

**VADLĪNIJAS bērna
atbalsta speciālista
darbam ar bērniem ar
uzvedības vai atkarību
problēmām vai to
attīstības risku**

Rīga, 2025

Ar grozījumiem 10.06.2026.

Vadlīnijas BAS darbam ar bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku izstrādātas saskaņā ar Bērnu aizsardzības centra (turpmāk - Centrs) un SIA "Projektu un kvalitātes vadība" 2024. gada 19. jūlijā noslēgto līgumu Nr. 4.2-4/84 par vadlīniju izstrādi Bērna atbalsta speciālista darbam ar bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku un profesionālās kompetences pilnveides programmas un mācību metodikas izstrādi un aprobāciju, 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.

Vadlīniju mērķis ir definēt Centrā nodarbināto bērna atbalsta speciālistu (turpmāk – BAS) profesionālās darbības robežas, pienākumus un funkcijas, kā arī nodrošināt metodisko atbalstu BAS darbā ar bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku.

Metodiskais materiāls pieejams elektroniskā formā Centra mājas lapā: <http://www.bac.gov.lv>.



SAĪSINĀJUMI

ĀĢAC	Ārpusģimenes aprūpes atbalsta centrs
BAS	Bērna atbalsta speciālists
BT	Bāriņtiesa
BTAL	Bērnu tiesību aizsardzības likums
Centrs	Bērnu aizsardzības centrs
ES	Eiropas Savienība
IeVP	Ieslodzījuma vietu pārvalde
IZM	Latvijas Republikas Izglītības un zinātnes ministrija
NMP	Neatliekamā medicīniskā palīdzība
NP	Neatliekamā medicīniskā palīdzība
NPAIS	Nepilngadīgo personu atbalsta informācijas sistēma
NVD	Nacionālais Veselības dienests
PVO	Pasaules Veselības organizācija
SD	Pašvaldības sociālais dienests
STIS	Starpinstitūciju sadarbības sanāksme
VP	Valsts policija
VPD	Valsts Probācijas dienests
VSAA	Valsts Sociālās apdrošināšanas aģentūra

TERMINU SKAIDROJUMI

Audžuģimene	Saskaņā ar <u>Ministru kabineta 26.06.2028. noteikumiem Nr. 354 “Audžuģimenes noteikumi”</u>, audžuģimene ir ģimene, kas bārenim vai bez vecāku gādības palikušam bērnam nodrošina aprūpi uz laiku līdz brīdim, kamēr bērns var atgriezties savā ģimenē vai, ja tas nav iespējams, tiek adoptēts vai viņam nodibināta aizbildnība, vai, ja tas nav iespējams, līdz bērna pilngadībai. Par audžuģimeni var kļūt laulātie, kā arī persona, kura nav laulībā. Viens no kritērijiem kļūšanai par audžuģimeni ir laulāto (personas) vecums – no 25 līdz 60 gadiem¹. Personām, par kurām bāriņtiesa pieņēmusi lēmumu par to piemērotību audžuģimenes pienākumu veikšanai, jāapgūst mācību kursu atbilstoši audžuģimenes mācību programmai. Kad bāriņtiesa pieņēmusi lēmumu par audžuģimenes statusa piešķiršanu, audžuģimenei katru gadu jāapmeklē atbalsta centra nodrošinātos izglītojošos kursus vismaz astoņu akadēmisko stundu apjomā un jāpiedalās audžuģimenē ievietotā bērna individuālā attīstības plāna izstrādē.
--------------------	---

¹ Rīgas bāriņtiesa. (n.d.). *Audžuģimene*. Pieejams: <https://barintiesa.riga.lv/lv/audzugimene-pieaugusajiem/>

	Atsevišķi izdala arī specializētās audžuģimenes un krīzes audžuģimenes. Saskaņā ar Ministru kabineta 26.06.2028. noteikumiem Nr. 354 "Audžuģimenes noteikumi", <i>krīzes audžuģimene</i> ir audžuģimene, kurai ir vismaz triju gadu pieredze audžuģimenē ievietoto bērnu aprūpē un kura jebkurā diennakts laikā uzņem bērnu, kas šķirts no ģimenes, aizbildņa vai audžuģimenes, bet <i>specializētās audžuģimenes</i> ir krīzes audžuģimene un audžuģimene bērnam ar invaliditāti, kuram izsniegts atzinums par īpašas kopšanas nepieciešamību sakarā ar smagiem funkcionāliem traucējumiem – audžuģimene, kurā vismaz vienam laulātajam (personai) ir vismaz 12 mēnešus ilga personīgā vai profesionālā pieredze darbā ar bērniem ar smagiem funkcionāliem traucējumiem.
Ārpusģimenes aprūpe	Saskaņā ar 19.06.1998. Bērnu tiesību aizsardzības likumu, ārpusģimenes aprūpe ir aprūpe, kas bāreņiem un bez vecāku gādības palikušiem bērniem tiek nodrošināta pie aizbildņa, audžuģimenē, bērnu aprūpes iestādē un tās mērķis ir radīt bērnam aizsargātības sajūtu, nodrošināt apstākļus viņa attīstībai un labklājībai, sagatavot bērnu patstāvīgai dzīvei sabiedrībā, pēc iespējas, respektējot viņa individualitāti un ievērojot viņa spējas un intereses. Starptautiskos dokumentos ārpusģimenes jomā, angļu valodā dominē termina - "alternatīvā aprūpe" (angl. alternative care) lietošana, ar to saprotot ārpusģimenes aprūpi. Piemēram, Bērnu tiesību konvencijas 20.pants definē alternatīvo aprūpi šādi: ...šāda aprūpe ietver,..., bērnu nodošanu audžuģimenē, kafalah, adopciju, vai ja tas nepieciešams, ievietošanu piemērotā aprūpes iestādē (UNICEF. 2002. Rokasgrāmata "Konvencijas par bērna tiesībām ieviešanas praksē". Apvienoto Nāciju Bērnu fonds; 283.lpp.)
Bērna likumiskais pārstāvis	Bērna likumiskais pārstāvis ir persona, kurai ar likumu ir uzticēta atbildība par bērna tiesību un interešu aizsardzību. Bērna vecāki dabiski ir viņa likumiskie aizbildņi. Ja bērns paliek bez vecāku gādības, par viņa likumisko pārstāvi var tikt iecelts aizbildnis, kurš īsteno tādas pašas tiesības un pienākumus kā vecāki. Ja bērns tiek ievietots bērnu aprūpes iestādē, aizbildņa pienākumus pilda iestādes vadītājs. Audžuģimene, kas nodrošina bērnam aprūpi un sadzīves apstākļus, nav uzskatāma par bērna likumisko pārstāvi – šajā gadījumā bērna likumiskā pārstāvja funkcijas īsteno BT. Savukārt, adopcijas gadījumā adoptētāji kļūst par bērna likumiskajiem pārstāvjiem, iegūstot visas aizgādības tiesības un pienākumus tāpat kā bioloģiskie vecāki
Aprūpētājs	Persona, kura faktiski audzina bērnu.
Bioloģiskā ģimene	Ģimene, kurā bērns ir piedzimis.
Iekļaušana	BAS darbs, lai katram bērnam būtu pieejami atbilstoši resursi, pielāgojumi un iespējas un bērna dzimums, vecums, veselības stāvoklis, seksuālā orientācija, etniskā vai reliģiskā piederība nav šķērslis vienlīdzīgai attieksmei.

Komandas darbs	Saskaņā ar Sociālā darba terminoloģijas vārdnīcu , komandas darbs ir divu vai vairāku speciālistu (vienas vai vairāku nozaru) ikdienas sadarbība noteiktu mērķu sasniegšanai. Komandas darbam raksturīga cieša sadarbība starpdisciplinārā un dažkārt arī starpinstitucionālā līmenī.
Multidisciplināra pieeja	Saskaņā ar Sociālā darba terminoloģijas vārdnīcu , multidisciplināra pieeja tiek īstenota, veidojot dažādu specialitāšu pārstāvju komandu kādas konkrētas problēmas risināšanai. Multidisciplināras pieejas ietvaros katras jomas speciālists izvērtēšanu, intervenci un novērtēšanu veic no savas disciplīnas pozīcijām, un tās ietvaros ir attīstījusies starpdisciplināra un starpinstitucionāla sadarbība un komandas darbs.
Nediskriminācija	Aizliegta jebkāda negatīva attieksme vai izslēgšana dzimuma, invaliditātes, etniskās piederības, reliģiskās pārliecības, seksuālās piederības, vecuma vai citu pazīmju dēļ.
Starpprofesionālā sadarbība	Saskaņā ar Sociālā darba terminoloģijas vārdnīcu , starpprofesionālā sadarbība nozīmē, ka sadarbojas dažādu profesiju pārstāvji kopīga mērķa sasniegšanā, lai nodrošinātu kvalitatīvu pakalpojumu un iespējami labāku klienta problēmsituācijas risinājumu.
Starpinstitucionālā sadarbība	Saskaņā ar Sociālā darba terminoloģijas vārdnīcu , starpinstitucionālā sadarbība ir divu vai vairāku institūciju/organizāciju iesaiste un sadarbība, lai mikrolīmeņa prakses gadījumā saskaņotu institūciju darbību konkrēta gadījuma ietvaros.
Uzņemošā ģimene	Audžuģimene, adoptētājs, aizbildnis.
Vienlīdzība	Visi bērni ir vienlīdz vērtīgi neatkarīgi no dzimuma, invaliditātes, etniskās piederības, reliģiskās pārliecības, seksuālās piederības, vecuma vai citām pazīmēm.

SATURA RĀDĪTĀJS

SAĪSINĀJUMI	3
TERMINU SKAIDROJUMI	3
SATURA RĀDĪTĀJS	6
IEVADS	8
1.	111.1. 111.2.
	141.3. 161.4.
	192. 212.1.
	212.2. 262.3.
	302.4. 372.4.1.
	372.4.2. 582.4.3.
	722.4.4. 932.4.5.
	1082.4.6. 1292.4.7.
	1362.4.8. 145
2.4.9.	Ieteikumi bērnu atbalsta speciālistu darbā dzimumu un citu diskriminācijas risku aspektu ievērošanai 150
3.	1613.1.1613.2.1623.3.1723.4.178

IEVADS

Dažādi informācijas avoti (ziņojumi, jomas organizācijas un speciālisti) norāda uz pieaugošu vajadzību rast risinājumus bērnu ar atkarības vai uzvedības problēmām vai to attīstības risku atbalstam un pakalpojumiem Latvijā.

Tā, piemēram, bērnu ar uzvedības traucējumiem jomas eksperte G.Garokalna-Bihela izvērtējumā par vajadzību apzināšanu un piemērotākā atbalsta noteikšanu bērniem ar uzvedības traucējumiem vai atkarības problēmām², secina, ka pieaug pieprasījums pēc psihiskās veselības aprūpes speciālistiem un pakalpojumiem bērniem un jauniešiem ar uzvedības vai atkarības problēmām, pieaug pusaudžu skaits, kuriem nepieciešama hospitalizācija psihiskā veselības stāvokļa dēļ, palielinās pusaudžu skaits ar depresiju, sevis ievainošanu ar asiem priekšmetiem vai tišu saindēšanos.

Papildus eksperte min, ka ir atsevišķa bērnu un jauniešu grupa, kuru mentālo veselību negatīvi ietekmējusi Covid-19 pandēmija. Bērnu un jauniešu vidū ir plaši izplatīta alkohola lietošana, un Latvijas rādītāji pārsniedz vidējo Eiropas rādītāju (pēdējo 12 mēnešu laikā alkoholiskos dzērienus vismaz vienu reizi ir lietojuši 75% Latvijas skolēnu, saglabājoties 2015. gada līmenī. Latvijas rādītājs ir arī augstākais visu trīs Baltijas valstu vidū, un augstāks par ESPAD (no angļu valodas European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs, latviešu valodā Eiropas skolu aptaujas projekts par alkoholu un citām narkotiskām vielām) pētījuma³ dalībvalstu vidējo rādītāju. Vērā ņemamas atšķirības alkohola lietošanas rādītājā pēdējo 12 mēnešu laikā ir starp zēniem un meitenēm. Ja meiteņu vidū 80% ir bijusi alkohola lietošanas pieredze pēdējo 12 mēnešu laikā, tad zēnu vidū – 70%)⁴. Pusaudžu vidū strauji pieaug marihuānas lietošana, kā arī kopumā narkotisko vielu lietošana bērnu un jauniešu vidū ir plaši izplatīta. Liels ir bērnu skaits, kuriem pirmreizēji reģistrēta psihoaktīvo vielu lietošana un vienaudžu savstarpējo pāridarījumu skaits. Starp Ekonomiskās sadarbības un attīstības organizācijas valstīm (OECD) Latvijai ir augstākais rādītājs skolēnu pārinodarījumu ziņā (izsmiešana, draudēšana, fiziski pārinodarījumi u.c.).

Statistikas dati liecina par lielu skaitu bērnu ar dažādām uzvedības problēmām un atkarībām. Valsts kontroles revīzijas ziņojumā “Problēmbērni” – pieaugušo neizdarību spogulis”⁵ (turpmāk tekstā – Ziņojums) veiktās pašvaldību aptaujas dati norāda, ka 2020.gadā Latvijā bija aptuveni 838 bērni, kuri klaiņo, ubago, ir patvaļīgi aizgājuši no dzīvesvietas vai veic citas darbības, kas varētu izraisīt prettiesisku rīcību vai drošības riskus; 4084 bērni, kas ilgstoši bez attaisnojoša iemesla neapmeklē

² Garokalna-Bihela G. (2023). *Izvērtējums par vajadzību apzināšanu un piemērotākā atbalsta noteikšanu bērniem ar uzvedības traucējumiem vai atkarības problēmām*.

³ Snikere, S., & Trapencieris, M. (2016). *ESPAD 2015. Atkarību izraisīto vielu lietošanas paradumi un tendences skolēnu vidū*. Rīga: Slimību profilakses un kontroles centrs. Pieejams: <https://www.spkc.gov.lv/lv/petijumi/atkaribu-izraisoso-vielu-lietosanas-paradumi-un-tendences-skolenu-vidu.-espad-2015.pdf>

⁴ Žabko, O., Kļave, E., & Kriķe L. (2020). *ESPAD 2019: Atkarību izraisīto vielu lietošanas paradumi un tendences skolēnu vidū*. Rīga: Slimību profilakses un kontroles centrs. Pieejams: https://petijumi.mk.gov.lv/sites/default/files/title_file/Atkaribu_izrais_vielu_lietosana_ESPAD.pdf

⁵ Valsts kontroles revīzijas ziņojums “Problēmbērni” – pieaugušo neizdarību spogulis”. (2020). Pieejams: https://www.tm.gov.lv/lv/revizija-problemberni-pieauguso-neizdaribu-spogulis?utm_source=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F

izglītības iestādi; 3194 bērni, kuriem ir izveidojusies atkarība no apreibinošām vielām vai procesiem; 5445 bērni, kuri ir izdarījuši administratīvus pārkāpumus; 698 bērni, kuri ir izdarījuši noziedzīgus nodarījumus.

Turklāt analizējot bērnu ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku situāciju Latvijā, Ziņojuma autori izdala divas bērnu grupas – bērni ar uzvedības problēmām un bērni ar uzvedības problēmu iestāšanās risku, tādējādi skaidri norādot, cik būtiska loma ir virknei riska faktoru, kas tālākā bērna dzīves posmā var kļūt izšķiroši bērna uzvedības problēmu attīstībai. Saskaņā ar Ziņojuma autoru veikto aprēķinu, izmantojot valsts un pašvaldību informācijas sistēmās uzkrātos datus, 2020.gadā Latvijā bija vismaz 10 360 bērni ar uzvedības problēmām un 36 545 bērni ar uzvedības problēmu iestāšanās risku.

Svarīgi pieminēt, ka bērniem ir jānodrošina vienlīdzīgas iespējas neatkarīgi no dzimuma, invaliditātes, vecuma, seksuālās orientācijas, reliģiskās pārliecības vai etniskās piederības principiem, kas ir pamatvērtības darbā ar bērniem.

Darbā ar bērnu ir iesaistītas daudzas institūcijas un dažādi speciālisti, kas bieži apgrūtina informācijas apmaiņu. Katrai iesaistītajai institūcijai var būt sava atbildības joma un uzdevumi (izglītības iestāde, medicīnas iestāde, BT, u.tml.), bet kopumā mērķis ir viens – bērna labklājība un veiksmīga attīstība. Diemžēl praksē bieži šīs institūcijas nesadarbojas, informācijas aprīte ir lēna, un līdz ar to cieš bērna intereses, iejaukšanās var būt novēlota. Paralēli tam ir profesionāļi, kuri strādā ar bērna vecākiem, kas ir būtiski kopējā darbā, bet šie speciālisti netiek pietiekoši iesaistīti. Lai intervence būtu veiksmīga, bērna vajadzības apmierinātas un panākta uzvedības maiņa, ir nepieciešama koordinēta darbība no visiem speciālistiem un iesaistītajām institūcijām.

Lai bērnu tiesību aizsardzības sistēmā attīstītu koordinētu un savstarpēji saskaņotu starpinstitūciju sadarbību, skaidri iezīmētu gadījuma risināšanā iesaistīto iestāžu atbildības sadalījumu un nodrošinātu individuālu bērna gadījuma vadību, 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 ir izstrādātas vadlīnijas BAS darbam ar bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku, kas definē Centrā nodarbināto BAS profesionālās darbības robežas un sniedz metodiskos ieteikumus BAS darbam ar bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku.

Papildus jāmin, ka vadlīniju izstrādē ņemta vērā iepriekš veiktā ārvalstu izpēte, kuras ietvaros tika analizēta Islandes, Somijas un Amerikas Savienoto Valstu pieredze, kā arī Latvijas speciālistu, kuri strādā ar bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām un viņu ģimenēm, prakses izpēte, un tās ietvaros sniegtās rekomendācijas BAS pakalpojuma attīstībai Latvijā.

Vadlīnijas strukturētas trīs nodaļās, kur pirmajā nodaļā atspoguļoti nosacījumi BAS pakalpojuma īstenošanai un tā process. Otrajā nodaļā ietverti metodiskie ieteikumi BAS funkciju un darbības nodrošināšanai. Savukārt, trešajā nodaļā sniegti priekšlikumi izmaiņām iepriekš izstrādātos, publicētajos metodiskajos materiālos par BAS sadarbības partneru darbu, priekšlikumi papildu finansējuma pieejamībai BAS funkciju nodrošināšanai un tā nepieciešamības pamatojums, kā arī priekšlikumi Centra izstrādātā BAS amata apraksta pilnveidei un priekšlikumi BAS profesijas ietveršanai profesiju klasifikatorā.

Vadlīnijām ir 31 pielikums un tie ietver, pirmkārt, BAS darbības pamata nosacījumus, piemēram, BAS profesionālo pienākumu veikšanai nepieciešamo izglītību, zināšanas, prasmes un spējas, BAS darba ētikas pamatprincipus, raksturo atbalsta pasākumus BAS profesionālās izdegšanas prevencei un sniedz ieskatu BAS sadarbības partneru galvenajās funkcijās. Otrkārt, pielikumos iekļautas BAS darbā izmantojamās veidlapas. BAS darbā izmantojamās veidlapas strukturētas obligātajās, izvēles un informatīvi izglītojošajās. Treškārt, pielikumos iekļauti papildus materiāli gan par specifiskiem bērnu ar uzvedības un atkarības problēmu aspektiem, gan specifiskām metodēm darbā ar bērniem ar uzvedības un atkarības problēmām vai to attīstības risku.

1. NOSACĪJUMI BĒRNA ATBALSTA SPECIĀLISTA PAKALPOJUMA ĪSTENOŠANAI UN TĀ PROCESS

Šajā nodaļā sniegta informācija par BAS pakalpojuma mērķi, raksturota mērķa grupa un definēti BAS uzdevumi un pienākumi, nosauktas BAS profesionālajai darbībai nepieciešamās kompetences izglītība un ētikas principi, attēlots BAS pakalpojuma piešķiršanas, atbalsta sniegšanas un noslēguma process, kā arī sniegts ieskats par BAS pienākumu izpildei saistošajiem dokumentiem un normatīvajiem aktiem.

1.1. Mērķis, mērķa grupa, uzdevumi un pienākumi

BAS pakalpojuma mērķis ir nodrošināt bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku, t.sk. ārpusģimenes aprūpē esošiem bērniem, atbalstu, kā arī veicināt sadarbību starp institūcijām un speciālistiem mērķtiecīga atbalsta sniegšanai bērniem un viņu vajadzībām atbilstošu resursu piesaistei.

BAS pakalpojuma mērķa grupa ir bērni ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku vecumā no 7(5) līdz 18 gadiem, bet ne ilgāk kā līdz 24 gadu vecumam gadījumos, ja BAS pakalpojums piešķirts līdz bērna 18 gadu vecumam.

BAS uzdevumi un pienākumi atspoguļoti 1.tabulā.

1.Tabula. BAS uzdevumi un pienākumi

Nr. p.k.	Uzdevums	Pienākumi
1.	Veikt bērna situācijas, sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtēšanu un veidot bērna dzīves gaitas aprakstu	• veidot kontaktu ar bērnu un likumisko pārstāvi, aprūpētāju vai citām bērnam tuvām personām; • intervēt bērnu un viņa likumisko pārstāvi vai aprūpētāju par bērna situāciju un dzīves gaitu; • iegūt informāciju par bērna dzīves gaitu no valsts un pašvaldības iestādēm, citām institūcijām un speciālistiem (turpmāk - sadarbības partneri); • iepazīties un analizēt bērna situācijā iesaistīto sadarbības partneru sagatavotos plānus, sniegtās rekomendācijas un to izpildi; • aktivizēt esošos un identificēt jaunus pieejamos resursus bērna atbalstam; • sagatavot bērna situācijas izvērtējumu (sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtējumu); • identificēt bērna vajadzības un intereses; • sagatavot bērna dzīves gaitas aprakstu.

2.	Izstrādāt bērna atbalsta plānu un novērtēt plāna īstenošanas dinamiku	• apkopot bērna, likumiskā pārstāvja, sadarbības partneru un citu speciālistu sniegto informāciju; • nepieciešamības gadījumā integrēt BAS plānā sadarbības partneru plānos un rekomendācijās iekļautās aktivitātes un uzdevumus; • izstrādāt bērna atbalsta plānu, pamatojoties uz veikto bērna situācijas izvērtējumu; • pārrunāt ar bērnu, bērna likumisko pārstāvi vai aprūpētāju bērna atbalsta plānu; • izvērtēt bērna atbalsta plāna īstenošanas dinamiku, nepieciešamības gadījumā veikt izmaiņas; • reizi sešu līdz divpadsmit mēnešu periodā veikt bērna atbalsta plāna izpildes novērtējumu, nepieciešamības gadījumā biežāk.
3.	Sniegt atbalstu bērnam uzvedības un atkarību problēmu risināšanā	• uzturēt regulāru kontaktu ar bērnu; • tikties ar bērnu klātienē, bet, ja nav iespējams tikties klātienē, uzturēt saziņu attālināti, izmantojot dažādus saziņas līdzekļus; • sniegt atbalstu bērnam viņa vajadzību un interešu īstenošanā; • sniegt atbalstu bērnam dažādu problēmjautājumu risināšanā; • motivēt bērnu sadarboties ar citiem speciālistiem, institūcijām, saņemt viņu sniegto atbalstu; • sniegt atbalstu bērnam ārpusģimenes aprūpes formas maiņas gadījumā, ja nepieciešams; • palīdzēt bērnam sagatavoties ārpusģimenes aprūpes formas maiņai, ja nepieciešams; • atbalstīt bērna attīstības iespējas dažādos izglītības, sociālā, un psiholoģiskā atbalsta pasākumos, kā arī brīvā laika pavadīšanas aktivitātēs; • sekmēt bērna pašnoteikšanās iespējas un līdzdalību lēmumu pieņemšanā par savu dzīvi; • veicināt funkcionālu attiecību veidošanos starp bērnu un viņa likumisko pārstāvi, aprūpētāju; • turpināt sniegt atbalstu bērnam, kurš atrodas ieslodzījuma vietā vai kādā no rehabilitācijas programmām vai ārstniecības iestādē; • turpināt sniegt atbalstu pēc pilngadības sasniegšana, ja bērns izsaka vēlēšanos un viņam ir uzvedības vai atkarību problēmas.
4.	Īstenot sadarbību ar bērna likumisko pārstāvi, aprūpētāju	• sniegt ieteikumus bērna situācijas uzlabošanai; • kopā ar bērna likumisko pārstāvi vai aprūpētāju piedalīties starpinstitūciju sanāksmēs, ja nepieciešams; • informēt par iespējam saņemt nepieciešamos pakalpojumus un atbalstu; • saskaņot informāciju par tikšanās reizēm ar bērnu, norādot informāciju par vietu, kur dosies, aptuveno laiku, cik ilgi bērns

		būs prombūtnē, nosūtot rakstisku informāciju uz e-pasta adresi, izsiņā vai izmantojot citu saziņas veidu.
5.	Īstenot starpprofesionālo un starpinstitucionālo sadarbību bērna atbalstam	• veidot un uzturēt sadarbību ar sadarbības partneriem; • piedalīties, organizēt vai vadīt starpinstitūciju sanāksmes; • veicināt procesa virzību bērna atbalsta īstenošanā; • sniegt atbalstu un ieteikumus sadarbības partneriem par bērna vajadzībām un interesēm atbilstošākajiem pakalpojumiem; • sniegt priekšlikumus bērna atbalsta sistēmas pilnveidei; • ziņot atbildīgajām institūcijām par bērna tiesību pārkāpumiem.
6.	Veidot un uzturēt aktuālu Bērna lietu	• Bērna lietā iekļaut šādas veidlapas: iesniegums par BAS pakalpojumu, vienošanās par BAS sadarbību, sākotnējais bērna vajadzību izvērtējums, bērna atbalsta plāns, bērna dzīves gaitas apraksts, protokols BAS pakalpojuma noslēgšanai; • veidot, aktualizēt un uzturēt informācijas avotu un dokumentu kopumu.
7.	Izbeigt BAS pakalpojuma nodrošināšanu bērnam	• izvērtēt bērna atbalsta plāna īstenošanu; • veikt bērna situācijas noslēdzošo izvērtējumu; • organizēt un īstenot noslēguma sarunu ar bērnu, likumisko pārstāvi, aprūpētāju; • sagatavot protokolu par BAS pakalpojuma noslēgšanu, rekomendācijas bērna likumiskajam pārstāvim turpmākajam atbalstam.
8.	Citi pienākumi	• sagatavot atskaides par izdevumiem darba pienākumu izpildei; • piedalīties BAS risku vadībā, t.sk. risku apzināšanā un analizē, un sniegt priekšlikumus identificēto risku novēršanai vai mazināšanai; • regulāri papildināt zināšanas, pilnveidot prasmes un kompetences, kas nepieciešamas amata pienākumu pildīšanai; • sniegt priekšlikumus bērna atbalsta speciālistu tīkla pilnveidei; • veikt darba braucienus, vadot vieglo automašīnu un nepieciešamības gadījumā pārvadāt bērnus; • atbilstoši amata kompetencei veikt citus uzdevumus pēc nodaļas, departamenta un Centra vadītāja norādījumiem.

1.2. Bērna atbalsta speciālistam nepieciešamās kompetences, izglītība, ētikas pamatprincipi un atbalsta pasākumi profesionālās izdegšanas prevencei

BAS profesionālo pienākumu veikšanai nepieciešama augstākā izglītība un vismaz viena no šādām kvalifikācijām - sociālais darbinieks vai karitatīvais sociālais darbinieks, sociālais pedagogs, speciālās izglītības skolotājs/speciālais pedagogs, psihologs, vispārējās izglītības pedagogs **vai jurists**. BAS profesionālo pienākumu veikšanai nepieciešamās izglītības un profesionālās kompetences pilnveides prasības aprakstītas vadlīniju **1. pielikumā “BAS profesionālo pienākumu veikšanai nepieciešamā izglītība un papildus prasības”**.

Vienlaikus izglītības prasībām, BAS ir nepieciešama arī vismaz 1 gada pieredze darbā ar bērniem vai jauniešiem, vai ģimenēm ar bērniem.

BAS nepieciešamās kompetences, t.sk., zināšanas un prasmes, iedalāmas vispārīgajās kompetencēs un specifiskajās kompetencēs:

- **Vispārīgās kompetences** attiecinātas uz BAS spēju efektīvi sadarboties ar speciālistiem un institūcijām, spēju ētiski atbildīgi izturēties pret bērnu, bērna likumisko pārstāvi un sadarbības partneriem, spēju analītiski domāt un risināt problēmas, kultūrkompetenci jeb spēju pieņemt, izprast un novērtēt kultūru daudzveidību bērnos un sadarbības partneros, praktizēt jutīgumu pret atšķirīgu kultūras piederību izpausmēm, spēju piemērot profesionālajā darbībā labklājības, bērnu aizsardzības jomas, izglītības, veselības, tieslietu un iekšlietu nozares reglamentējošos normatīvos dokumentus.
- **Specifiskās kompetences** attiecinātas uz BAS spēju darbā izmantot zināšanas par bērnu uzvedības vai atkarību problēmām, to attīstības risku, spēju darbā izmantot zināšanas par traumas ietekmi uz bērna attīstību, uzvedību, spēju iejūtīgi sazināties un veidot uzticēšanās attiecības ar bērnu, spēju sniegt (individuālā izvērtējumā pamatotu) atbalstu bērnam, spēju, pamatojoties uz iegūto informāciju un, sadarbojoties ar bērnu, izstrādāt atbalsta plānu, spēju nodrošināt bērnam iespēju piedalīties lēmumu pieņemšanā atbilstoši viņa vecumam un brieduma līmenim, atbalstot viņa līdzdalību, spēju piesaistīt bērnam nepieciešamos resursus un pakalpojumus un spēju veidot efektīvu, mērķtiecīgu, uz risinājumu vērstu sadarbību ar bērnu un likumisko pārstāvi.

Jāmin, ka papildus BAS, darbu uzsākot, ir nepieciešamas šādas zināšanas un prasmes:

- zināšanas par valsts pārvaldes darbību un bērnu aizsardzības jomu reglamentējošiem normatīvajiem aktiem;
- zināšanas un prasmes bērnu tiesību jautājumu risināšanā;
- prasmes strādāt tiešā kontaktā ar bērniem, jauniešiem;
- prasmes veidot un uzturēt sadarbību ar iestādēm, organizācijām bērnu tiesību un interešu aizstāvības jautājumu risināšanā;
- patstāvīgu lēmumu pieņemšanas prasmes;
- valsts valodas zināšanas, kas iegūtas Latvijas izglītības iestādē vai C līmeņa 1. pakāpei atbilstošas valsts valodas prasmes;

- prasme strādāt ar standarta biroja programmatūru (MS Word un MS Excel, interneta pārlūkprogrammas, e-pasta programmas).

Detalizēta informācija par BAS nepieciešamajām kompetencēm iekļauta vadlīniju **2. pielikumā “BAS nepieciešamās zināšanas, prasmes un spējas”**. Pielikumā atspoguļoti arī ieteicamie norādījumi BAS amata pienākumu veikšanai - līdzās pamata kvalifikācijai, nepieciešamā papildu zināšanu apguve gan uzsākot darba pienākumu izpildi, gan katru gadu tās pilnveidojot pienākumu veikšanas laikā.

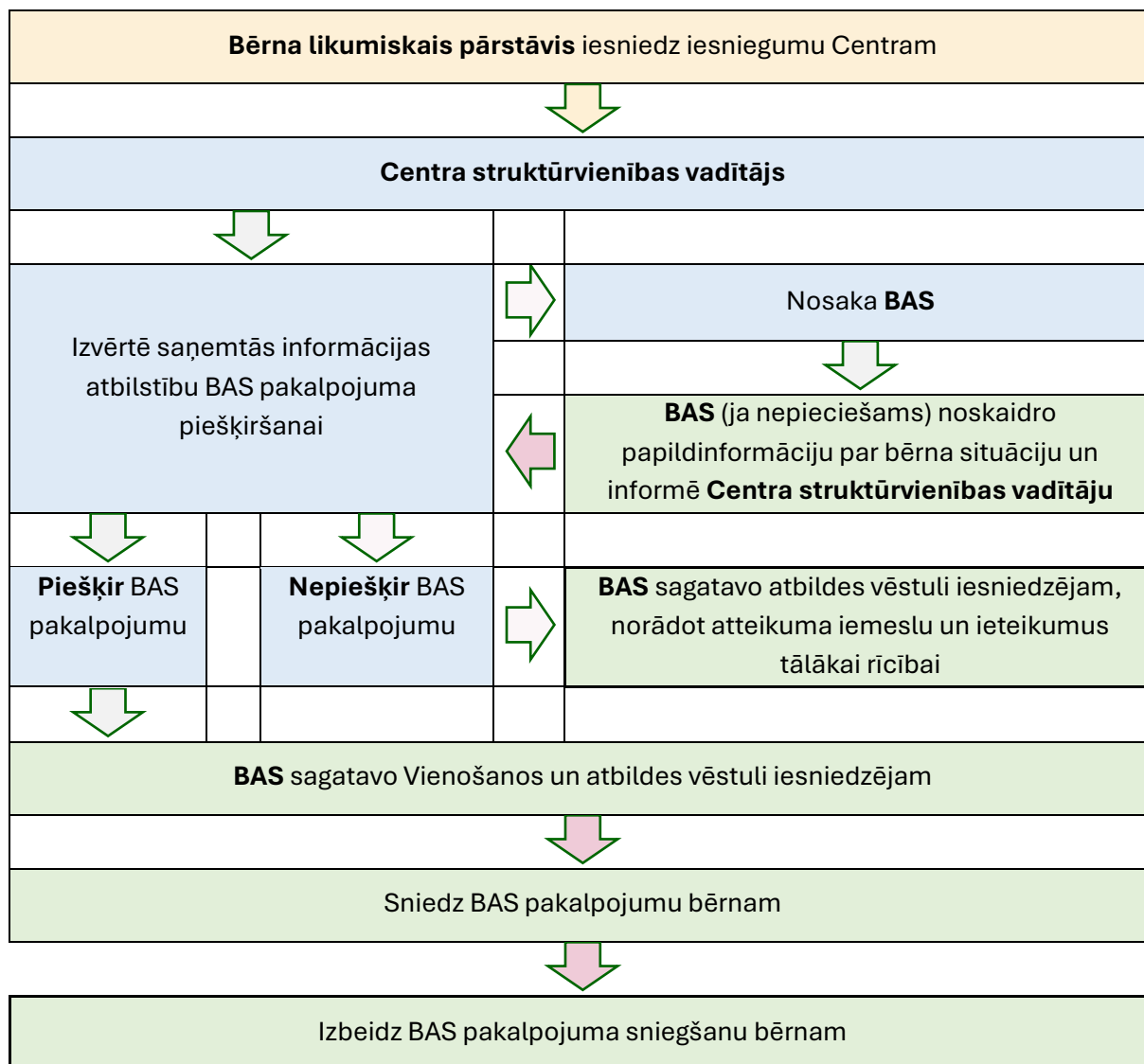
BAS savā profesionālajā darbībā ievēro Centra darba kārtību, Centra ētikas kodeksu⁶ un citus Centra iekšējos noteikumus. Vadlīniju **3. pielikumā “BAS darba ētikas pamatprincipi”** apkopotas BAS darbības pamatvērtības un ētikas principi, kas jāņem vērā BAS pakalpojuma nodrošināšanas laikā.

