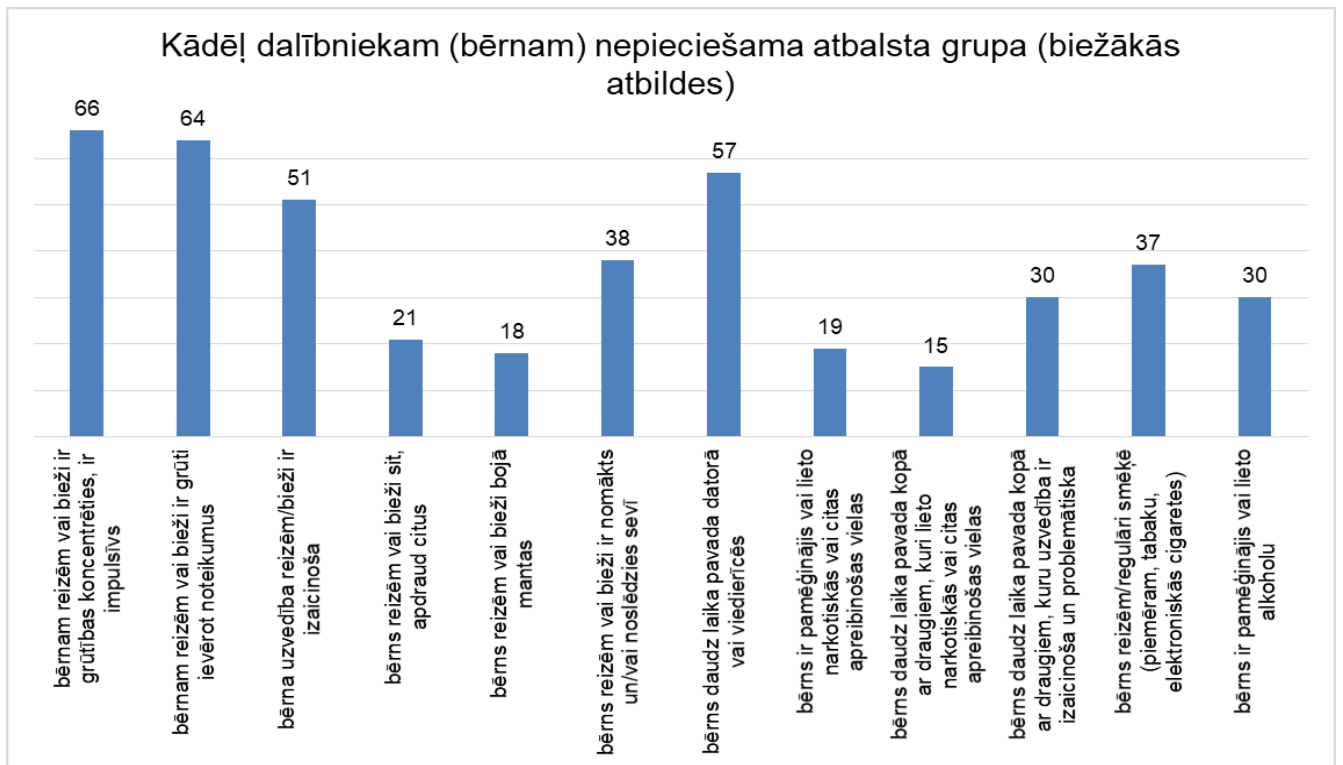
17. attēls "Atbalsta grupu "Izaugsmes grupa" dalībnieku iedalījums pa vecuma grupām"

Atbalsta grupu dalībnieku likumiskie pārstāvji, piesakot bērnus dalībai atbalsta grupā, kā galvenās grūtības² bija atzīmējuši:

- Bērnam reizēm/bieži ir grūtības koncentrēties, ir impulsīvs (66 iesniegumos);
- Bērnam reizēm/bieži ir grūtības ievērot noteikumus (64 iesniegumos);
- Bērns daudz laika pavada datorā vai citās viedierīcēs (57 iesniegumos);
- Bērna uzvedība reizēm/bieži ir izaicinoša (51 iesniegumā).

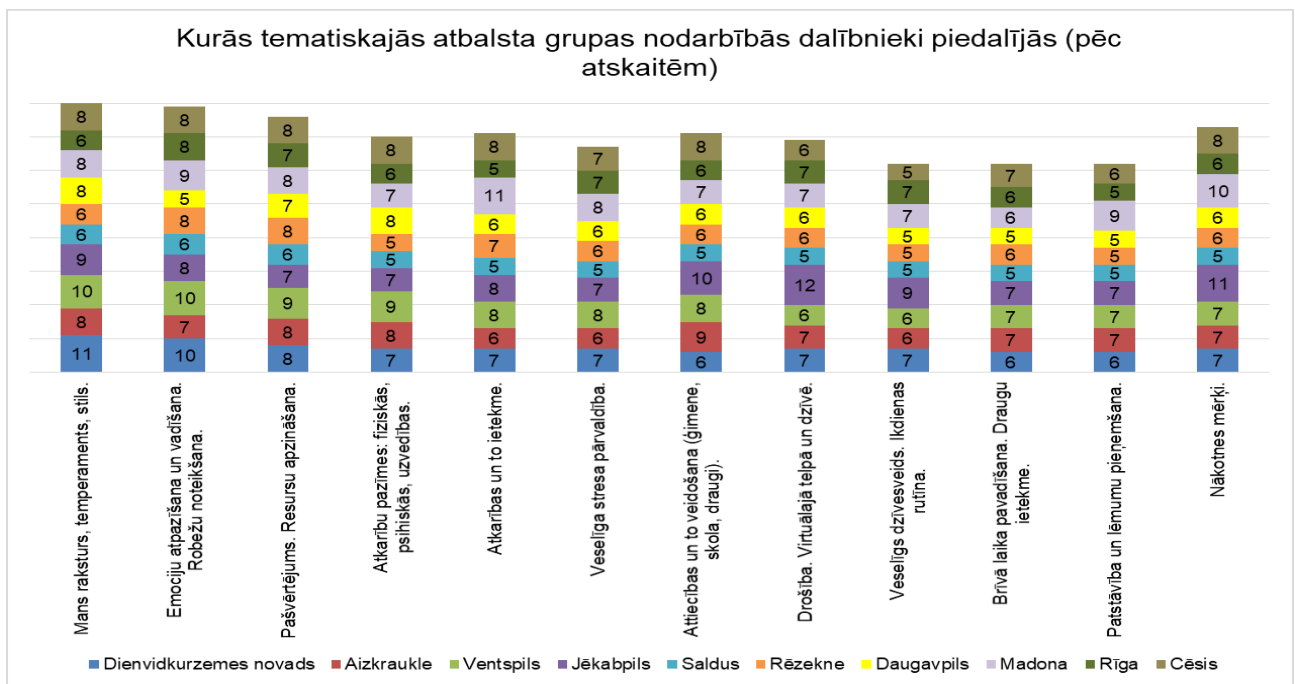
Tomēr pietiekami liels skaits bērnu likumisko pārstāvju (38) bija atzīmējuši arī to, ka bērnam reizēm/bieži ir nomākts garastāvoklis vai 37 (trīsdesmit septiņi) norāda, ka bērns reizēm/regulāri smēķē. Plašāka informācija par bērnu ar uzvedības vai atkarību problēmām likumisko pārstāvju iesniegumos atspoguļotajām grūtībām attēlota 18. attēlā.

² Viens iesnieguma iesniedzējs varēja atzīmēt vairākas grūtības.



18. attēls “Atbalsta grupu “Izaugsmes grupa” dalībnieku likumisko pārstāvju iesniegumos norādītās bērna grūtības”

Attēlā nr. 19 atspoguļots, cik dalībnieki ir piedalījušies katrā atbalsta grupas “Izaugsmes grupa” nodarbībā atbilstoši atbalsta grupas norises vietai. Kā arī kopumā redzams, cik dalībnieki ir piedalījušies pirmajās nodarbībās, un cik - pēdējā nodarbībā, kad tika sniegts vērtējums par atbalsta grupas pakalpojuma efektivitāti. Pirmā nodarbība skatāma skalas kreisajā pusē, pēdējā - skalas labajā pusē.