BAS darbs ar traumatizētiem bērniem ir emocionāli intensīvs un var novest pie hroniska stresa un izdegšanas, kas parādās kā fizisks un emocionāls izsīkums, cinisma vai vienaldzības sajūta pret darbu un savas darbības bezjēdzīguma izjūta. Ja speciālists šo stāvokli laikus nepamana, var tikt negatīvi ietekmēts ne tikai viņš pats (depresija, veselības problēmas), bet arī bērni, ar kuriem viņš strādā – izdedzis darbinieks vairs nespēj sniegt kvalitatīvu, iekļaujošu atbalstu. Vadlīniju **4. pielikumā “Atbalsta pasākumi BAS profesionālās izdegšanas prevencei”** apkopoti galvenie pašaprūpes principi, ko BAS var integrēt ikdienā profesionālās izdegšanas risku mazināšanai.

⁶ Bērnu aizsardzības centra 05.06.2025. iekšējie noteikumi Nr. 1-4/5 “Ētikas kodekss”. (2025). Pieejams: <https://www.bac.gov.lv/lv/bernu-aizsardzibas-centra-etikas-kodekss>

1.3. Bērna atbalsta speciālistam pakalpojuma piešķiršanas, atbalsta sniegšanas un noslēguma process

BAS pakalpojuma piešķiršanas, atbalsta sniegšanas un noslēguma process shematiski redzams attēlā Nr.1.



Attēls Nr.1. BAS pakalpojuma piešķiršanas, atbalsta sniegšanas un izbeigšanas process

Kā attēlots attēlā Nr.1, BAS pakalpojuma piešķiršanas procesu iniciē **bērna likumiskais pārstāvis**, kad viņš vēršas Centrā ar iesniegumu (**5.1.1. pielikums “Fiziskas personas iesniegums”** vai **5.1.2. pielikums “Juridiskas personas iesniegums”**). Gadījumos, kad BAS pakalpojuma sniegšanas laikā bērns ir sasniedzis pilngadību un ir nepieciešams turpināt BAS pakalpojuma sniegšanu, jauniešis ar BAS atbalstu sagatavo un iesniedz iesniegumu (**5.1.3. pielikums “Pilngadību sasnieguša bērna iesniegums”**) Centram par BAS pakalpojuma turpināšanu. Minētajā gadījumā BAS netiek mainīts,

izņēmums ir gadījumos, ja jaunietim mainās dzīvesvieta vai ir citi apstākļi, kuru dēļ būtu maināms BAS.

Centra struktūrvienības vadītājs, saņemot iesniegumu par BAS pakalpojuma piešķiršanu bērnam, izvērtē, kuram BAS attiecīgais bērna gadījums tiks noteikts. Atbildīgā BAS noteikšanai par pamatu izmanto kritērijus, kas uzskaitīti 2.tabulā.

2.tabula. Atbildīgā BAS noteikšanas ieteicamie kritēriji

Kritērijs	Skaidrojums
Bērna faktiskās dzīvesvietas adrese	Atbilstoši bērna faktiskās dzīvesvietas adresei, Centrs piesaista to BAS, kurš BAS pakalpojumu var nodrošināt vistuvāk bērna dzīvesvietai.
Nodarbināto BAS esošā noslodze	Vēlamā BAS un atbalstāmo bērnu attiecība ir: 1:10. Lai kontrolētu BAS noslodzi, struktūrvienības vadītāja rīcībā jābūt aktuālai informācijai par visu BAS faktisko noslodzi.
Bērna problemātikas kompleksums	Struktūrvienības vadītājam būtu ieteicams ņemt vērā gan BAS pakalpojuma piešķiršanas izvērtēšanas iesniegumā identificējamo bērna problemātikas kompleksu, gan arī esošo komplekso gadījumu skaitu katram BAS, priekšroku dodot tam BAS, kuram ir mazāks komplekso gadījumu skaits.

Centram ir tiesības **atteikt** BAS pakalpojuma sniegšanu šādos gadījumos:

- bērns neatbilst pakalpojuma mērķa grupai;
- BAS noslodzes dēļ pakalpojumu nav iespējams nodrošināt lielākam bērnu skaitam;
- bērna vecākiem iesnieguma iesniegšanas brīdī ir pārtrauktas aizgādības tiesības vai tās tiek pārtrauktas iesnieguma izskatīšanas laikā. Šādos gadījumos Centrs sazinās ar bērna likumisko pārstāvi un informē par BAS pakalpojuma nepieciešamību bērnam;
- bērna aizbildnis iesnieguma iesniegšanas vai izskatīšanas laikā ir atstādināts vai atlaists no aizbildņa pienākumu pildīšanas. Šādos gadījumos Centrs sazinās ar bērna likumisko pārstāvi un informē par BAS pakalpojuma nepieciešamību bērnam.

Centram ir tiesības **izbeigt** BAS pakalpojuma sniegšanu šādos gadījumos:

- bērns ar savu uzvedību apdraud BAS veselību vai dzīvību;
- bērns vai likumiskais pārstāvis atsakās no BAS pakalpojuma;
- BAS pakalpojumu nav iespējams nodrošināt objektīvu ārējo apstākļu dēļ (piemēram, bērna pārcelšanās uz citu dzīvesvietu, bērna problēmsituācijas risināšanai ir nepieciešams cita veida pakalpojums vai speciālista atbalsts vai citi neparedzēti faktori, kas ietekmē sadarbību ar bērnu);

- atbilstoši vadlīniju **5.8. pielikumā “Protokols par BAS pakalpojuma izbeigšanu”** norādītajam tiek secināts, ka bērna situācija ir uzlabojusies un BAS pakalpojuma turpmāka nodrošināšana nav nepieciešama.

Ja kāds no iepriekš minētajiem gadījumiem iestājas laikā, kamēr tiek sniegts BAS pakalpojums, BAS fiksē visus pamatojošos faktus rakstiski, pievienojot faktus pamatojošo dokumentāciju (ja attiecināms) Bērna lietai.

Optimālais bērnu skaits, ar kuriem vienlaicīgi var strādāt viens BAS, ir atkarīgs no vairākiem faktoriem, tostarp bērna uzvedības vai atkarību problēmu smaguma, nepieciešamā atbalsta intensitātes un individuālā darba pieejas. Efektīvs BAS darbs balstās uz līdzsvarotu laika sadalījumu starp tiešo darbu ar bērnu un viņa atbalsta sistēmu, un pārējiem profesionālajiem pienākumiem. Kopējais ieteicamais bērnu skaits vienam BAS ir ne vairāk kā 10 bērni. Vadlīniju **6. pielikumā “BAS slodzes noteikšana”** sniegtas rekomendācijas par bērnu, ar kuriem vienlaikus var strādāt viens BAS, skaitu atkarībā no katra individuālā gadījuma intensitātes, kā arī rekomendēts ieteicamais sadarbības ilgums BAS ar bērnu, atbilstoši bērna individuālajām vajadzībām un nepieciešamā atbalsta intensitātei.

1.4. Bērna atbalsta speciālista pienākumu izpildei saistošie dokumenti un normatīvie akti

BAS profesionālā darbība balstās uz starptautiskiem un nacionāliem tiesību aktiem, kas nosaka bērnu tiesību būtību, bērnu tiesību aizsardzības pamatprincipus un īstenošanas mehānismus. BAS pienākumu izpilde ir tieši saistīta ar bērna tiesību ievērošanu un veicināšanu, nodrošinot individualizētu atbalstu, sekmējot bērna līdzdalību, kā arī sadarbojoties ar ģimenēm un iesaistītajām institūcijām.

Bērnu tiesību aizsardzības sistēmas pamatu veido [Apvienoto Nāciju Organizācijas Bērnu tiesību konvencija](#) (turpmāk - Konvencija), kas nosaka četrus pamatprincipus. Pirmkārt, visu lēmumu un darbību prioritāte ir bērna labākās intereses (3. pants), nodrošinot, ka BAS darbība fokusējas uz bērna labklājību un drošību. Otrkārt, katram bērnam ir tiesības uz dzīvību, izdzīvošanu un fizisko, garīgo un sociālo attīstību (6. pants), ko BAS veicina, atbalstot bērna piekļuvi izglītībai un veselības aprūpei. Treškārt, bērni jāaizsargā pret diskrimināciju neatkarīgi no rases, dzimuma, invaliditātes vai citiem apstākļiem (2. pants), nodrošinot vienlīdzīgu atbalstu visiem bērniem. Ceturtkārt, bērnam ir tiesības tikt uzklausi, ņemot vērā viņa vecumu un briedumu (12. pants), ko BAS īsteno, veicinot bērna līdzdalību atbalsta plānu izstrādē. Tāpat Konvencija par bērnu tiesībām arī garantē bērnu tiesības uz izglītību, veselības aprūpi un drošu vidi (28., 24. pants), kā arī aizsardzību pret vardarbību un ekspluatāciju (19., 32. pants). BAS, veicot savus profesionālos pienākumus, ievēro šos principus un veicina to īstenošanu praksē, darbojoties gan tiešā atbalstā bērnam, gan starpinstitucionālās starpprofesionālās sadarbības koordinēšanā.

Nacionālā līmenī viens no centrālajiem BAS darbību regulējošiem normatīvajiem aktiem ir [BTAL](#). Šis likums nosaka, ka bērna tiesības uz dzīvību, veselību, attīstību, drošību un izglītību ir prioritāras, un uzliek valstij un tās institūcijām pienākumu nodrošināt šo tiesību īstenošanu. Likums nostiprina arī bērna tiesības uz līdzdalību, cieņu, aizsardzību pret vardarbību, kā arī tiesības saņemt nepieciešamo palīdzību gadījumos, kad bērns atrodas ārpusģimenes aprūpē, nonācis tiesvedības procesā vai cieš no sociālās atstumtības. BAS, pildot savus pienākumus, ievēro [Bērnu tiesību aizsardzības likumā](#) noteikto tiesisko ietvaru, tostarp līdzdarbojas bērna individuālā atbalsta plāna izstrādē, piedalās bērna tiesību aizsardzības pasākumu plānošanā un īstenošanā, kā arī sadarbojas ar institūcijām un speciālistiem, kas iesaistīti bērna dzīves situācijas risināšanā.

Efektīva BAS darbība ir cieši saistīta ar spēju orientēties dažādu nozaru tiesību aktos un izprast to piemērošanas mehānismus. Pilnvērtīgai BAS funkciju īstenošanai svarīgas ir zināšanas par normatīvo regulējumu izglītības, veselības aprūpes, sociālo pakalpojumu un palīdzības, tiesvedības un bērna aizsardzības jomā. Tā kā BAS ikdienas darbā sniedz atbalstu bērna vajadzību identificēšanā sadarbībā ar dažādu jomu speciālistiem un institūcijām, būtiski ir izprast to lomu un tiesiskā regulējuma ietvaru, kas nosaka konkrēto institūciju vai speciālistu rīcību, atbildību un sadarbības kārtību, tādējādi nodrošinot kvalitatīvu starpinstitucionālo un starpprofesionālo sadarbību, savlaicīgu atbalsta nodrošināšanu bērnam un iespējami labāko risinājumu izvēli katrā individuālajā gadījumā.

Lai atvieglotu ar BAS darbību saistītā normatīvā regulējuma pārskatāmību un nodrošinātu ērtu lietošanu praksē, risinot individuālus gadījumus, vadlīniju **7. pielikumā “BAS pienākumu izpildei saistošie dokumenti un normatīvie akti”** ir iekļauts detalizēts pārskats par starptautiskajiem un

nacionālajiem normatīvajiem aktiem, kā arī politikas plānošanas dokumentiem, kas ir saistoši BAS funkciju īstenošanai. Pielikumā apkopotie dokumenti aptver bērnu tiesību aizsardzības, izglītības, veselības aprūpes, sociālo pakalpojumu un palīdzības, tiesvedības un personas datu aizsardzības jomas, sniedzot BAS orientējošu pārskatu par normatīvajiem aktiem, kas varētu būt piemērojami dažādās profesionālajās situācijās.

2. METODISKIE IETEIKUMI BĒRNA ATBALSTA SPECIĀLISTA FUNKCIJU UN DARBĪBAS NODROŠINĀŠANAI

2.1. Ieteikumi Bērna lietas veidošanai

Lai palīdzētu BAS vadīt un pārraudzīt atbalsta sniegšanas procesus, ir nepieciešams dokumentēt BAS un bērna sadarbību, izveidojot Bērna lietu. Bērna lieta ir BAS veidots dokumentu kopums, kurā iekļauta informācija, kas atspoguļo sniegtā atbalsta procesus darbā ar bērnu.

Bērna lieta satur **obligāti** iekļaujamo dokumentāciju (skat. 3. tabulā) un **papildus** iekļaujamo dokumentāciju - veidlapas un dokumentus pēc nepieciešamības.

3. tabula. Bērna lietā obligāti iekļaujamā dokumentācija

Nr.	Veidlapas nosaukums	Veidlapas apraksts un norādījumi aizpildīšanai
1.	Veidlapa "Bērna lietas pamatinformācija" (5.2.pielikums)	Bērna lietas pamatinformācijā ir atspoguļota identificējoša informācija par bērnu. Bērna lietas pamatinformācijas veidlapā BAS norāda Bērna lietas numuru, iekļauj informāciju par bērnu no iesnieguma (vārds uzvārds, personas kods, dzimšanas dati, deklarētā un faktiskā dzīvesvietas adrese). Ja Bērna lietu pārņem cits BAS, atzīmē attiecīgā BAS vārdu, uzvārdu, kurš turpina Bērna lietu, kā arī norāda datumu, kad BAS uzsāk darbu ar bērnu. BAS Bērna lietas slēgšanas datumu ieteicams atzīmēt pēc tam, kad saņemts apstiprinājums par Bērna lietas slēgšanu no struktūrvienības vadītāja un ir nosūtīta vēstule par BAS pakalpojuma izbeigšanu likumiskajam pārstāvim vai bērnam, kurš sasniedzis pilngadību. Bērna lietas pamatinformācija satur kontaktinformāciju par bērna ģimenes locekļiem un bērnam pietuvinātām personām (piemēram, kaimiņš, draugs u.c.), kas sniedz bērnam būtisku atbalstu un ir resurss situācijas risināšanai, iesaistītajiem speciālistiem (fiziskas un juridiskas personas - speciālisti), kas tieši iesaistīti bērna situācijas risināšanā un ar kuriem BAS uztur saziņu. Ja nepieciešams, var pievienot paskaidrojošas piezīmes. Veidlapa tiek aizpildīta, atbilstoši bērna situācijai, un tās saturs ir papildināms BAS pakalpojuma saņemšanas laikā.

2.	Veidlapa "Iesniegums par BAS pakalpojuma piešķiršanu" (5.1.1.-5.1.3. pielikumi)	Izšķir trīs veidu iesniegumus – iesniegums, ko iesniedz likumiskais pārstāvis, kas ir juridiska persona - bērna ārpusģimenes aprūpes iestāde vai BT, un iesniegums, ko iesniedz likumiskais pārstāvis - fiziska persona (bērna vecāks, bērna aizbildnis, adoptētājs), kā arī iesniegums, ko iesniedz bērns, sasniedzot pilngadību, ja BAS pakalpojuma sniegšana uzsākta bērnam pirms pilngadības sasniegšanas.
3.	Veidlapa "Vienošanās" (5.3. pielikums)	Gadījumā, kad pieņemts lēmums par BAS pakalpojuma piešķiršanu, BAS sagatavo Vienošanos ar fizisku personu (bērna vecākiem, aizbildni, pilngadību sasniegušu bērnu) vai ar juridisku personu gadījumos, ja bērns atrodas ārpusģimenes aprūpes iestādē. BAS, bērnam un viņa likumiskajam pārstāvim saprotamā veidā izskaidro vienošanos.
4.	Veidlapa "Bērna situācijas izvērtējums BAS pakalpojuma ietvaros" (5.4. pielikums)	Veidlapa ir analītiski veidots informācijas izvērtējuma kopsavilkums par bērna sociālo situāciju un sociālo funkcionēšanu, kas paredz daudzpusīgu datu iegūšanu par bērnu, lai pēc iespējas precīzāk identificētu un definētu problēmas un pieņemtu pamatotu lēmumu par problēmas risināšanas iespējām, nepieciešamo BAS pakalpojuma piešķiršanu un tālākām BAS darbībām. Veidlapas aizpildīšanai nepieciešamības gadījumā var izmantot papildus padziļinātu vajadzību izvērtēšanas instrumentus, izmantojot 5.4.1.-5.4.10. pielikumus, kas var būt kā resurss pilnvērtīgai situācijas izvērtēšanai. Bērna situācijas izvērtējuma veidlapa ir "dzīvs dokuments", t.i. tā var tikt papildināta jebkurā laikā, kad BAS rīcībā ir aktuāla informācija, kas attiecas uz bērnu. Pamatojoties uz apkopoto informāciju sākotnējā izvērtējumā un starpizvērtējumos tiek sagatavots Bērna atbalsta plāns. Ja kāda informācija nav zināma vai nav attiecināma, BAS attiecīgajā ailē to norāda. Veidlapa aizpildāma trīs posmos: 1. Sākotnējās izvērtēšanas mērķis ir izzināt vajadzības, aktuālās grūtības, to cēloņus un izprast situācijas kontekstu, kā arī identificēt bērna iespējas un iekšējos un ārējos resursus. Sākotnējo izvērtēšanu veic vienu reizi, 45 kalendāro dienu laikā, kopš bērnam uzsākta BAS pakalpojuma sniegšana. Atsevišķos gadījumos izvērtēšana var tikt veikta ilgākā periodā nekā noteikts, ja tam ir objektīvi iemesli, piemēram, bērns ilgstoši atrodas ārstniecības vai rehabilitācijas iestādē u.tml.

		2. Starpizvērtējumu veic, lai izvērtētu izmaiņas iepriekšējā sadarbības periodā. Periodiskās novērtēšanas mērķis ir pēctecības, secīguma nodrošināšana, izmaiņu noturība un turpmākā atbalsta plānošana nākamajam sadarbības periodam. Starpizvērtējuma fokuss ir novērtēt līdzšinējā atbalsta efektivitāti: - atbalsta sniegšanas rezultātu novērtēšana; - jaunu apstākļu/ vajadzību, grūtību, problēmu konstatēšana; - rezultātu ietekmējošu faktoru apzināšana (bērna motivācija, resursu pieejamība, intervenču efektivitāte); - atbalsta plānošana. Starpizvērtējumu veic 6 mēnešus pēc sākotnējās izvērtēšanas un turpmāk ne retāk kā reizi 6 mēnešos vai ātrāk - atbilstoši nepieciešamībai (pēc būtības mainās bērna situācija, aktualizējas citas problēmas, nesaistītas ar iepriekšējām, kas maina bērna sociālās situācijas kontekstu vai Bērna lieta tiek nodota citam darbiniekam). 3. Noslēdzošo izvērtējumu veic, kad plāno Bērna lietu slēgt.
5.	Veidlapa "Bērna dzīves gaitas apraksts" (5.4.1. pielikums)	Bērna dzīves gaitas aprakstu BAS veido, apkopojot pieejamos datus par bērnu, hronoloģiskā secībā fiksējot būtiskākos notikumus bērna dzīvē no bērna dzimšanas brīža.
6.	Veidlapa "Bērna atbalsta plāns" (5.5. pielikums)	Bērna atbalsta plānu veido pamatojoties uz: 1) bērna situācijas izvērtēšanas datiem; 2) sarunu ar bērnu; 3) speciālistu rekomendācijām; 4) citiem informācijas avotiem, Bērna atbalsta plānā nosaka plānotās aktivitātes bērna vajadzību nodrošināšanai un izvirza sasniedzamo mērķus. BAS Bērna atbalsta plānu var sākt veidot arī sākotnējā izvērtējuma gatavošanas laikā. Pēc sākotnējā izvērtējuma sagatavošanas (t.i. līdz 45 kalendārajām dienām, kopš bērns saņem BAS pakalpojumu) tiek sagatavots Bērna atbalsta plāns nākamajam 6-12 mēnešu periodam. Bērna atbalsta plānu pārskata pēc starpizvērtējuma veikšanas. Visā bērna atbalsta plāna darbības periodā to var papildināt, precizēt, norādot veikto izmaiņu datumu. Bērna atbalsta plānu var noslēgt agrāk, kā sākotnēji noteikts tā darbības periods, ja ir mainījusies bērna situācija un tas ir zaudējis aktualitāti. Bērna atbalsta plāna īstenošana tiek atspoguļota BAS dienasgrāmatā un kopsavilkums starpizvērtējumā. Plāna pēdējā ailē atspoguļo

		izpildes rezultātu izmantojot atšifrējumu - I (Izpildīts), D (Daļēji izpildīts), N (Nav izpildīts). Gadījumā, ja objektīvu iemeslu dēļ nav iespējams sagatavot Bērna atbalsta plānu, iemeslus jāatspoguļo Bērna lietā, BAS dienasgrāmatā.
7.	Veidlapa “Bērna individuālā ceļa karte” (5.6.pielikums)	Veidlapas mērķis ir iedot bērnam praktiski izmantojamu informāciju par konkrētiem speciālistiem un viņu kontaktinformāciju, kā arī par atbalsta veidiem, ko šie speciālisti viņam var sniegt. Vienlaikus veidlapā iekļauta arī informācija par dažādiem speciālistiem un organizācijām, kas var sniegt palīdzību bērniem dažādu problēmjuautājumu gadījumā. Veidlapu aizpilda BAS, Bērna atbalsta plāna izstrādes laikā vai pēc tā, un izsniedz bērnam personīgi.
8.	Veidlapa “BAS dienasgrāmata” (5.7. pielikums)	Veidlapas mērķis ir īsi un koncentrēti atspoguļot BAS veiktās darbības, sarunas un pārrunātos jautājumus. Ieteicams fiksēt arī BAS novērojumus un secinājumus, situācijas izklāstu.
9.	Veidlapa “Protokols par bērna atbalsta speciālista pakalpojuma izbeigšanu” (5.8. pielikums)	Veidlapu BAS secīgi aizpilda pēc bērna situācijas noslēdzošā izvērtējuma veikšanas, uz kā balstoties, apraksta pakalpojuma izbeigšanas iemeslu, norādot bērna un likumiskā pārstāvja un/vai aprūpētāja viedokli par BAS pakalpojumu un tā izbeigšanu. Protokolu paraksta BAS un bērna likumiskais pārstāvis. Balstoties uz protokolā par bērna atbalsta speciālista pakalpojuma izbeigšanu iekļauto informāciju, BAS gatavo vēstuli bērna likumiskajam pārstāvim vai bērnam, kurš BAS pakalpojuma saņemšanas laikā ir kļuvis pilngadīgs, par pakalpojuma izbeigšanu, kurā sniedz rekomendācijas turpmākai rīcībai vai atbalstam bērnam.

Savukārt, Bērna lietā papildus iekļaujamā dokumentācija nozīmē, ka Bērna lietu **pēc vajadzības** papildina ar veidlapām un dokumentiem, kuri nepieciešami individuālajā atbalsta sniegšanas procesā, ja iespējams, pievienojot arī citu speciālistu, kas sniedz vai snieguši pakalpojumus bērnam, dokumentu kopijas vai oriģinālus, piemēram, speciālistu atzinumus, rekomendācijas, intervences plānus u.tml.

Visas veidlapas BAS var papildināt ar jaunām sadaļām, bet esošās sadaļas netiek dzēstas. Veicot papildinājumu, BAS fiksē to veikšanas datumu.

Uzsākot BAS pakalpojuma sniegšanu tiek veidota Bērna lieta. Bērna lieta tiek reģistrēta Bērna lietu reģistrā. Katrai Bērna lietai ir savs reģistrācijas numurs. Bērna lieta ir ierobežotas pieejamības informācija un tā jāglabā, ievērojot fizisko personu datu apstrādes un uzglabāšanas prasības atbilstoši Fizisko personu datu apstrādes likumam⁷.

⁷ Fizisko personu datu apstrādes likums. (2018). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/300099>

Aizpildot veidlapas elektroniskā formātā ieteicams tās sagrupēt, sakārtot tā, lai varētu izsekot Bērna lietā ietverto dokumentu hronoloģiskai secībai, ar mērķi veidot Bērna lietu pārskatāmu. Dokumentu oriģināli, piemēram, STIS dalībnieku parakstu lapas, dažādi protokoli, tiek apkopoti atsevišķā mapē, kas attiecas uz Bērna lietu. Bērna lieta tiek glabāta slēdzamā skapī.

Bērna lieta tiek slēgta, kad tiek izbeigts BAS pakalpojums.

Pēc Bērna lietas slēgšanas, tās glabāšanas laiku nosaka saskaņā ar Centra lietu nomenklatūru.

Ja atkārtoti ir saņemts bērna likumiskā pārstāvja iesniegums par BAS pakalpojuma nodrošināšanu un noslēgta atkārtota vienošanās, no jauna tiek reģistrēta Bērna lieta Centra lietvedības informācijas sistēmā, veicot piezīmi - Bērna lieta tiek reģistrēta atkārtoti.

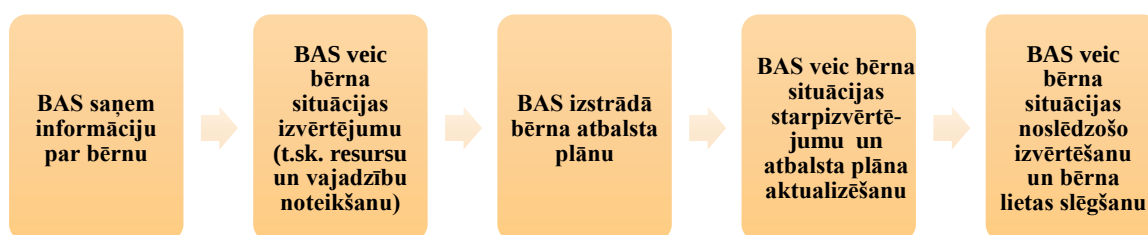
2.2. Ieteikumi bērna situācijas izvērtēšanai

Bērna uzvedības, sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides un vajadzību izpratne ir būtiska, lai nodrošinātu mērķtiecīgu un efektīvu atbalstu.

Izvērtēšanā izšķir vairākus posmus.

1. Bērna situācijas sākotnējā izvērtēšana un bērna atbalsta plāna izstrāde un īstenošana.
2. Regulārs bērna situācijas izvērtējums un bērna atbalsta plāna pārskatīšana dinamikā, atbilstošu izmaiņu veikšana.
3. Noslēdzošā bērna situācijas izvērtēšana un rekomendācijas bērnam turpmākajam dzīves posmam (BAS pakalpojuma sniegšana tiek izbeigta, pamatojoties uz bērna situācijas izvērtējumu).

Bērna situācijas sākotnējais, starpizvērtējums un noslēdzošais izvērtējums un bērna atbalsta plāna izstrādes, īstenošanas un aktualizēšanas process attēlots attēlā Nr.2.



Attēls Nr. 2. Bērna situācijas izvērtējums un bērna atbalsta plāna izstrādes, īstenošanas un aktualizēšanas process

Sākotnējās situācijas izvērtēšanas mērķis ir iegūt pēc iespējas pilnīgāku informāciju par bērna dzīves vēsturi, bērna ģimeni, esošo situāciju, problemātiku, resursiem un vajadzībām, kā arī izvērtēt dažādu institūciju un speciālistu sniegtās rekomendācijas un ieteikumus un lemt par bērnam nepieciešamo atbalstu. Salīdzinot ar citiem izvērtēšanas posmiem, sākotnējās situācijas izvērtēšana ir visapjomīgākā (līdz 45 kalendārajām dienām, sākot no BAS pakalpojuma uzsākšanas). BAS pakalpojuma uzsākšanas datums ir norādīts atbildes vēstulē iesniedzējam.

Kad BAS ir saņēmis uzdevumu uzsākt darbu ar bērnu, BAS veic bērna sākotnējās situācijas izvērtēšanas procesu izmantojot **5.4.pielikumu “Bērna situācijas izvērtējums BAS pakalpojuma ietvaros”** (turpmāk - 5.4. pielikums).

Uzsākot bērna situācijas izvērtēšanu ir jāņem vērā vide, kurā bērns dzīvo, jānoskaidro bērna attiecības ar tuviniekiem un apkārtējiem (bērnām pietuvinātas personas, kas nav viņa ģimenes locekļi, piemēram, draugi, kaimiņi u.tml.), iespēju robežās jānoskaidro bērna veselības stāvoklis, situācija obligātās un interešu izglītības jomā, brīvā laika jomā, jāapraksta bērna emocionālā pašsajūta un uzvedības problemātika, atkarības problēmas vai to attīstības riskus, kā arī jānosaka bērna vajadzības, stiprās puses un resursi.

Sākotnējās izvērtēšanas ietvaros iegūtā informācija ir pamats bērna atbalsta plāna izstrādei un tālākai izvērtēšanai visā BAS pakalpojuma sniegšanas laikā.

Vadlīniju **5.4.pielikumā** minētā informācija tiek klasificēta pēc sava veida “luksofora principa”, veicot divus novērtējumus:

1) katras bērna vajadzību jomas novērtējums jeb “Novērtēšanas kopsavilkums 0 – 3”. Tiek veikts kopējais esošās situācijas novērtējums konkrētajā bērna vajadzību jomā. Vērtē, **cik lielas grūtības un sarežģījumi šobrīd pastāv**. Vērtējumu veic skalā no 0 – 3, kur: 0 – labi; 1 – apmierinoši; 2 – daži sarežģījumi; 3 – nopietni sarežģījumi un grūtības;

2) “Nepieciešamais BAS iesaistes vērtējums 0-3”. Pamatojoties uz bērns situācijas izvērtējumu, tiek novērtēta BAS iesaistes nepieciešamība katrā no bērnu vajadzību jomām. **BAS iesaistes nepieciešamība** tiek vērtēta turpmākajam 6 mēnešu periodam. Vērtējumu veic skalā no 0 līdz 3, kur: 0 - nav nepieciešama; 1 - ir nepieciešama minimālā apjomā; 2 - ir nepieciešama, vidējā apjomā; 3 - ir obligāta, nepieciešama intensīvā apmērā.

5.4.pielikumā minētā informācija ar šādiem punktiem tiek izvērtēta arī starpizvērtējuma un noslēdzošajā izvērtēšanas posmā, attiecīgi atspoguļojot, kā mainījusies BAS iesaiste bērna situācijas risināšanā punktos katrā no jomām. Mērķis, uz ko BAS virzīties, būtu, lai noslēgumā visi punkti ir iespējami tuvu 0 vai 1 punktam, tomēr katra bērna gadījums būs ļoti individuāls un komplicēts, tāpēc nebūtu ieteicams noteikt kvantitatīvi vēlamo punktu skaitu vai īpatsvaru kopumā. Ieteicams dinamiku izvērtēt ne retāk kā vienu reizi 6 mēnešos.

Kad veikta noslēdzošā izvērtēšana un nolemts izbeigt BAS pakalpojuma sniegšanu, BAS sagatavo protokolu par BAS pakalpojuma noslēgšanu (**5.8.pielikums “Protokols par bērna atbalsta speciālista pakalpojuma izbeigšanu”**) un vēstuli par BAS pakalpojuma izbeigšanu, iekļaujot rekomendācijas.

Izvērtēšanas laikā izmantojamas tādas metodes, kā, piemēram:

- brīvi vadīta saruna ar bērnu;
- bērnam tuvu personu intervēšana vai saruna/-as (ģimenes locekļi, citi likumiskie pārstāvji, aprūpētāji, draugi, utml.);
- speciālistu novērojumi, atzinumi, rekomendācijas;
- NPAIS dati;
- dzīves stāsta metode. Dzīves stāsta metode ir padziļinātas intervēšanas metode. Tā ir veicama vairākās klātienes sarunās, tikšanās var tikt veikta arī dažādās vidēs (piemēram, bērna dzīvesvietā, parkā u.c.). Dzīves stāsta metode ir vērsta uz to, lai izzinātu bērna (un viņa tuvinieku) redzējumu par pašreiz notiekošo un iespējamiem nākotnes plāniem, mērķiem un risinājumiem.

Bērna situācijas izvērtējuma veikšanā izmantojami tādi dokumenti, kā, piemēram: juridiskie dokumenti (lēmumi, līgumi u.c.), ja pieejama – informācija par veselības stāvokli (BAS ir tiesības iepazīties ar bērna veselības dokumentiem, saņemot piekrišanu no bērna likumiskā pārstāvja), ar bērna izglītību saistītiem dokumentiem, dažādu speciālistu atzinumiem vai cita veida dokumentiem.

Bērna situācijas izvērtējuma veikšanā var iesaistīties, piemēram, bērns, pēc vajadzības - bērna likumiskie pārstāvji, bērnam tuvas personas, ārsti, psihologi, pašvaldību Bērnu tiesību aizsardzības Sadarbības grupas pārstāvji u.c. sadarbības partneri.

Visos izvērtēšanas posmos ir būtiski iegūt informāciju no speciālistiem vai sadarbības partneriem, kas veic darbu ar bērnu vai konsultē bērnu vai viņa ģimeni. Informācija no šiem speciālistiem iegūstama ar tādu metožu palīdzību kā, piemēram, intervijas, dokumentu analīze, informācijas apmaiņa. Tāpēc jau sākotnējās izvērtēšanas laikā jāidentificē, vai bērns un bērna ģimene ir nokļuvusi atbildīgo institūciju, piemēram, SD, BT, policijas, bērnu un jauniešu dienas centru u.c. institūciju, uzraudzībā, jo ģimene nespēj nodrošināt bērnam pilnvērtīgu aprūpi, t.sk. attīstību un audzināšanu.