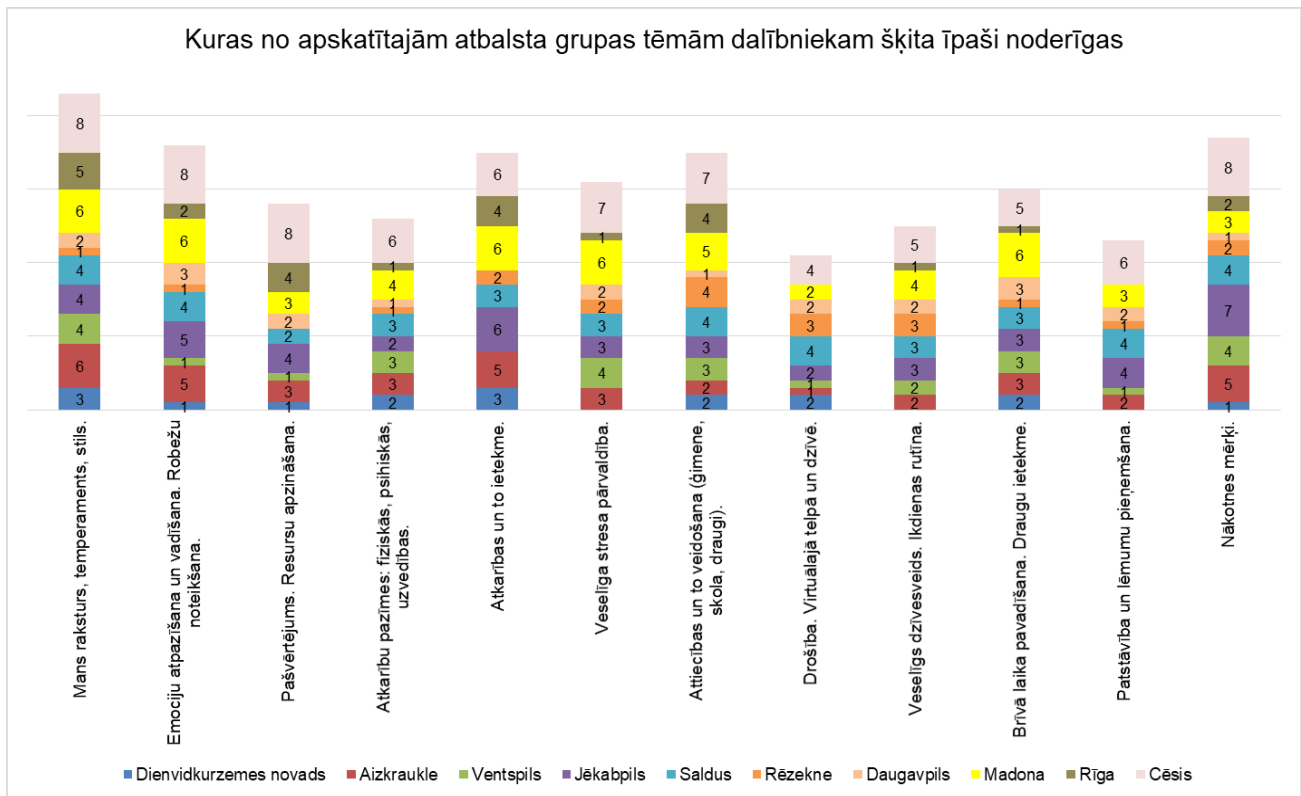


19. attēls “Atbalsta grupu “Izaugsmes grupa” dalībnieku nodarbību apmeklējums”

20. attēlā redzams atbalsta grupas “Izaugsmes grupa” tēmu uzskaitījums pēc to noderīguma, atbilstoši rezultātiem dalībnieku noslēguma anketās, kas tika aizpildītas atbalsta grupas pēdējā nodarbībā . Tās ir:

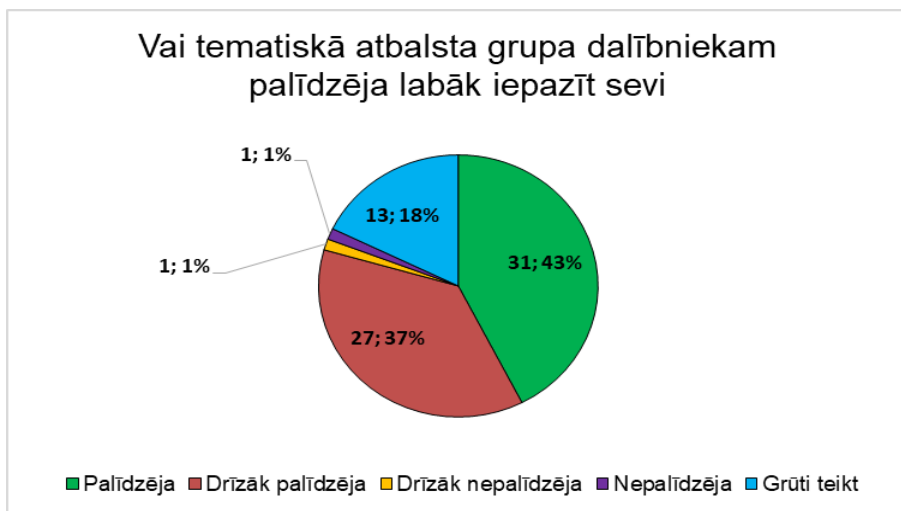
- Mans raksturs, temperaments, stils.
- Nākotnes mērķi.
- Emociju apzināšana.

Tēma, kura ieguva vismazāko novērtējumu no dalībnieku puses ir “Drošība virtuālajā telpā un dzīvē”.



20. attēls “Atbalsta grupu “Izaugsmes grupa” dalībnieku novērtējums par nodarbību tēmu noderīgumu”

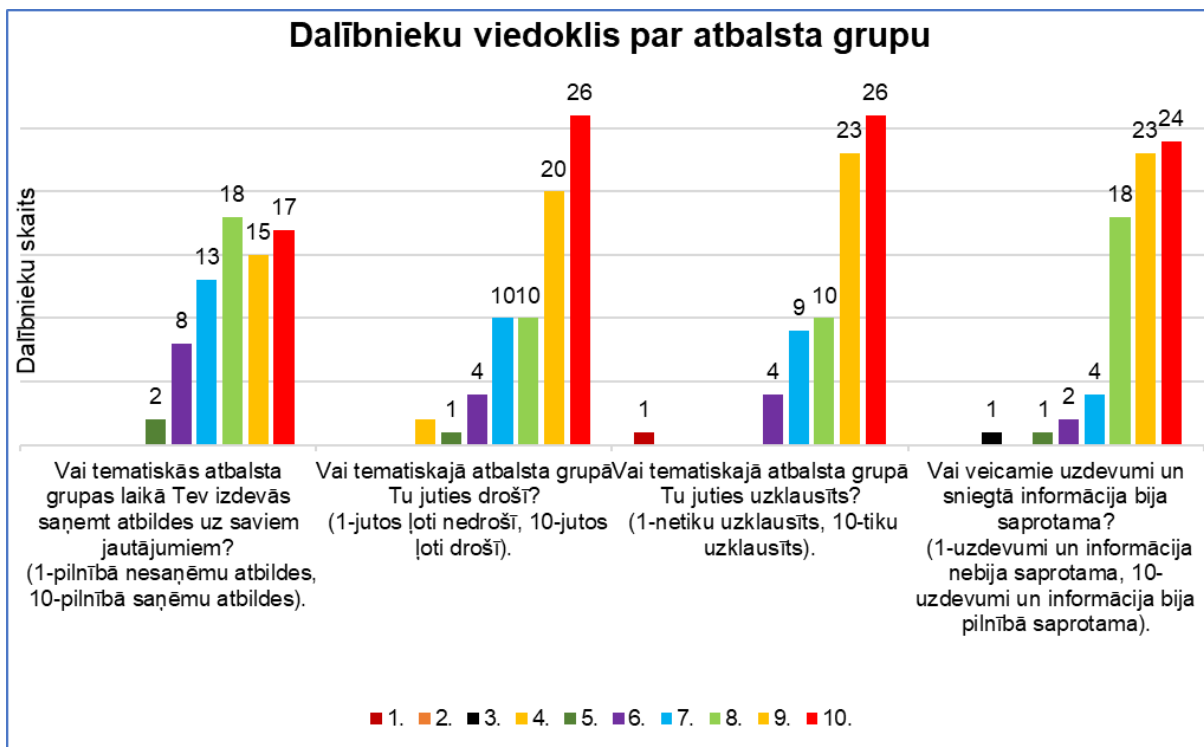
Lielākais vairākums atbalsta grupu “Izaugsmes grupa” dalībnieku, aizpildot noslēguma novērtējuma anketas, atbalsta grupu novērtējuši kā palīdzošu (31 dalībnieks) vai drīzāk palīdzošu (27 dalībnieki). Savukārt, 2 dalībnieki norādīja, ka atbalsta grupa nav palīdzējusi iepazīt sevi un 13 dalībnieki norādījuši atbildi “grūti pateikt”. Informācija par atbalsta grupu novērtējumu attēlota 21. attēlā.