Šajos gadījumos, bērna problēmsituāciju risināšanā var būt iesaistītas citas institūcijas, kuru kompetence ietver darbu ar bērna problēmsituācijas izvērtēšanu, piemēram, SD un BT. Tas nozīmē, ka šo institūciju rīcībā var būt informācija un novērtēšanas rezultāti par bērnu, viņa aktuālo problemātiku, bērna dzīves gājumu.

Informācija par bērnu vai viņa ģimeni tiek apkopota un ievadīta dažādās datu bāzēs (skat. 4.tabulā).

4. tabula. Informācijas sistēmu raksturojums⁸

Informācijas sistēma (IS) un institūcijas, kuras ievada datus IS vai lieto tās	Informācija no datu bāzēm, kas varētu noderēt BAS	Trūkumi/sistēmu vājās vietas
NPAIS (nepilngadīgo personu informācijas atbalsta sistēma) VP, pašvaldības policija, BT, SD, VPD, sociālās korekcijas izglītības iestāde, VSAA, IZM, NVD, bērnu aprūpes iestāde, Centrs	-Informācija no personas kartiņas par bērna veiktajiem likumpārkāpumiem (uzskaite). -Kontaktinformācija par valsts policijas vai pašvaldības policijas inspektoru. -Informācija, vai par bērnu ir izstrādāta sociālās korekcijas programma, tajā iekļautajiem uzdevumiem. -Informācija par pašvaldības sociālo dienestu, sociālā darbinieka kontakti. -Informācija par to, kurā izglītības iestādē, klasē mācās bērns.	-Pieejamā informācija ir nepilnīga/ne visas pašvaldības ievada visu informāciju, kas ir norādīta MK noteikumos Nr.157. -Atsevišķas pašvaldības NPAIS darba procesā neizmanto. -Sarežģīta dokumentu pievienošana. -Nav pieejama informācija par ģimenes ārstu. - Nav pieejami dati par izglītības iestādes neapmeklēšanu vai citu informāciju par bērna uzvedības grūtībām no Valsts Izglītības informācijas sistēmas. -Sistēma ir lietošanā lēna, informācija par nepilngadīgo ir nepārskatāma.
SOPA (pašvaldību sociālās palīdzības un sociālo pakalpojumu administrēšanas lietojumprogramma)	-Ģimenes faktiskā dzīvesvietas adrese, informācija par ģimenes locekļiem, ar kuriem dzīvo vienā mājāsaimniecībā. -Informācija par ģimenes pazīmi – vai bērns un viņa ģimene ir sociālā dienesta redzeslokā, kādā laika posmā. -Informācija no klienta kartes – lai novērtētu, vai sadarbība ar ģimeni ir	-Nav pieejama informācija par ģimenes ārstu. -Sistēmas izmantošanas iespējas ir atšķirīgas katrā pašvaldībā. -Nav pieejama sadarbības partneru kontaktinformācija.

⁸ Tabulas izstrādē izmantota Centra un SIA "Projektu un kvalitātes vadība" 19.07.2024. noslēgtā līguma Nr. 4.2-4/84 ietvaros izstrādātais 2. nodevums "Latvijas prakses izpēte darbā ar bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku" (7.nodaļā "Bērna atbalsta speciālista darbā izmantojamās informācijas sistēmas" iekļautā 5.tabula "Informācijas sistēmu raksturojums").

SD un iestādes, kurām pašvaldība deleģē SD funkcijas	aktīva, kā arī uzzinātu gadījuma vadītāja kontaktus. -Bāriņtiesas lēmumi no BARIS informācijas sistēmas – lēmuma nolemjošā daļa. -Informācija par pieprasītajiem sociālajiem pakalpojumiem – laika periods, kad pakalpojums piešķirts, vai pakalpojums ir izmantots. -Informācija no personas kartītes par izglītības iestādēm – kurā izglītības iestādē bērns mācās, kurā klasē. -VDEĀVK dati.	
BARIS (bāriņtiesu informācijas sistēma) ĀĢAC, BT	- Bāriņtiesas pieņemtie lēmumi par personu, neredzot pilnos lēmumus. Nepieciešamības gadījumā varētu bāriņtiesai prasīt precīzāku informāciju.	-BARIS sistēmas funkcionalitāte un iespējas ir atšķirīgas no pašvaldības iespējām. -Nav pieejama informācija par citu bāriņtiesu pieņemtajiem lēmumiem, ja klients maina deklarēto dzīvesvietu.

4.tabulā minēto informāciju jāņem vērā, uzsākot bērna situācijas izvērtēšanu. Vairumā no iepriekšminētajiem gadījumiem darbs ar bērnu vai bērna ģimeni būs jau uzsākts no citu institūciju un speciālistu puses. Lai izvairītos no funkciju dublēšanās, BAS pēc iespējas jāapzina un jāapkopo tā informācija, kas jau ir citu institūciju vai speciālistu rīcībā. BAS darbā ir pieejama informācija no NPAIS⁹.

⁹ Ministru kabineta 2014. gada 25. marta noteikumi Nr. 157 "Nepilngadīgo personu atbalsta informācijas sistēmas noteikumi". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/265255>

2.3. Ieteikumi bērna atbalsta plāna izstrādei

Kad veikta bērna situācijas, sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību, grūtību, resursu sākotnējā izvērtēšana, BAS izstrādā bērna atbalsta plānu izmantojot **5.5.pielikumu “Bērna atbalsta plāns”**.

Tāpat periodiski tiek veikta bērna atbalsta plāna pārskatīšana.

BAS pakalpojuma sniegšanas laikā BAS saņems lielu apjomu dažādas informācijas par bērnu, kas var ietekmēt bērna atbalsta plāna īstenošanas procesus.

Lai informācija strukturētā veidā regulāri tiktu piefiksēta, BAS savā praksē izmanto dienasgrāmatu, kas atrodama **5.7.pielikumā “BAS dienasgrāmata”**.

Dienasgrāmatā BAS iekļauj informāciju par veiktajām darbībām, notikušajām sarunām, veic piezīmes par neskaidrajiem jautājumiem, novērojumiem, atgādnēm u.c.

Bērna atbalsta plāna izstrāde pamatojas vairākos priekšnosacījumos:

- bērna situācijas iepazīšana un sākotnējā izvērtēšana;
- bērna vajadzību, individuālo apstākļu, resursu, vajadzību, grūtību analīze;
- darbību un aktivitāšu plānošana;
- atbalsta plāna dinamikas pārskatīšana.

Bērna atbalsta plānā ir jāietver šādi elementi:

- bērna vajadzību joma;
- bērna vajadzības, grūtības, problēmas;
- mērķis;
- BAS uzdevumi bērna atbalstam;
- izpildes termiņš;
- izpildes rezultāts.

Bērna atbalsta plāna izstrādē iesaistītās puses

Bērna atbalsta plāna izstrādes procesā var tikt organizētas starpprofesionāļu sanāksmes, var tikt piesaistīti papildus speciālisti, bērna ģimene, likumiskie pārstāvji, audžuģimene, aizbildnis, darbinieki bērnu aprūpes iestādē, un citi tuvākie cilvēki.

Būtiski, ka bērna atbalsta plāna izstrādē tiek iesaistīts bērns. Atkarībā no vecuma, var atšķirties bērna iesaistes intensitāte. Jo vecāks bērns, jo svarīgāk ir veicināt paša bērna lēmumu pieņemšanu par savu dzīvi un atbildības uzņemšanos. Bērnam, kuram bērna atbalsta plāns tiek izstrādāts, ir jābūt minētā plāna izstrādes un plānošanas centrā.

Bērna līdzdalības nozīme atbalsta plāna izstrādē

Labas līdzdalības prakses pazīmes, kas ļauj novērtēt, cik daudz bērns ir iesaistīts savas dzīves plānošanas procesā, tai skaitā atbalsta plāna izstrādē¹⁰:

- bērns ir iesaistīts lēmumu par savu ikdienas dzīvi, tai skaitā aprūpi, pieņemšanā;

¹⁰ *Sagatavošana patstāvīgai dzīvei. Vadlīnijas.* (2017). Insbruka: Starptautiskā SOS Bērnu ciematu asociācija. Pieejams: <https://www.sosbernuciemati.lv/storage/412bf208b8981983717f47cbdbe4301cd0120bbc.pdf>

- atbalsta plāna izstrādes procesā tiek atvēlēts īpašs laiks (piemēram, pirms tikšanās ar BAS vai citiem speciālistiem par atbalsta plāna izstrādi), lai bērnam saprotamā veidā izskaidrotu atbalsta sniegšanas procesu, lai bērnam būtu skaidra sadarbības ar BAS būtība, bērna atbalsta plāna izstrādes process, jēga, pielietojums un tā ietekme uz bērna dzīvi;
- bērns aktīvi piedalās savu vajadzību, grūtību novērtēšanā un nepieciešamā atbalsta plānošanā;
- BAS īpaši pievērš uzmanību tam, kā atbalstīt bērna līdzdalību, iesaisti, kā palīdzēt izzināt bērna vēlmes un viedokli, kā tos ņemt vērā, kā iedrošināt un veicināt bērna uzņēmību uzdevumu un mērķu sasniegšanā.

Vadlīniju **8.pielikumā “Bērna līdzdalības modeļi”** ir ieskicēti Rodžera Harta (*Roger Hart*), Harija Šīra (*Harry Shier*) un Loras Landijas (*Laura Lundy*) modeļi, kas raksturo dažādus bērnu līdzdalības un iesaistīšanas veidus.

Turpinājumā minēti vairāki jautājumi, kurus būtu svarīgi integrēt bērna atbalsta plānā, atbilstoši bērna individuālajām vajadzībām.

Atbalsts bērniem 16+, sagatavojoties patstāvīgai dzīvei

Bērniem, kuri vecāki par 16 gadiem un atrodas ārpusģimenes aprūpē, aktualizējas jautājums par atbalstu sagatavojoties patstāvīgai dzīvei un patstāvīgai dzīvei nepieciešamo prasmju apguvi. Likumdošana nosaka pašvaldības atbildību atbalstīt bērnus patstāvīgas dzīves sagatavošanā, kuri vecāki par 16 gadiem un uzņemti audžuģimenē vai atrodas bērnu aprūpes iestādē:

● ārpusģimenes aprūpes pakalpojumu sniedzējs (*aizbildnis, audžuģimene, bērnu aprūpes iestāde – autora papildinājums*) sešus mēnešus pirms bērna pilngadības sasniegšanas informē pašvaldību, kuras BT pieņēmusi lēmumu par bērna ārpusģimenes aprūpi, par laiku, kad bērnam beidzas ārpusģimenes aprūpe un viņam būs nepieciešams atbalsts izglītības iegūšanā un patstāvīgās dzīves uzsākšanā, kā arī palīdzība dzīvokļa jautājuma risināšanā¹¹.

● bērnu aprūpes iestādēs darbs organizējams tā, lai tās vidi tuvinātu ģimeniskai videi un nodrošinātu patstāvīgas dzīves iemaņu apgūšanu bāreņiem un bez vecāku gādības palikušiem bērniem. Lai nodrošinātu individuālu pieeju un patstāvīgas dzīves iemaņu apgūšanu atbilstoši bērna vecumam, spējām un prasmēm. Bērnu aprūpes iestāde var no saviem finanšu līdzekļiem piešķirt līdzekļus noteiktam bērna aprūpē iesaistītam darbiniekam bērna ēdiena, apģērba un citu viņa individuālām interesēm atbilstošu preču un pakalpojumu iegādei. Piešķiramās naudas summas apmēru, tās piešķiršanas un izlietošanas kārtību nosaka Ministru kabinets¹².

●SD pēc tam, kad ārpusģimenes aprūpē esošs bērns sasniedzis 16 gadu vecumu, ir pienākums sadarbībā ar ĀĢAC vai bērnu aprūpes iestādi ne retāk kā reizi gadā izvērtēt bērna nākotnes vajadzības un resursus un pēc viņa patstāvīgas dzīves uzsākšanas nodrošināt tam nepieciešamos atbalsta

¹¹ Ministru kabineta 2005. gada 15. novembra noteikumi Nr. 857 "Noteikumi par sociālajām garantijām un atbalstu bāreņiem un bez vecāku gādības palikušajam bērnam, kurš ir ārpusģimenes aprūpē, kā arī pēc ārpusģimenes aprūpes beigšanās". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/121592>

¹² Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likums. (2002).Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/68488>

pasākumus, kā arī vismaz divus gadus pēc patstāvīgas dzīves uzsākšanas novērtēt bērna sociālās situācijas izmaiņas¹³.

Lai arī atbalsts sagatavot bērnus patstāvīgai dzīvei ir pašvaldības kompetence, tomēr var būt gadījumi, kad BAS saskaras ar situācijām, kad bērns nepieciešamo atbalstu nav saņēmis vai saņēmis to nepietiekamā apjomā. Šādos gadījumos BAS rīcībā ir dažādi papildus rīki, kas palīdz bērnam identificēt ar patstāvīgas dzīves uzsākšanu saistītās vajadzības (piemēram, finanšu pratība, mājoklis, tiesības un juridiskie jautājumi, nodarbinātība, personīgā izaugsme, u.c.). Ja BAS konstatē, ka bērns nesaņem pietiekamu atbalstu patstāvīgai dzīvei nepieciešamo prasmju attīstībā, BAS var iniciēt šī jautājuma risināšanu, attiecīgās darbības iekļaujot bērna atbalsta plānā.

Bērna saiknes ar bioloģisko ģimeni uzturēšana

Viena daļa bērnu, ar kuriem BAS uzsāks sadarbību, ir bērni, kuri ir šķirti no bioloģiskās ģimenes. Bērniem, kuri ir šķirti no ģimenes, viena no pamatvajadzībām ir saiknes ar bioloģisko ģimeni uzturēšana. Saskaņā ar Latvijas likumdošanu viens no BT pienākumiem bērna ārpusģimenes aprūpes laikā ir sekot, lai aizbildnis, audžuģimene vai bērnu aprūpes iestāde veicinātu bērna un vecāka saskarsmi. Tomēr prakse rāda, ka ne vienmēr no ģimenes šķirtā bērna saikne ar bioloģisko ģimeni tiek pienācīgi atbalstīta un uzturēta. Tādēļ viens no BAS uzdevumiem, nepieciešamības gadījumā, ja tas nekaitē un nav pretrunā ar bērna labākajām interesēm, ir atbalstīt no ģimenes šķirta bērna saiknes ar bioloģisko ģimeni saglabāšanu un uzturēšanu, vienlaikus gan veicot bērna situācijas novērtējumu, gan veidojot bērna atbalsta plānu. Īpašu uzmanību pievēršot tam, kā šajā jautājuma tiek ņemtas vērā bērna vajadzības un viedoklis, kā arī tas, vai bērns saņem pietiekamu informāciju par savu ģimeni, šķiršanu no tās un saiknes uzturēšanu, vai iemesliem, kādēļ tas ir liegts, vai ierobežots.

Salīdzinoši nelielam bērnu skaitam, kuri ir šķirti no savas ģimenes, ir iespēja atgriezties vecāku aprūpē. Turklāt lielākā daļa bērnu no savas ģimenes tiek šķirti jau apzinātā vecumā, t.i. vecumā virs 4 gadiem¹⁴ un lielākajai daļai bērnu, kuri nonāk ārpusģimenes aprūpē, vecāki ir dzīvi un bērni ar vecākiem vēlas saglabāt attiecības un kontaktus. Lai kāda arī būtu bērnu līdzšinējā dzīves situācija un iemesli, kādēļ viņu vecākiem ir pārtrauktas vai ar tiesas lēmumu izbeigtas aizgādības tiesības, attiecības ar vecākiem un citiem tuviem ģimenes locekļiem ir bērna dzīves neatņemama sastāvdaļa, kas viņu ir veidojusi un kuru viņš pazīst. Tādēļ šīm attiecībām ir nozīmīga vieta bērna dzīvē arī pēc šķiršanas no vecākiem un ievietošanas īslaicīgi vai pastāvīgi audžuģimenē, aizbildnībā vai bērnu aprūpes iestādē.

Bērnu reakcijas par šķiršanu no vecākiem un citiem ģimenes locekļiem ir dažādas – sākot ar smagu depresiju, ja bērniem bijusi spēcīga piesaiste vecākiem un viņi pēkšņi tika no tiem šķirti, līdz reakcijas trūkumam - bērniem, kuri ir cietuši no pamešanas novārtā un kuru piesaiste ģimenei ir bijusi minimāla vai tās nav bijis nemaz. Kaut arī bērna šķiršana no vecākiem ir pamatota un pārsvarā bērna šķiršanas no vecākiem iemesli ir dažāda veida vardarbība, būtisks bērna drošības apdraudējums un vecāku nespēja parūpēties par bērna vajadzībām, tomēr katra bērna dzīvē šķiršana no ģimenes un ievietošana ārpusģimenes aprūpē tiek pārdzīvota kā zaudējums.

¹³ *Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likums*. (2002). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/68488>

¹⁴ *Valsts statistikas pārskatu par bāriņtiesu darbu 2023. gadā analīze*. (2024). Pieejams: <https://www.bac.gov.lv/lv/valsts-statistikas-parskatu-par-barintiesu-darbu-2023-gada-analize>

Šķirot bērnu no ģimenes, bērns bieži zaudē saiknes ar¹⁵:

- ģimeni, tostarp vecākiem, brāļiem vai māsām, paplašinātās ģimenes locekļiem vai dzimtu;
- draugiem un vienaudžiem;
- kaimiņiem un kopienas locekļiem, draudzi;
- kultūras identitāti, kas var radīt negatīvas sekas, ja bērnu ievieto citas kultūras uzņemtajā ģimenē;
- skolu un skolotājiem, kam var būt būtiska loma bērna dzīvē;
- pašapziņas zaudējums, jo “vecāku aprūpi zaudējuša bērna” statuss ir saistīts ar negatīviem stereotipiem;
- pastāvīguma zaudējums, jo ārpusģimenes aprūpe ne vienmēr bērnam sniedz tādu juridisko un sociālo statusu, aprūpes nepārtrauktību un saistības, ko nodrošina piederība savai ģimenei.

Raugoties no bērna pozīcijām, šķiršanu no savas ģimenes bērns var piedzīvot kā :

- sajūtu, ka es esmu kaut kādā veidā slikts;
- sajūtu, ka mana ģimene nav pietiekami laba, tā ir noraidīta, un līdz ar to arī es esmu noraidīts;
- apjukumu par to, ka esmu nošķirts no savā dzīvē nozīmīgiem cilvēkiem un es par to jūtos vainīgs.

To, kā bērns piedzīvo šķiršanu no ģimenes, ietekmē dažādi faktori - bērna vecums, attīstības stadija, šķiršanas no vecākiem iemesli un bērna izpratne par šiem iemesliem, atbalsts un iejūtība, ar kādu notikusi šķiršana, tas, kā bērnam izstāsta, kas notiek, un vai bērnu prom aizved sveši vai bērnam zināmi cilvēki.

Lai cik sarežģīta arī nebūtu bērna ģimenes dzīves pieredze, ģimene nav ārējs bērna dzīves elements, tā ir daļa no bērna būtības. Tādēļ bērniem, kuri zaudē vecāku aizgādību un tiek šķirti no ģimenes, ir būtiski, gadījumos, kad tas nekaitē bērna tiesībām un interesēm, pēc iespējas saglabāt *saiknes ar ģimeni nepārtrauktību* un *svarīgu ģimenes attiecību un saišu uzturēšanu*.

Saiknes ar *ģimeni nepārtrauktība* nozīmē, piemēram, uzņemotās ģimenes vai bērnu aprūpes iestādes sadarbību ar bērna vecākiem, bērna vecāku iesaistīšanu lēmumu pieņemšanā par bērna dzīvi. Savukārt, *ģimenes attiecību un saikņu saglabāšana* nozīmē:

- bērna kultūras, tradīciju un ieradumu atbalstīšanu;
- palīdzību lojalitātes konfliktu risināšanā;
- palīdzību, organizējot tikšanās un cita veida saskarsmi ar bērna vecākiem.

Svarīgi ir apzināties, ka no ģimenes šķirta bērna saiknes saglabāšana ar ģimeni izpaužas ne tikai kā fiziska saskarsme, bet aptver daudz un dažādus attiecību saglabāšanas un uzturēšanas veidus.

6.tabulā apkopoti piemēri, cik dažādos veidos var tikt īstenota no ģimenes šķirta bērna saiknes ar bioloģisko ģimeni saglabāšana un uzturēšana. Veids, kā nodrošināt no ģimenes šķirta bērna saikni ar bioloģisko ģimeni, ir atkarīgs no konkrētās bērna un viņa bioloģiskās ģimenes situācijas, ievērojot bērna labākās intereses, kā arī ņemto vērā BT noteikto saskarsmes kārtību (piemēram, lēmums par saskarsmes ierobežošanu). Skat. 5.tabulu.

¹⁵ Child Welfare League of America. (2005). *PRIDE (Parent Resources for Information, Development, and Education). A Model of Practice to Develop and Support Resource Families. Practice Guidebook*. Illinois Department of Children and Family Services Child Welfare League of America

5. Tabula. Veidi, kā praktiski var izpausties no vecākiem šķirta bērna saiknes saglabāšana ar bioloģisko ģimeni¹⁶

Saiknes saglabāšana ar bioloģisko ģimeni bez tiešas saskarsmes	Saiknes saglabāšana ar bioloģisko ģimeni, kas ietver saskarsmi starp uzņemošo ģimeni un bioloģisko ģimeni vai bērna aprūpes iestādi	Saiknes saglabāšana ar bioloģisko ģimeni, veicinot bērna atgriešanos bioloģiskajā ģimenē	Saiknes saglabāšana ar bioloģisko ģimeni
• Sūtīt vecākiem bērna fotogrāfijas un lūgt vecākiem atsūtīt savējās • Izteikties pozitīvi un atklāti par bērna bioloģisko ģimeni • Sūtīt bērna bioloģiskajai ģimenei sekmju izrakstus, u.c.	• Apmeklējuma laikā bērna vecākiem stāstīt par bērna ikdienas dzīvi • Lūgt bērna vecākiem padomus • Runājot ar bērna vecākiem, teikt “jūsu bērns”, u.c.	• Iesaistīt bērna vecākus vizītēs pie ārsta vai skolas sapulcēs • Rīkot bērna un vecāku tikšanās vecāku dzīvesvietās • Atbalstīt bērna atgriešanos bioloģiskajā ģimenē, u.c.	• Kopīgi ar bērna vecākiem koordinēt un pārrunāt bērna disciplinēšanas jautājumus • Uzņemt bērna vecākus uzņemošajā ģimenē vai bērna aprūpes iestādē • Sniegt atbalstu bērna bioloģiskajai ģimenei pēc bērna atgriešanās ģimenē, u.c.

6.tabula ilustrē plašu spektru, cik dažādos veidos var atbalstīt bērna saikni ar bioloģisko ģimeni. Ne vienmēr saikne ar bioloģisko ģimeni saistīta ar tieša kontakta veidošanu, ir daudz citu veidu, kā bērns var uzturēt un saglabāt saikni ar savu bioloģisko ģimeni.

Atbalstot bērna saikni ar viņa ģimeni, var palīdzēt bērnam samazināt zaudējuma sajūtu un sāpes, kuras viņš piedzīvo, kad tiek šķirts no savas ģimenes. Ģimenes saišu nepārtrauktība un saiknes saglabāšana ar bioloģisko ģimeni palīdz veidot attiecības ar aizbildni, audžuģimeni vai bērnu aprūpes iestādes darbiniekiem un atvieglo atgriešanās procesu bioloģiskajā ģimenē. Saskaņā ar Civillikumā noteikto, personiskas *attiecības un tieši kontakti* ar jebkuru no vecākiem ir bērna tiesības, neatkarīgi no tā, vai bērna vecākiem ir pārtrauktas vai izbeigtas aizgādības tiesības, proti, arī tad, ja bērna vecākiem ir izbeigtas aizgādības tiesības, bērnam ir tiesības uzturēt *personiskas attiecības un tiešus kontaktus ar jebkuru no vecākiem*.

¹⁶ Adaptēts no Child Welfare League of America. (2009). *PRIDE (Parent Resources for Information, Development, and Education). Foster PRIDE/Adopt PRIDE*. Illinois Department of Children and Family Services Child Welfare League of America,

Civillikuma 181.pants¹⁷ nosaka, ka:

- Bērnam ir tiesības uzturēt personiskas attiecības un tiešus kontaktus ar jebkuru no vecākiem (saskarsmes tiesība).
- Katram vecākam ir pienākums un tiesības uzturēt personiskas attiecības un tiešus kontaktus ar bērnu. Šis noteikums piemērojams arī tad, ja bērns ir šķirts no ģimenes vai nedzīvo kopā ar vienu no vecākiem vai abiem vecākiem. Tam vecākam, kurš nedzīvo kopā ar bērnu, ir tiesības saņemt ziņas par viņu, it īpaši ziņas par viņa attīstību, veselību, sekmēm mācībās, interesēm un sadzīves apstākļiem.
- Bērnam ir tiesības uzturēt personiskas attiecības un tiešus kontaktus ar brāļiem, māsām un vecvecākiem, kā arī citām personām, ar kurām bērns ilgu laiku ir dzīvojis nedalītā saimniecībā, ja tas atbilst bērna interesēm (saskarsmes tiesība).
- Jebkurai personai ir pienākums atturēties no tādām darbībām, kas varētu negatīvi iespaidot bērna attiecības ar kādu no vecākiem.

Ja BAS konstatē, ka saskarsme ar bioloģisko ģimeni ir bērnu apdraudoša, tad BAS ir jāinformē BT un likumisko pārstāvi.

Bērnu, kuri dzīvo ārpusģimenes aprūpē, tiesības bieži tiek ignorētas un pārkāptas. Šī mērķa grupa saskaras ar trūkumiem, kurus nepiedzīvo bioloģiskajās ģimenēs dzīvojošie bērni, un ir daudz tiesību pārkāpumu, daži no kuriem ir sistemātiski.

Jāuzsver vairāki iemesli, kādēļ bērnu tiesības, to izpratne un ievērošana ir tik būtiska bērniem ārpusģimenes aprūpē¹⁸:

- bērni ārpusģimenes aprūpē var būt īpaši viegli ievainojami un tiem **nepieciešama palīdzība un atbalsts;**
- bērni ārpusģimenes aprūpē ir pelnījuši **tādas pašas iespējas un tādu pašu cieņpilnu izturēšanos** kā bērni, kuri dzīvo bioloģiskajās ģimenēs;
- jebkuram par bērna aprūpi atbildīgajam ir noteikti **pienākumi** - ir jāpārzina bērnu tiesības, lai spētu nodrošināt, ka bērns ir pienācīgi aizsargāts;
- bērns, kura tiesības tiek pienācīgi ievērotas, **attīstīs savu potenciālu vislabākajā veidā.**

Starptautiskie un Latvijas tiesību akti paredz īpašu aizsardzību bērnam, kurš šķirts no bioloģiskās ģimenes, uzsverot šīs bērnu grupas neaizsargātību.

Centrālais tiesību aspekts visiem bērniem, ir bērna tiesības uzaugt ģimenē. BTAL ir noteikts, ka *ģimene ir dabiska bērna attīstības un augšanas vide, un katram bērnam ir neatņemamas tiesības uzaugt ģimenē*¹⁹, kas attiecīgi nosaka, ka katram bērnam ir tiesības uz ģimeni. Konvencijas 9.panta 3. daļā teikts, ka no viena vai abiem vecākiem šķīrtam bērnam ir *tiesības pastāvīgi uzturēt personiskas attiecības un tiešus kontaktus ar abiem vecākiem, izņemot gadījumus, kad tas ir pretrunā bērna*

¹⁷ Civillikums. (1937). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/90223>

¹⁸ SOS Children's Villages International. (2015). *Bērnu tiesību īstenošana. Apmācību rokasgrāmata bērnu alternatīvajā aprūpē strādājošiem speciālistiem*. Insbruka: Starptautiskie SOS Bērnu ciemati. Pieejams: <https://www.sos-childrensvillages.org/getmedia/303cdf5a-69ce-48aa-8c7d-56cb1acc1f4c/Realising-childrens-rights-LV.pdf>

¹⁹ *Bērnu tiesību aizsardzības likums* (1998). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/49096>

interesēm. Konvencijas 9.panta 4. daļā teikts, ka bērniem ir tiesības tikt informētiem par vecākiem, ar kuriem viņiem neizdodas sazināties – ja vien tas nekaitē bērna labklājībai. Papildus iepriekš minētajiem, jānorāda vēl viens būtisks iemesls, kādēļ bērnam ir svarīgi zināt savu izcelsmi – tā arī ir iespēja uzzināt par iespējamām pārmantotām saslimšanām, veikt savlaicīgu profilaksi un pasargāt sevi un savus pēcnācējus no saslimšanas riska. BTAL 13.pantā noteikts, ka bērnam ir iespēja paust savu viedokli un tikt sadzirdētam jebkuros jautājumos, kas skar bērna intereses, atbilstoši bērna vecumam un briedumam²⁰. Tas arī nozīmē, ka ir jāveic arī bērna informēšana un tiesību izskaidrošana bērnam saprotamā veidā. Arī vecākiem ir tiesības saņemt ziņas par bērnu – tam vecākam, kurš nedzīvo kopā ar bērnu, ir tiesības saņemt ziņas par bērnu, īpaši informācija par viņa attīstību, veselību, sekmēm mācībās, interesēm un sadzīves apstākļiem²¹.

*Pamatnostādnēs par bērnu alternatīvo aprūpi uzsvērts, ka bērniem, kuri šķirti no savas ģimenes un nonākuši ārpusģimenes aprūpē prioritāri šāds aprūpes risinājums jāskata kā *pagaidu risinājums un pēc iespējas jācenšas novērst cēloņus, kas bija par pamatu bērna šķiršanai no ģimenes un atgriezt bērnu atpakaļ vecāku gādībā*²², jāveicina bērna saskarsme ar ģimeni un citām bērnam tuvām personām, jānodrošina bērnam piekļuvi informācijai par viņa ģimenes locekļu stāvokli, ja bērnam nav sakaru ar tiem²³, jāizvairās šķirt brāļus un māsas, starp kuriem pastāv saikne un jādara viss iespējama, lai brāļi un māsas varētu savstarpēji sazināties, ja vien tas nav pret viņu gribu vai nav pretrunā viņu interesēm²⁴, jāveicina un jāsargā bērna tiesības uz identitāti²⁵ un kā ieteikumu iesaka veidot t.s. “dzīves grāmatu”, kas palīdz labāk apzināties savu identitāti, apkopojot informāciju, attēlus, personīgas un piemiņas lietas²⁶.*

²⁰ *Bērnu tiesību aizsardzības likums*. (1998). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/49096>

²¹ Latvijas Republikas Augstākā tiesa. (2017). 2017.gada sprieduma lietā nr.A420166716, SKA-639/2017. Pieejams: <https://at.gov.lv/downloadlawfile/5359>

²² Apvienoto Nāciju organizācijas Ģenerālā Asambleja. (2010). *Pamatnostādnes par bērnu alternatīvo aprūpi, 14.punkts*. Pieejams: <https://www.vvc.gov.lv/lv/media/11700/download?attachment>

²³ Apvienoto Nāciju organizācijas Ģenerālā Asambleja. (2010). *Pamatnostādnes par bērnu alternatīvo aprūpi, 81.punkts*. Pieejams: <https://www.vvc.gov.lv/lv/media/11700/download?attachment>

²⁴ Apvienoto Nāciju organizācijas Ģenerālā Asambleja. (2010). *Pamatnostādnes par bērnu alternatīvo aprūpi, 17.punkts*. Pieejams: <https://www.vvc.gov.lv/lv/media/11700/download?attachment>

²⁵ Apvienoto Nāciju organizācijas Ģenerālā Asambleja. (2010). *Pamatnostādnes par bērnu alternatīvo aprūpi, 16.punkts*. Pieejams: <https://www.vvc.gov.lv/lv/media/11700/download?attachment>

²⁶ Apvienoto Nāciju organizācijas Ģenerālā Asambleja. (2010). *Pamatnostādnes par bērnu alternatīvo aprūpi, 100.punkts*. Pieejams: <https://www.vvc.gov.lv/lv/media/11700/download?attachment>

2.4. Ieteikumi bērna atbalsta īstenošanai

2.4.1. Ieteikumi sadarbības ar bērnu veidošanai, uzturēšanai un noslēgšanai

BAS uzdevums ir sniegt atbalstu bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku. Šie bērni nāk no sarežģītas vides – viņu dzīves apstākļi var būt bijuši nedroši, neparedzami vai traumatiski. Ja bērnam nav bijusi stabila un droša aprūpe, viņš iemācās izdzīvošanas stratēģijas, piemēram, kļūst pārlietu modrs pret citu noskaņojumu vai noslēdzas sevī, neizrādot savas patiesās jūtas. Šādas pielāgošanās palīdz bērnam nedrošā vidē, taču vēlāk tās traucē veidot veselīgas attiecības – bērnam var būt grūti uzticēties un paļauties uz pieaugušajiem. Lielai daļai emocionāli vai fiziski cietušajiem bērniem ir grūtības veidot drošas piesaistes attiecības; viņi mēdz nekontrolēt emocijas un neatbilstoši reaģēt, jo nav guvuši pieredzi, ka pieaugušais būs stabils un atbalstošs.