21.attēls "Atbalsta grupas "Izaugsmes grupa" dalībnieku novērtējums par to, vai saņemtais atbalsts palīdzēja labāk iepazīt sevi"

22. attēlā ir apkopots 73 (septiņdesmit trīs) atbalsta grupas "Izaugsmes grupa" dalībnieku vērtējums (skalā no 1 līdz 10) par 4 jautājumiem:

- Vai tematiskās atbalsta grupas laikā tev izdevās saņemt atbildes uz saviem jautājumiem?** (Skalā 1 – 10, kur 1 – neizdevās saņemt atbildes, 10 – uz visiem jautājumiem saņēmu visas atbildes.) Lielākā daļa dalībnieku (50) snieguši vērtējumu "10" - "8", 13 dalībnieki skalā no 1-10 atzīmējuši vērtējumu "7" un 8 dalībnieki atzīmējuši "6". Zemākais vērtējums bija "5", ko atzīmējuši 2 dalībnieki.
- Vai tematiskajā atbalsta grupā Tu juties droši?** (Skalā no 1 – 10, kur 1 – jutos ļoti nedroši, 10 – jutos ļoti droši.) Kopumā 46 dalībnieki atbalsta grupās jutās droši, sniedzot vērtējumu "10" un "9", 20 dalībnieki snieguši vērtējumu "8" un "7", kas arī liecina par drošības sajūtu atbalsta grupā. Viszemākais vērtējums ir "4", kas liecina, ka 2 dalībnieki atbalsta grupā jutušies drīzāk nedroši, kā droši. Savukārt, vērtējumus "5" (vidējā robeža) un "6" (nedaudz virs vidējās robežas) snieguši 5 atbalsta grupu dalībnieki.
- Vai tematiskajā atbalsta grupā Tu juties uzklauts?** (Skalā 1 – 10, kur 1 – netiku uzklauts, 10 – tiku uzklauts.) Kopumā 59 dalībnieki atbalsta grupās jutās uzklauti, atzīmējot vērtējumus no "10" līdz "7". Četri atbalsta grupas dalībnieki šajā jautājumā atzīmēja vērtējumu "6", kas norāda gandrīz viduvēju vērtējumu. Viszemākais vērtējums šajā jautājumā bija "1", ko atzīmēja 1 dalībnieks.
- Vai veicamie uzdevumi un sniegtā informācija bija saprotama?** (Skalā 1 – 10, kur 1 – uzdevumi un informācija nebija saprotama, 10 – uzdevumi un informācija bija pilnībā saprotama.) 65 dalībnieki, sniedzot atgriezenisko saiti par atbalsta grupām, ar savu vērtējumu "10", "9" un "8", parāda, ka kopumā atbalsta grupā veicamie uzdevumi un sniegtā informācija bija saprotama. Savukārt, 4 dalībnieki likuši vērtējumu "7". Vērtējumi "6" un "5" atzīmējuši 3 dalībnieki. Viszemākais vērtējums bija "3", ko atzīmējis 1 atbalsta grupas dalībnieks.

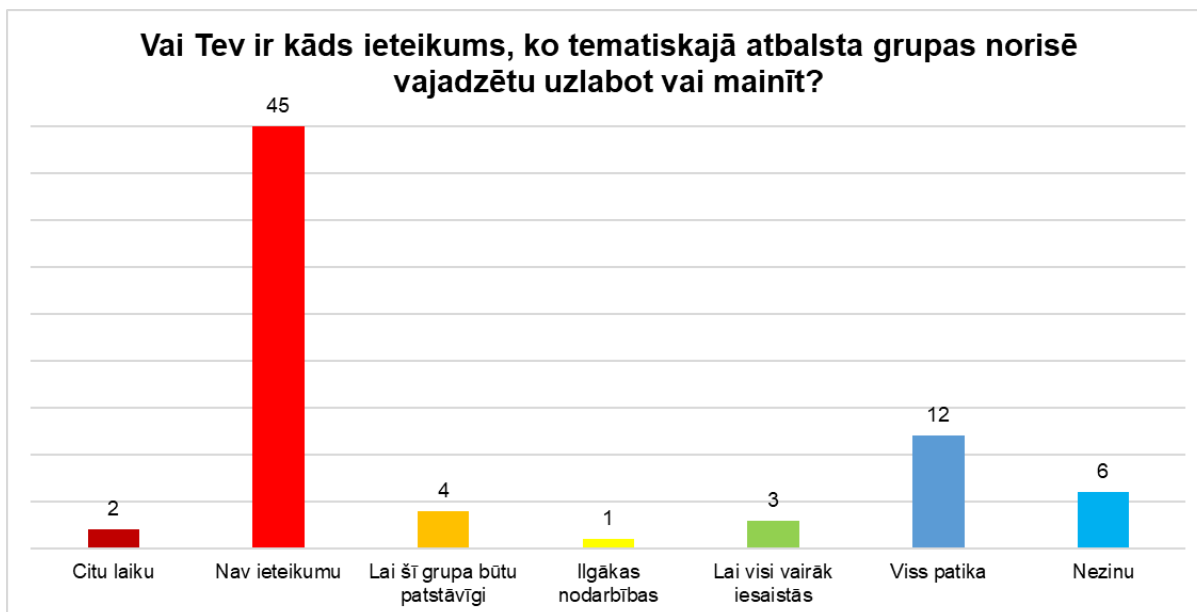


22.attēls "Atbalsta grupas "Izaugsmes grupa" dalībnieku viedoklis par atbalsta grupu"

Attēlā nr. 23 ir apkopotas atbalsta grupu "Izaugsmes grupa" dalībnieku atbildes uz atvērto jautājumu "Vai ir kāds ieteikums, ko tematiskās atbalsta grupas norisē vajadzētu uzlabot vai mainīt?". 10 (desmit) atbalsta grupas dalībnieki snieguši šādus ierosinājumus:

- 4 dalībnieki norādījuši, ka vēlas, lai atbalsta grupa būtu patstāvīgi pieejama;
- 3 dalībnieki atbalsta grupas norises laikā vēlējas, lai daži dalībnieki vairāk iesaistās;
- 2 dalībnieki būtu vēlējušies citu atbalsta grupas nodarbību norises laiku;
- 1 dalībnieks būtu vēlējis, lai laiks nodarbībai ir ilgāks.

Apkopojot citas atbildes minētajā jautājumā, 12 (divpadsmit) atbalsta grupas dalībnieki norādījuši, ka viss patika, savukārt, 51 (piecdesmit vienam) dalībniekam nav ieteikumi pakalpojuma pilnveidei (45), t.sk. nezina, ko ieteikt pilnveidei (6).



23.attēls “Atbalsta grupu “Izaugsmes grupa” dalībnieku viedokļu apkopojums par nepieciešamajām izmaiņām atbalsta grupas norisē un saturā”

Nodevuma 2. pielikumā “Apkopojums “Atbalsta grupas “Izaugsmes grupa” dalībnieku ieguvumi no dalības atbalsta grupā”” ir apkopotas atbalsta grupas “Izaugsmes grupa” dalībnieku individuālās atbildes par trīs ieguvumiem no dalības atbalsta grupā. Katrā 2. pielikuma tabulas logā ir skatāma viena atbalsta grupas dalībnieka atbilde.

Galvenie atbalsta grupas “Izaugsmes grupa” dalībnieku ieguvumi, kas izriet no informācijas 2. pielikumā, ir:

1. Sociālās prasmes un draudzība

Šis ir visbiežāk minētais ieguvums. Bērni augstu vērtē iespēju veidot jaunas sociālās saites.

- **Jauni draugi un paziņas:** Gandrīz katrā otrajā atbildē minēta draugu iegūšana vai kopīga laika pavadīšana.
- **Komandas darbs un sadarbība:** Iemācījušies strādāt kopā, nesēdēt vienatnē un komunicēt ar citiem.
- **Sarunas:** Iespēja izrunāties, dalīties pieredzē un tikt uzklausi.