Darbs ar bērniem, kuriem ir uzvedības un atkarības problēmas, prasa izpratni par viņu emocionālajām vajadzībām un attiecību pieredzi. Viens no nozīmīgākajiem konceptiem šajā kontekstā ir piesaiste. Piesaistes teorijā uzsvērts, ka bērna agrīnās attiecības ar primāro aprūpētāju veido pamatu tam, kā bērns vēlāk veidos attiecības ar citiem cilvēkiem. Agrīnā piesaiste kalpo par **paraugu** visām turpmākajām attiecībām bērna dzīvē. Bieži vien bērnu **izaicinoša uzvedība slēpj traumatisku pieredzi vai citu nelabvēlīgu pagātņi**.²⁷ Pētījumos konstatēts, ka bērni, kuri piedzīvojuši vardarbību vai novārtā atstāšanu, uzrāda augstāku uzvedības problēmu līmeni, grūtības emociju regulācijā un biežākas disciplīnas problēmas skolā.²⁸ Tāpat **nedroša piesaiste korelē ar paaugstinātu atkarību risku**, kamēr drošas piesaistes gadījumā atkarību izraisošo vielu lietošanas problēmas novērojamas retāk. Ja bērns nesaņem pietiekamu emocionālo aprūpi un mierinājumu no savas piesaistes personas, viņš mēdz meklēt **alternatīvus veidus, kā sevi nomierināt**, un nereti tas izpaužas atkarību vai citu neveselīgu uzvedību veidā – šie kaitīgie ieradumi pilda **kompensējoša pašmierinājuma mehānisma** lomu, kas aizstāj drošas piesaistes sniegto iekšējo līdzsvaru.²⁹ Tāpēc BAS ir svarīgi izprast katra bērna piesaistes modeli. Piesaistes teorija skaidro, ka bērna agrīnās attiecības ar aprūpētāju kļūst par modeli, kā viņš turpmāk uztvers citus cilvēkus un attieksmi pret sevi.

Zemāk aprakstīti četri piesaistes modeļi – **drošais, izvairīgais, ambivalentais un dezorganizētais** – ar teorētisku skaidrojumu, praktiskiem piemēriem un konkrētiem rīcības ieteikumiem BAS.

²⁷ SOS Bērnu ciemati. (n.d.). *Skola ar izpratni par traumu. Traumas skarto bērnu atbalstīšana izglītības procesā*. Pieejams:

<https://www.sosbernuciemati.lv/storage/9924eac31038cb232fb6a32db1444ad35c6ed074.pdf>

²⁸ Pirsko, L. (2008). *Bērnu piesaistes stāstījumi un vardarbības pieredze*. Pieejams: https://centrsdardedze.lv/wp-content/uploads/2021/10/1317550434158_Bernu-piesaistes-stastijumi-un-vardarbibas-pieredze_Pirsko_2008.pdf

²⁹ The Attachment Project. (2024). *Understanding Addiction Through Attachment Theory*. Pieejams: attachmentproject.comattachmentproject.com

Drošais piesaistes modelis

Teorija: Veidojas, ja aprūpētājs konsekventi reaģē uz bērna vajadzībām, radot pārliecību, ka pasaulē var paļauties uz citiem. Tas veicina bērna emocionālo stabilitāti, pašregulāciju un sociālās prasmes³⁰³¹. Šāda stabila emocionālā saikne bērnam rada pārliecību, ka **viņš pats ir vērtīgs un milams**, bet pasaule un pieaugušie – uzticami un atbalstoši. Drošas piesaistes attiecības kalpo par **“drošo pamatu”**, no kura bērns var brīvi izzināt pasauli un attīstīt veselīgas sociālās un emocionālās prasmes. Pētījumi apliecina, ka droši piesaistīti bērni un pusaudži mēdz izrādīt **labāku empātiju, pašvērtējumu, sociālo kompetenci un psiholoģisko labklājību**. Tāpat droša piesaiste bērnībā bieži vien pasargā no smagām uzvedības novirzēm un atkarību veidošanās vēlāk dzīvē³².

Ieteikumi:

- **Iesaistoša sadarbība ar bērnu un viņa atbalsta tīklu:** Droši piesaistīts bērns uzticas pieaugušajiem, tādēļ var relatīvi viegli veidot *sadarbības pilnas attiecības*. Ieteicams iesaistīt arī bērnam svarīgus pieaugušos (vecākus, ģimenes locekļus) atbalsta procesā, jo bērns ar drošu piesaisti pieņems palīdzību no cilvēkiem, kuri viņam rūp.
- **Stipro pušu un resursu izmantošana:** Uzsver bērna **pozitīvās īpašības un panākumus**, lai vairotu viņa pašapziņu. Drošās piesaistes gadījumā bērnam jau ir izveidojies labs pašvērtējums, tādēļ to var izmantot, lai motivētu bērnu pārvarēt grūtības (piemēram, atgādinot par iepriekš veiksmīgi atrisinātām situācijām).
- **Konsekvents atbalsts un skaidri mērķi:** Sniedz bērnam **skaidras struktūras un mērķus**, vienlaikus saglabājot siltu, atbalstošu attieksmi. Droši piesaistīts bērns parasti spēj adekvāti reaģēt uz noteikumiem un uzdevumiem, ja zina, ka pieaugušais ir godprātīgs un viņa rīcība būs paredzama. Vari droši **izvirzīt izaicinājumus**, kas veicina bērna izaugsmi, un bērns ar drošu piesaisti tos uztvers kā attīstības iespēju, jo jūtas pietiekami drošs mēģināt ko jaunu.
- **Atbalsts krīzes situācijās:** Ja bērnam ar drošu piesaisti tomēr ir izveidojušās uzvedības vai atkarības problēmas (piemēram, pusaudzis, kas nonācis sliktā kompānijā), izmanto esošo uzticēšanos. Sarunās **atzīsti un normalizē bērna emocijas**, pārliecini, ka esi viņa pusē, un kopīgi meklējiet risinājumus. Droša piesaiste nozīmē, ka bērns, visticamāk, **pieņems palīdzību**, ja tā tiks sniegta ar empātiju un cienot viņa patstāvību.

Izvairīgais piesaistes modelis

³⁰ Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books

³¹ Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Mahwah: Lawrence Erlbaum.

³² Nakhoul, L., Obeid, S., Sacre, H. et al. (2020). Attachment style and addictions (alcohol, cigarette, waterpipe and internet) among Lebanese adolescents: a national study. *BMC Psychology*, 8, 33. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00404-6>

Teorija: Veidojas, ja aprūpētājs bieži noraida bērna vajadzības vai manipulē ar tām. Bērns slēpj jūtas, lai nepieļautu traumēšanu³³. Izvairīgā (nedrošā) piesaiste veidojas, ja aprūpētājs ir **emocionāli nepieejams vai noraidošs**, nereti reaģējot uz bērnu tikai selektīvi (piemēram, “kā balvu” par labu uzvedību), turklāt var būt arī pārlietu kontrolējošs. Šādos apstākļos bērns iemācās **apslāpēt savas pieķeršanās jūtas** – viņš it kā *izslēdz* piesaistes uzvedību, kļūstot pārmērīgi patstāvīgs. Bērns cenšas būt “labs un nevajadzīgs” – kluss, paklausīgs, neuzbāzīgs – lai tikai neizraisītu aprūpētāja neapmierinātību. Saskaroties ar stresu vai apdraudējumu, šāds bērns **ārēji neizrāda emocijas**, jo ir pieradis tās slēpt un netic, ka uz emocijām sekos atbalsts. Viņi mēdz nomākt negatīvās jūtas un demonstrē tikai “pieņemamas” emocijas, lai **izvairītos no atraidījuma**. Iekšēji bērns ar izvairīgu piesaisti bieži jūtas **mazvērtīgs un nemīlams**, savukārt, pieaugušos viņš uztver kā neuzticamus – vai nu nepieejamus, vai arī pārāk kontrolējošus. Skolā šādus bērnus bieži uzskata par **paraugbērniem**: viņi ir paklausīgi, klusi un noslēgti, cenšoties nepievērst sev uzmanību. Tomēr tas, ka bērns nerada redzamas problēmas, var būt maldinoši – izvairīgi piesaistītie bērni cieš *klusējot* un, nesaņemot emocionālu atbalstu, var vērsties pie neveselīgiem pašnomierināšanās veidiem (piemēram, atkarību izraisošām vielām vai kompulsīvas interneta lietošanas), jo neprot lūgt palīdzību³⁴.

Ieteikumi:

- **Veido uzticību pakāpeniski:** Bērns ar izvairīgu piesaisti **nevērsīsies pēc palīdzības** pat tad, ja viņam klājas grūti, tāpēc jābūt proaktīvam kontaktā. Sākumā var piedāvāt **neitrālas sarunas vai kopīgu darbu pie praktiskiem uzdevumiem**, neuzdodot uzreiz personiskus jautājumus. Mērķis ir radīt fonā esošu sajūtu, ka pieaugušais ir pieejams, bet neuzbāzīgs.
- **Pozitīva, iedrošinoša pieeja:** Izvairies no jebkādas kritikas vai nosodošas intonācijas, **nepārmetiet** bērnam emocionālās atsvešinātības dēļ. Tā vietā konsekventi izrādi **atzinību par ikvienu progresu** vai mēģinājumu iesaistīties. Bērnam jāredz, ka pieaugušais **nenoraidīs viņu**, pat ja viņš kļūdās. Draudzīga, pieņemoša attieksme palīdzēs lauzt bērna priekšstatu, ka pieaugušie vienmēr būs auksti vai nepieejami.
- **“Droši uzdevumi” un pašizpauze bez spiediena:** Mēģini noskaidrot, kādas aktivitātes vai apstākļi palīdz šim bērnam justies mierīgi, un piedāvāji **drošus, strukturētus uzdevumus** atbilstoši viņa spējām. Piemēram, uztici bērnam patstāvīgu projektu, kas nerada lielu trauksmi, un ļauj viņam strādāt savā ritmā. Tas dod bērnam iespēju gūt panākumus *patstāvīgi*, vienlaikus zinot, ka nepieciešamības gadījumā atbalsts ir pieejams. **Nespied bērnu** uz tūlītēju atklātību vai ciešu emocionālu kontaktu – izvairīgs bērns no tā izbīsies. Esi gatavs **atkāpties**, ja jūti, ka centieni satuvināties rada bērnam diskomfortu. Ciešām uzticēšanās attiecībām ar šo bērnu būs nepieciešams ilgāks laiks; pacietīgi **parādi, ka esi uzticams** un viņa vajadzībām pieejams, taču respektē viņa robežas.

³³ Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121–160). Chicago: The University of Chicago Press.

³⁴ SOS Bērnu ciemati. (n.d.). Skola ar izpratni par traumu. Traumas skarto bērnu atbalstīšana izglītības procesā. Pieejams:

<https://www.sosbernuciemati.lv/storage/9924eac31038cb232fb6a32db1444ad35c6ed074.pdf>

- **Emocionālā izglītība individuāli:** Tā kā bērns savas jūtas pieradis slēpt, var *divatā* ar bērnu nodarboties ar **emociju atpazīšanas un izpausmes treniņiem**. Piemēram, ar sarunu vai darba burtnīcu palīdzību mācīt pamazām identificēt, ko bērns jūt dažādās situācijās, un apstiprināt, ka **jūtas nav “sliktas” vai nepieņemamas**. Svarīgi to darīt konfidenciali, nepiespiežot dalīties grupā, jo izvairīgie bērni nevēlas publisku uzmanību.
- **Nevērtēt pēc ārienes:** Atceries, ka *klusais, paklausīgais bērns* var nest sevī smagu emocionālu nastu. Regulāri, bet delikāti, *pārbaudi “kā klājas”*, piedāvājot palīdzēt pat tad, ja bērns to nepaprasa. Ar laiku bērns var sākt uzticēties, ka pieaugušais patiesi vēlas uz klausīt, un drīzāk atklās savas grūtības.

Ambivalentais / trauksmainais piesaistes modelis

Teorija: Veidojas, ja aprūpētāja atbildes uz bērnu ir nenoteiktas – reizēm atbalstošas, reizēm ignorējošas³⁵. Ambivalentā piesaiste veidojas, ja aprūpe bērībā bijusi nekonsekventa – aprūpētājs brīžiem ir pieejams, bet brīžiem ignorē bērna vajadzības. Šādas ambivalentas piesaistes sekas spilgti izpaužas bērna **uzvedībā**. Lai piesaistītu sev uzmanību un pārliecinātos, ka pieaugušais viņu nepametis novārtā, bērns var **izrādīt galējas reakcijas**. Piemēram, skolā viņš var demonstratīvi **dumpoties, provocēt konfliktus** vai iesaistīties riskantā uzvedībā, tā it kā pārbaudot, vai pieaugušie (skolotāji, speciālisti) joprojām rūpēsies par viņu arī pēc pārkāpumiem. Alternatīvi, šis bērns var kļūt **pārlieku centīgs un aktīvs**, izmisīgi cenšoties izpelnīties uzslavu, apbrīnu un pieņemšanu no pieaugušajiem vai vienaudžiem. Abos gadījumos pamatā ir **nedrošības sajūta** un bailes no noraidījuma. Tā rezultātā bērns nav drošs par attiecībām un izjūt pastāvīgu trauksmi un bailes no pamestības.

Uzvedības izpausmes: Šādi bērni mēdz būt emocionāli nestabili, ar grūtībām pašregulācijā – viņus var pārņemt spēcīgas, pretrunīgas emocijas (piemēram, vienlaikus vēlme pēc tuvības un dusmas pret aprūpētāju). Attiecībās viņi bieži cenšas panākt kontroli – manipulē ar emocijām vai pārbauda pieaugušo uzticamību, piemēram, ar uzvedības problēmām vai pārcentību. Pašvērtējums šiem bērniem parasti ir zems, un pieaugušie tiek uztverti kā neuzticami³⁶. Ambivalenti bērni var **vai nu pārcentīgi censties izpatikt**, vai arī regresēt uz “mazu bērnu” uzvedību (raudāšana, fiziska pieķeršanās, infantilizācija). **Tas ir atšķirīgi no izvairīgajiem**, kuri tieši izvairās no uzmanības vai emocionālas atkarības. Tāpat tas **nav tik haotisks kā dezorganizētajiem**, kuriem reakcijas bieži ir nepārskatāmas vai agresīvas. Šie bērni bieži provocē pieaugušos vai kļūst pārlieku centīgi, cenšoties panākt, lai viņus pamana. Tas atbilst klasiskajai ambivalentās piesaistes stratēģijai – *emocionāli skaļi signalizēt*, lai piesaistītu uzmanību. Ambivalenti bērni **spēcīgi reaģē uz jebkuru, pat niecīgu, novirzi pieaugušā tonī vai attieksmē**, to uztverot kā pamestības vai noraidījuma signālu.

Ieteikumi³⁷:

³⁵ Cassidy, J., Shaver, P.R. (2016). *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*. New York: The Guilford Press

³⁶ SOS Bērnu ciemati. (n.d.). *Skola ar izpratni par traumu. Traumas skarto bērnu atbalstīšana izglītības procesā*. Pieejams: <https://www.sosbernuciemati.lv/storage/9924eac31038cb232fb6a32db1444ad35c6ed074.pdf>

³⁷ Cassidy, J., & Berlin, L.J. (1994). The insecure/ambivalent pattern of attachment: theory and research. *Child Development*, 65(4), 971–991. Pieejams: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7956474/>

- **Emocionālais atbalsts trauksmes mazināšanai. Emociju identificēšanas treniņi.** Svarīgi ir veicināt bērna spēju atpazīt un saprast savas emocijas, palīdzot viņam nosaukt, strukturēt un normalizēt jūtas. Tam noder emocionālās refleksijas uzdevumi, sarunas, vizuāli līdzekļi (piemēram, emociju kartes), kā arī ikdienas rutīnā iekļauti apzināti brīži emocionālās pašsajūtas novērtēšanai – piemēram, “*kā tu šodien jūties?*” Pārrunājot bez vērtējuma vai steigas. Darbs ar emocijām šim piesaistes modelim ir jāveic sistemātiski. Ieteicams iemācīt bērnam pašnomierināšanās stratēģijas, piemēram, skaitīšanu, dziļu elpošanu. Ieteicams uzturēt mierīgu, līdzsvarotu klātbūtni situācijās, kad bērns piedzīvo emocionālu krīzi vai diskomfortu. Nomierinošs balss tembrs, kā arī mierīga fiziskā klātbūtne palīdz bērnam atgūt līdzsvaru. Izmantojiet emociju kartes, lai palīdzētu bērnam identificēt un nosaukt savas jūtas. Šis rīks palīdz bērniem ar ambivalentu piesaisti labāk saprast savu emocionālo stāvokli³⁸
- **Pacietība attiecību veidošanā.** Svarīgi saprast, ka uzticības veidošana ar ambivalenti piesaistītu bērnu aizņem laiku. Veidojiet uzticību pakāpeniski, soli pa solim. Turpiniet arī pēc sarežģītām epizodēm. Ambivalenti bērni var reaģēt uz jebkuru, pat niecīgu, novirzi pieaugušā tonī vai attieksmē, to uztverot kā pamestības vai noraidījuma signālu. Bērnam sniedzot atbalstu, esiet konsekventi, pat, ja bērns noraida palīdzību vai izrāda pretestību. Noturiet skaidras, bet empātiskas, profesionālās robežas. Bērnam jājūtas droši, zinot, kas ir sagaidāms no BAS. Rūpējieties arī par savu emocionālo labsajūtu, jo darbs ar ambivalenti piesaistītiem bērniem var būt emocionāli izaicinošs.
- **Strukturēta vide un rutīna.** Skaidri noteikumi – ambivalentiem bērniem vajag paredzamību, lai justos droši. Svarīga ir strukturēta dienas un notikumu rutīna. Par jebkurām izmaiņām informējiet un sagatavojiet bērnu. Uzturiet konsekventu attieksmi un reakcijas uz bērna uzvedību. Tas palīdzēs bērnam veidot drošības sajūtu.
- **Nepieciešamība pēc ārēja apstiprinājuma** – slavēšana un pozitīva uzmanība palīdz šiem bērniem justies vērtīgiem, kas ir būtiski darbā ar šī piesaistes modeļa bērniem. **Novērtējiet katru mēģinājumu,** nevis tikai rezultātu. **Šiem bērniem soli pa solim jāiemācās noticēt saviem spēkiem, gūstot panākumus nelielos uzdevumos.**

Dezorganizētais piesaistes modelis

Teorija: Dezorganizēta piesaiste rodas situācijās, kad bērns **nespēj izveidot konsekventu stratēģiju** savu vajadzību apmierināšanai, jo aprūpētāja uzvedība ir kardināli neprognozējama. Nereti šis piesaistes modelis veidojas bērniem, kuri cietuši no **vardarbības, pamešanas novārtā vai vecāku atkarībām**, proti, gadījumos, kad pats aprūpētājs ir bijis *bailu avots* vai radījis bērnam traumatisku pieredzi.³⁹ Piemēram, ja aprūpētājs lieto apreibinošas vielas, ir psihiski nevesels vai ģimenē valda vardarbība, bērns vienlaikus izjūt vajadzību pēc aprūpes **un bailes no šīs pašas personas**. Šādu situāciju dēvē par “*bailēm bez risinājuma*” – bērns instinktīvi tiecas pēc tuvības, lai gūtu aizsardzību, bet tuvība nozīmē pakļaušanos briesmām. Rezultātā bērna piesaistes uzvedība kļūst **haotiska un dezorganizēta**: viņš var **pretrunīgi reaģēt** uz aprūpētāju, brīžiem izrādot izmisīgu pieķeršanos,

³⁸ Emociju kartītes: bezmaksas veidnes no Storyboard. (n.d.). Pieejams: <https://veiksmesstastskatrambernām.lv/wp-content/uploads/2022/03/FEELINGS-POSTER-A4-LV.pdf>

³⁹ SOS Bērnu ciemati. (n.d.). *Skola ar izpratni par traumu. Traumas skarto bērnu atbalstīšana izglītības procesā*. Pieejams: <https://www.sosbernuciemati.lv/storage/9924eac31038cb232fb6a32db1444ad35c6ed074.pdf>

brīžiem – agresiju vai sastingumu. Bērns praktiski *dzīvo pastāvīgā trauksmes stāvoklī* – vienmēr modrs, gaidot potenciālas briesmas. Šiem bērniem ir nopietni traucēta **emociju pašregulācija**; stresa brīžos viņi vai nu kļūst ļoti agresīvi, vai tieši pretēji – bezpalīdzīgi un “atslēdzas” baiļu dēļ. Pašuztvere bieži ir sašķelta: bērns var sevi uzskatīt vienlaikus par *stipru*, bet “sliktu” vai nemīlamu, turpretī, pieaugušo – par vienlaikus nepieejamu un biedējošu.

Uzvedības izpausmes: Dezorganizēti piesaistītie bērni parasti ir visizaicinošākie uzvedības ziņā. Skolotāji un speciālisti nereti tos raksturo kā “**visproblemātiskākos**” gadījumus. Bērnam var būt **ļoti vājas sekmes** mācībās un grūtības koncentrēties, jo pastāvīgā trauksme un haoss iekšējā pasaulē traucē mācīties. Bieži novērojams **augsts trauksmes līmenis un hiperaktivitāte** – bērns nespēj mierīgi nosēdēt, ir impulsīvs. Tāpat biežas ir **agresīvas, izaicinošas uzvedības epizodes**: šie bērni var iesaistīties vardarbīgos konfliktos, tīši pārkāpt noteikumus, izaicināt autoritāti, šķietami bez baiļu sajūtas. Raksturīgi arī, ka bērns **neievēro sociālās robežas** – neciena citu cilvēku vajadzības, ignorē noteikumus un norādījumus. Jāņem vērā, ka bieži vien šāds bērns pats nāk no ļoti nesakārtotas vides – bērnu aprūpes iestādēs vai audžuģimenēs *dezorganizēta piesaiste sastopama īpaši bieži*, un bērna uzvedība atspoguļo izdzīvošanas mehānismus, ko viņš iemācījies haotiskā, traumējošā vidē. Diemžēl šiem bērniem ir **augsts psihisku traucējumu un atkarību riska** līmenis nākotnē, ja netiek sniegta savlaicīga palīdzība.

Ieteikumi:

- **Drošība pirmajā vietā.** Strādājot ar bērnu, kura pieredzē ir dezorganizēta piesaiste, galvenais uzdevums ir radīt bērnam drošības sajūtu. Videi jābūt maksimāli paredzamai, strukturētai un fiziski/emocionāli drošai. Izvairies no jebkādām situācijām, kas bērnam var izraisīt bailes vai atgādināt traumu – piemēram, pēkšņām pārmaiņām vai autoritāra komunikācijas stila. Struktūra un rutīna šim bērnam ir kā palīgs pret haosu, ko viņš pieredzējis agrāk.

Piemērs: Ja paredzētas pārmaiņas dienas kārtībā (piemēram, došanās pie ārsta), svarīgi tās savlaicīgi izskaidrot bērnam vienkāršā, mierīgā valodā: *”Rīt mēs dosimies pie ārsta. Mēs iziesim no mājas pēc brokastīm, un es būšu tev blakus visu laiku. Ja tu jutīsies satraukts, mēs varēsim par to parunāt.”* Šāda iepriekšēja sagatavošana un uzticama klātbūtne palīdz bērnam justies droši, pat ja situācija viņam ir jauna vai neierasta.

- **Traumatisma izpratne un izvairīšanās no “trigeriem”:** BAS jāapzinās, ka agresija vai nepieklājība ir **traumas sekas**, nevis “slikts raksturs”. Reaģējiet **mierīgi, bez konfrontēšanas** pat tad, ja bērns provocē. *Nepaliec divatā situācijā, kas var kļūt bīstama* – ja bērns ir stipri agresīvs, piesaisti vēl kādu pieaugušo, lai parādītu, ka situācija ir kontrolēta un droša visiem. Tāpat centies identificēt **konkrētus stresa izraisītājus** (piemēram, fizisks pieskāriens var atgādināt bērnam par pāri darījumu) un **maksimāli no tiem izvairīties**. Bērnam jābūt, ka viņš atrodas vidē, kur nekas viņam nedraud.
- **Konsekvence un paredzamība pieaugušo rīcībā:** Ļoti svarīgi, lai BAS pats demonstrētu **absolūtu uzticamību un paredzamību**. Bērns ar dezorganizētu piesaisti pastāvīgi gaida pieaugušā neadekvātu rīcību (jo tā pieredzēta agrāk). Laika gaitā pacietīgi jāparāda, ka *šoreiz* pieaugušais ir citāds – **nevienu neizmantos, nesodīs bez pamatota iemesla, nepametīs**. Piemēram, ja bērns izdarījis pārkāpumu, seko **skaidrai, iepriekš zināmai procedūrai**: mierīgi

izskaidro sekas, bet arī apliecinī, ka attiecības ar bērnu netiek sarautas. Šim bērnam ārkārtīgi svarīgi redzēt, ka pieaugušais **spēj valdīt pār sevi** pat sarežģītās situācijās – ka nebūs pēkšņu dusmu izvirdumu vai nepamatotas rīcības. Konsekventa, mierīga un paredzama pieaugušā attieksme pakāpeniski veicina bērna psiholoģiskās aizsardzības mehānismu mazināšanos un spēju veidot uzticēšanos.

- **Ilgtermiņa attiecību veidošana:** Dezorganizēti piesaistītam bērnam dziedējoša var būt **ilgstošas, pozitīvas attiecības** ar pieaugušo. BAS jābūt gatavam, ka uzticēšanās veidošana var būt **ilglaicīgs process** – bērns sākumā var vairākkārt “pārbaudīt” BAS pacietību un nodomus (piemēram, apzināti pārkāpjot noteikumus, lai redzētu, vai BAS atteiksies viņu atbalstīt). Ir svarīgi turpināt **demonstrēt rūpes** arī pēc epizodēm, kad bērna uzvedība ir bijusi neatbilstoša. Ar laiku, saņemot *atkārtotu pierādījumu*, ka pieaugušais viņu nepametis un pieņem viņu arī ar “slikto” uzvedību, bērns var sākt veidot drošāku piesaisti. Īpaši nozīmīgi ir **sagatavot bērnu jebkādām pārmaiņām** viņa dzīvē – piemēram, ja mainās speciālisti, dzīvesvieta, aprūpes kārtība, bērns jāinformē un jāsaģatavo laicīgi, citādi pēkšņas pārmaiņas var atkārtoti traumēt (izraisīt pamestības sajūtu). Stabila attiecību figūra, kas **paliek blakus** arī pārmaiņu laikā, bērnam dos pretstatu agrākajai pieredzei.
- **Komandas darbs un profesionāla palīdzība:** Bērni ar dezorganizētu piesaisti bieži ir piedzīvojuši **kompleksu traumu**, tādēļ BAS jāsadarbojas ar citiem speciālistiem (psihologiem, psihietriem, sociālajiem darbiniekiem). Piemēram, vienlaikus ar uzvedības vadības metodēm skolā vai citā iestādē, bērnam var būt nepieciešama **terapija**, lai pārstrādātu traumatisko pieredzi. BAS šajā komandā ir kā **ikdienas atbalsta figūra**, kas praksē ievieš *traumas izpratnē balstītu pieeju*. Regulāras starpdisciplinārās sapulces palīdzēs nodrošināt, ka visi, kas strādā ar bērnu, rīkojas saskaņoti un bērns saņem vienotu, stabilu atbalstu.
- **Cerību uzturēšana un mazi soļi:** Lai gan bērna agrīnais piesaistes modelis ir bijis ļoti nedrošs, pozitīva pieredze jaunās attiecībās to var **koriģēt** vismaz daļēji. BAS uzdevums ir *atbalstīt bērna ticību* savām spējām mainīties – katrs solis uz priekšu (kaut vai neliels progress uzvedībā, uzticēšanās pazīme vai atteikšanās no destruktīva ieraduma) ir jānovērtē. Ar pacietību un mērķtiecīgu darbu laika gaitā var panākt, ka bērns **pamatos sāk veidot drošāku piesaisti** un attiecīgi samazinās arī viņa uzvedības un atkarības problēmas.

Noslēgumā, izpratne par **piesaistes modeļiem un to ietekmi** sniedz zināšanas, kā **efektīvāk palīdzēt** bērnam. Sprotot, kāpēc bērnam ir grūtības uzticēties vai bail no atraidījuma, BAS var **pielāgot savu pieeju** – vienam bērnam vajadzīga telpa un klusums, citam – papildu uzmanība, citam – skaidri noteiktas robežas. Šāda individuāli piemērota, attiecībās balstīta stratēģija palīdz ne vien risināt pašu uzvedības vai atkarības problēmu **sekas**, bet arī dziedēt tās **cēloņus**, sniedzot bērnam iespēju pakāpeniski veidot veselīgākas attiecības ar sevi un citiem.

Vienlaikus, daudzi no šiem bērniem ir saskārušies ar **biežu speciālistu un dzīvesvietas maiņu**. Piemēram, bērniem, kuri dzīvojuši bērnu aprūpes iestādēs, aprūpē bieži mainās darbinieki, kas vēl vairāk apgrūtina piesaistes attiecību veidošanu. Šādi bērni bieži izrāda virkni **specifiskas** uzvedības un emocionālās reakcijas:

- **Izteikta vajadzība pēc kontroles** – pastiprināta vēlme kontrolēt situācijas, īpaši pieaugušo emocijas un uzvedību;
- **Cīņa par varu** – bērni bieži nonāk konfrontācijā, izjutot apmierinājumu no pārākuma izjūtas;
- **Hronisks noliegums** – bērns konsekventi iebilst un noraida piedāvāto palīdzību, izrādot neatkarību;
- **Tendence radīt sāpes citiem** – bērns mēdz izraisīt emocionālas vai fiziskas ciešanas apkārtējiem, bieži kā aizsardzības mehānismu pret paša ievainojamību vai nekontrolētām emocijām;
- **Zems pašvērtējums** – dziļi iesakņojies negatīvs paštēls, pārliecība par savu mazvērtību;
- **Grūtības regulēt emocijas** – vāja afektu pašregulācija, emocionālas svārstības, eksplozīva uzvedība;
- **Pretestība pozitīvai mijiedarbībai** – izvairīšanās no siltuma, smiekliem, savstarpēja prieka;
- **Nespēja lūgt palīdzību** – noliegta vajadzības pēc atbalsta, izvairīšanās no atkarības no citiem;
- **Atgrūž atzinību** – nepieņem uzslavas, nespēj noticēt savai vērtībai;
- **Noraida tuvību un mīlestību** – atsakās būt īpašs kādam, izvairās no pieķeršanās attiecībām;
- **Hroniska kauna sajūta** – dziļi iesakņota pārliecība par savu "nepareizību", bieži jau kopš dzimšanas⁴⁰.

Šo iezīmju izpratne ir būtiska, lai BAS spētu veidot **drošas, empātiskas un strukturētas attiecības**, kas ļauj bērnam soli pa solim veidot jaunu, dziedinošu pieredzi attiecībās ar pieaugušo.

Kontakta veidošana ar bērnu: BAS loma un praktiskie soļi

Profesionālu, uzticamu attiecību nozīmi grūti pārvērtēt. **Terapeitiskās alianses** kvalitāte (t.i., uzticības pilnas attiecības ar speciālistu) ir viens no spēcīgākajiem pozitīvo iznākumu priekšnoteikumiem. Citiem vārdiem, **labas attiecības** bieži vien veicina progresu vairāk nekā konkrētas intervences tehnikas. Darbs ar bērniem to apliecina praksē: par spīti visām grūtībām tieši uzticamas attiecības ar speciālistu nereti kļūst par atslēgu veiksmīgam iznākumam. Pozitīva **attiecību veidošana** ir arī rehabilitācijas stūrakmens – piemēram, mentora programmas rāda, ka stabilas, atbalstošas attiecības var uzlabot bērnu mentālo, sociālo labklājību un fizisko veselību pat sarežģītos apstākļos⁴¹.

BAS loma ir izaicinoša: jāpanāk kontakts ar bērnu, kurš iespējams ir *vīlies pieaugušajos vai naidīgi noskaņots*, jāiemanto viņa uzticēšanās un jāsaglabā profesionālās robežas. Vadlīnijās soli pa solim aplūkosim, **kā praktiski veidot, uzturēt un noslēgt attiecības** ar bērniem ar uzvedības un atkarības problēmām.

Kontakta veidošana

⁴⁰ Hughes, D.A. (1997). *Facilitating Developmental Attachment: The Road to Emotional Recovery and Behavioral Change in Foster and Adopted Children*. Oxford: Jason Aronson, Inc.

⁴¹ Haft, S. L., Chen, T., Leblanc, C., Tencza, F., & Hoeft, F. (2019). Impact of mentoring on socio-emotional and mental health outcomes of youth with learning disabilities and attention-deficit hyperactivity disorder. *Child and Adolescent Mental Health*, 24(4), 318–328. <https://doi.org/10.1111/camh.12331> Pieejams: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6812582/>

- **Attiecību veidošana sākas jau pirmajā tikšanās reizē**, un no tā, cik veiksmīgi izveidots sākotnējais kontakts, nereti atkarīgs turpmākās sadarbības iznākums. BAS, uzsākot darbu ar bērnu, sākotnēji jākoncentrējas uz **emocionālā kontakta nodibināšanu**, nevis formalitātēm. Pirmajās tikšanās reizēs svarīgi iepazīties ar **bēru**.
- Sadarbības sākumā ir ļoti svarīgi **nevis gaidīt, ka bērns ieradīsies pie speciālista, bet gan pašam doties pie bērna** uz viņa dzīvesvietu. Nereti bērni un jaunieši, kuriem ir trauksme, zems pašvērtējums, negatīva pieredze ar pieaugušajiem vai institūcijām, **nenāks uz tikšanos**, pat ja tā ir norunāta.
- Svarīgi organizēt tikšanās brīvā, pozitīvā vidē, kas veicina brīvas un neformālas sarunas, piemēram, jaunatnes darba speciālisti atzīst, ka **neformālā gaisotnē** – kopīgi gatavojot maltīti vai dodoties izbraucienā, jaunieši atveras vairāk, nekā sēžot speciālista birojā, kur saruna koncentrēta tikai uz “problēmu”.

Neformāla vide palīdz mazināt distanci starp pieaugušo un bērnu, kā arī rada iespēju kontaktu veidot pakāpeniski. Sarunas neformālā vidē veidojas dabiskāk, ja notiek **paralēli kopīgai praktiskai aktivitātei** – pastaigai, ēst gatavošanai, pastaigā ar suni, vai citām vienkāršām nodarbēm. Šādā vidē bērns jūtas mazāk vērtēts vai novērots un jutīsies drošāk.

Būtiska ir **cieņas un empātijas** izrādīšana. Bērni ir jutīgi pret attieksmi – viņi pamana gan speciālista balss toni, gan skatienu. Pat šķietami sīkumi var ietekmēt kontaktu. Pirmajā sarunā, BAS iepazīstina ar sevi, **izskaidro savu lomu** un to, ko bērns no šīs sadarbības var sagaidīt. Piemēram, kāpēc BAS iesaistās bērna dzīvē un kādos jautājumos var palīdzēt. Vienlaikus būtiski apliecināt konfidencialitāti – ka bērna stāstītais paliks starp abiem, **izņemot** tos gadījumus, kad runa ir par bērna veselību un drošību. Šāda **atklātība, noteikumu un robežu izskaidrošana** sadarbības sākumā palīdz veidot uzticēšanos, jo bērns sapratis, ka ar viņu runā godīgi.

Pirmajās tikšanās reizēs svarīgi ievērot:

- ✓ **Nespiediet bērnu runāt, kad viņš nerunā.** Neizjautājiēt bērnu. Ļaujiet viņam nerunāt. Svarīgākais ir vienkārši būt līdzās – ar klātbūtni un pieņemšanu.
- ✓ **Plānojiet tikšanos īsu.** Pirmās tikšanās ilgumam nevajadzētu pārsniegt 30 minūtes. Sākotnēji pietiek ar īsu kontaktu, kas neizraisa pārslodzi.
- ✓ **Izmantojiet vienkāršu valodu.** Daudziem bērniem, īpaši ar sarežģītu pieredzi, ir ierobežots vārdu krājums. Jautājiēt, vai bērns sapratis teikto, un, ja nepieciešams, paskaidrojiet vēlreiz vienkāršākā valodā.
- ✓ **Vērojiet bērna ķermeņa valodu.** Pirmajās tikšanās reizēs bērni var būt ļoti trauksmaini. Uz to var norādīt:
 - bērns izvairās no acu kontakta;
 - pleķi sejā, sasārtums;
 - kasišana, skrāpēšana (rokas, kājas);
 - nemiers ķermenī – šūpošanās, kājas kratīšana;

- pārmērīga izvairīšanās, aizsardzības pozas.

✓ **Ja bērns izrāda augstu trauksmi, tikšanās jāpārtrauc.** Vienmēr jārespektē bērna signāli un robežas. Kontakta veidošana prasa laiku – kādam tā var būt pāris nedēļas, bet citam 4 līdz 6 mēneši vai pat ilgāk.

Lai veiksmīgi **nodibinātu kontaktu**, ieteicams sekot dažiem pamatprincipiem:

- **Izveido drošu un draudzīgu gaisotni:** sāk sarunu ar vienkāršiem tematiem. Var uzdot “nekaitīgus” jautājumus par bērna interesēm vai ikdienu. Pat īsa neformāla saruna palīdz “salauzt ledu” un veidot **sākotnējo savstarpējo uzticēšanos**.

*Svarīgi atcerēties, ka **bērns var arī nezināt**, kas viņu interesē. Daudziem bērniem ar sarežģītu pieredzi nav bijusi iespēja izzināt savas intereses. Šādās situācijās jābūt pacietīgam, piedāvājot dažādus variantus un vērojot bērna reakcijas – neverbāli signāli bieži sniedz svarīgas norādes.*

Papildus skatiet ieteikumus **5.4.4. pielikumā “Brīvais laiks un intereses” un 9. pielikumā “Mana nedēļa”**.

- **Aktīvi klausies un parādi sapratni:** Jau pirmajā tikšanās reizē centies vairāk *klausīties* nekā runāt. **Aktīva klausīšanās** (acu kontakts, piekritoša pamāšana ar galvu, emocionāli atbilstošas sejas izteiksmes) demonstrē bērnam, ka tu **dzirdi un novērtē** viņa teikto. Atturies pārtraukt vai uzreiz dot padomus, ļauj bērnam izteikties saviem vārdiem. Piemēram, ja 10 gadus vecs zēns stāsta par grūtībām skolā, BAS var mierīgi ieklausīties un atspoguļot teikto: “Izskatās, ka tu jūties **pārņemts ar notiekošo klasē**, vai ne?” – tā bērns redzēs, ka viņa izjūtas tiek saprastas. **Empātija** ir kritiska jau kontakta veidošanas fāzē – bērnam jājūt, ka speciālists *cenšas izprast viņa pasauli*. Pētījumi apliecina, ka empātiska, iejūtīga attieksme veido **dziļāku saikni** un veicina emocionālu dziedināšanu. Tāpēc BAS jau no sākuma var verbāli un neverbāli paust: “Es tevi dzirdu un pieņemu”⁴².

***Pirmajās tikšanās reizēs izvairieties no tiešiem jautājumiem par traumām, atkarībām vai citiem sāpīgiem notikumiem.** Nespiediet uz atklātību. Bērns vai jauniešs dalīsies ar savu pieredzi tad, kad jutīsies pietiekami droši un būs izveidojusies uzticēšanās. Daudzi no šiem bērniem savu stāstu jau ir atkārtoti stāstījuši dažādiem speciālistiem – sociālajiem darbiniekiem, pedagogiem, ārstiem – šī atkārtotā “iztaujāšana” var radīt apnikumu, nogurumu, neuzticēšanos vai pat aizsardzības reakciju. Tavs uzdevums nav “dabūt ārā informāciju”, bet izveidot tādu attiecību vidi, kur bērns var runāt, kad viņš ir tam gatavs.*

- **Esi patiens un nesamākslots:** Bērni ļoti ātri “uztausta” neīstu attieksmi. Izvairies no pārlieku formālas, birokrātiskas runas vai tēlotas laipnības. Vienkārši **būt autentiskam** – runāt saprotami, godīgi atbildēt uz jautājumiem – palīdz bērnam saredzēt tevī *cilvēku, kam varbūt var uzticēties*. Ja kaut ko nezini, atzīsti to (piemēram: “Es precīzi nezinu, kā tas notiks, bet

⁴² Rogers, C. R., & Farson, R. E. (1987). Active listening. In R. G. Newman, M. A. Danziger, & M. Cohen (Eds.), *Communicating in business today* (pp. 589-598).. Washington, D.C.: Heath and Company. Pieejams: https://wholebeinginstitute.com/wp-content/uploads/Rogers_Farson_Active-Listening.pdf

noskaidrošu un pastāstīšu tev nākamreiz”). Svarīgi ir nesolīt to, ko nevar izpildīt - tukši solījumi (“viss būs labi”, “es atrisināšu visas tavas problēmas”) var radīt pretēju efektu.

- **Sāc veidot sadarbības pamatu:** Jau pirmajā tikšanās reizē vari **vienoties par dažiem “spēles noteikumiem”**. Piemēram, vienojieties, kā bērns var ar tevi sazināties starp tikšanās reizēm, kas notiks, ja kāds no jums netiek uz tikšanos utt. Svarīgi apspriest arī bērna *vēlmes un mērķus*: “Kas tev šobrīd ir vissvarīgākais, ko tu gribētu mainīt vai kur tev vajadzīgs atbalsts?” Ja bērns nevēlas iesaistīties, mēģini atrast **ārēju motivatoru**, kas viņam ir *svarīgs*. Pētījumos par “grūti motivējamajiem” pusaudžiem secināts, ka labāk sākumā fokusēties uz tiem mērķiem, kurus **pats jaunietis atzīst**. Ja pusaudzis redzēs, ka tu **dzirdi viņa prioritātes**, viņš drīzāk uztvers tevi kā sabiedroto, nevis kārtējo “audzinātāju”⁴³.

Sadarbības sākumā ieteicams izmantot ārējos motivatorus Tas palīdz veidot pirmo kontaktu un mazināt bērna iekšējo pretestību vai trauksmi. Ārējie motivatori var būt:

- *kopīga maltīte vai našķis (burbuļtēja, pica u.c.);*
- *bērnām saistoša aktivitāte (piemēram, spēles, zīmēšana, pastaiga, došanās uz interesantu vietu, sausais ledus),*
- *piedāvājums palīdzēt ikdienišķos darbos (piemēram, iepirkties), kas rada līdzdalības sajūtu un neuzspiež uz tiešu sarunu.*

Šāda pieeja ir īpaši iedarbīga jaunākiem bērniem (aptuveni līdz 10–12 gadu vecumam), kuru uzvedību biežāk ietekmē tūlītēja apbalvošana un kuri vēl tikai apgūst iekšējo motivāciju.

Laikam ejot, bērns vai jaunietis pats vēlēties tikties un sadarboties – ne vairs dēļ našķa vai balvas, bet attiecību dēļ. Tad lēnām iespējams pāriet no ārējās motivācijas uz iekšējās motivācijas veicināšanu – vēlmi attīstīties, būt kopā ar kādu, kam viņš uzticas.

Ārējie motivatori nav “manipulācija”, bet atbalsta instruments, kas, pareizi lietots, palīdz bērnam uzsākt ceļu uz ilgstošu izaugsmi un attiecību drošību.

- **Valodas lietojums un komunikācijas pieejamība:** komunikācijai ar bērniem un pusaudžiem būtiska nozīme ir **vienkāršai, saprotamai un pieejamai valodai**. Ieteicams izvairīties no sarežģītas vai profesionāli jēdzieniskas terminoloģijas, kas var radīt nesaprašanu vai distanci.

Svarīgi ir arī pārzināt bērnu un jauniešu lietoto ikdienas valodu un slengu. Tas nav jālieto pašam speciālistam, taču zināšanas par to palīdz labāk saprast bērna izteiksmes veidu, uztvert iespējamos riskus vai vajadzības, kā arī veicina savstarpējo sapratni.

Piemēram, zinot noteiktus slenga vārdus vai interneta saīsinājumus, BAS var:

- atpazīt emocionālos signālus vai norādes uz riskantu uzvedību (piemēram, saīsinājumi, kas attiecas uz paškaitējumu, vielu lietošanu utt.),
- parādīt interesi par bērna pasauli, kas var stiprināt uzticēšanos un atvērt sarunu,

⁴³ Penno, J., Hetrick, S., Christie, G. (2022). “Goals Give You Hope”: An Exploration of Goal Setting in Young People Experiencing Mental Health Challenges. *International Journal of Mental Health Promotion*, 24(5), 771–781. <https://doi.org/10.32604/ijmhp.2022.020090> Pieejams: <https://www.sciencedirect.com/org/science/article/pii/S1462373022000311>

- labāk izprast bērna komunikāciju sociālajos tīklos vai vienaudžu vidē. Tajā pašā laikā BAS jāievēro **profesionālas attiecības un sava loma**, līdz ar to nav nepieciešams imitēt jauniešu valodas stilu.
- **Resursu iesaiste:** pievērsiet uzmanību **ģimenes, paplašinātās ģimenes, vienaudžu un citu tuvāko cilvēku resursiem** – tie var kļūt par būtisku atbalstu sadarbībai ar bērnu un viņa motivācijas veicināšanai.
- **Ģimenes locekļi vai radnieki** var tikt iesaistīti kā praktiska vai emocionāla atbalsta sniedzēji, piemēram, atgādinot par tikšanos ar BAS, iedrošinot bērnu sadarboties.
- **Paplašinātās ģimenes locekļi** (vecvecāki, krustvecāki u.c.) var būt nozīmīgi situācijās, kad vecāki nav spējīgi nodrošināt nepieciešamo iesaisti.
- **Iepriekšējās atbalsta personas** (piemēram, mentors, sociālais darbinieks, skolotājs).
- **Elastīga pieeja:** ir būtiska, veidojot attiecības ar bērnu vai jaunieci. Bērna atvērtība un vēlme sadarboties var būt mainīga – nereti viņš sākotnēji atsakās no klātienes tikšanās, taču var būt gatavs sazināties īsziņās, telefoniski vai caur sociālajiem tīkliem. Šādos gadījumos BAS ir svarīgi pielāgot saziņas veidu bērna komfortam, saglabājot kontaktu. Svarīgākais – noturēt kontaktu un soli pa solim veidot uzticību, atbilstoši bērna emocionālajam gatavības līmenim.

Kopumā: kontakta veidošanas posmā galvenais ir **veidot attiecību pamatus**, kas balstīti cieņā, sapratnē un drošībā. Ja bērns jutīs, ka tu esi **uzticams, laipns un godīgs**, viņš pamazām spēs atvērties. Kā teicis kāds jauniešs par savu mentoru: *“Es biju patiesi priecīgs redzēt, ka viņš vēlas strādāt ar mani pie tā, kas man ir svarīgs, nevis vienkārši norāda, ko man darīt.”*⁴⁴

Svarīgi atcerēties, ka **ne vienmēr attiecības ar bērnu veidosies viegli un dabiski**. Ja bērns izrāda nepatiku, atsakās sadarboties vai ilgstoši paliek noslēgts, **tas nav BAS personīgās neveiksmes rādītājs**. Daudzi bērni un jaunieši, īpaši tie, kuriem ir sarežģīta pieredze, **neuzticas pieaugušajiem, izvairās no kontaktiem un noraida jebkādu palīdzību**. Svarīgi apzināties, ka **sadarbības izveide var prasīt laiku un daudzus atkārtotus mēģinājumus**. Vienam bērnam attiecību veidošanai pietiek ar pāris tikšanās reizēm, cits var sākt atvērties tikai pēc vairākiem mēnešiem.

Uzticēšanās veidošana

Kad pirmais kontakts ir izveidots, nākamais solis ir **nostiprināt uzticēšanos** un padziļināt attiecības. Tas nav vienas dienas darbs – it īpaši bērniem, kuri vairākkārt ir piedzīvojuši pieaugušo nodevību vai nepastāvību. Šiem bērniem būs nepieciešams laiks, kā arī konsekventa, pacietīga un empātiska BAS attieksme, lai viņi patiesi noticētu attiecībām un justos droši.

Zemāk aplūkoti galvenie aspekti un praktiski paņēmieni, kas palīdz veidot un noturēt uzticēšanos.

- **Esi konsekvents un uzticams attiecībās:** uzticēšanās veidojas no atkārtotas pieredzes, kurā bērns redz, ka speciālists tur doto vārdu, ir prognozējams, paredzams un rīkojas saskaņā ar to, ko pats saka. Bērnam tas palīdz justies drošāk un mazina iekšējo trauksmi. BAS jābūt punktuālam

⁴⁴ Youth mentoring. (2025) Pieejams: https://en.wikipedia.org/wiki/Youth_mentoring

tikšanās reizēs, jāpilda solījumi (pat mazi – piemēram, atnest konkrētu grāmatu, sarunāt izbraukumu utt.) un **jāievēro vienošanās**. Ja notiek neparedzētais (piemēram, speciālistam jāatceļ tikšanās slimības dēļ), ir svarīgi bērnu informēt pēc iespējas ātrāk un godīgi. Daudzi bērni, īpaši ar iepriekšēju pieaugušo nodevības pieredzi, vēro speciālistu ar piesardzību un katru viņa rīcību vērtē caur uzticēšanās prizmu. Katru reizi, kad tu rīkoies godīgi, paredzami un pildi doto solījumu, tas ir kā neliels “pērles grauds” “uzticības burciņā”. Un katra mijiedarbība ir iespēja vai nu stiprināt, vai graut šo uzticēšanos.

Praktiski tas nozīmē **būt konsekventam arī sīkumos** – sākt un beigt tikšanos laikā, apspriest iepriekš solītās tēmas, informēt par jebkurām izmaiņām. Kad bērns redz, ka uz tevi var paļauties, viņš pamazām atslābs un sāks veidot kontaktu. Pētījumos uzsvērts, ka tieši **nevainojama uzticamība katrā saskarsmē** ir kritiska, strādājot ar bērniem ar uzvedības problēmām⁴⁵.

- **Sniedz pieņemšu un drošu emocionālo atbalstu:** lai bērns atvērtos un dalītos savās grūtībās, viņam jājūt, ka netiks atraidīts vai nosodīts. **Neoniecini un nekritizē** bērna jūtas vai uzvedību, pat ja viņš dalās ar negatīviem stāstiem. Piemēram, ja pusaudzis atzīstas, ka atkal lietojis narkotikas, spontāna, reflektīva atbilde — “*Kā tu atkal kaut ko tādu izdarīji?!*” — var saraut uzticības pavedienu. Tā vietā centies reaģēt ar sapratni un līdzjūtību, piemēram: “*Mani satrauc, ka tev tas notika... Kā tu nonāci pie šī lēmuma?*”

Šāda pieeja **bez nosodījuma** liek bērnam pašam reflektēt un analizēt savas rīcības cēloņus. Pētījumi liecina, ka bērni ātri “aizveras”, ja sajūt no pieaugušā kritiku vai kaunināšanu. Tāpēc BAS uzdevums ir radīt drošu, uzticamu telpu, kur bērns vai jaunietis var būt atklāts, nebaidoties no bargas reakcijas⁴⁶.

To panāk ar aktīvu klausīšanos, empātiskiem izteikumiem, piemēram: “*Es redzu, ka tev tagad ir grūti. Es neesmu dusmīga uz tevi, es gribu saprast, kas notika.*”

Svarīgi saglabāt mierīgu un pieņemšu toni. Tas nenozīmē atbalstīt kaitīgu uzvedību, bet gan **atdalīt uzvedību no bērna personības** — tu vari nosodīt konkrēto rīcību, vienlaikus saglabājot cieņu un atbalstu pašam bērnam⁴⁷. Šāda **neitrāla, atbalstoša reakcija** ļauj bērnam pamazām uzticēties un dalīties dziļākajos pārdzīvojumos⁴⁸.

- **Esi godīgs un autentisks:** autentiska, patiesa attieksme ir būtisks pamats uzticības veidošanai starp bērnu un speciālistu. Pētījumi apliecina, ka bērni – īpaši tie, kuriem ir izvairīga piesaiste vai pieredze ar nedrošu aprūpi – ir ļoti jutīgi pret neīstu uzvedību. Viņi spēj uztvert pat nelielas

⁴⁵ Joseph, G.E., & Strain, P. S. (2004). Building positive relationships with young children. *Young Exceptional Children*, 7(4), 21-29.. Pieejams: <https://challengingbehavior.org/docs/building-positive-relationships-with-young-children.pdf>

⁴⁶ Opland, C., Torrico, T.J. (2024). *Psychotherapy and Therapeutic Relationship*. Pieejams: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK608012/?utm>

⁴⁷ McMullin Ch. (2018). Building Relationships with Young People: A Model for Practice. *Relational Social Work* 2(2), 50-60. <https://doi.org/doi:10.14605/RSW221805>

⁴⁸ Opland, C., Torrico, T.J. (2024). *Psychotherapy and Therapeutic Relationship*. Pieejams: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK608012/?utm>

emociju pretrunas vai formālu attieksmi. Tāpēc BAS vai citam atbalsta speciālistam svarīgi būt cilvēcīgam, atklātam un konsekventam savā komunikācijā un rīcībā⁴⁹.

Būt autentiskam nozīmē:

- **Runāt saprotami un nesamāksloti:** Izvairīties no birokrātiskas vai pārāk formālas valodas, kas bērnam var šķist sveša vai attālināta. Sarunās lietot vienkāršu, patiesu valodu un atbildēt godīgi – arī atzīstot, ja kāda atbilde nav zināma. Piemēram: *“Es precīzi nezinu, kā tas notiks, bet noskaidrošu un pastāstīšu tev nākamreiz.”*
- **Nesolīt to, ko nevar izpildīt:** Tukši solījumi (*“viss būs labi”*, *“es atrisināšu visas tavas problēmas”*) var radīt vilšanos un mazināt uzticēšanos.
- **Reaģēt ar empātiju un patiesumu sarežģītās situācijās:** Ja bērns izsaka sarkasmu vai neticības pilnus komentārus (*“Tu jau neko nesaproti...”*), BAS var mierīgi atzīt bērna jūtas un stiprināt uzticēšanos: *“Es dzirdu, ka tu netici man. Iespējams, iepriekš daudzi pieaugušie tevi ir pievīluši, tāpēc arī es izskatos aizdomīgs. Es saprotu. Varu tikai pateikt, ka man patiešām rūp, kas ar tevi notiek. Un es centīšos to pierādīt ar darbiem.”*
- **Piemērota pašatklāsmē:** Dažkārt neliela informācijas dalīšanās par sevi var palīdzēt bērnam veidot saikni ar speciālistu. Piemēram, speciālists var pieminēt, ka arī viņam pusaudža gados bijušas grūtības ar dusmu savaldīšanu vai citām emocijām. Tomēr jāievēro profesionālās robežas – stāstīt tikai to, kas ir bērnam noderīgi, nevis emocionāla izlāde pašam. BAS var dalīties ar nelielu informāciju par sevi, ja tas nepieciešams attiecību stiprināšanai. Piemēram, var pastāstīt par kādu dzīves pieredzi, kas palīdz labāk saprast bērnu. Tādā veidā bērns speciālistu var uztvert ne tikai kā “amatpersonu”, bet kā **cilvēku ar savu dzīves pieredzi**.

Autentiskums nav tikai profesionāla prasme – tas ir attieksmes jautājums. Bērni meklē īstumu, nevis perfekciju. Ja speciālists ir patiesi ieinteresēts, spējīgs būt atklāts un ieklausīties, tas veido stabilu pamatu attiecībām. Kā kāds jauniešis raksturojis savu mentoru: *“Es biju priecīgs redzēt, ka viņš grib strādāt ar mani pie tā, kas man svarīgs, nevis vienkārši mācīt, ko darīt.”*

Autentiskums nozīmē arī to, ka nav jāizliekas visu zinošam vai vienmēr emocionāli neietekmētam. Piemēram, ja bērns izsaka sarkasmu: *“Tu jau neko nesaproti... Tikai tēlo, ka tev rūp.”*

BAS var mierīgi un patiesi atbildēt: *“Es dzirdu, ka tu netici man. Iespējams, iepriekš daudzi pieaugušie tevi ir pievīluši, tāpēc arī es izskatos aizdomīgs. Es saprotu. Varu tikai pateikt, ka man patiešām rūp, kas ar tevi notiek. Un es centīšos to pierādīt ar darbiem.”*

Šāda godīga atbilde un apņemšanās būt blakus parāda bērnam BAS **īsto “es”** — cilvēku, kurš ir ieinteresēts, nevis tikai pilda formālu funkciju.

Pētījumi rāda, ka pusaudži ar izvairīgu piesaistes stilu ir īpaši jūtīgi pret neīstu vai mehānisku uzvedību. Viņi spēj uztvert pat mazākās emociju pretrunas. Tāpēc — **atmet “standarta frāzes” un “runā no**

⁴⁹ Gillath, O., Sesko, A., Shaver, P., & Chun, D. (2010). Attachment, Authenticity, and Honesty: Dispositional and Experimentally Induced Security Can Reduce Self- and Other-Deception. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98 (5), 841–855. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0019206>. Pieejams: https://www.researchgate.net/publication/44569214_Attachment_Authenticity_and_Honesty_Dispositional_and_Experimentally_Induced_Security_Can_Reduce_Self_and_Other-Deception

sirds". Tas var būt emocionāli riskanti, bet ilgtermiņā attaisnojas — ar dziļāku uzticību un patiesām attiecībām⁵⁰.

- **Komunicē atklāti un skaidri**⁵¹: lai stiprinātos uzticēšanās, bērnam jāsaprot, ko tu dari un kāpēc. **Neskaidrība un noslēpumainība** var radīt aizdomas ("Ko viņi īsti par mani domā? Ko raksta tajos papīros?"). Tāpēc centies būt maksimāli **caurspīdīgs** attiecībās – paskaidro savus nodomus, darbības un lēmumus. Piemēram, ja plāno sazināties ar bērna skolotāju, apspried to ar bērnu: *"Es gribētu parunāt ar tavu skolotāju, lai saprastu, kā tev tur iet un kā es varu palīdzēt. Vai tas tev der? Par ko tu negribētu, lai es stāstu skolā?"* Tas dod bērnam **kontroles izjūtu** un stiprina uzticēšanos, jo tu **iesaisti viņu** procesā un neko nedari "aiz muguras". Caurspīdīgums attiecas arī uz pašu palīdzības procesu: paskaidro, kāpēc uzdod noteiktus jautājumus, ko secināji, un kādas varētu būt nākamās darbības. Piemēram: *"Tu minēji, ka pēdējā laikā slikti guli – tas varētu būt saistīts ar stresu. Varbūt pamēģinām kopā **apgūt pāris miega uzlabošanas paņēmienus**, kas iepriekš bija noderīgi citiem jauniešiem? Tas varētu palīdzēt."* **Daloties savos plānos un domās**, speciālists noņem daļu aizdomas no procesa. Tas, kā norāda eksperti, padara bērnu **ieinteresētāku un motivētāku** iesaistīties. Pretstatā tam, slepenības aura var radīt pretestību (*"Viņi pret mani kaut ko perina"*). Tāpēc labāk vairāk **izskaidrot nekā noklusēt**. Protams, jāņem vērā bērna vecums un izpratne – jaunākam bērnam vienkārši paskaidro *"ko mēs darīsim šodien un kāpēc"*, pusaudzim vari detalizētāk aprakstīt, piemēram, terapijas pieeju. Caurspīdīgums iet rokrokā ar **godīgumu**: ja jāpasaka kas nepatīkams (piemēram, *"Mums tomēr nāksies informēt tavu sociālo darbinieku par šo situāciju, jo tas skar tavu drošību"*), dari to atklāti un **taktiski**. Ja bērns redz, ka tu nebaudies komunicēt arī "grūtās lietās" un *nekad nemelo*, viņa uzticēšanās augs.
- **Izrādi pozitīvu attieksmi un pieņemšanu**: pat ja bērns uzvedas noraidoši vai pārbauda robežas, centies saglabāt **neitrāli laipnu, pieņemošu attieksmi**. Psihologijā to dēvē par **beznosacījumu pieņemšanu** (unconditional positive regard) – respektē un atbalsti bērnu kā personību neatkarīgi no viņa rīcības. Piemēram, ja pusaudzis lamājas vai izsaka izaicinošus apgalvojumus, jāsaglabā mieru: *"Es joprojām esmu te, pat ja tu esi dusmīgs un rupjš. **Tas mani neattur būt tev līdzās**. Mēģinām saprast, kas īsti notika?"* Šādi bērnam tiek sūtīts vēstījums: *es tevi nepametišu pat tad, ja tu mani izaicini*. Dažkārt bērni apzināti testē speciālistu – cik tālu viņi var iet, līdz tiks atraidīti. Tavs uzdevums ir **izturēt šos testus**, saglabājot ieinteresētību un cieņu. Protams, tas nenožīmē pieciest klajus pārkāpumus vai vardarbību – nopietnu robežu pārkāpumu gadījumā ir jāiejaucas. Taču emocionālā līmenī – **neatraidi bērnu** pat viņa sliktākajās dienās. Tas prasa pacietību un emocionālo briedumu, taču veido uzticēšanos: bērns apjauš, ka *"šis pieaugušais mani pieņem pilnībā"*. Tas var būt pirmais tāds gadījums bērna dzīvē, un tam ir dziedinošs efekts.
- **Katrā tikšanās reizē sniedz ko vērtīgu**: lai bērns gribētu turpināt uzticēties un tikties, viņam jājūt, ka no jūsu sarunām **ir jēga** un reāls labums. Pusaudži bieži ir pragmatiski – ja viņi neredz nekādu *taustāmu ieguvumu*, motivācija ātri noplok. Tāpēc centies **katru tikšanos noslēgt ar kādu mazu "ieguvumu"** bērnam. Tas var būt praktisks risinājums (piemēram, palīdzēji uzrakstīt

⁵⁰ Flack, D. (2020). *Engaging avoidant teens*. Pleejams: <https://www.counseling.org/publications/counseling-today-magazine/article-archive/article/legacy/engaging-avoidant-teens>

⁵¹ Guy-Evans, O. (2024). *How Anxious Ambivalent Attachment Develops in Children*. Pieejams: <https://www.simplypsychology.org/anxious-ambivalent-attachment.html>

CV, izdomājāt, kā atrisināt konfliktu ar draugu), *jauna prasme* (piemēram, kopā izmēģinājāt elpošanas vingrinājumu trauksmes mazināšanai), vienkārši iespēja izlādēties (tu pacietīgi klausījies, kamēr viņš izstāsta nedienas), vai *uzmundrinošs atzinums* (norādīji uz progresu vai stipro pusi, ko bērns pats nepamanīja). Galvenais, lai bērns pēc tikšanās varētu nodomāt: “Nebija velti – es kaut ko **ieguvu**.” Piemēram, 12 gadus veca meitene, kura cieš no zema pašvērtējuma, pēc katras sarunas ar speciālistu var saņemt mazu “mājasdarbu” – pierakstīt trīs labas lietas, kas notikušas nedēļas laikā. Tā viņa mācās fokusēties uz pozitīvo. Vai arī impulsīvs pusaudzis – katrā reizē speciālists iemāca vienu jaunu stresa regulēšanas tehniku (saskaitīt līdz 10, pirms rīkoties; iziet pastaigā utt.), ko bērns var izmēģināt. **Regulārs progress un noderīgums** stiprina uzticēšanos, jo bērns jūt: “*Man patiešām kļūst labāk ar šī cilvēka palīdzību.*” Pat ja progress ir lēns, Tu vari *atgādināt* par mazajiem sasniegumiem (“Atceries, pirms mēneša tu vispār nerunāji ar mani, bet šodien jau pats izstāstīji, kas notika skolā – tas ir liels solis uz priekšu!”). Šāda **pozitīvas izaugsmes atzišana** vairo bērna uzticēšanos gan speciālistam, gan pašam procesam.

- **Iesaisti bērnu partnerībā:** uzticēšanos veicina attiecību izjūta “**mēs strādājam kopā, es tev neko neuzspiežu**”. Tādēļ centies, lai bērns justos kā aktīvs dalībnieks, nevis pasīvs objekts. *Kopā formulējiet mērķus, kopā novērtējiet progresu un lūdz atgriezenisko saiti.* Piemēram: “*Kā tu pats jūti – vai pēdējā laikā tev izdodas labāk savaldīties konfliktsituācijās? Ko mēs vēl varētu pamēģināt?*” Šādi bērns redz, ka tu **cieni viņa viedokli** un uzticies arī viņam. Tas rada **mijiedarbības sajūtu**. Psihoterapijā ir zināms, ka alianse ir stiprāka, ja klients piekrīt terapijas mērķiem un uzdevumiem. Līdzīgi arī BAS darbā: vienojoties par kopīgiem mērķiem un uzdevumiem, bērns uztver speciālistu kā **sabiedroto**, kas palīdz iet uz kopīgu mērķi, nevis kā priekšnieku. Piemēram, vienojieties: “*Labi, nākamnedēļ mūsu mērķis – tev būs **0 disciplīnas pārkāpumu** skolā. Ko mēs katrs varam darīt, lai tas izdotos? Es, piemēram, varu piezvanīt tavai skolotājai un izstāstīt, ka tu centies mainīties, lai viņa arī tevi atbalsta.*” Šāda **partnerības stratēģija** ļauj bērnam justies atbildīgam un iesaistītam, kas, savukārt, padziļina uzticēšanos tev kā atbalstītājam.
- **Veicini saskarsmi ar humoru:** ja situācija atļauj, **veselīgs humors** var būt lielisks “tilts” starp speciālistu un bērnu. Sirsnīgs joks, humors vai pasmiešanās par kādu mazāk sāpīgu tēmu var palīdzēt bērnam *atslābt* un uztvert speciālistu kā “normālu” cilvēku. Piemēram, pusaudzis dusmīgi jautā: “*Cik ilgi man pie tevis būs jāstaigā?*” – un speciālists ar smaidu atbild: “*Nu, kamēr man apniks tavs lieliskais humors – tas varētu būt ilgi.*” Ja bērnam ir laba humora izjūta, viņš pasmaidīs un “ledus būs mazliet pakusis”. Humors jālieto uzmanīgi – *nekad* neizmantojot to, lai trivializētu bērna problēmas. Bet labsirdīga atmosfēra ar laiku var radīt arī kopīgus jociņus, kas stiprina savstarpējo saikni. Šāda pieeja rada **kopības sajūtu un pozitīvas emocijas** attiecībās. Pozitīvas emocijas, savukārt, asociējas ar speciālistu, kas stiprina uzticēšanos – bērns redz, ka attiecības var būt arī patīkamas.

Uzticēšanās veidošana prasa **laiku, konsekvenci un patiesu rūpi**. BAS jāparāda sevi kā **stingri uzticamu**, bet arī **iejūtīgu un atvērtu** atbalsta personu. Ja speciālistam izdodas būt **godīgam sabiedrotajam** – tādām, kas **nekad nepazemo, nepamet novārtā un vienmēr cenšas saprast**, – tad pamazām pat visnoslēgtākais bērns var sākt atvērties. Attiecības kļūst dziļākas, un **terapeitiskā alianse** nostiprinās. Zinātniskie pētījumi apliecina, ka tieši šāda alianse ir galvenais pozitīvu pārmaiņu

virzītājs. Kad bērns saka: “*Es zinu, ka varu tev uzticēties*”, – tas ir lielākais sasniegums, jo tad patiesas pārmaiņas kļūst iespējamās⁵².

Attiecību uzturēšana ilgtermiņā: profesionalitāte, riski un robežas

Veidojot ciešas un uzticamas attiecības ar bērnu, BAS vienlaikus jāsaglabā **profesionālās robežas** un jāpatur prātā ilgtermiņa mērķi. Laika gaitā starp speciālistu un bērnu var izveidoties ļoti tuva saikne. Tas ir pozitīvi un vēlami – bērns iegūst drošu pieaugušo, kuram uzticēties. Taču pastāv arī zināmi **riski**, ja attiecības netiek pienācīgi strukturētas. Šajā sadaļā apskatīsim, kā **noturēt attiecības profesionālās sliekšņos**, izvairoties no *patoloģiskas pieķeršanās* un citiem riskiem, un kā definēt veselīgas robežas.