2. Emocionālā inteliģence un pašregulācija

Daudzi bērni norādījuši uz būtiskiem uzlabojumiem savā uzvedībā un emociju pārvaldībā.

- **Emociju kontrole:** Iemācījušies ierobežot agresiju, savaldīties un labāk saprast savas jūtas.
- **Pašapziņa:** Labāka sevis izpratne, drosmi izteikt savas domas un spēja pateikt "nē".
- **Miers un drošība:** Grupa sniegusi mieru, labu garastāvokli un drošības sajūtu.

3. Jaunas zināšanas un personīgā izaugsme

Grupas izglītojošais saturs ir palīdzējis bērniem saskatīt nākotnes perspektīvas.

- **Nākotnes mērķi:** Bērni sākuši domāt par profesijas izvēli, mērķu sasniegšanu un laika plānošanu.
- **Atkarību profilakse:** Vairāki respondenti uzsvēra, ka sapratuši vairāk par atkarībām un to, kā tās kontrolēt.
- **Motivācija mācīties:** Uzlabojusies attieksme pret skolu un vēlme apgūt jaunu informāciju.

4. Praktiskie un izklaides aspekti

Ne mazāk svarīgi bērniem bijuši atbalsta grupā nodrošinātie apstākļi un aktivitātes.

- **Kvalitatīva brīvā laika pavadīšana:** Spēles, interesanti piemēri un radošas aktivitātes.
- **Fiziskās vajadzības:** Vairākkārt pieminētas "labas pusdienas" un ēdiens, kas bērniem ir būtisks labsajūtas faktors.

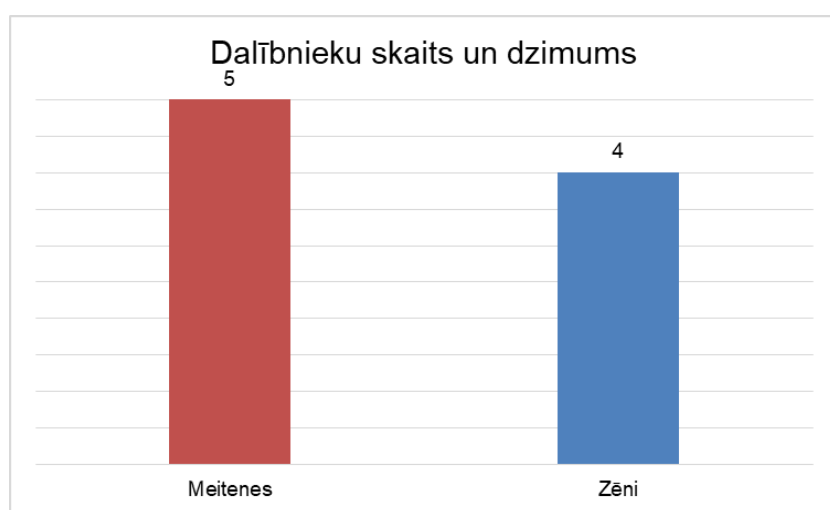
3. tabulā apkopoti biežāk lietotie atslēgvārdi, kas parāda, kuras tēmas bērnu atbildēs dominē visvairāk. Dati ir sagrupēti dažādās kategorijās, piemēram, informācija, emocijas, sadzīve u.c. Vizuāli ar simboliem (zvaigznītes) parādīts atslēgvārdu lietošanas biežums un atbilstošās kategorijas.

Kategorija	Atslēgvārdi (biežāk minētie)	Biežums
Sociālās saites	Draugi , jauni draugi, sarunas, uzklausišana, kopā būšana	☆☆☆☆☆
Informācija	Zināšanas , jauna informācija, padomi, uzzināju jaunus faktus	☆☆☆☆☆
Emocijas	Paškontrolē , savaldīšanās, miers, prieks, sapratne	☆☆☆☆☆
Nākotne	Mērķi , profesija, plānošana, motivācija	☆☆☆☆
Brīvais laiks	Spēles , laika aizpildīšana, aktivitātes, interesanti	☆☆☆☆
Sadzīve	Ēdiens , pusdienas, drošība, kārtība	☆☆

3. tabula "Atbalsta grupas "Izaugsmes grupas" dalībnieku biežāk minētie atslēgvārdi, to lietošanas biežums un kategorijas no apkopojuma par 3 ieguvumiem no dalības atbalsta grupās"

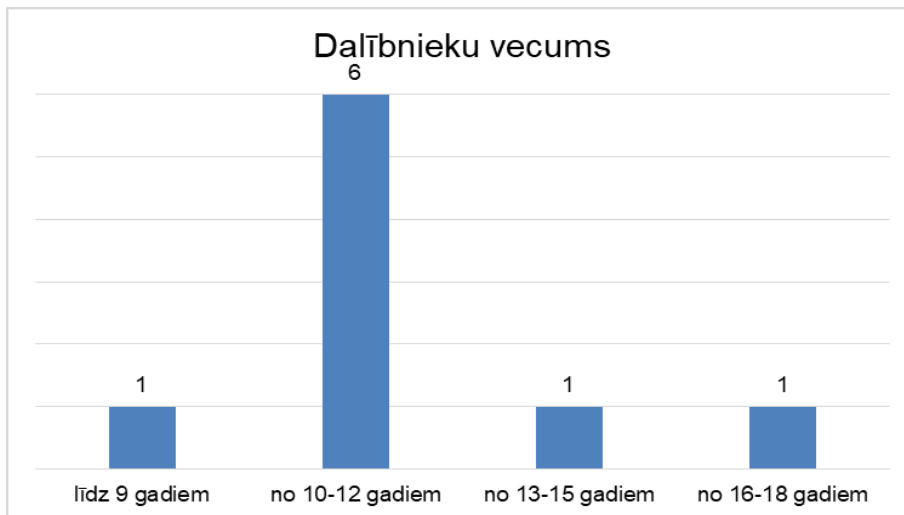
5. Statistiskā informācija par tematiskās atbalsta grupas "Atbalsta grupa" norisi

Atbalsta grupa **bērnu ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku nepilngadīgajiem ģimenes locekļiem (brāļiem, māsām)** ar nosaukumu "Atbalsta grupa" tika noorganizēta 1 vietā - Rīgas reģionā (Jūrmalā), laika periodā no 2025. gada 27. augusta līdz 2025. gada 22. oktobrim. Kopējais dalībnieku, kuri vismaz 1 reizi ir piedalījušies atbalsta grupas nodarbībās, skaits ir **9 bērni** – 5 meitenes, 4 zēni, skatīt attēlā nr. 24.



24.attēls "Tematiskās atbalsta grupas "Atbalsta grupa" dalībnieku iedalījumus pa dzimumiem"

Informācija par atbalsta grupas "Atbalsta grupa" dalībnieku vecumu ir apkopota attēlā nr. 25. Atbalsta grupas dalībnieku vidējais vecums bija 10 -12 gadi, jaunākajam bērnam - 9 gadi, vecākajam - 17 gadi.