- **Profesionālās lomas noturēšana:** Pirmkārt, BAS jāatceras sava loma – tu esi **atbalsta speciālists**, nevis draugs vai ģimenes loceklis. Attiecības var būt sirsnīgas un draudzīgas, taču tā nav **draudzība līdzvērtīgos apstākļos**. Bērnam jau ir (vai vismaz būs) draugi starp vienaudžiem; tavs uzdevums ir būt **uzticamam pieaugušajam**. Tas nozīmē, ka **nevajadzētu mēģināt ieņemt vecāka vai “labākā drauga” vietu** bērna dzīvē. Pārāk familiāra uzvedība var maldināt bērnu par attiecību raksturu. Piemēram, ja speciālists pusaudzim sāk stāstīt ļoti personiskas lietas par sevi vai aicina kopā pavadīt laiku brīvdienās ārpus oficiālajām tikšanās reizēm, bērns var sākt uztvert šo attiecību kā *īstenu draudzību*. Taču agrāk vai vēlāk tas radīs sāpes, jo profesionālajām attiecībām ir noslēgums. Tāpēc **“paliec savā lomā”**. Tas gan nenozīmē būt distancētam – drīzāk saglabāt **strukturētu ietvaru**: tikšanās notiek noteiktā laikā un vietā, komunikācija ārpus tām – saskaņā ar noteikumiem, neiesaisti bērnu savā privātajā dzīvē utt. Šo ietvaru var skaidri pārrunāt ar bērnu, lai abām pusēm ir skaidrība. Piemēram: “*Mēs varam sazināties pa telefonu darba dienās no 8.00 līdz 20.00. Pēc 20.00 es nereaģēju, bet, ja ir krīze, tu vari zvanīt uz Bērnu un pusaudžu uzticības tālruni - 116111, kas ir bezmaksas diennakts palīdzības dienests*”⁵³. Skaidras **robežas** sākumā var šķist stīvas, bet patiesībā tās bērnam dod **strukturētības un drošības** sajūtu. Daudziem bērniem iepriekš nav bijušas veselīgas robežas, tāpēc viņi var nesaprast, kā tas “darbojas”. Pastāsti, *kāpēc* robežas ir nepieciešamas – ka tās palīdz abiem justies droši un respektēti.
- **Robežu nozīme un ievērošana:** **Robežas** pastāv vairākos līmeņos – **fiziskajā, emocionālajā, laika un lomu** līmenī. Daži galvenie nosacījumi, kurus ieteicams ievērot attiecību uzturēšanā:
 - **Fiziskās robežas:** Saskarsmē ar bērnu jāievēro pieklājīga fiziskā distance, ja vien konkrētā situācija neprasa citu pieeju. Piemēram, jaunāka vecuma bērnam mierinošs pieskāriens var būt piemērots un palīdzēt justies drošāk.
 - Jārespektē bērna personīgā telpa – netuvojies viņam pārāk tuvu bez atļaujas. Tāpat vēlams atturēties no **pārlieku familiāra fiziska kontakta** (samīļošanas, apskāvieniem) – katram bērnam tas būs individuāli jūtīgs jautājums. Daudziem traumētiem bērniem pieskārieni var izraisīt trauksmi vai asociācijas. Tāpēc drošāk **pajautāt atļauju** vai sagaidīt, kad *pats bērns*

⁵² Fernández, A., Pérez, M., & Krause, M. (2022). The therapeutic relationship and change processes in child psychotherapy. *Frontiers in Psychology*, 13, 9153753. <https://doi.org/10.4081/ripppo.2022.556>. Pieejams:: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9153753/>

⁵³ Plašāka informācija par uzticības tālruni 116111, uz kuru var zvanīt bērni - Bērnu aizsardzības centra Bērnu un pusaudžu uzticības tālrunis. (n.d.). *Par mums*. Pieejams: <https://uzticibastalrunis.lv/par-mums/>

tos *iniciē*, piemēram, paspiež roku vai uzsit pa plecu. Ja bērns vēlas apskaut, var atbildēt, bet vienmēr ievērojot profesionālo samēru un **kontekstu**. Atceries, ka tu esi pieaugušais – tev jābūt tam, kurš uzrauga, lai fiziskās robežas netiktu pārkāptas.

-
- **Laika robežas:** Tikšanās ilgums un biežums jāievēro saskaņā ar plānu. Ja jūsu tikšanās ir reizi nedēļā uz stundu, centies to ievērot. Protams, var būt izņēmumi krīzes situācijās, bet vispārīgi **regulārs ritms** palīdz strukturēt attiecības. Bērns zina: “Es redzēšu savu BAS otrdienās 15.00”, un var uz to paļauties. **Nepārvērt** sevi par 24/7 dienesta darbinieku – lai cik ļoti gribētos būt vienmēr pieejamam, BAS jādomā arī par savu kapacitāti. Ja bērns sāk zvanīt vai rakstīt ārpus norunātā laika (piemēram, vakaros, brīvdienās) ar nebūtiskiem jautājumiem, laipni atgādināni par robežām: “*Es saprotu, ka tu gribēji man to izstāstīt, bet atceries – mēs par to varēsim parunāt mūsu tikšanās reizē. Tagad man ir privātais laiks ar ģimeni, un es nerisinu darba lietas, ja vien tas nav ārkārtīgi steidzami.*” **Konsekventa robežu ievērošana** māca arī bērnam **cieņu pret citu cilvēku laiku un privāto dzīvi** – kas ir svarīga sociāla prasme.
 - **Emocionālās robežas:** ilgtermiņa darbā ar bērnu var veidoties *ļoti spēcīga emocionāla piesaiste*. Bērns, kurš sākotnēji bija atturīgs, pēc mēnešiem var izjust pret tevi milzu pieķeršanos – uzticēt savus noslēpumus, meklēt mierinājumu un atbalstu kā pie vecāka. **Emocionāla tuvība** pati par sevi ir atbalstoša, tomēr jāuzmanās no tā, ko var dēvēt par **patoloģisku pieķeršanos**. Tas nozīmē, ka bērns kļūst *pārāk atkarīgs* no attiecībām ar speciālistu, līdz limenim, kad tas traucē viņam attīstīt veselīgas attiecības ar citiem vai tikt galā ar grūtībām patstāvīgi. Šādas situācijas var ļoti traumēt bērnu, tāpēc centies **nenonākt līdz neveselīgai atkarībai no attiecībām**.

Kā to novērst?

- ✓ **Uzturi attiecību robežas** pat tad, ja jūti, ka bērns grib aizvien tuvākas attiecības. Piemēram, ja pusaudzis sāk saukt tevi mammas/tēta lomā (“Tu esi vienīgais, kas par mani rūpējas, tu esi man kā mamma”), nesteidzies šo lomu pieņemt. Empātiski pārrunā: “*Es ļoti priecājos, ka tu jūties droši ar mani un redzi manī ko līdzīgu mammai. Tas ir kompliments. Bet atceries – tev ir sava mamma, un mans darbs ir būt līdzās un palīdzēt tev šajā posmā. Es esmu tavs atbalsta speciālists, bet es nevaru aizstāt mammu.*” Šādi tu **maigi koriģē** bērna izpratni, nepazeminot viņa jūtu nozīmi. Tāpat **veicini bērna autonomiju** – nepieradini, ka tu vienmēr atrisini visas viņa problēmas. Kad vien iespējams, dod bērnam iespēju pašam uzņemties atbildību un darboties, tu esi kā “drošības tīkls”. Piemēram, ja viņš zvina katru reizi, kad sastrīdas ar istabas biedru, pamazām māci pašregulāciju: “*Pamēģini vispirms izmantot tās izlīgšanas prasmes, ko mācījāmies, un ja nu galīgi neizdodas, tad piezvani man.*” **Mērķis** ir, lai attiecības stiprina bērna spēju tikt galā, nevis rada jaunus atkarības modeļus.
- ✓ **Ģimenes un citu attiecību respektēšana:** BAS nedrīkst **izkonkurēt vai graut** bērna attiecības ar citiem nozīmīgiem cilvēkiem – vecākiem, audžuvecākiem, brāļiem, māsām, draugiem. Pat ja reizēm var šķist, ka BAS *labāk saprot* vai *vairāk rūpējas* par bērnu nekā viņa tuvinieki, jārūpējas, lai bērns **nepārtrauktu saites** ar ģimeni BAS dēļ. Pētījumos⁵⁴ par bērniem ārpusģimenes aprūpē minēts, ka mēģinājumi stāties vecāku lomā var izraisīt bērnam **lojalitātes**

⁵⁴ Mehta, N., Baker, A., & Chong, J. (2013). Training foster parents in loyalty conflict: A training evaluation. *Children and Youth Services Review*, 35 (1), 75–81. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2012.10.006>

konfliktu un sāpīgas emocijas, jo viņš jūtas, ka “nodod” savus īstos vecākus. Mentori un atbalsta personas parasti *netiek* uztverti kā vecāku aizvietotāji, un tieši tāpēc bērniem ar viņiem ir vieglāk – **mentors nekonkurē** ar ģimeni. BAS vajadzētu ieņemt līdzīgu pozīciju. Piemēram, ja bērns sūdzas par mammu, *nekad* nevajadzētu teikt: “Jā, tava mamma tiešām slikti izturas, es tevi saprotu, es tavā vietā arī nemīlētu viņu.” Tā vietā var empatizēt, nenosodot vecāku: “Redzu, ka tev ļoti sāp tas, ko mamma izdarīja. Tas tiešām nav labi. Mēģināsim saprast, kā tev justies labāk un kā ar mammu par to parunāt, ja vēlies.” Šeit speciālists **atbalsta bērnu**, bet **neskar lojalitātes saites**. Svarīgi arī **iedrošināt bērnu veidot citas pozitīvas attiecības**: ar vienaudžiem, skolotājiem, jaunajiem audžuvecākiem u.c. Piemēram, ja bērns visu laiku grib būt tikai ar tevi un ignorē audžuvecākus, vari apzināti *iesaistīt audžuvecākus* procesā – kopīgās tikšanās, uzteikt audžuvecāku rūpes bērna klātbūtnē utt. Mērķis ir, lai bērns **saprot**, ka speciālists nav viens *pret* citiem attiecību tīklā, bet drīzāk **daļa no atbalsta loka**.

-
- ✓ **Konsekvence un disciplīna ar līdzjūtību**: Ilgstošās attiecībās noteikti gadīsies brīži, kad bērns pārkāpj kādas robežas vai rīkojas neatbilstoši (piemēram, melos speciālistam, neieradīsies uz tikšanos bez iemesla, agresīvi uzvedīsies). Šādos brīžos jāreaģē **stingri, bet līdzjūtīgi. Robežas jāievēro** – pārkāpumam jābūt sekām, taču bērnam jāsaprot, ka **attieksme pret viņu nemainās** un attiecības netiek sarautas. Piemēram, ja bērns nācis pie speciālista reibumā, var teikt: “Mūsu vienošanās bija, ka tu nāc skaidrā. Šodien tu to neievēroji, tāpēc mūsu tikšanās šoreiz beigsies ātrāk (vai: šoreiz mēs strādāt nevaram). Es **esmu vīlies/-usies tavā rīcībā**, bet tu man joprojām rūpi. Es gribu, lai nākamreiz, kad atnāc, esi gatavs strādāt.” Tā bērns redz – *viņa rīcībai ir robežas, bet attiecības turpinās*. Literatūrā par augsta risku bērniem teikts: “Kad robežas tiek pārkāptas, pārliecinī bērnu, ka sekas nozīmē īslaicīgu attālināšanos, nevis attiecību zaudēšanu”. **Pārkāpums var tikt sodīts, bet bērns netiek “pamests**. Šāda konsekvence māca bērnam uzticēties, ka attiecības ar speciālistu ir stabilas un **noturīgas pret izaicinājumiem**. Dažiem bērniem pat **vajag** pārbaudīt, vai speciālists pārtrauks sadarbību pēc konflikta – un, ja speciālists turpinās sadarbību, tas patiesi **padziļina uzticēšanos**.

-
- ✓ **Patoloģiskas pieķeršanās novēršana**: Kā jau minēts, viens no riskiem ilgstošās attiecībās ir **pārāk cieša pieķeršanās**, kas apgrūtina attiecību noslēgšanu un bērna pāreju pie jaunām piesaistēm. Lai to novērstu, svarīgi *jau laikus* bērnam skaidrot attiecību robežas un to, ka kādreiz (piemēram, sasniedzot pilngadību, uzlabojoties bērna situācijai) jūsu sadarbība beigsies. To var darīt delikāti, nepārspīlējot, lai nesagrautu uzticību. Tomēr laiku pa laikam ir lietderīgi atgādināt, ka **BAS iesaiste ir noteikta laika un mērķa ietvaros**. Piemēram: “Mūsu mērķis ir strādāt kopā šo gadu, lai tu atgūtos un iemācītos jaunas prasmes, un pēc tam mēs būsīm izdarījuši visu, lai tev ietu labi arī **bez manas klātbūtnes un iesaistes**” Sākotnēji bērnam var būt grūti to pieņemt, bet pamazām tas **sagatavo viņu** reālajam dzīves scenārijam. Būtiski ir veidot bērnam **“drošo atbalsta tīklu”**, nevis vienu emocionālās stabilitātes avotu. Mentoru programmu pieredze rāda, ka bērniem vislabāk veicas, ja viņiem apkārt veidojas **“atbalsta tīkls”** – vairāki pieaugušie, kam viņi var uzticēties dažādos kontekstos. Tādēļ, pat ja kļūsti ļoti tuvs bērnam, nevajadzētu sevi identificēt kā vienīgo glābēju, bet **strādāt komandā** ar citiem (sociālajiem darbiniekiem, audžuvecākiem, pedagogiem)⁵⁵.

⁵⁵ Schwartz, S. (2022). *Expanding networks of support*. Pieejams: <https://www.mentoring.org/wp-content/uploads/2022/01/BBM-Chapter-12.pdf>

- ✓ **BAS emociju pārvaldīšana:** Ilgstošas, tuvas attiecības var radīt **spēcīgas emocijas arī tev pašam**. Tu vari pieķerties bērnam, just par viņu dziļu līdzjūtību, varbūt pat sākt uztvert viņu gandrīz kā “ģimenes locekli”. Ir svarīgi **apzināties šīs emocijas** un pārvaldīt tās profesionāli. Ja jūti, ka pats kļūsti *pārāk emocionāli iesaistīts*, meklē kolēģu vai supervizora atbalstu. Profesionālajā literatūrā norādīts, ka **regulāra supervīzija** un paškontrolē palīdz saglabāt objektivitāti. Atceries: *tu nevari izglābt bērnu viens pats*, tev jāstrādā sistēmā. Reizēm speciālisti izjūt “glābēja” lomu un iesaistās tā, it kā viņi būtu vienīgie, kas var bērnam palīdzēt. **Tāpēc ir svarīgi apzināti saglabāt profesionālu lomu – tavs mērķis nav būt pastāvīgai figūrai bērna dzīvē, bet gan palīdzēt viņam attīstīt prasmes un spēju uzticēties arī citiem pieaugušajiem.**

Noslēdzot sadaļu par robežām un attiecību uzturēšanu: **veselīgas robežas** nav šķērslis labām attiecībām – tieši pretēji, tās nodrošina attiecību drošību un ilgtspēju. Bērns, kurš nāk no nedrošas vides, sākumā var pretoties noteikumiem, taču ar laiku **novērtēs konsekvenci**. Robežas pasargā no abpusējas izdegšanas, vilšanās un sāpēm un ļauj attiecībām veidoties konstruktīvā gultnē. Profesionālas, robežās balstītas attiecības var būt ļoti **siltas, gādīgas un pat mīlas**, nezaudējot savu struktūru.

Attiecību noslēgšana

Attiecību noslēgšana ir tikpat svarīga kā to uzsākšana – pareizi vadīts noslēgums var kļūt par vērtīgu pieredzi bērnam, savukārt, pēkšņs vai slikti pārvaldīts attiecību pārtraukums var atstāt bērnu ar pamestības sajūtu un regresu. Šajā sadaļā apskatīsim, *kā pakāpeniski izbeigt attiecības un veicināt bērna piesaisti jaunajam aprūpētājam*, mazinot traumatismu.

- ✓ **Savlaicīga plānošana un pakāpeniskums:** Ideālā gadījumā par attiecību noslēgumu jāsāk domāt jau krietni **pirms** faktiskā beigu datuma. Literatūrā uzsvērts – **pakāpeniskums** ir kritiski svarīgs, lai bērns spētu pieņemt pārmaiņas. Tas nozīmē, ka tiklīdz kļūst zināms, ka bērns, piemēram, pēc diviem mēnešiem dosies uz audžuģimeni, BAS sāk par to **runāt atklāti** ar bērnu. Svarīgi to darīt **saudzīgi un cerīgi**. Piemēram: *“Mums priekšā ir svarīgs laiks – pēc pāris mēnešiem tu pārcelsies pie jaunas ģimenes. Mēs vēl tik daudz ko paspēsīm izdarīt, lai tu justos gatavs. Es tev palīdzēšu sagatavoties šīm pārmaiņām, un mēs arī pienācīgi atvadīsimies, kad laiks būs klāt.”* Tādējādi bērns noņem no sevis fantāzijas un neziņas nastu – viņš zina, ka attiecībām **pienāks beigas**, un zina, ka būs **atvadas un pāreja**, ko speciālists atbalstīs. Protams, bērns var reaģēt ar skumjām, dusmām vai noliegumu. Tavs uzdevums ir **pieņemt šīs emocijas**. Ļauj bērnam izteikties: *“Es negribu, lai tu aizej!”*, *“Man bail dzīvot pie svešajiem!”* – un *apliecini*, ka šīs sajūtas ir dabiskas. Var teikt: *“Es zinu, ka tas nav viegli. Tu drīksti justies bēdīgs vai dusmīgs. Arī man būs skumji šķirties, jo tu man rūpi. Taču es ticu, ka jaunajā ģimenē tev būs labi, un mēs kopā padomāsim, kā tev palīdzēt tur justies droši.”*
- ✓ **Emociju atzīšana** ir svarīga – tā ļauj bērnam sajust, ka viņa bēdas ir saprotamas un pieņemtas, nevis nosodītas vai noliegtas.
- ✓ **Atvadu procesa nozīmīgums:** Attiecību noslēgšanai jābūt **apzinātam procesam**, nevis vienkārši pēdējai tikšanās reizei, kurā pasaka, ka vairs tikšanās nenotiks. Ārvalstu ekspertinorāda, ka labi strukturēta noslēguma fāze palīdz bērnam *reflektēt, pārstrādāt*

šķiršanās sajūtas un nostiprināt iegūtās prasmes. Tādēļ izplāno vairākas tikšanās noslēguma tematikā. Piemēram, ja zināms, ka pēc mēneša attiecības beigsies, var atlikušās 4 nedēļas veltīt secīgiem soļiem⁵⁶:

- **Pārskats un refleksija:** Vienā no pēdējām tikšanās reizēm veltiet laiku, lai atskatītos uz **kopīgo ceļu**. Izrunājiet, ar ko bērns atnāca sākumā, kas pa šo laiku piedzīvots, kādi **sasniegumi** gūti. Varat kopīgi uztaisīt mazu atskatu – piemēram, izveidot plakātu vai albumu ar bērna zīmējumiem, fotogrāfijām no pasākumiem, ierakstiem par svarīgiem notikumiem. Šāds **“atmiņu krājums”** palīdz bērnam apzināties savu **izaugsmi un pārmaiņas**. Runājiet par grūtībām, kas pārvarētas, un **uzslavējiet** bērnu par ieguldīto darbu: “Atceries, sākumā tu vispār nerunāji, bet tagad pats stāsti, kā jūties – tas ir milzīgs progress!” Tas dod bērnam **lepnuma sajūtu** un pozitīvu noslēguma noti.
- ✓ **Saruna par jūtām un šķiršanos:** Nākamajā tikšanās reizē fokusējieties uz **pašu atvadišanos**. Atklāti pārrunājiet šķiršanās faktu un ar to saistītās jūtas. Pajautā bērnam, kas viņu visvairāk satrauc vai apbēdina, ka jūs vairs neredzēsieties vai sazināties daudz retāk. Dalieties arī savās jūtās: “Arī man būs skumji, jo mēs esam daudz laika pavadījuši kopā. Es jūtos mazliet noraizējies, kā tev turpmāk veiksies, bet esmu arī priecīgs, jo redzu, cik ļoti tu esi audzis un cik daudz tu vari.” **Atzīsti, ka šķiršanās var būt grūta**, un palīdzi bērnam saprast, ka šādas sajūtas ir normālas. Varbūt bērns grib uzdot jautājumus – atbildi godīgi. Ja bērns raud, **ļauj raudāt**, var pasniegt salveti un būt blakus. Tas, ka šķiršanās tiek *apraudāta*, patiesībā ir *veselīgi* – tas nozīmē, ka attiecības bija nozīmīgas. Labāk, lai bērns **apzināti sēro**, nekā apspiež emocijas.
- ✓ **Jaunās situācijas apspriešana un sagatavošanās:** Veltiet laiku, lai sagatavotos **nākamajam posmam**. Pārrunājiet, kas bērnu sagaida jaunajā dzīvesvietā vai pie jaunā speciālista. Ja iespējams, **organizējiet tikšanos**: piemēram, **“iepazīšanās vizīti”** pie jaunajiem audžuvecākiem, aizbildņa vai bērnu aprūpes iestādes, kopā ar bērnu. Nodrošini **“emocionāli atbalstošu pāreju”** – apliecinī bērnam, ka **tici jaunajiem aprūpētājiem** un uzticies viņiem. Šāda pieeja mazina bērna iekšējo lojalitātes konfliktu – viņš nejūtas tā, it kā nodotu vienu pieaugušo cita labā, bet redz, ka visi iesaistītie strādā kā viena komanda. Pētījumos par maziem bērniem tiek lietots jēdziens **“siltākā iespējamā pāreja”** (*the warmest possible handover*), kas apzīmē situāciju, kur iepriekšējais speciālists aktīvi atbalsta bērna jauno piesaistes personu. Arī darbā ar vecākiem bērniem un pusaudžiem šis princips ir ļoti noderīgs – pārmaiņu laikā tas palīdz bērnam saglabāt uzticību pieaugušajiem un veicina emocionālu stabilitāti⁵⁷.
- ✓ **Noslēguma rituāls un atvadas:** Pēdējā oficiālajā tikšanās reizē izveidojiet **atvadu rituālu**. Cilvēkiem rituāli palīdz simboliski pieņemt pārmaiņas. Tas var būt jebkas sirsnīgs un bērnam piemērots. Piemēram:

⁵⁶ Place2Be (2017) *Tying up loose ends: Finishing therapy with children*.

Pieejams: <https://www.place2be.org.uk/about-us/news-and-blogs/2017/june/tying-up-loose-ends-finishing-therapy-with-children/>.

⁵⁷ Cambridgeshire County Council. (2021). *Transitions across the early years toolkit*. Cambs Learn Together.

Pieejams: <https://www.cambslearntogether.co.uk/asset-library/EYC/Transitions-Across-the-Early-Years-Toolkit.pdf>

- **Apmainīšanās ar vēstulēm vai dāvanām:** Bērns var uzrakstīt vēstuli BAS (ja vecums ļauj) un BAS – bērnam. Vēstulē bērns var izteikt, ko vēlas pateikt, un BAS – uzslavas, novēlējumus nākotnei. Ar vēstulēm var apmainīties pēdējā tikšanās reizē, skaļi tās izlasīt vai arī atstāt bērnam, lai izlasa vēlāk. Dažkārt var uzdāvināt **mazu piemiņas lietu** – piemēram, foto no kāda kopīga pasākuma. Tas bērnam kalpo kā taustāms atgādinājums par pozitīvo pieredzi.
- **Noslēguma saruna:** Noslēgumā vēlreiz pasaki bērnam, cik ļoti viņš ir izaudzis un cik lepns esi par viņa paveikto. Ja jūti, ka emocijas kļūst spēcīgas, vari dalīties ar to atklāti: *“Jā, arī man ir kamols kaklā, jo tu man tiešām esi svarīgs. Es atcerēšos laiku, ko pavadījām kopā.”* Ja tas atbilst tavām patiesajām sajūtām, vari pievienot arī mierinošu domu par nākotni: *“Es bieži aizdomāšos, kā tev klājas, un cerēšu, ka tev viss izdosies.”*
- Šādas atklātas frāzes dod bērnam atļauju ticēt, ka attiecības bija īstas — un ka tās, lai arī beidzas, **turpinās dzīvot viņa atmiņā un arī speciālista sirdī**. Tas palīdz bērnam piedzīvot attiecību noslēgumu ne kā zaudējumu, bet kā vērtīgu, paliekošu pieredzi.

Reizēm bērni atvadu brīdī *var reaģēt šķietami vienaldzīgi vai pat agresīvi*, jo tā maskē sāpes. Speciālists to apzinās un *neuztver personīgi*. Pat ja pusaudzis pēdējā brīdī izmet: *“Vienalga, ej projām, man vienalga!”*, – tas droši vien ir aizsargmehānisms. Var atbildēt mierīgi: *“Es saprotu, ka tu tā saki. Arī tā var justies. Lai kā tu izturētos, es gribu, lai tu zini – man nav vienalga, un es vēlu tev visu labāko.”* Tātad līdz pēdējam brīdim **ieteicams saglabāt konsekvenci** – vēl joprojām rūp, vēl joprojām pieņem, pat ja bērns atgrūž. Šī pieredze bērnam paliks zemapziņā kā **pozitīvs paraugs**, pat ja tajā brīdī viņš to neizrāda.

- **Atbalsts pēc attiecību noslēguma:** visbiežāk tavas un bērna formālās attiecības pēc noslēguma parasti izbeidzas – bērns dodas savā dzīvē ar jauno atbalstu. Tomēr var apsvērt **pārejas posmu**, kur pēc pārcelšanās uz jauno vietu speciālists *pakāpeniski* samazina kontaktu. Piemēram, pirmajā mēnesī pēc pārejas var vienoties par pāris telefona sarunām – tikai, lai aprunātos – kā klājas, un *apstiprinātu*, ka viss notiek, kā plānots. Tas gan jādara ciešā sadarbībā ar jaunajiem aprūpētājiem. Tad pamazām BAS samazina saziņas biežumu un laikus, līdz saziņa tiek izbeigta pilnībā. Jebkurā gadījumā, *pienācīgi noslēgtas attiecības* dod bērnam **pieredzi, ka šķiršanās var būt normāla dzīves daļa**, kuru var **izdzīvot bez krīzes**. Daudziem šiem bērniem agrāk šķiršanās (no vecākiem, no audžuvecākiem u.tml.) bijušas traumatiskas un pēkšņas. Tagad viņi piedzīvo, ka atvadas var būt **paredzamas, strukturētas un emocionāli atbalstītas**. Tas palīdz dziedināt agrākos pamestības ievainojumus. Labi noslēgtas attiecības arī **nostiprina bērna jaunās iemaņas** – speciālists atgādina, ko bērns iemācījies un ka viņš to visu varēs lietot turpmāk pats. Un visbeidzot, pozitīvs noslēgums atstāj **siltas atmiņas** gan bērnam, gan BAS – attiecības nebeidzas ar rūgtumu, bet gan ar pateicību un savstarpēju cieņu.

BAS tikšanās ar bērnu var notikt dažādos formātos un BAS profesionālajā praksē un vadlīnijās ieteicams ievērot vairākus principus konsultācijas ilguma izvēlei, kā arī BAS darbā viens no būtiskiem priekšnosacījumiem efektīvai sadarbībai ar bērnu ir vides izvēle, kurā notiek tikšanās, par ko vairāk iespējams lasīt **9. pielikumā “Ieteikumi tikšanās ar bērnu veidiem, vietai un ilgumam”**.

2.4.2. Ieteikumi bērna motivēšanai

KAS IR MOTIVĀCIJA?

Motivācija ir psiholoģisks process⁵⁸, kas piešķir uzvedībai enerģiju un virzību uz noteiktiem mērķiem un viens no būtiskākajiem faktoriem, kas virza bērna attīstību, uzvedības izmaiņas un iesaisti pozitīvās dzīves pārmaiņās. Bērniem ar uzvedības traucējumiem un atkarības riskiem motivācija nereti ir orientēta uz tūlītējiem ārējiem ieguvumiem, nevis ilgtermiņa mērķiem. Šiem bērniem bieži raksturīga zema pašefektivitātes izjūta, impulsivitāte, negatīva pieredze attiecībās ar pieaugušajiem, kā arī ierobežota spēja ilgstoši noturēt uzmanību uz mērķi vai piedzīvot sasnieguma sajūtu.

Bez iekšējās motivācijas, ārējie kontroles mehānismi (sodi, noteikumi) ir **efektīvi tikai īstermiņā**. Ilgtermiņā ievērojamu uzvedības maiņu un atkarības pārvarēšanu veicina tikai bērna pašmotivācija, kas balstās uz:

- ✓ **Kompetences sajūtu** – bērnam ir nepieciešams izjust, ka viņš spēj kaut ko iemācīties un veiksmīgi darboties:
→ "Es to spēju."
- ✓ **Autonomiju** – bērnam svarīgi justies kā savas rīcības autoram, nevis vienkārši izpildīt citu prasības:
→ "Es pats izvēlos mainīties."
- ✓ **Piederības sajūtu** – būt nozīmīgās attiecībās, kur bērns jūtas pieņemts un saprasts:
→ "Es jūtos pieņemts."

Šādā kontekstā BAS loma ir būtiska – ne tikai atbalstīt bērnu krīzes situācijās, bet arī palīdzēt attīstīt un stiprināt bērna iekšējo motivāciju. BAS uzdevums nav vienkārši uzstādīt mērķus bērna vietā, bet veicināt bērna līdzdalību, pašnoteikšanos un ticību tam, ka pārmaiņas ir iespējamās un sasniedzamas. Izpratne par motivācijas mehānismiem ļaus pielāgot atbalsta stratēģijas – veidot attiecības, kurās bērns jūtas drošs un pieņemts, atbalstīt mērķu izvirzīšanu un atzīmēt mazos soļus ceļā uz izmaiņām.

Būtiski atšķirt divus motivācijas veidus:

- **Iekšējā motivācija** rodas no paša bērna intereses un prieka par darbību – bērns rīkojas, jo aktivitāte sagādā gandarījumu, apmierina ziņkāri vai ļauj justies kompetentam, piemēram, bērns zīmē, jo tas viņam patīk un ļauj izpausties.
- **Ārējā motivācija** balstās uz ārējiem stimuliem – balvām, citu cilvēku atzinību, vai sodu. Bērns uzvedas noteiktā veidā, lai iegūtu atlīdzību vai izvairītos no soda, nevis pašas aktivitātes dēļ.

⁵⁸ Berhenke, A., Miller, A. L., Brown, E., Seifer, R., & Dickstein, S. (2011). Observed Emotional and Behavioral Indicators of Motivation Predict School Readiness in Head Start Graduates. *Early Childhood Research Quarterly*, 26(4), 430–441. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2011.04.001>. Pieejams: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3179410/>

Pašnoteikšanās teorijas⁵⁹ ietvaros uzsvars likts uz iekšējiem motivācijas avotiem, jo, lai gan ārēji stimuli var ietekmēt rīcību, tie nerada ilgstošu iesaisti bez iekšējas intereses.

- **Pašnoteikšanās teorija** (Self-Determination Theory, SDT) skaidro, ka cilvēka ilgstošai motivācijai un attīstībai jāapmierina trīs pamatvajadzības: **kompetence**, **autonomija** un **piederība**. Kompetence nozīmē spēju sajusties spējīgam un prasmīgam, autonomija – iespēja pašam pieņemt lēmumus un kontrolēt savu rīcību, bet piederība – drošas, atbalstošas attiecības un pieņemšanu no citiem. Ja vide atbalsta šo vajadzību piepildīšanu, bērns dabiskāk iesaistās un ir motivētāks; ja šīs vajadzības tiek ignorētas, var kristies bērna motivācija un pasliktināties uzvedība. Piemēram, bērns būs motivētāks mācīties, ja jūtas emocionāli drošs un pieņemts klasē (piederība), saprot, ka spēj tikt galā ar uzdevumu (kompetence), un, ja viņam dod izvēles iespējas mācīšanās procesā (autonomija).
- **Iekšējā un ārējā motivācija praksē:** darbības, kuras bērns veic brīvprātīgi un ar interesi, vienlaikus apmierinot vajadzību pēc kompetences un autonomijas, ir uzskatāmas par pašnoteiktas (iekšējas) motivācijas prototipu. Savukārt, pastiprināta paļaušanās tikai uz ārējiem motivatoriem (piemēram, uzlīmes, saldumi par labu uzvedību) var ilgtermiņā **mazināt bērna iekšējo motivāciju**, jo bērns pierod darīt tikai tad, ja saņem balvu. Tādēļ pierādījumos balstīti ieteikumi aicina **ārējās atlīdzības izmantot pārdomāti**, vairāk fokusējoties uz bērna dabiskās zinātkāres rosināšanu un interešu izmantošanu motivēšanai.

Piemēram, ja bērns sākotnēji saņem uzlīmi par katru izpildītu uzdevumu, svarīgi paralēli slavēt procesu (bērna pūles, progresu), nevis tikai rezultātu – tas veicina iekšēju gandarījumu. Pētījumi rāda, ka, slavējot bērnu par centību un pūlēm un kļūdas pasniedzot kā mācīšanās iespēju, bērns kļūst motivētāks censties un tic vairāk savām spējām, salīdzinot ar situācijām, kad slavē tikai par gala sasniegumu vai talantu. Tāpat motivācijas pamatā ir bērna iekšējais dzinulis, ko ārējie paņēmieni var atbalstīt vai, nepareizi pielietoti, apslāpēt⁶⁰.

MOTIVĀCIJAS VEIDOŠANA UN STIPRINĀŠANA BAS DARBĀ

BAS loma ir radīt apstākļus, kuros bērns atrod motivāciju pozitīvām pārmaiņām. Zemāk apkopoti galvenie principi un paņēmieni, kā **BAS var veidot un stiprināt bērna motivāciju**:

- **Uzticības pilnu attiecību veidošana:** Attiecības starp speciālistu un bērnu ir pamats jebkurai motivējošai darbībai. Pirmkārt, BAS veido **drošu, pieņemamu attiecību** klimatu – izrāda empātiju, **beznosacījuma pozitīvo pieņemšanu** un konsekventu atbalstu bērnam pat

⁵⁹ Vaite, L. (2024). Motivācijas jautājumi supervīzijā pamata psiholoģisko vajadzību teorijas kontekstā. No *Supervīzija veselības aprūpē: Rakstu krājums*. Rīga: Rīgas Stradiņa universitāte, 99–104. lpp. https://doi.org/10.25143/svva_2024_ISBN-9789934618413_099-104 Pieejams: <https://dspace.rsu.lv/server/api/core/bitstreams/4a7cd9dd-07e3-4206-b40c-5f88b411a4e4/content>

⁶⁰ Mueller, C. M., & Dweck, C. S. (1998). Praise for intelligence can undermine children's motivation and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 33–52. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.1.33>. Pieejams: <https://cpb-us-w2.wpmucdn.com/web.sas.upenn.edu/dist/b/398/files/2019/04/1998-04530-003-1sagefw.pdf>

sarežģītās situācijās. Pētījumi⁶¹ apliecina, ka spēcīga *terapeitiskā alianse* (labas attiecības ar speciālistu) veicina bērna atvērtību, pašizpratni un **pašmotivāciju** strādāt pie savām problēmām. Bērns, kurš jūtas saprasts un pieņemts, drīzāk uzticēsies speciālistam un būs gatavs iesaistīties pārmaiņās. Praktiski tas nozīmē veltīt laiku sarunām, *aktīvi klausīties* (ļaujot bērnam izteikties, nevis uzreiz sniedzot vērtējumu) un *izrādīt patiesu interesi* par bērna domām un izjūtām. Ja bērns jūt, ka attiecības ir drošas, viņā aug motivācija sadarboties. Piemēram, pusaudzis, kurš sākotnēji izaicinoši izturas pret pieaugušo, pamazām maina attieksmi, redzot, ka BAS ir pastāvīgi pieejams, godīgs un nepazaudē kontaktu arī pēc kļūmēm vai dusmu uzliesmojumiem. Šāda uzticēšanās ļauj vēlāk bērnam pieņemt speciālista ieteikumus un kopīgi strādāt pie mērķiem⁶².