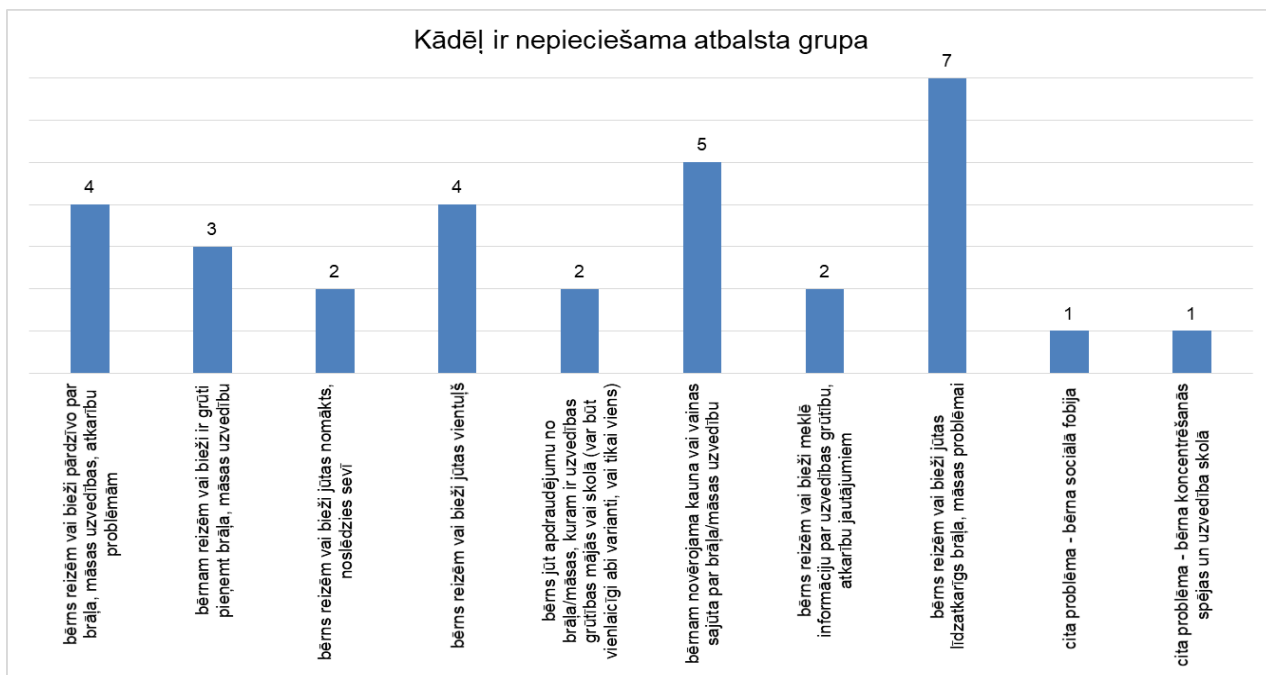
25. attēls "Atbalsta grupas "Atbalsta grupa" dalībnieku iedalījumus pa vecuma grupām

Attēlā nr.26 apkopota informācija par atbalsta grupas dalībnieku likumisko pārstāvju iesniegumos norādīto informāciju, kāpēc, viņuprāt, bērnam/bērniem būtu nepieciešams atbalsta grupas pakalpojums³.

Visbiežāk nepilngadīgie ģimenes locekļi (brāļi, māšas), likumisko pārstāvju ieskatā, tika pieteikti dalībai atbalsta grupā, jo:

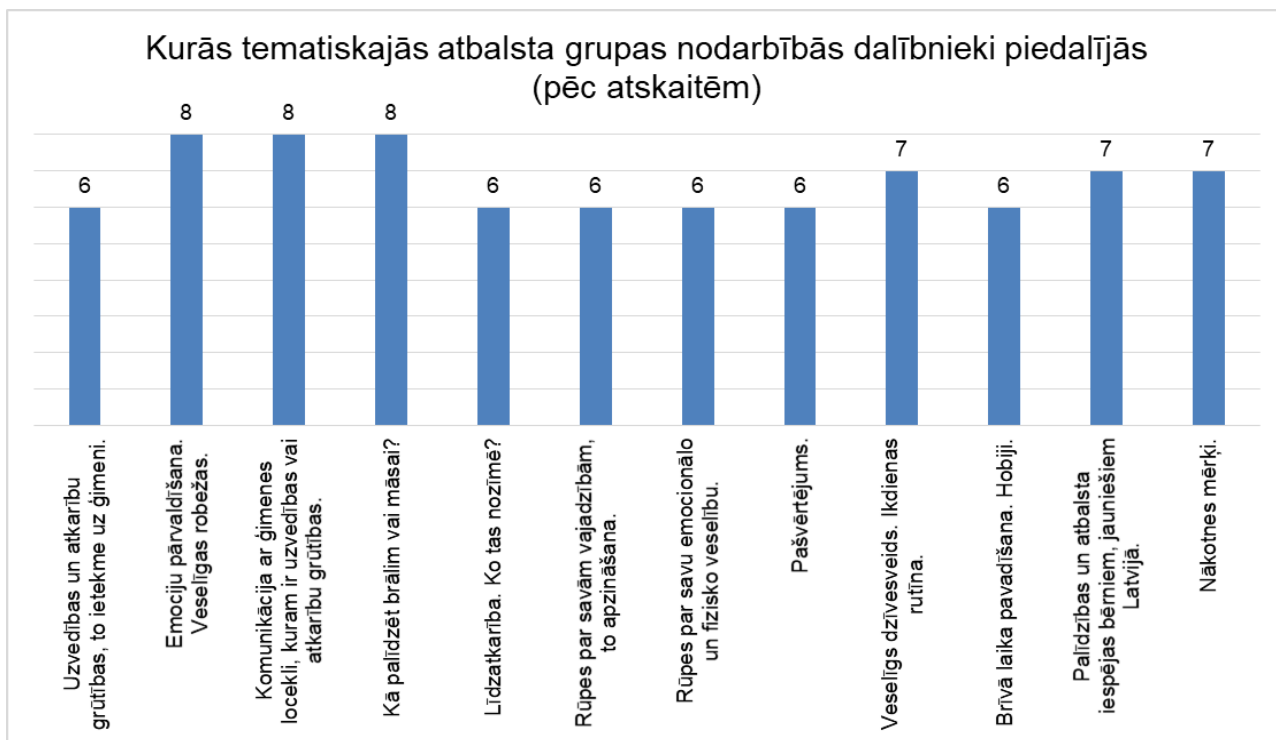
- Bērns reizēm/bieži jūtas līdzatkarīgs brālim, māšai – par 7 dalībniekiem.
- Bērnam novērojama kauna vai vainas sajūta par brāļa, māšas uzvedību – par 5 dalībniekiem.

³ Viens iesnieguma iesniedzējs varēja atzīmēt vairākas grūtības.



26.attēls "Atbalsta grupas "Atbalsta grupa" dalībnieku iesniegumos norādītās grūtības par atbalsta nepieciešamību bērniem"

27. attēlā apkopota informācija par atbalsta grupas "Atbalsta grupa" dalībnieku dalību nodarbībās, sākot no pirmās nodarbības (attēlota skalas kreisajā pusē) līdz pēdējai nodarbībai (attēlota skalas labajā pusē). Tāpat attēls nr. 27 parāda atbalsta grupu dalībnieku apmeklējumu pirmajā un pēdējā nodarbībā, kad tika veikta atbalsta grupas efektivitātes novērtēšana.



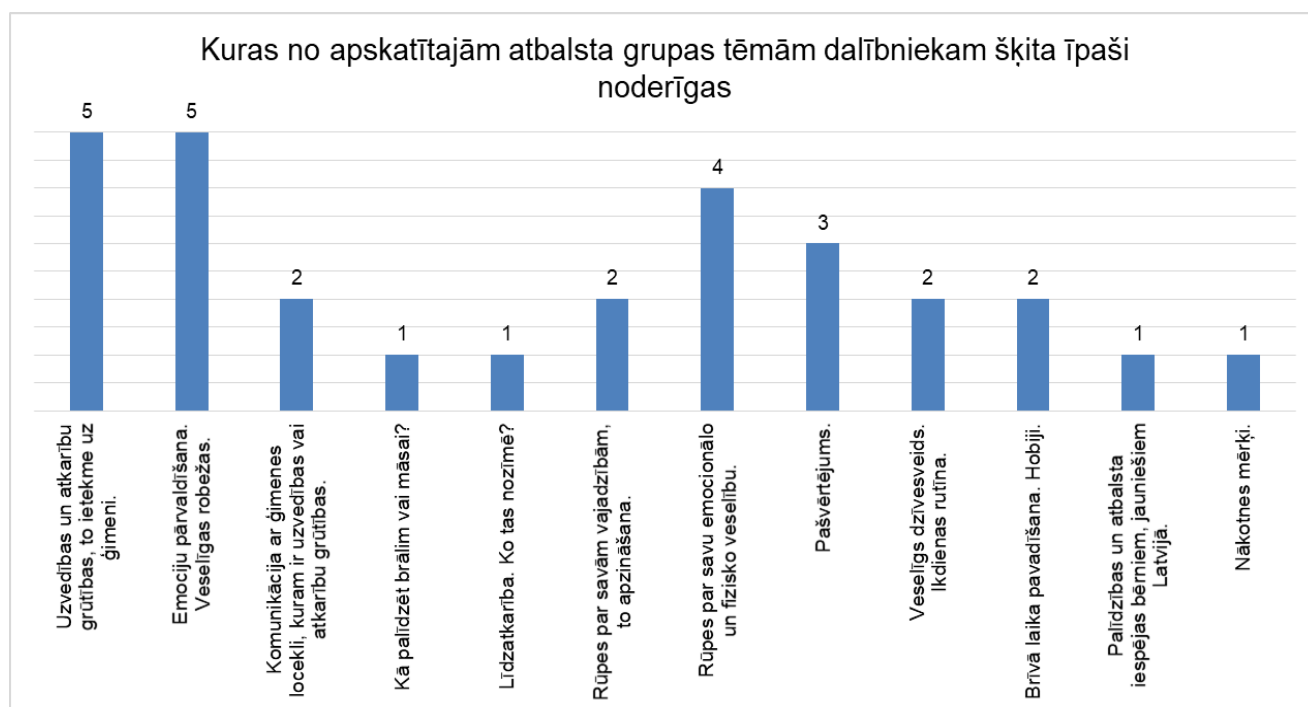
27.attēls "Atbalsta grupas "Atbalsta grupa" dalībnieku nodarbību apmeklējums"

Informācija par atbalsta grupas nodarbību tēmām un to noderīgumu, atbilstoši atbalsta grupas dalībnieku vērtējumiem atbalsta grupas noslēgumā apkopota 28.attēlā. Visaugstākais vērtējums sniegts par šādām tēmām:

- Emociju pārvaldīšana. Veselīgas robežas.
- Uzvedības un atkarību grūtību ietekme uz ģimeni.
- Rūpes par savu emocionālo un fizisko veselību.

Kā mazāk noderīgas dalībnieki atzīmējuši šīs tēmas:

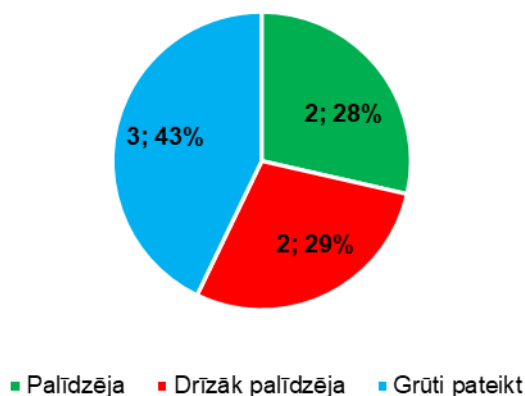
- Līdzatkarība, ko tas nozīmē?
- Kā palīdzēt brālim vai mātai?
- Palīdzības un atbalsta iespējas bērniem, jauniešiem Latvijā.
- Nākotnes mērķi.



28.attēls "Atbalsta grupas "Atbalsta grupa" dalībnieku novērtējums par tēmu noderīgumu"

Atbalsta grupas noslēguma nodarbībā piedalījās 7 atbalsta grupas dalībnieki. Noslēguma novērtējuma anketās 4 atbalsta grupas dalībnieki, atbildot uz jautājumu – vai atbalsta grupa palīdzēja labāk iepazīt sevi, atbildējuši, ka atbalsta grupa ir bijusi palīdzīga vai drīzāk palīdzīga, taču 2 dalībnieki atzīmējuši atbildi – grūti teikt. Atbalsta grupas dalībnieku novērtējums skatāms 29. attēlā.

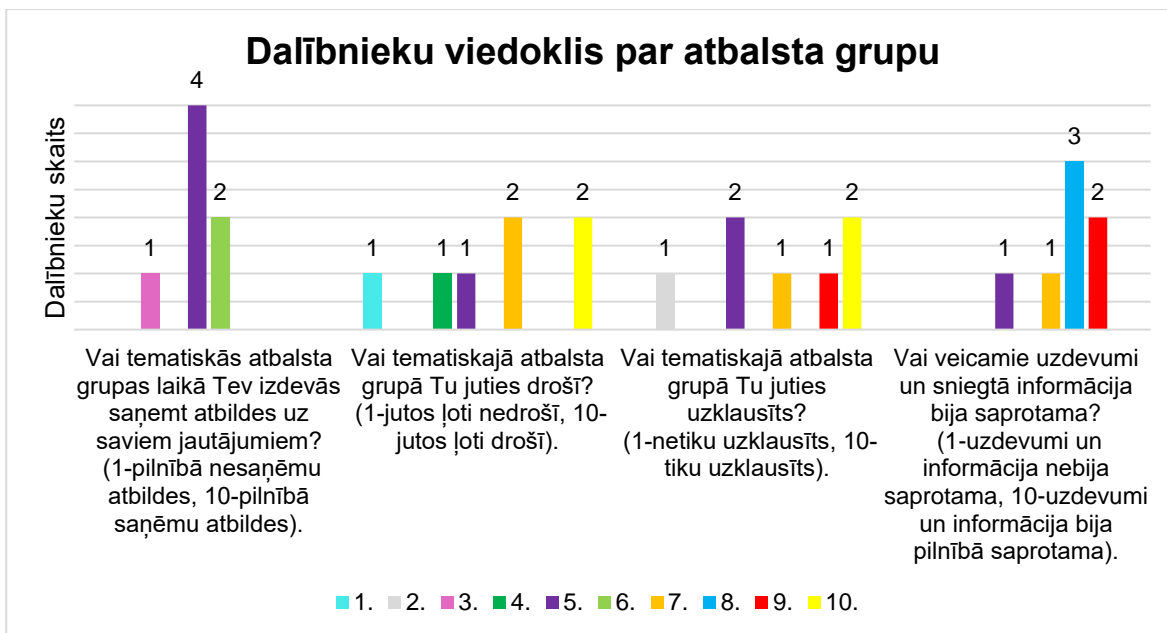
Vai tematiskā atbalsta grupa dalībniekiem
palīdzēja labāk iepazīt sevi.



29. attēls "Atbalsta grupas "Atbalsta grupa" dalībnieku novērtējums par to, vai saņemtais atbalsts palīdzēja labāk iepazīt sevi"

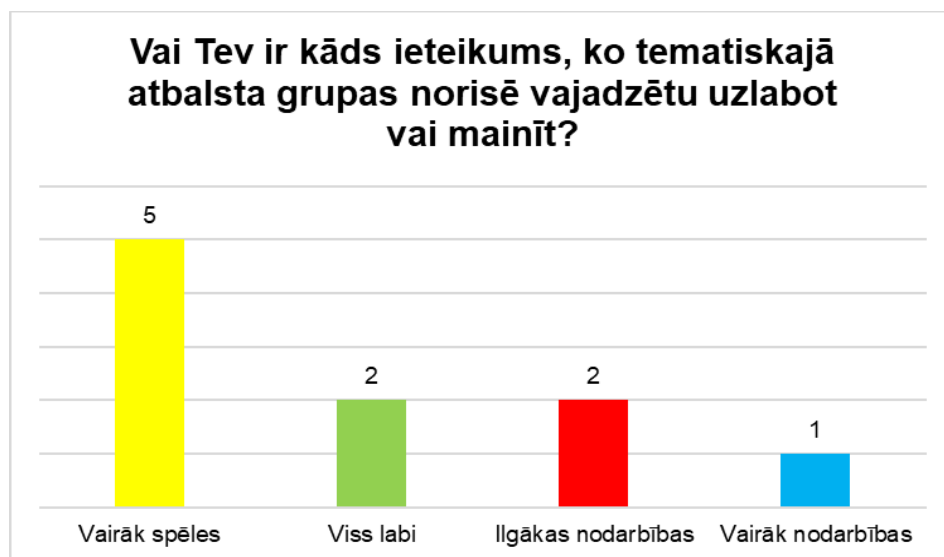
30. attēlā ir apkopots 7 (septiņu) atbalsta grupas "Atbalsta grupa" dalībnieku, kuri aizpildīja novērtēšanas anketas pēdējā atbalsta grupas nodarbībā, vērtējums skalā no 1 līdz 10 par 4 (četriem) jautājumiem:

- Vai tematiskās atbalsta grupas laikā Tev izdevās saņemt atbildes uz jautājumiem?** (Skalā 1 – 10, kur 1 – neizdevās saņemt atbildes, 10 – uz visiem jautājumiem saņēmu visas atbildes.) No 7 atbalsta grupas dalībniekiem 4 snieguši vidēju vērtējumu "5". Visaugstākais vērtējums bija "6", ko sniedza 2 dalībnieki. Viszemākais vērtējums šajā jautājumā ir "3", ko atzīmējis 1 atbalsta grupas dalībnieks.
- Vai tematiskajā atbalsta grupā Tu juties droši?** (Skalā no 1 – 10, kur 1 – jutos ļoti nedroši, 10 – jutos ļoti droši.) Četri (4) no septiņiem (7) atbalsta grupas dalībniekiem atzīmējuši vērtējumu "10" (2 dalībnieki) un "7" (2 dalībnieki). Viszemākais vērtējums ir "1", ko atzīmējis 1 dalībnieks, viduvēju vērtējumu "5" un gandrīz viduvēju vērtējumu "4" ir atzīmējuši kopskaitā 2 atbalsta grupas dalībnieki.
- Vai tematiskajā atbalsta grupā Tu juties uzklausīts?** (Skalā 1 – 10, kur 1 – netiku uzklausīts, 10 – tiku uzklausīts.) Trīs (3) atbalsta grupas dalībnieki, atzīmējuši vērtējumu "10" un "9", savukārt 1 dalībnieks atzīmējis "7". Viduvēju vērtējumu "5" ir atzīmējuši 2 dalībnieki. Viszemākais vērtējums šajā jautājumā ir "2", ko ir atzīmējis 1 dalībnieks.
- Vai veicamie uzdevumi un sniegtā informācija bija saprotama?** (Skalā no 1 - 10, kur 1 - uzdevumi un informācija nebija saprotami; 10 - uzdevumi un informācija bija pilnībā saprotami.) Seši (6) dalībnieki šajā jautājumā snieguši vērtējumus "9" – "7", viszemākais vērtējums šajā jautājumā ir "5".



30.attēls “Atbalsta grupas “Atbalsta grupa” dalībnieku viedoklis par 4 jautājumiem saistībā ar dalību atbalsta grupā”

31.attēlā redzamas atbildes par ieteikumiem, ko atbalsta grupā vajadzētu uzlabot vai mainīt. Pieci (5) dalībnieki būtu vēlējušies vairāk spēles, 2 dalībnieku atzīmējuši, ka viss ir bijis labi, 2 dalībnieki būtu vēlējušies, lai nodarbības laiks ir ilgāks, 1 dalībnieks - vairāk nodarbības.



31.attēls “Atbalsta grupas “Atbalsta grupa” dalībnieku viedokļu apkopojums par nepieciešamajām izmaiņām atbalsta grupas norisē un saturā”

Tabulā nr. 4 ir apkopotas atbalsta grupas dalībnieku individuālās atbildes uz jautājumu – “Nosauciet vismaz 3 lietas, kuras ieguvāt tematiskajā atbalsta grupā?”, vienkopus. Atbalsta grupas dalībnieku atbildes rāda, ka atbalsta grupas nodarbības viņiem ir bijušas vērtīga pieredze, t.sk. kā atelpas un pašizpaušmes vieta.

Nosauciet vismaz 3 lietas, kuras ieguvāt tematiskajā atbalsta grupā?		
1. Labi pavadīju laiku.	1. Labi pavadīju laiku.	1. Draugus. 2. Labi pavadīju laiku.
1. Sakarīgi pavadīju laiku. 2. Labu garastāvokli. 3. Mani kāds uzklaustīja.	1. Viela pārdomām. 2. Spēles. 3. Tika dzirdētas labas lietas (noderīgas).	1. Informāciju. 2. Labi pavadīju laiku. 3. Jaunu skatu punktu.
1. Labi pavadīju laiku. 2. Ieguvu draugus. 3. Uzzināju jaunas spēles. 4. Tika dzirdēts jauns. 5. Labi paēdu.		

4. tabula "Atbalsta grupas "Atbalsta grupa" dalībnieku ieguvumi no dalības atbalsta grupā"

Galvenie atbalsta grupas dalībnieku ieguvumi no dalības atbalsta grupā, kas izriet no atbalsta grupas dalībnieku sniegtā ieguvumu apkopojuma 4.tabulā, ir:

1. Kvalitatīva un pozitīva laika pavadīšana

Šajā grupā izteikti dominē prieks par pašu procesu un iespēju atslēgties no ikdienas spriedzes mājās.

- **Pozitīvas emocijas:** Vairums bērnu uzsver: "labi pavadīju laiku" un bija "labā garastāvoklī".
- **Spēles un aktivitātes:** Atzinīgi novērtētas jaunas spēles un interesantas nodarbes, kas palīdzējušas gūt prieku.
- **Fiziskā labsajūta:** Tāpat kā atbalsta grupā "Izaugsmes grupa", arī šeit bērni ir pamanījuši un novērtējuši iespēju "labi paēst".

2. Sociālā saikne un "sadzirdēšana"

Bērni, kuriem mājās bieži nākas piekāpties brāļa vai māsas vajadzībām, šeit jutušies pamanīti.

- **Uzklausīšana:** Būtisks ieguvums ir sajūta, ka "mani kāds uzklaustīja" un "tika dzirdētas labas/noderīgas lietas".
- **Jauni draugi:** Iespēja iegūt draugus ārpus ierastās vides, kas sniedz jaunu sociālo atbalstu.

3. Jauna perspektīva un informācija

Pat caur spēlēm un sarunām bērni ir guvuši vērtīgas atziņas.

- **Jauns skatupunkts:** Bērni min, ka ieguvuši "jaunu skatupunktu" un "vielu pārdomām".

- **Noderīga informācija:** legūtas zināšanas un informācija, kas pasniegta viņiem saprotamā veidā.

5.tabulā apkopoti biežāk lietotie atslēgvārdi atbalsta grupas dalībnieku atbildēs par ieguvumiem no dalības atbalsta grupā, to nozīme, konteksts, kas vizuāli parāda, kuras tēmas bērnu atbildēs dominē visvairāk un ar ko tos var saistīt bērna vajadzību un pakalpojuma īstenošanas kontekstā.

Atslēgvārds	Nozīme un konteksts
Labi pavadīts laiks	Galvenais rādītājs, ka bērns grupā jūties droši un nepiespiesti.
Spēles	Veids, kādā bērni šajā vecumā vislabāk mācās un komunicē.
Uzklausīšana	Emocionālā vajadzība pēc uzmanības, kas ģimenē varētu trūkt.
Draugi	Vienaudžu atbalsts un kopības sajūta.
Noderīgi	Norāda, ka aktivitātes nav bijušas tikai izklaide, bet arī vērtīgas.

5. tabula "Atbalsta grupas "Atbalsta grupa" dalībnieku biežāk minētie atslēgvārdi, nozīme un konteksts no apkopojuma par 3 ieguvumiem no dalības atbalsta grupās"

6.Statistiskā informācija par līdzinieku konsultāciju koordinēšanu

Atbalsta grupu laikā tika atlasīti un sagatavoti 16 līdzinieki konsultēšanai. Kopumā nodrošinātas 17 līdzinieku konsultācijas 16 līdzinieku konsultāciju saņēmējiem.

Līdzinieku atlase tika īstenota pilngadīgo ģimenes locekļu (vecāki, t.sk. audžuģimenēs, un aizbildņi) atbalsta grupās "Atbalsta aplis" un nepilngadīgo ģimenes locekļu (brāļi, māsas) atbalsta grupā "Atbalsta grupa".

Ņemot vērā, ka atbalsta grupu "Izaugsmes grupa" dalībnieki nereti minēja, ka jūtas izstumti, neiesaistīti, tāpēc izcelt kādu bērnu atbalsta grupās nešķīta atbilstoši mērķa grupas vajadzībām. Atbalsta grupu vadītāji, uzsākot darbu ar bērniem ar uzvedības un atkarību problēmām vai to attīstības risku, secināja, ka nav ieteicams veicināt "paralēlo" attiecību veidošanu bērnu starpā ārpus atbalsta grupas ietvara.

Visefektīvāk līdzinieka konsultācijas tika īstenotas atbalsta grupās "Atbalsta aplis", kur piedalījās bērnu ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku pilngadīgie ģimenes locekļi, t.sk. audžuģimenes un aizbildņi. Atbalsta grupās izvēlētie un sagatavotie līdzinieki konsultēšanai dalījās pieredzē, sniedza emocionālu, iedrošinošu, informatīvu individuālā pieredzē balstītu atbalstu citiem atbalsta grupu dalībniekiem, kuri vēlējās uz klausīt sev līdzīga cilvēka pieredzes stāstu un individuāli saņemt iedrošinošu, informatīvu atbalstu. Galvenās individuālo konsultāciju tēmas un to pamatojums bija:

- dalīšanās pieredzē par bērnu brīvā laika aktivitātēm;
- dalīšanās pieredzē, kā sabalansēt laiku audzinot dažāda vecuma bērnus;
- dalīšanās pieredzē, kā reaģēt un ierobežot bērna smēķēšanu;
- dalīšanās pieredzē par pusaudža audzināšanu un robežu noteikšanu, stiprinot otru vecāku;
- dalīšanās pieredzē par sadarbību ar izglītības iestādi, par grūtībām noslēgt mācību gadu;
- dalīšanās pieredzē par pozitīvu sadarbību ar skolu.