- **Mērķu līdzradīšana un autonomijas veicināšana:** Bērni būs motivētāki, ja viņiem būs **teikšana** par saviem mērķiem un plāniem. BAS var **līdzradīt mērķus** kopā ar bērnu – tas nozīmē, ka mērķu izvirzīšanā aktīvi piedalās pats bērns, nevis tikai speciālists vai pieaugušie. Kad bērns var izteikt savas vēlmes un **izvēlēties** starp iespējamām pārmaiņām, viņš sajūt **atbildību un autonomiju** procesā. Psihologiskie pētījumi rāda, ka bērni un pusaudži ir motivētāki un iesaistītāki, ja viņiem tiek dota kaut neliela **pašnoteikšanās iespēja** – piemēram, izvēlēties uzdevumu secību vai tematiku, kas pašiem šķiet nozīmīga⁶³. BAS praksē tas var nozīmēt pajautāt bērnam: "Ko tu pats gribētu uzlabot?" vai "Kāds mērķis tev šķistu noderīgs?" un kopīgi formulēt **konkrētu, sasniedzamu mērķi**, kas ir svarīgs pašam bērnam.

*Nevis vienkārši uzspiest mērķi "uzvesties klasē labāk", bet vienoties ar bērnu, ka **viņš pats vēlas**, piemēram, nedēļas laikā uzlabot sekmes matemātikā par vienu atzīmi vai iemācīties pārvaldīt dusmas sporta nodarbībās. Bērns, kurš jūt, ka mērķis ir viņa paša līdzveidots, ar lielāku motivāciju centīsies to sasniegt, jo **mērķim ir personīga nozīme**.*

- **Netiešā pieeja un ne-konfrontējošas metodes:** Daudziem bērniem ar uzvedības problēmām ir izveidojusies pretestība un neuzticēšanās tiešiem norādījumiem vai konfrontējošām sarunām. BAS efektīvi strādā, izmantojot **netiešas motivēšanas pieejas**, kas neizraisa bērnam aizsargreakciju. Tas nozīmē – **izvairīties no moralizēšanas**, tā vietā izvēlēties *neuzbrūkošu komunikāciju*. Pētījumi par darbu ar izaicinošiem pusaudžiem uzsver, ka **vardarbīga vai agresīva reakcija no pieaugušo puses tikai pastiprina bērna pretestību**, kamēr mierīga, cieņpilna pieeja ļauj panākt lielāku sadarbību⁶⁴. Tādēļ BAS var **netieši virzīt bērnu uz vēlamo**

⁶¹ Mueller, C. M., & Dweck, C. S. (1998). Praise for intelligence can undermine children's motivation and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 33–52. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.1.33>. Pieejams: <https://cpb-us-w2.wpmucdn.com/web.sas.upenn.edu/dist/b/398/files/2019/04/1998-04530-003-1sagefw.pdf>

⁶² Nuñez, L., Fernández, S., Alamo, N., Midgley, N., Capella, C., & Krause, M. (2022). The therapeutic relationship and change processes in child psychotherapy: a qualitative, longitudinal study of the views of children, parents and therapists. *Research in psychotherapy (Milano)*, 25(1), 556. <https://doi.org/10.4081/ripppo.2022.556>. Pieejams: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9153753/>

⁶³ Center on the Developing Child. (2019). How to Motivate Children: Science-Based Approaches for Parents, Caregivers, and Teachers. Pieejams: <https://developingchild.harvard.edu/resources/briefs/how-to-motivate-children-science-based-approaches-for-parents-caregivers-and-teachers/>

⁶⁴ Uche, U. (2015). How to Persuade Defiant Teens Without Aggression. Pieejams: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/promoting-empathy-with-your-teen/201511/how-to-persuade-defiant-teens-without-aggression>

uzvedību – piemēram, izmantojot **modelēšanu** (parādot piemēru ar savu rīcību vai iesaistot citus vienaudžus kā pozitīvus piemērus), stāstot stāstus, kas ilustrē uzvedības sekas. **Stāstu izmantošana kā netiešas ietekmes metode** ir efektīvs līdzeklis darbā ar bērniem un pusaudžiem, īpaši tiem, kuriem ir grūtības tieši runāt par savām emocijām vai pieredzi. Literatūrā to dēvē par **naratīvo pieeju**, kas ļauj bērnam reflektēt par savu situāciju, neizjūtot tiešu vērtējumu vai spiedienu. *Piemēram, BAS var pastāstīt stāstu par kādu pusaudzi, kurš bieži iesaistījās konfliktos skolā. Laika gaitā viņš atklāja, ka aiz šādas uzvedības slēpjas dziļas dusmas un vilšanās, jo viņš jutās nesadzirdēts mājās un nesaprasts skolā. Kad viņš iemācījās runāt par savām jūtām, viņa attiecības ar pieaugušajiem uzlabojās – viņš pieredzēja, ka var saņemt atbalstu nezaudējot cieņu.* Šāda stāstījuma forma kalpo kā **projektīvs spogulis** – bērns neztver to kā tiešu pamācību, bet var pārdomāt savas līdzīgās izjūtas un saskatīt izaugsmes iespēju. **Naratīvās pieejas mērķis nav strīdēties ar bērnu vai viņu labot, bet gan palīdzēt bērnam iemācīties nosaukt, saprast un izteikt savas emocijas, domas, vajadzības vai pieredzi –, ko viņš iepriekš nav spējis formulēt vai apzināties**⁶⁵.

Piemēram, bērns, kurš pēc neveiksmes mēģina vēlreiz, demonstrē augstāku motivāciju nekā tas, kurš uzreiz **padodas vai izvairās**.

- **Motivējošā interence un sarunu tehnika**⁶⁶: **Motivējošā intervija (MI)** ir īpašs sarunu paņēmieni, kura mērķis ir **palīdzēt personai, kurai speciālists sniedz atbalstu, pašai atrast motivāciju pozitīvām izmaiņām**.
- **Mazi soļi un pakāpeniska sasniegumu veidošana**: Bērniem ar uzvedības problēmām motivāciju bieži grauj panākumu trūkums un sajūta, ka **mērķi ir nerasniedzami**. Tāpēc BAS darbā būtiski sadalīt pārmaiņas **mazos, reālistiskos soļos**. Mazie soļi ļauj bērnam piedzīvot **ātrākus panākumus** un **prieku par progresu**, kas, savukārt, motivē turpināt. Zinātniski pierādīts, ka **sasniedzami izaicinājumi** uztur motivāciju: ja uzdevums ir pārāk viegls – bērnam kļūst garlaicīgi, ja pārāk grūts – viņš padodas⁶⁷. Tāpēc svarīgi ir **pielāgot grūtību līmeni** bērna pašreizējām spējām un pakāpeniski to celt, līdzīgi kā datorspēlēs **līmeņu sistēma** pielāgojas spēlētāja prasmēm, lai noturētu interesi
 - ✓ Ieteicams kopā ar bērnu izstrādāt **solī-pa-solim plānu**, kur katrs solis ir skaidrs un izmērāms. Piemēram, bērnam, kurš nekontrolē dusmas, pirmais solis var būt **iemācīties vienu dziļas elpošanas tehniku** un to izmēģināt nākamreiz, kad sadusmojas.
 - ✓ Kad šis solis izpildīts (un bērns saņem uzslavu par to), nākamais solis – **spēt 5 minūtes palikt mierīgam konflikta situācijā** utt. **Katru mazo sasniegumu atzīmē** un pozitīvi

⁶⁵ White, M.J., & Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: W W Norton & Company, Inc., Pieejams: josefaruiztagle.cl/wp-content/uploads/2020/09/Michael-White-David-Epston-Narrative-Means-to-Therapeutic-Ends-W.-W.-Norton-Company-1990-1.pdf

⁶⁶ Cryer, S., & Atkinson, C. (2015). Exploring the use of Motivational Interviewing with a disengaged primary-aged child. *Educational Psychology in Practice*, 31(1), 56–72. <https://doi.org/10.1080/02667363.2014.988326>

⁶⁷ Center on the Developing Child. (2019). *How to Motivate Children: Science-Based Approaches for Parents, Caregivers, and Teachers*. Pieejams: <https://developingchild.harvard.edu/resources/briefs/how-to-motivate-children-science-based-approaches-for-parents-caregivers-and-teachers/>

pastiprina, lai bērns redz progresu. Šāda *mazo uzvaru* stratēģija vairo bērna **kompetences sajūtu** un ticību savām spējām. Laika gaitā mazie soļi summējas ievērojamā progresā. BAS loma ir uzslavēt un **svinēt katru soli**, palīdzot bērnam saprast, ka pārmaiņas ir procesā – piemēram, "Tu šonedēļ trīs reizes veiksmīgi spēji savaldīties, kad biji dusmīgs. Tas ir lieliski – tu jau mācies kontrolēt sevi labāk!".

- ✓ Šādi bērns **redz jēgu turpināt centienus**, jo izjūt gan ārēju atzinību, gan iekšēju gandarījumu par pārvarētajām grūtībām.

MOTIVĀCIJAS NOVĒRTĒŠANA

Lai varētu saprast, **vai un kā motivācija bērnā mainās**, jāprot novērot un izmērīt motivācijas pazīmes. Tieši motivāciju nav viegli izmērīt, taču ir vairāki **rādītāji**, kas netieši liecina par bērna motivācijas līmeni. Galvenās kategorijas, kurām pievērst uzmanību, ir **uzvedība, līdzdalība** un **emocionālie stāvokļi**⁶⁸:

- **Uzvedības rādītāji:** Bērna **uzvedība** var daudz pastāstīt par motivāciju. Piemēram, motivēts bērns **izrāda iniciatīvu** – pats uzsāk uzdevumu, piedāvā idejas. Viņš arī **notur uzmanību** ilgāk un **nepadodas** pie pirmajām grūtībām. Ja bērns ir motivēts, viņš biežāk **pievēršas sarežģītākiem uzdevumiem**, nevis tikai vieglākajiem. Pētījumi ar bērniem rāda, ka ir individuālas atšķirības tādās uzvedībās kā **interese par uzdevumu, vēlme izvēlēties izaicinošu uzdevumu vai vieglāku ceļu, noturība saskarē ar neveiksmi** – un visas šīs izpausmes ir būtiski motivācijas indikatori⁶⁹.

Var novērot arī **pūles un ieguldīto darbu** – vai bērns cenšas pēc labākās sirdsapziņas vai dara pavisai. Motivācijas pieaugumu var novērot, ja ar laiku bērns **no pasīvas uzvedības vai pretestības pāriet uz aktīvāku līdzdalību**: piemēram, stundā iepriekš viņš uzdevumus pildīja tikai piespiedu kārtā, bet tagad pats piesakās pie tāfeles vai uzdod jautājumus⁷⁰.

- **Līdzdalības rādītāji:** Šie rādītāji attiecas uz **bērna iesaistes līmeni aktivitātēs**. Motivēts bērns **izrāda augstāku līdzdalību** – piemēram, regulāri **apmeklē nodarbības**, piedalās diskusijās, izpilda mājasdarbus laikā. Ja bērnam ir uzvedības traucējumi, sākotnēji viņš var **izvairīties no līdzdalības** (neapmeklēt skolu, nesadarboties terapijā utt.). Progress motivācijā būs redzams, kad bērns **palielina savu iesaisti**: sāk nākt uz tikšanām ar BAS labprātīgāk, piedalās aktivitātēs, **uzņemas atbildību** kādos pienākumos. Viens no līdzdalības

⁶⁸ Berhenke, A., Miller, A. L., Brown, E., Seifer, R., & Dickstein, S. (2011). Observed Emotional and Behavioral Indicators of Motivation Predict School Readiness in Head Start Graduates. *Early Childhood Research Quarterly*, 26(4), 430–441. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2011.04.001>. Pieejams: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3179410/>

⁶⁹ Berhenke, A., Miller, A. L., Brown, E., Seifer, R., & Dickstein, S. (2011). Observed Emotional and Behavioral Indicators of Motivation Predict School Readiness in Head Start Graduates. *Early Childhood Research Quarterly*, 26(4), 430–441. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2011.04.001>. Pieejams: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3179410/>

⁷⁰ Bath, H. (2008). The Three Pillars of TraumaWise Care: Safety, Connection, and Coping. *Reclaiming Children and Youth*, 17(3), 17–21.

indikatoriem ir arī **sadarbība** – vai bērns strādā kopā ar speciālistu pie savu mērķu sasniegšanas vai izrāda pretestību. Piemēram, ja pusaudzis agrāk klusēja un neiesaistījās sarunās ar speciālistu, bet pēc laika sāk aktīvāk diskutēt un **kopā plānot risinājumus**, tas liecina par motivācijas augšanu. Tāpat var vērot **iniciatīvu**: vai bērns pats piedāvā jaunus mērķus vai aktivitātes. Augsta motivācija bieži izpaužas kā **dziļāka iesaiste** – bērns ne vien piedalās, bet dara to ar interesi un atbildību.

- **Emocionālie rādītāji:** Bērna **emocijas un attieksme** pret uzdevumiem ir svarīgs motivācijas barometrs. Motivēts bērns biežāk izrāda **pozitīvas emocijas** attiecībā uz darbību: prieku, aizrautību, lepnumu par saviem sasniegumiem. Ja, piemēram, bērns pēc labi padarīta darba **smaida, lepojas** ("Skaties, man izdevās!"), tas norāda uz iekšējas motivācijas klātbūtni – viņš **gūst gandarījumu** no paveiktā. Pretēja situācija – bērns ir vienaldzīgs vai izjūt tikai trauksmi, dusmas, kaunu – var liecināt, ka motivācija ir zema vai ārēja. Pētījumi parāda, ka **emocijas modulē motivāciju**: pozitīvas emocijas (interese, prieks) iet roku rokā ar augstāku iekšējo motivāciju, kamēr izteikti negatīvas emocijas (bailes, kauns, bezcerība) var demotivēt un mazināt iesaisti. Jāņem vērā, ka bērni ar uzvedības problēmām nereti demonstrē *ārēji dusmas vai vienaldzību*, kamēr iekšēji var just nedrošību vai bailes no neveiksmes. Tāpēc BAS jāpievērš uzmanība *pašvērtējošām emocijām* kā **lepnums un kauns**: bērns var smagi strādāt, lai **izjustu lepnumu** par sevi vai izvairītos no kauna sajūtas. Piemēram, bērns ar uzvedības problēmām, kurš agrāk reaģēja ar dusmām uz grūtībām, pēc motivējoša darba sāk izjust **mazāk vilšanos un vairāk prieka** par progresu. Ja redzam, ka bērns **svin savus sasniegumus**, vēlas parādīt paveikto citiem vai pats atzīmē, ka jūtas labāk, – tās ir pazīmes, ka motivācija nostiprinās. Emocionālie rādītāji var ietvert arī **attieksmes maiņu**: no "Man vienalga" attieksmes uz "Es gribu pamēģināt vēlreiz". BAS var novērtēt motivāciju, regulāri pārrunājot ar bērnu viņa pašsajūtu – vai viņš **jūtas iesaistīts, apmierināts ar progresu**, vai arī noguris un apātisks⁷¹.

Novērtējot motivāciju, svarīgi **fiksēt izmaiņas dinamikā** – salīdzināt bērna uzvedību, līdzdalību un emocionālo fonu sākumā un pēc kāda laika. Pat nelielas pozitīvas izmaiņas (piemēram, bērns ilgāk notur uzmanību nekā agrāk, vai retāk izrāda neapmierinātību) liecina, ka motivācija pieaug. BAS var izmantot arī konkrētas novērtēšanas skalas **vai anketas** (piemēram, regulāri lūgt bērnu novērtēt, cik ļoti viņš grib piedalīties kādā aktivitātē no 1 līdz 5) kā papildu rīku. Tomēr bieži pietiek ar rūpīgu **novērošanu un sarunām**, lai saprastu motivācijas līmeni.

Motivācijas novērtēšana palīdz BAS pielāgot savu darbu – ja redzams, ka motivācija krītas, jāmaina pieeja, jāpievieno jauni motivatori vai jāpārskata mērķi; ja motivācija aug, var pakāpeniski izvirzīt augstākus mērķus un dot bērnam vēl vairāk patstāvības.

METODES UN KOMUNIKĀCIJAS PAŅĒMIENI MOTIVĀCIJAS STIPRINĀŠANAI

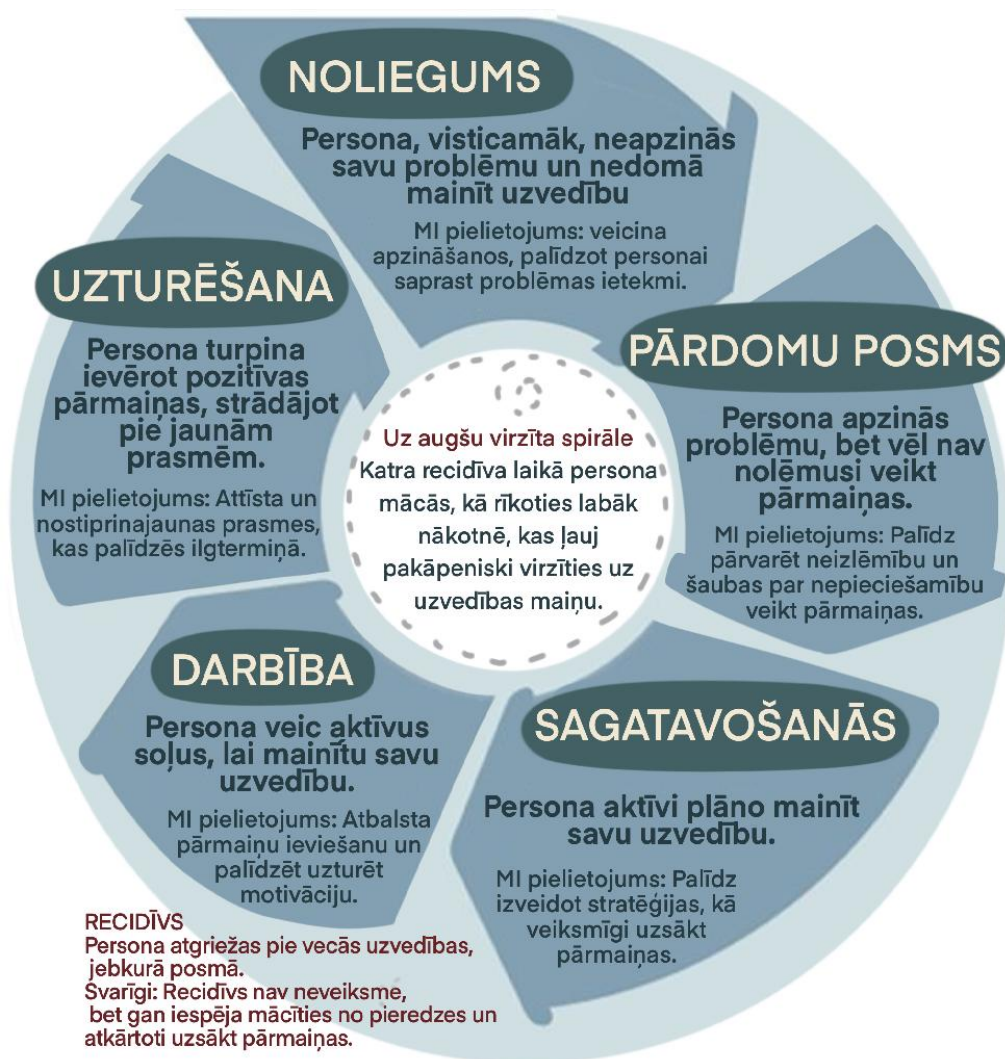
⁷¹ Berhenke, A., Miller, A. L., Brown, E., Seifer, R., & Dickstein, S. (2011). Observed Emotional and Behavioral Indicators of Motivation Predict School Readiness in Head Start Graduates. *Early Childhood Research Quarterly*, 26(4), 430–441. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2011.04.001>. Pieejams: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3179410/>

Lai praktiski īstenotu augstāk minētos principus, ieteicams izmantot dažādas **pierādījumos balstītas metodes un saziņas paņēmienus**, kas pierādījuši efektivitāti, motivējot bērnus ar uzvedības problēmām:

- **Aktīva klausīšanās un empātiska komunikācija:** Šis ir pamata saziņas paņēmieni, lai **veidotu uzticēšanos** un saprastu bērna perspektīvu. Aktīvas klausīšanās laikā speciālists *nenosoda un nepārtrauc* bērnu, uzdod **atvērtus jautājumus** un **atspoguļo** dzirdēto ("Es dzirdu, ka tev skolā bija ļoti grūta diena, un tu jūties netaisnīgi sodīts."). Empātiska attieksme palīdz bērnam justies saprastam, kas palielina **motivāciju sadarbīties**. Piemēram, ja bērns pauž dusmas, BAS var atbildēt: "Es redzu, ka tu esi dusmīgs – mēģināsim kopā saprast, kas notika." Šāda pieeja nevis nosoda dusmas, bet **pieņem bērna emocijas**, tādējādi bērns jūtas drošāk un ir gatavs iesaistīties risinājuma meklēšanā. Empātiska, respektējoša komunikācija veido pamatu iekšējās motivācijas augšanai, jo bērns pamazām **pārņem pozitīvo komunikācijas modeli** un mācās atvērtāk paust savas vajadzības.
- **Motivējošās intervijas (MI) tehnikas**⁷²: Kā minēts, MI konkrētie paņēmieni ir ļoti noderīgi motivācijas stiprināšanai.

⁷² Bischof, G., Bischof, A., & Rumpf, H. J. (2021). Motivational Interviewing: An Evidence-Based Approach for Use in Medical Practice. *Deutsches Arzteblatt International*, 118(7), 109–115. <https://doi.org/10.3238/arztebl.m2021.0014>

- **Sadarbības veidošana:**
izveido uzticamas attiecības ar bērnu, radot drošu telpu atklātai sarunai.
- **Fokusēšana:**
kopīgi nosaka sarunas mērķus un identificē konkrētas uzvedības jomas, kurās nepieciešamas pārmaiņas.
- **Motīvu izcelšana:**
mudina bērnu pašam izteikt iemeslus un motivāciju pārmaiņām, izmantojot atvērtus jautājumus un aktīvu klausīšanos.



- **Plānošana:** palīdz izstrādāt konkrētu rīcības plānu, nosakot mazus, sasniedzamus soļus un paredzot iespējamus šķēršļus.

MI ir efektīva, jo tā respektē bērna autonomiju un veicina viņa aktīvu līdzdalību pārmaiņu procesā. Tā palīdz bērnam pašam atklāt savus mērķus un motivāciju, kas palielina pārmaiņu ilgtspējību.

MI pamatprasmes

Sarunājoties ar bērnu, ir noderīgas **vairākas pamatprasmes**, kas palīdz veidot atvērtu un produktīvu dialogu. Praktiski BAS var pielietot **O** (*Open-ended questions*) **A** (*Affirmations*) **R** (*Reflections*) **S** (*Summaries*) **tehniku**, t.i. uzdot atvērtus (*Open-ended*) jautājumus, sniegt apstiprinošus,

⁷³ Beckwith, V.Z., & Beckwith, J. (2020). Motivational Interviewing: A Communication Tool to Promote Positive Behavior Change and Optimal Health Outcomes. *NASN School Nurse*, 35(6), 344-351.
<https://doi.org/10.1177/1942602X20915715>. Pieejams:
https://www.researchgate.net/publication/340944980_Motivational_Interviewing_A_Communication_Tool_to_Promote_Positive_Behavior_Change_and_Optimal_Health_Outcomes

uzmundrinošus apgalvojumus (*Affirmations*), reflektīvi atkārtot, pārfrāzēt bērna teikto (*Reflections*) un rezumēt dzirdēto (*Summaries*). Skat. 6.tabulā.

6.tabula. OARS tehnika

✓ Mudināt bērnu izteikt savas domas	✗ Slēgti vai nosodoši jautājumi
<i>Atvērtie jautājumi</i>	
"Kā tu pats skaties uz šo situāciju?" (Veicina pašrefleksiju, ļauj bērnam formulēt savu redzējumu bez nosodījuma.) "Kas pēdējā laikā ir noticis, kas, tavuprāt, ietekmēja šo notikumu?" (Palīdz identificēt iespējamus cēloņus, notikumus vai emocijas, kas novedušas līdz situācijai.) "Kā tu juties tajā brīdī, kad tas notika?" (Palīdz saistīt uzvedību ar emocijām, kas ir svarīgi, lai veidotu pašregulācijas prasmes.) "Ko tu vēlētos, kas, lai notiktu tālāk?" (Dod bērnam iespēju aktīvi iesaistīties risinājumu meklēšanā.)	<i>Vai tu šodien biji skolā?"</i> (var izraisīt aizsardzības reakciju) <i>"Kāpēc tu tā izdarīji?"</i> (var izklausīties kā apsūdzība)
<i>"Tava motivācija ir acīmredzama, jo tu šodien šeit esi."</i>	<i>Tu atnāci uz tikšanos, bet neko negribi darīt."</i> (Var skanēt nosodoši, rada aizsardzības reakciju un attālina bērnu.)
<i>Reflektīvā klausīšanās</i>	
✓ <i>"Izskatās, ka tu tiešām ļoti centies, bet nejūties novērtēts."</i>	✗ Vispārīgi vai pārāk vienkāršoti secinājumi. <i>"Tu neizskaties laimīgs."</i> (Nepiedāvā dziļāku izpratni par bērna situāciju.)
<i>Rezumējums</i>	
✓ Apkopot galvenās atziņas un sekmēt turpmākas sarunas. <i>"Tātad tu vēlies uzlabot savas atzīmes un skolas apmeklētību, pat ja tas šobrīd šķiet sarežģīti."</i>	✗ Saruna noslēdzas bez skaidra turpinājuma. <i>"Labi, parunāsim nākamreiz."</i> (Neveicina skaidrību par turpmākajiem soļiem.)

Pareiza OARS prasmju pielietošana palīdz veidot uzticamu, motivējošu sarunu, kurā bērns pats nonāk pie risinājumiem un jūtas sadzirdēts.

Piemēram, atvērts jautājums: *"Ko tu vēlētos mainīt savā ikdienā, lai justos labāk?"*; apstiprinājums: *"Tu biji ļoti drosmīgs, atzīstot, ka dažreiz jūties vientuļš – tas ir svarīgs solis"*; refleksija: *"Tu saki, ka bieži sanāk sastrīdēties ar citiem, un tas liek tev justies nesaprastam"*; rezumējums: *"Tātad tev ir svarīgi iemācīties savaldīt dusmas, lai nezaudētu draugus."*

Šie paņēmieni **palīdz bērnam artikulēt savu motivāciju**, dzirdēt pašam savas domas formulētas skaļi un sajūst speciālista atbalstu. Rezultātā bērns sāk **skaidrāk apzināties pārmaiņu nepieciešamību** un **formulēt savus iemeslus** rīkoties – tieši tas, kas veicina iekšējo motivāciju. MI

komunikācija ir *sadarbības pilna un nekritiska*, tādējādi bērns nejūtas spiests, bet gan iedrošināts. Kā liecina prakse, pat jaunākā skolas vecuma bērni labprāt reaģē uz šādu sarunu stilu, jo jūtas **uzklausīti un respektēti**, kas vairo viņu vēlmi iesaistīties.

- **Pozitīvs pastiprinājums:** bērna centienu, progresu vai vēlamas uzvedības apzināta atzīšana un atbalstīšana, lai veicinātu šādas uzvedības atkārtošanos nākotnē un iedrošināšana. Viens no efektīviem komunikācijas paņēmieniem ir **pievērst uzmanību bērna pūlēm, uzlabojumiem un stratēģijām**, nevis tikai rezultātiem. Šo pieeju atbalsta arī psiholoģiskie pētījumi⁷⁴: **atzīmēt** (slavēt) **procesu, nevis personības iezīmes**. Praktiski tas nozīmē, ka ieteicams uzsvērt **centību, neatlaidību, radošumu**, ko bērns ieguldījis uzdevumā ("Tu tiešām centies un ilgi strādāji pie šī zīmējuma, tas ir apsveicami"), nevis saka tikai "Tu esi gudrs" vai "Tu labi zīmē". Slavējot **par pūlēm un taktiku**, bērns mācās, ka **viņa pūliņi ir vērtīgi** un prasmes var attīstīt. Tas motivē viņu turpināt censties pat tad, ja kaut kas nesanāk perfekti. Tāpat ieteicams **normalizēt kļūdas** kā daļu mācīšanās procesa: *"Redzi, šoreiz tu pieļāvi kļūdu, bet tagad zini, kā nākamreiz darīt savādāk – tu mācies un progresē."* Šāda komunikācija veicina **resilienci** ("pretošanās spēks") un motivāciju mēģināt vēlreiz, nebaudoties no neveiksmes. Svarīgi arī **atzīmēt progresu**: regulāri norādīt bērnam, ko viņš jau ir sasniegjis (*"Atceries, pirms mēneša tu nevēlējies vispār runāt ar mani, bet tagad tu jau stāsti par savām grūtībām – tas ir milzīgs progress!"*). Tas bērnam palīdz **apzināties pārmaiņas** un dod motivāciju turpināt. Pozitīva, uz izaugsmi orientēta atgriezeniskā saite palielina bērna **pašefektivitātes izjūtu** – ticību, ka viņš ar laiku var sasniegt aizvien vairāk.
- **Atalgojuma sistēmas:** Pozitīvā pastiprināšana nozīmē **apbalvot vēlamu uzvedību**, lai nostiprinātu tās atkārtošanos. Tas var ietvert gan **sociālo pastiprinājumu** (uzslavas, atzinību, privilēģijas), gan konkrētas **balviņas** vai **žetonus**. Piemēram, BAS var ieviest **uzvedības kartītes vai žetonu sistēmu**: bērns saņem uzlīmi vai punktus par katru reizi, kad izpilda kādu pozitīvu darbību (piemēram, savaldās konfliktā, paveic uzdevumu laikus). Sakrājot noteiktu punktu skaitu, viņš var tos apmainīt pret balvu (piemēram, nelielu dāvanu vai kādu izvēlētu aktivitāti). Šāda pieeja ir labi pārbaudīta bērnu ar UDHS (**Uzmanības deficīta un hiperaktivitātes sindroms**) un citiem uzvedības traucējumiem – pētījumos⁷⁵ konstatēts, ka kombinējot strukturētu uzvedības terapiju ar žetonu sistēmu, **problemātiskas uzvedības epizodes būtiski samazinās**, tostarp mazinās impulsivitāte, hiperaktivitāte un agresija⁷⁶. Būtiski, lai pozitīvā pastiprināšana būtu **konsekventa un tūlītēja** – bērni ar impulsu kontroles grūtībām vislabāk reaģē, ja balva seko uzreiz pēc pareizas uzvedības⁷⁷. Tāpat jānodrošina, ka **noteikumi ir skaidri**: bērns precīzi zina, par ko un kādu atlīdzību saņems. Papildus balvām ļoti

⁷⁴ Mueller, C. M., & Dweck, C. S. (1998). Praise for intelligence can undermine children's motivation and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 33–52. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.1.33>.
Pieejams: <https://cpb-us-w2.wpmucdn.com/web.sas.upenn.edu/dist/b/398/files/2019/04/1998-04530-003-1sagefw.pdf>

⁷⁵ Coelho, L. F., Barbosa, D. L., Rizzutti, S., Muszkat, M., Bueno, O. F., & Miranda, M. C. (2015). Use of Cognitive Behavioral Therapy and Token Economy to Alleviate Dysfunctional Behavior in Children with Attention-Deficit Hyperactivity Disorder. *Frontiers in Psychiatry*, 6, 167. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2015.00167>

⁷⁶ Coelho, L. F., Barbosa, D. L., Rizzutti, S., Muszkat, M., Bueno, O. F., & Miranda, M. C. (2015). Use of Cognitive Behavioral Therapy and Token Economy to Alleviate Dysfunctional Behavior in Children with Attention-Deficit Hyperactivity Disorder. *Frontiers in Psychiatry*, 6, 167. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2015.00167>

⁷⁷ CBT+ Home Token Economy Guide for Therapists: Example Session Outline and Handouts. (2017). Pieejams: <https://depts.washington.edu/uwhatc/wp-content/uploads/2022/07/CBT-Home-Token-Economy-Guide.pdf>

nozīmīga ir **slavēšana** – *konkrēta un sirsnīga* uzslava par sasniegto ("*Man patika, kā tu šodien mierīgi atrisināji strīdu ar brāli!*") bieži vien motivē ne mazāk kā materiāla balva. Pozitīva pastiprināšana **pārslēdz fokusu** no negatīvām sekām uz pozitīvu rīcību, dodot bērnam **pozitīvu motivācijas avotu**. Tomēr, kā minēts iepriekš, svarīgi nepārspīlēt ar ārējām balvām – tās jālieto sākotnējā posmā, lai iedarbinātu uzvedības maiņu, vienlaikus **pārejot pakāpeniski uz iekšējiem motivatoriem**, piemēram, kad pats bērns jūtas lepns par panākumu, ne tikai gaida balvu.