Līdzinieku atbalsta forma ir veicināma un attīstāma arī turpmāk, tomēr praksē vairāk īstenojama bērnu ar uzvedības vai atkarības problēmām vai to attīstības risku pilngadīgo ģimenes locekļu atbalsta grupās.

7. Atbalsta grupu norises gaitā konstatētie trūkumi vai šķēršļi efektīvai pakalpojuma nodrošināšanai, priekšlikumi trūkumu novēršanai

Izvērtējot tematiskās atbalsta grupas "Izaugsmes grupa" (bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku (turpmāk – bērni)), "Atbalsta aplis" (bērnu pilngadīgajiem ģimenes locekļiem (vecākiem, t.sk. audžuģimenēs, aizbildņiem) un "Atbalsta grupa" (bērnu nepilngadīgajiem ģimenes locekļiem (brāļiem un māsām)), tika identificēti vairāki aspekti, kas ietekmē pakalpojuma efektivitāti, kā arī izstrādāti priekšlikumi to uzlabošanai.

Konstatētie trūkumi un šķēršļi, kurus identificējuši atbalsta grupu vadītāji atbalsta grupu īstenošanas laikā

- **Nevienmērīga jautājumu un atbilžu dinamika (bērnu/pusaudžu grupās):** dati liecina, ka bērnu un viņu brāļu/māsu grupās dalībnieki ne vienmēr jūtas pilnībā saņēmuši atbildes uz visiem specifiskajiem jautājumiem. Tas, iespējams, skaidrojams ar bērnu grūtībām noformulēt sarežģītus jautājumus par mājas situāciju vai ierobežoto laiku individuālām sarunām.
- **Emocionālā spriedze un "ēnu pozīcija" bērnu brāļiem/māsām:** brāļi un māsas bieži izjūt uzmanības deficītu ģimenē, jo resursi tiek veltīti bērnam ar grūtībām. Viens no šķēršļiem ir dalībnieku sākotnējā noslēgtība, kas prasa ilgāku "iesildīšanās" laiku, lai sasniegtu vēlamās drošības un atklātības rādītājus.

- **Vecāku vainas apziņa un izolētība:** vecāku atbalsta grupu pirmajās nodarbībās kā šķērslis tika identificēta dalībnieku pasivitāte un nespēja atvērties komunikācijai grupā, kas ietekmēja grupu dinamiku un vecāku iesaisti pieredzes apmaiņā nodarbību cikla sākumā. Atbalsta grupas cikla gaitā noskaidrojās, ka bērnu vecāki, uzsākot dalību atbalsta grupā, izjūta vainas sajūtu par to, ka bērnam ir uzvedības vai atkarību problēmas, kā arī jūtās vieni ar savām problēmām, t.i. "tikai man ir šādas problēmas".
- **Sarežģītu tēmu uztvere:** lai gan atbalsta grupu tēmu izklāsts kopumā ir saprotams, tēmas par atkarību kontroli un nākotnes plānošanu pusaudžiem prasa īpaši pielāgotu, mazāk akadēmisku pieeju, lai nodrošinātu ilglaicīgu motivāciju atturēties no atkarības vielu lietošanas.

Priekšlikumi trūkumu novēršanai un pakalpojuma pilnveidei

- **Iespējama paralēlo grupu sinhronizācija:** lai gan katrai mērķa grupai ir savas vajadzības un tās strādā atsevišķi, pastāv iespēja, plānojot atbalsta grupu nodarbības, ieviest "ģimenes sistēmas" kontekstu, un organizēt grupas paralēli visiem ģimenes sistēmas locekļiem, piemēram, vienas ģimenes vecākiem, bērniem, brāļiem un māsām.
- **Metodikas vizualizācija un interaktivitāte:** īpaši bērnu grupās jāturpina izmantot interaktīvas un spēļu elementiem bagātas metodes (piemēram, spēles, ko bērni minēja kā būtiskāko ieguvumu), lai uzturētu augstu saprotamības līmeni arī par sarežģītām tēmām.
- Bērnu atbalsta grupu programmu vēlams papildināt ar **aktivitātēm ārpus nodarbību telpām**, kas varētu palielināt bērnu ieinteresētību un motivāciju apmeklēt visas atbalsta grupas nodarbības, kā arī sniegt jaunas sociālās pieredzes. Šādas aktivitātes var ietvert kopīgu došanos, piemēram, uz kino, organizētus pārgājienus vai citas integrējošas nodarbes, kas saliedē grupu un motivē sadarbībai. **Īstenojot šo priekšlikumu, nepieciešams atbalsta grupas ietvarā plānot finansējumu,** piemēram, kino apmeklējumam, piknikam u.tml. un **ēšanas izdevumu** segšanai.

Priekšlikumi tematisko atbalsta grupu organizēšanai

- **Plānojot atbalsta grupu norisi, ņemt vērā sezonālītāti:** ieteicamais atbalsta grupas cikla norises plānojums būtu saskaņojams ar mācību gadu izglītības iestādēs, t.i. rudens, ziemas un pavasara sezona, kuras laikā atbalsta grupa tiek uzsākta un noslēgta.
- **Tematisko atbalsta grupu nodarbību formāts un ilgums:**
 - vēlams saglabāt esošo vienai atbalsta grupai paredzēto stundu skaitu - 24 astronomiskās stundas, bet ļaut brīvi plānot nodarbību tēmu skaitu un tām

paredzēto laiku, piemēram, vienas atbalsta grupas cikls ir 8 nodarbības, katra 3 stundas gara;

- bērnu grupu efektīvai vadībai un individuālas uzmanības nodrošināšanai ieteicams noteikt maksimālo dalībnieku skaitu – 8 bērni.
- **Atbalsta grupu vajadzībām atbilstošu telpu nodrošināšana pašvaldībās:** lai nodrošinātu atbalsta grupu pieejamību visos Latvijas reģionos un dažādās pašvaldībās, ir būtiska telpu, kuras piemērotas grupu nodarbībām, pieejamība. Pakalpojuma īstenotājam var būt pašu telpas visos Latvijas plānošanas reģionos, taču ne visās reģionu lielākajās pašvaldībās, tāpēc ir būtiski, plānojot telpas atbalsta grupu norisei, piesaistīt sadarbības partnerus, piemēram, pašvaldību sociālos dienestus vai arī meklēt alternatīvus risinājumus. Sadarbība ar pašvaldību sociālajiem dienestiem saistībā ar telpu izmantošanu atbalsta grupu norisei var būt kā bezmaksas telpu risinājums, taču tās bieži **nav piemērotas grupu norisei** vai sociālo dienestu telpas parasti **nav pieejamas vakara stundās, jo iestādes darba laiks ir beidzies, vai telpu atrašanās vieta** vai saistība ar sociālo dienestu ne vienmēr ir pieņemama bērnu pilngadīgajiem ģimenes locekļiem, kuri nav sociālo dienestu klienti. Līdz ar to var rasties nepieciešamība meklēt alternatīvus risinājumus. Telpu īre ievērojami sadārdzina pakalpojumu izmaksas.
- **Publicitātes un komunikācijas plāns**
 - **Atbalsta grupu nosaukumi un nestigmatizējoša valoda:** Grupas pilnus nosaukumu "bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku un viņu ģimenēm" ieteicams **saglabāt tikai oficiālajos dokumentos**, komunikācijā vairāk lietot nosaukumus, kas akcentē atbalstu, izaugsmi, komunikāciju un savstarpējo sapratni (piemēram, "Atbalsta un izaugsmes grupa vecākiem", kuri saskaras ar bērnu sarežģītu uzvedību, "Draugu un prasmju darbnīca bērniem", kuriem mēdz būt sarežģīta uzvedība u.tml.).
 - **Paredzēt finansējumu** publicitātes aktivitāšu plānošanai un īstenošanai.