- **Mērķu un progresu pārraudzība:** Kā motivācijas uzturēšanas metodi ieteicams izmantot **strukturētu mērķu pierakstīšanu un to regulāru pārskatīšanu**. Piemēram, kopā ar bērnu noformulēto mērķi uzraksta redzamā vietā (piemēram, plakātā kabinetā vai bērna piezīmju grāmatiņā) un **sadala** mazos soļos. Katru reizi tiekoties ar bērnu var **pārrunāt progresu**: kas izdevies, kas, nē, ko var uzlabot. Var izmantot **vizuālus līdzekļus**, piemēram, progresijas diagrammas, kurās bērns pats ielīmē uzlīmes vai aizpilda svītriņas par katru soli ceļā uz mērķi. Šāda vizualizācija padara abstrakto progresu **taustāmu un motivējošu**. Ja bērns redz, ka, piemēram, jau piecas reizes pēc kārtas izdevies izpildīt kādu noteikumu, viņš saprot, ka **spēj mainīties**, un grib turpināt, lai aizpildītu visu diagrammu. BAS var lūgt bērnu novērtēt, cik apmierināts viņš pats ir ar savu progresu konkrētā mērķī. Tas veicina bērna **iekšējās kontroles fokusu (locus of control)** (pārliecību, ka no viņa paša daudz kas atkarīgs). Strukturēta mērķu pārraudzība iet roku rokā ar iepriekš minēto procesu pozitīvu novērtēšanu – katrs paveiktais solis tiek atzīmēts un **atzīts**. Šī metode bērnam dod skaidrību, **ko tieši no viņa gaida**, un, ka progress tiek pamanīts.
- **Interesu izmantošana un veicinošas vides organizēšana**⁷⁸: Lai stiprinātu motivāciju, noderīgi ir **apzināt bērna intereses** un veidot vidi tā, lai veicinātu panākumus. BAS var **pielāgot uzdevumus bērna stiprajām pusēm vai hobijiem**, lai radītu iekšēju ieinteresētību. Piemēram, ja bērnam patīk videospēles, motivācijas stiprināšanai var izmantot spēlošanas elementus (uzdevumu izpilde kā "līmeņu" pārvarēšana ar punktiem). Ja pusaudzi aizrauj mūzika, sarunās var iekļaut ar mūziku saistītas tēmas vai izmantot dziesmu tekstus, lai diskutētu par emocijām. **Zinātkāres rosināšana** ir spēcīgs motivators – var uzdot jautājumus vai radīt situācijas, kas **izraisa bērnā ziņkāri** un vēlmi uzzināt ko jaunu. Vides organizēšana nozīmē arī **izvairīties no traucēkļiem**: nodrošināt klusumu bērnam, kurš viegli novēršas, vai gluži pretēji – nodrošināt kustību pauzes ļoti enerģiskam bērnam, lai viņš spētu fokusēties, kad nepieciešams. Jo **vieglāk bērnam ir iesaistīties**, jo augstāka būs motivācija – tāpēc viens no uzdevumiem ir **pielāgot vidi un uzdevumus** bērna vajadzībām. Tas parāda bērnam, ka viņa panākumiem *tīc* un vēlas tos atvieglot, kas arī pats par sevi ir motivējoši (bērns jūtas atbalstīts).

Apkopojot, metožu izvēle vienmēr jāpielāgo konkrētajam bērnam un viņa grūtībām. Dažkārt būs nepieciešama **struktūra un atalgojumi**, citkārt – vairāk **sarunu un emocionāla atbalsta**. Labākos

⁷⁸ Center on the Developing Child. (2019). *How to Motivate Children: Science-Based Approaches for Parents, Caregivers, and Teachers*. Pieejams: <https://developingchild.harvard.edu/resources/briefs/how-to-motivate-children-science-based-approaches-for-parents-caregivers-and-teachers>

rezultātus sniedz **kombinēta pieeja**: vienlaikus veido labas attiecības, māca paškontroli, **stiprina ar uzslavām un balvām**, kad nepieciešams, un **ļauj piedzīvot prieku** par saviem sasniegumiem.

ĪSA INTERVENCE PSIHOAKTĪVO VIELU LIETOŠANAS GADĪJUMĀ

Ja BAS darbā, sarunā ar bērnu vai pusaudzi, atklājas psihoaktīvo vielu (alkohola, nikotīna, marihuānas u.c.) lietošanas fakts, jāveic skrīnings ar skalām, kas iekļautas **5.4.6. pielikumā “Atkarības problēmu vai to attīstības risku identificēšanas instrumenti”**. No zinātniskiem pierādījumiem zināms, ka ja speciālisti un atbalsta personas, kas saskarās ar psihoaktīvo vielu lietotājiem, veic tā saucamo “īso intervenci”, lietošana samazinās. Īsa intervence ir īpaši strukturēta 15-20 min saruna ar vielu lietotāju, kuras mērķis ir vairo izpratni par vielu lietošanas riskiem un veicināt uzvedības maiņu - lietošanas mazināšanu vai pārtraukšanu.

Divi plaši lietoti piemēri sabiedrības veselības programmām, kur īsai intervencei ir viena no galvenajām lomām:

- SBIRT – skrīnings, īsa intervence un nosūtīšana ārstēšanai, ja nepieciešams. Šis ir Amerikā izmantots modelis.
- PVO īsas intervences modelis.

PVO min, ka īsu intervenci var sniegt jebkurš, arī pēc īsas pamācības izlasīšanas, tomēr labāki rezultāti mēdzot būt pēc specifisku apmācību iziešanas⁷⁹.

BAS ir vērtīgi zināt **trīs galvenos elementus**, kas ietilpst augstāk minētajās programmās un pieturēties pie šiem, strādājot ar bērnu:

Skrīnings - šī var būt īsa, strukturēta saruna vai jautājumu kopums, lai noskaidrotu, vai bērns lieto psihoaktīvās vielas. Piemēram:

“Vai tev ir gadījies pamēģināt smēķēt vai lietot alkoholu?”

“Vai kāds draugs vai pieaugušais tev ir piedāvājis vielas?”

Ja bērns atklāj vielu lietošanu un vai ir aizdomas par to, vēlams veikt detalizētāku skrīningu ar skalām, kas iekļautas **5.4.6. pielikumā “Atkarības problēmu vai to attīstības risku identificēšanas instrumenti”**, jo tas palīdzēs veidot argumentus, kad tiks skaidrots par riskiem, ko vielu lietošana izraisa vai var potenciāli izraisīt.

❖ Īsa intervence:

Ja atklājas, ka bērns ir lietojis un lietojot nonācis riskantās situācijās vai tuvu tām, BAS vēlams veikt īsu intervenci. Ja sajūta, ka sadarbība ar bērnu vēl nav izveidojusies un bērns vēl neuzticas BAS, ļoti svarīgi sarunu veidot piesardzīgāk, tomēr nav jāsteidzas atlikt. Jāatceras, ka pusaudži bieži vien zina, ka vielu lietošana ir kaitīga un pat daļēji vēlas jau to pārtraukt. Īsas intervences mērķis ir – skaidrot vielu lietošanas riskus, rekomendēt vielu lietošanas mazināšanu vai atturēšanos tās lietot.

⁷⁹ World Health Organization (2012). *The ASSIST-linked brief intervention for hazardous and harmful substance use*. Pieejams: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241599399>.

Pēc skrīninga veikšanas, BAS izmanto šādus strukturētus soļus īsai intervencei (abās augstāk minētajās programmās īsa intervence balstīta uz FRAMES modeli⁸⁰:

- Pajautā, vai bērns vēlas redzēt savus skrīninga rezultātus: *“Vai tu vēlies uzzināt, kā izskatās tavas atbildes?”*
- Sniedz individuālu atgriezenisko saiti.
- Izskaidro, ko nozīmē rezultāts un kāds ir risks. Šeit vēlams izmantot grafiskus attēlus, kur redzams risks uzskatāmi.
- Dod skaidru, saprotamu padomu par riska mazināšanu: *“Lai pasargātu sevi, ieteicams šo vielu nelietot.”*
- Uzsver, ka lēmums pieder bērnam pašam: *“Tikai tu pats vari izlemt, ko darīt tālāk.”*
- Pajautā, cik ļoti bērns satraucas par savu skrīninga rezultātu: *“Kā tu jūties par to, ko uzzināji?”*
- Palīdz salīdzināt ieguvumus un trūkumus vielu lietošanai: *“Kas tev šķiet labs tajā, ka lieto šo vielu? Kas ne tik labs?”*
- Kopīgi izsver “mazāk labās” lietas (trūkumus) no lietošanas, ko bērns minējis.
- Apkopo un atspoguļo bērna teikto, uzsverot neizdevīgos aspektus: *“Tu minēji, ka viela liek tev zaudēt kontroli – tas izklausās nopietni.”* Vēlams pieminēt paša bērna minētos faktus par nevēlamiem notikumiem vai sekām, kas notikušas reibumā.
- Pajautā, cik lielu satraukumu rada šīs “mazāk labās” lietas (trūkumi no lietošanas).
- Iedod bērnam līdzīgu informāciju vai materiālus pārdomām.

Ja BAS pieejami materiāli par vielu lietošanu, tos var atstāt bērnam iepazīties.

Kāpēc īsa intervence?

- Ātra un efektīva rīcība, kas novērš problēmu padziļināšanos.
- Dod bērnam sajūtu, ka viņu saprot un viņam var uzticēties.
- Iespēja laikus novirzīt pie speciālistiem, ja problēma ir nopietnāka.

❖ **Nosūtīšana pie speciālista:**

Ja bērns regulāri lieto vielas, vai redzama atkarības attīstība, BAS var palīdzēt sazināties ar piemērotu speciālistu (psihologu, psihiatru, atkarību speciālistu), lai nodrošinātu padziļinātu atbalstu.

SBIRT ir vienkāršs, bet spēcīgs instruments, kas BAS darbā var palīdzēt bērnam ne tikai apzināties riskus, bet arī pieņemt pozitīvu lēmumu par savu veselību un nākotni.⁸¹



Motivēšana bērniem un pusaudžiem ar uzvedības vai atkarību problēmām ir **pakāpenisks, attiecībās balstīts process.**

- ✓ **Uzticamas attiecības kā pamats:** motivācija nevar attīstīties bez uzticības. Tāpēc pirmie soļi vienmēr ir saistīti ar emocionāli drošu attiecību veidošanu.

⁸⁰ Miller, W. & Sanchez, V. (1993). Motivating young adults for treatment and lifestyle change. In Howard G, ed. *Issues in alcohol use and misuse by young adults* (pp. 55-82). Notre Dame IN. University of Notre Dame Press.

⁸¹ World Health Organisation (2010). *The ASSIST-linked brief intervention for hazardous and harmful substance use: Manual for use in primary care*. Pieejams: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241599399>

- ✓ Iekšējā motivācija rodas, ja bērns jūtas **kompetents** (spēj kaut ko izdarīt), ir **autonoms** (var izvēlēties), un jūtas **piederīgs** (ir attiecībās, kur viņu pieņem).

To var veicināt, iesaistot bērnu mērķu izvirzīšanā, izrādot cieņu pret bērna viedokli un piedāvājot mazus, izpildāmus uzdevumus, kas stiprina pašefektivitātes izjūtu. Efektīva ir arī modelēšana un pozitīvu piemēru izmantošana.

- ✓ Motivācijas līmeni var novērtēt pēc bērna:
 - **uzvedības** (piemēram, vai piedalās aktivitātēs),
 - **līdzdalības** (vai pats izrāda iniciatīvu),
 - **emocijām** (vai ir atvērtāks, priecīgāks, ieinteresētāks).

Katrs mazais solis ir svarīgs! Svarīgi ir **atzīt un stiprināt katru progresu**, palīdzot bērnam pašam pamanīt savus panākumus. Tas dod motivāciju turpināt ceļu. Pat sarežģītos gadījumos iespējams uzrunāt bērna iekšējo motivāciju. Galvenais – **fokusēties uz bērna iespējām, nevis ierobežojumiem**. Kad bērns piedzīvo panākumus un pieņemšanu, viņā iedegas vēlme augt – un tas ir **ilgtermiņā noturīgākais pārmaiņu dzinējspēks**.

2.4.3. Ieteikumi atbalsta sniegšanai bērnam ar veselību saistītu problēmjautājumu risināšanā

Bērni ar uzvedības vai atkarību problēmām bieži sastopas ar dažādām veselības problēmām, taču nereti viņiem trūkst nepieciešamo prasmju, informācijas un ģimenes atbalsta, lai saņemtu piemērotu medicīnisko palīdzību. Viņi var nepievērst uzmanību savai fiziskajai un garīgajai veselībai, baidīties no ārstiem, neuzticēties speciālistiem vai vienkārši nezināt, kā rīkoties, ja rodas veselības sarežģījumi.

Lai gan šīs grūtības nereti izpaužas kā uzvedības izmaiņas vai sociāla izolācija, **tās būtībā ir veselības traucējumi**, kas ir arī iekļauti Starptautiskajā slimību klasifikatorā, ko izmanto Latvijā un citviet pasaulē. Tie skar gan **fizisko, gan psihisko veselību**, un to risināšanai nepieciešama starpdisciplināra pieeja.

Šajās vadlīnijās īpaša uzmanība pievērsta sekojošiem veselības un uzvedības aspektiem:

- Vielu un procesu atkarības;
- Uzvedības traucējumi;
- Uzmanības deficīta un hiperaktivitātes traucējumi;
- Citi psihiskie, uzvedības un identitātes traucējumi.

VIELU UN PROCESU ATKARĪBAS

Lai arī sabiedrībā un šajās vadlīnijās bieži tiek lietots termins “atkarības”, svarīgi saprast, ka bērniem un pusaudžiem psihoaktīvo vielu lietošana reti izraisa stāvokli, ko medicīnā sauc par atkarību. Vairumā gadījumu bērniem un pusaudžiem vielu lietošana tiks klasificēta kā **riskanta vai pārmērīga un kaitīga vielu lietošana**. Pat ja vielai ir atkarību potenciāls, tā jālieto ļoti ilgi un lielos daudzumos, lai tā izraisītu atkarību. Parasti pusaudžiem nav tik daudz pieejamu resursu, lai iedzīvotos atkarībās. Tomēr kaitīga un pārmērīga vielu lietošana nav mazāk bīstama un ļoti paaugstina iespējamību, ka vēlākos gados atkarības veidosies.

Divas galvenās kategorijas Starptautiskajā slimību klasifikatorā saistītas ar vielu lietošanu ir:

- **Kaitējoši pārmērīga vielu lietošana** - kad atkārtotas vai ilgstošas vielu lietošanas rezultātā rodas kaitējums bērna vai pusaudža fiziskajai vai psihiskajai veselībai, sociālajai funkcionēšanai.
- **Atkarība** - kad papildus stiprai vēlmei lietot vielu, parādās kontroles zudums pār lietošanu, prioritātes piešķiršana vielas lietošanai pār citām aktivitātēm, tolerances attīstību (ar laiku jālieto vairāk kā iepriekš, lai sasniegtu vēlamo) un abstinences simptomi (trauksme, trīce, svīšana, sāpes un nepatīkamas sajūtas, kad viela mazinās asinīs).

! Visu psihoaktīvo vielu pārmērīga lietošana atstāj negatīvas sekas uz bērna un pusaudža smadzeņu attīstību

Visbiežāk lietotās psihoaktīvās vielas, to lietošanas pazīmes bērnu vidū un saistītie riski:

- **Tabaka un tabakas izstrādājumi** (piem., cigaretes, košļājamās tabakas spilventiņi vai elektroniskās nikotīna ierīces). Nikotīna produkti ir ļoti plaši sastopami, sociāli plaši pieņemti un ar ļoti augstu atkarību potenciālu. Ja pusaudzis smēķē cigaretes, pāriešana uz e-cigaretēm būs mazāk kaitīga, bet ja pusaudzis nesmēķē vispār, tad e-cigarešu lietošana būs daudz kaitīgāka veselībai nekā nesmēķēšana vispār. **Efekts** no nikotīna ir īss mirklis labsajūtas un miera, kas drīz pāriet trauksmē un uzbudinātības sajūtā. Parasti cilvēki domā, ka smēķēšana palīdz mazināt šo trauksmi un uzbudinātību, bet patiesībā tieši nikotīna lietošana ir tā, kas pēc sākotnējā nomierinošā efekta, to paaugstina. **Kaitīgums** rodas ilgstoši lietojot - pieaugušo vecumā būs augsts asinsspiediens, lielāka iespēja dabūt sirds lēkmi (miokarda infarktu), insultu, plaušu slimības un saslimt ar vēzi, īpaši plaušu vēzi. Ja bērns lieto citas bīstamākas psihoaktīvas vielas, tad jākoncentrējas uz to pārtraukšanu pirms nikotīna produktiem, ko var pārtraukt lietot vēlāk.
- **Alkohols**. Alkohola lietošana ir ļoti plaši izplatīta, sociāli idializēta un kaitīgums bieži tiek minimizēts. Pusaudžiem patīk alkohola radītā atslābuma un eiforijas sajūta un trauksmi mazinošais efekts. Alkohola lietošana ir kopīga “aktivitāte” draugu un paziņu grupās un pusaudža vecumā ir liels sociāls spiediens lietošanai. BAS mērķa grupas jauniešu primārā problēma ir riskantā uzvedība pie pārmērīgas lietošanas - jaunieši var savainoties, sakauties, pakļaut sevi vardarbīgām situācijām un izmantošanai, vai iesaistīties paškaitējošā uzvedībā. Reti, bet reizēm pusaudži var sākt lietot alkoholu katru dienu, kā rezultātā var veidoties arī fizioloģiska atkarība. **Pazīmes** ir roku trīce, svīšana, slikta dūša, izteikta trauksme un spēcīga

vēlme lietot alkoholu, kad lietotā alkohola efekts beidzas (apm., 24 stundas pēc pēdējās lietošanas). **Atkarības gadījumā pārtraukt alkohola lietošanu pašam, bez medicīniskas palīdzības, ir bīstami.** Ilgtermiņā alkohola atkarība var sabojāt ne tikai veselību (sabojā aknas, veicina diabēta un vēža veidošanos), bet arī attiecības ar tuvajiem un stabila darba iespējas.

- **Marihuāna un marihuānas paveidi.** Marihuāna, līdzīgi kā alkohols ir atslābinoša, nomierinoša. To smēķē vai ēd pagatavotu ēdamos produktos (piem., kūksniņos, želejkonfektēs), lai apreibinātos un atslābinātos, bet daļa pusaudžu mēdz lietot regulāri (dažkārt pašārstēšanās nolūkos pie trauksmes vai depresijas). Marihuānas lietošanas pazīmes var ietvert sarkanas acis, sausu muti, koordinācijas traucējumus, palielinātu apetīti, apātiju vai vieglu eiforiju, kā arī iespējamu apjukumu vai trauksmi. Lietojot katru dienu un ilgstoši, var veidoties atkarība. Pārtraukt lietot pie atkarības nav bīstami, bet var būt nepatīkami - novēro bezmiegu, vieglu aizkaitināmību, samazinātu ēstgribu, trīci, kas sākas apmēram 24-48 stundas pēc pēdējās lietošanas. Agri sākot un ilgstoši lietojot, negatīvi tiek ietekmēta smadzeņu attīstība - īpaši atmiņa, uzmanības noturība, spēja mācīties, kā arī **2-3 reizes paaugstinās iespēja attīstīties psihozei, tostarp šizofrēnijai**, īpaši zēniem.
- **Stimulanti.** Kokains, metamfetamīns (ecstasy) jeb MDMA, amfetamīns ir biežāk lietotie stimulanti, tos mēdz lietot izklaidējoties, reti lieto regulāri. Parasti tos lieto tablešu veidā, pulvera veidā šņaucot, smēķējot. Tie izraisa intensīvu labsajūtu, eiforiju, dod daudz enerģiju. Izmainītās sajūtas var būt gan patīkamas, gan nepatīkamas. **Pazīmes** - *bērns var būt ļoti runātīgs, aizrautīgs, uzbudināts, bet arī satraukts, nemierīgs, apjucis, var būt sejas vai roku muskuļu trīce, arī izmainīta uztvere.* Atkarību potenciāls ir zems, bet nav neiespējams. Pārmērīgi lietojot var veidoties dažādas veselības problēmas - trauksme, svara zudums (stimulanti samazina apetīti), galvas un vēdersāpes, paaugstināts asins spiediens un jauniem cilvēkiem parasti netipiskās nopietnās sirds slimības (sirds infarkts, insults). Atkarību izraisošāks ir kreka kokains, ko mēdz smēķēt. Pusaudžu vidū Latvijā to lieto reti.
- **Halucinogēni.** Halucinogēnās sēnes un LSD ir biežāk lietotie halucinogēni. Tos lieto, lai piedzīvotu izmainītu realitātes uztveri – var redzēt spilgtas krāsas, dzirdēt skaņas, kas citiem nav dzirdamas. Efekts var būt gan patīkams un eiforisks, gan ļoti biedējošs – piemēram, halucinācijas, paranoja vai sajūta, ka notiek kas briesmīgs. Ja bērns salietojies halucinogēnus, var novērot izmaiņas uztverē (halucinācijas, izmainītu uztveri), izmainītu laika vai telpas izjūtu, paplašinātas acu zīlītes, paaugstinātu asinsspiedienu un sirdsdarbību, koordinācijas traucējumus, dezorientāciju, bailes, paranoju vai paniku. Atkarību risks ir zems. Lielākās problēmas, lietojot halucinogēnus, ir risks nokļūt palīdzības dienestu uzmanībā (slimnīcā vai policijā), dīvainas un sociāli nepieņemamas uzvedības dēļ. Ilgstoša un bieža lietošana var izraisīt pastāvīgas uztveres izmaiņas un palielināt iespēju piedzīvot psihozi.
- **Nomierinošie līdzekļi un pretsāpju medikamenti bez ārsta receptes.** Visbiežāk pusaudži izmanto benzodiazepīnu grupas medikamentus, piemēram, diazepāmu vai alprazolāmu, kas iegūti nelegāli – no draugiem vai melnajā tirgū. Tos mēdz lietot, lai mazinātu trauksmi, palīdzētu iemigt vai vienkārši "atslēgties". Šie medikamenti rada īslaicīgu miera un vieglas eiforijas sajūtu, bet pēc iedarbības beigām var pastiprināties trauksme, rasties garastāvokļa svārstības un miegainība. Ilgstošai un regulārai lietošanai, īpaši katru dienu, ir **augsts atkarības risks.** Atkarība pusaudžiem veidojas reti, bet ja tā izveidojusies, **pēkšņa pārtraukšana bez ārsta uzraudzības var būt bīstama** – var rasties krampji, trauksme, miega

traucējumi un pat dzīvībai bīstamas komplikācijas. Daži pusaudži lieto arī spēcīgus pretsāpju līdzekļus, piemēram, tramadolu, lai mazinātu "lomkas" vai fizisko diskomfortu pēc citu vielu lietošanas pārtraukšanas. **Galvenie riski** – pārdozēšana, kombinēšana ar alkoholu var izraisīt samaņas zudumu un pat būt dzīvībai bīstama.

- **Gāzes, dezodoranti, līmes, šķīdinātāji, benzīns.** Ostīšana vēl aizvien ir sastopama Latvijā jaunāku bērnu vidū. Šīs vielas dažkārt tiek lietotas, lai īslaicīgi izraisītu apreibinošu efektu. **Pazīmes** - bērns kļūst apdullis, izjūt vieglu reiboni, eiforiju vai pat halucinācijas, novēro platas zīlītes. Efekts ir ātrs un īss, var izraisīt arī galvassāpes, nelabumu, dezorientāciju un pie pārdozēšanas var izraisīt samaņas zudumu. Jebkādu vielu ostīšana ir ļoti kaitīga un īpaši negatīvi ietekmē smadzenes. Tautā mēdz teikt "saēd smadzenes", kas nav tālu no patiesības pie regulāras ostīšanas, jo dažu gadu laikā intelekts var ievērojami samazināties smadzeņu bojājuma dēļ. Ilgstoši lietojot var sabojāt arī plaušas, nieres un aknas. Ilgstoši turpinot ostīt vienas epizodes laikā, var nosmakt vai var iestāties pēkšņa nāve sirdsdarbības traucējumu dēļ. Atkarību potenciāls pastāv, bet visbiežāk ostīšana pāriet citu vielu lietošanā.
- **Opioīdi.** Heroīns un sintētiskie opioīdi (piemēram, "šora") ir ļoti spēcīgas vielas ar augstu atkarību potenciālu. Tās izraisa tūlītēju intensīvu labsajūtu, eiforiju un miegainību. **Pazīmes** - bērns pēc lietošanas var izskatīties apātisks, lēnīgs, šaurām acu zīlītēm un var būt grūtības uzturēt sarunu. Lieto špricējot vēnās, pie regulāras lietošanas var locītavās redzēt injekciju pēdas - līniju ar dūrieniem. Pārdozējot opioīdus, var apstāties elpošana, ja savlaicīgi netiek sniegta medicīniskā palīdzība. "Šoru" un heroīnu sākotnēji mēdz piedāvāt bez maksas, īpaši jaunām meitenēm, lai "ievilinātu" lietošanā. Kad atkarība jau ir attīstījusies, jauniešs sāk pats meklēt vielu un var iesaistīties riskantā un kriminālā uzvedībā, lai iegūtu līdzekļus, par ko iegādāties narkotiku. Lietojot regulāri, izveidojas atkarība – nesaņemot kārtējo devu, jau pēc 4 stundām var parādīties pirmās abstinences pazīmes, jeb "lomkas" (platas zīlītes, asarojošas acis, deguna tecēšana, stipras sāpes, drebuļi, vemšana, trauksme), kas mēdz būt 2-3 dienas pēc pēdējās devas. Pārtraukt lietot pašam nav bīstami, bet ir ļoti nepatīkami un tieksme lietot parasti ir tik spēcīga, ka pārtraukt lietošanu bez medicīniskas palīdzības būs grūti. Šļirču kopīga lietošana rada augstu inficēšanās risku ar C hepatītu un HIV. Opioīdu atkarība ātri izraisa nopietnas veselības problēmas, noved pie izstumtības, noziedzības un bieži – priekšlaicīgas nāves.



Attēls Nr. 4. Fotoattēls: Šauras zīlītes pie pārdozēšanas un paplašinātas pie abstinences sindroma - kad jauniešs nav dabūjis kārtējo devu atkarības gadījumā.

Kā var pamanīt vielu lietošanu? Vecākiem vai likumiskam pārstāvim parasti mēdz būt aizdomas par vielu lietošanu.

➔ **Par psihoaktīvo vielu lietošanu var liecināt:**

- pēkšņas izmaiņas uzvedībā un izskatā, piemēram, draugu maiņa, nevēlēšanās iesaistīties ģimenes dzīvē, problēmas skolā, garastāvokļa svārstības, noslēgtība vai pārmērīgs runīgums, pārrašanās mājās reibuma stāvoklī;
- motivācijas trūkums un izmaiņas higiēnas ievērošanā, it sevišķi, ja parādās fiziskas pazīmes (apsārtušas acis, neskaidra runa) vai tiek atrasti vielu iepakojumi un neskaidras izcelsmes ierīces. Injicējamām narkotikām novērojamas dūrienu līnijas roku locītavās.

Sarunā ar profesionāļiem, pusaudži mēdz brīvi atklāt, ko lietojuši, ja pieaugušais runā mierīgi, bez pārmetuma un rada uzticību. Pusaudži dažkārt vēlas pārliecināties, vai speciālists neizstāstīs par vielu lietošanu vecākiem, pirms atklāj sīkāk par vielu lietošanu. Rekomendējams būt atklātiem, ka situācijā, ja vielu lietošana būs saistīta ar nopietniem riskiem dzīvībai vai veselībai, speciālistam nāksies to atklāt vecākiem. Vairums saprot, ka vielu lietošana ir problemātiska un daļēji vēlas to pārtraukt. Tomēr, tie bērni, kuriem lietošana kļuvusi par galveno problēmu, neizprot vielu lietošanas kaitīgumu un arī nevēlas to pārtraukt.

✦ **Steidzamas situācijas, kad nepieciešama tūlītēja rīcība**

NMP (113) ir jāizsauc nekavējoties, ja:

● **Ir aizdomas par pārdozēšanu:**

- Bērns ir **bezsamaņā** vai ļoti miegains, **grūti pamodināms vai nereaģē uz uzrunām**
- Bērnam ir **lēna, neregulāra vai apstājusies elpošana**
- Ir **zilās lūpas vai pirkstu gali, bāla āda, auksta, mitra āda**
- Ir **krampji, halucinācijas, smags apjukums** vai agresīva uzvedība bez kontaktspējas
- Ir zināms vai pamatotas aizdomas, ka bērns ir **lietoji(s) opioīdus, benzodiazepīnus vai alkoholu kopā ar citām vielām**
- Ir **stipras sāpes krūtīs, galvā vai vēderā**, vemšana, kas neatkāpjas

● **Ir smagi abstinences simptomi:**

- **Roku vai visa ķermeņa trīce, spēcīga svīšana, slikta dūša, vemšana, dezorientācija**
- **Delīrijs - neadekvāta uzvedība, halucinācijas**, trauksme, ko bērns vairs nespēj kontrolēt
- **Krampju lēkmes** pēc straujas alkohola vai benzodiazepīnu lietošanas pārtraukšanas

● **Citas dzīvībai bīstamas situācijas:**

- Bērns ir **lietojis vielas un pazudis** – nav zināms, kur atrodas, un pastāv bažas par dzīvības apdraudējumu
- Bērnam pēc vielu lietošanas ir **bīstama uzvedība** – lēkšana no augstuma, agresija pret sevi vai citiem, došanās prom no drošas vides
- Ir **aizdomas par intoksikāciju ar ieelpotām vielām (piem., šķīdinātājiem, gāzēm)** – samaņas zudums, strauja elpošana, reiboņi
- Pastāv **aizdomas par medikamentu vai citu vielu pārdozēšanu**, pat ja simptomi vēl nav redzami

BAS rīcība šādās situācijās:

- **Nekavējoties izsauc NMP, zvanot 113.**
- Neatstāj bērnu vienu, mēģini nodrošināt drošu vidi. Sauc palīgā.
- Informē likumiskos pārstāvjus (ja tas neapdraud bērna drošību) un veic ierakstu par notikušo BAS dienasgrāmatā.
- Ja situācija saistīta ar aizdomām par medikamentu pārdozēšanu, svarīgi **ņemt līdzi vai nodot medikāliem tukšās zāļu paciņas vai informāciju par iespējami lietotajām vielām.**

Ātra un izlēmīga rīcība var izglābt bērna dzīvību. BAS pienākums ir reaģēt bez kavēšanās, ja pastāv jebkādas bažas par bērna akūtu apdraudējumu.

PSIHOAKTĪVO VIELU PĀRTRAUKŠANAS PROCESS

Iemesliem, kādēļ bērni nonāk līdz pārmērīgai un problemātiskai vielu lietošanai, ir daudzu faktoru kombinācija, līdz ar to pārtraukšanas process ietver risinājumu meklēšanu katram no šiem problēmfaktoriem un var būt sarežģīts un ilgstošs process. Risinājumi primāri būs sociāli un praktiski, medicīniskā palīdzība būs nepieciešama smagākajos gadījumos vai atbalstoša, lai uzsāktu pārtraukšanas procesu. Skat. 7.tabulā.

7.tabula. Faktori, kas veicina bērnu problemātisku psihoaktīvo vielu lietošanu un iespējamie risinājumi

FAKTORI, kas veicina bērnu problemātisku psihoaktīvo vielu lietošanu	IESPĒJAMIE RISINĀJUMI (risinājumiem individuālajās situācijās jābūt radošiem un piemērotiem situācijai, šie ir tikai piemēri).
Vienaudžu grupas negatīvā ietekme.	● Jāveicina pusaudzņa izpratne par negatīvo sociālo ietekmi. ● Jāpalīdz pusaudzim pārstāt tikties ar nevēlamo vienaudžu grupu un uzsākt jaunas pozitīvākas draudzības. ✦ BAS var būt tieša pozitīva ietekme šeit, caur sarunām un atbalsta sniegšanu labāku izvēļu veikšanā.
Pienācīgas uzraudzības trūkums no vecāku (likumiskā/-o pārstāvja/-u) puses.	● Jo riskantāka uzvedība bērnam, jo ciešāk bērns jāuzrauga! Tas, ka pusaudzis “jau ir liels”, nav pieņemams arguments, ja viņš iesaistās augsta riska uzvedībā. ● Vecākiem jāsamazina laiks, ko bērns pavada nepieskatīts. Cieši jāseko līdzi bērna nodarbēm un draugiem, ar ko bērns pavada laiku. ● Vecākiem bieži nepieciešams atbalsts un iedrošinājums no profesionāļiem ciešākai pusaudzņa uzraudzībai.

	✦ <i>BAS loma nav atbalstīt vecākus, bet pārliecināties, ka bērna vecākiem ir piesaistīta nepieciešamā palīdzība, visbiežāk sociālais darbinieks.</i>
Konflikti ģimenē.	• Dažkārt ģimenēs ir resursi pašiem uzlabot attiecības bez vai ar minimālu speciālistu palīdzību, piem., sociālajam darbiniekam iesaistoties un mazinot konfliktu nevēlamo ietekmi. • Citkārt nepieciešama profesionāla psiholoģiska vai psihiatriska palīdzība, lai palīdzētu uzlabot attiecības ģimenē, piemēram, ģimenes terapija vai cita terapija vecāku depresijas, atkarību mazināšanai. ✦ <i>BAS loma šeit ir pārliecināties, ka vecāki vēršas pēc nepieciešamās palīdzības, lai varētu labāk atbalstīt bērnu.</i>
Viegla piekļuve vielām (piem., regulāra kabatas nauda, veikali, kuros pretlikumīgi pārdod vielas, vielu pieejamība mājās).	• Dažkārt jāpārtrauc iespēju saņemt naudu, par ko iegādāties vielas, meklējot praktiskus risinājumus ikdienas vajadzībām, piemēram, transportam iegādājoties mēneša biļeti vai pusdienām dodot līdzī ēdienu uz skolu. • Jānovāc mājās pieejamie alkohola, narkotiku un nikotīna produktu krājumi. • Jāziņo policijai par personām un vietām, kur nelikumīgi pārdod vielas bērniem. ✦ <i>BAS loma šīs problēmas risināšanā būs netieša, lielākoties atbalstot vecāku un citu speciālistu veiktās intervences.</i>
Skolas neapmeklēšana un pozitīvu, jēgpilnu brīvā laika aktivitāšu trūkums.	• Ja bērns neapmeklē skolu - jāsaprot, kādi ir iemesli - vai bērnam ir neatpazītas mācīšanās grūtības vai piedzīvotas nevēlamas pieredzes skolā. Risinājumi būs attiecīgi identificētajai problēmai. • Bērnam jāpalīdz izzināt savas intereses. Bieži vien pieaugušajiem ir jāatrod iespējamās veselīgās un pozitīvās aktivitātes, kas varētu aizstāt vielu lietošanu, jo pašam bērnam var būt zema motivācija un pretestība meklēt alternatīvas nodarbes. • Parasti bērniem ar vielu lietošanu jāsniedz ievērojams pamudinājums pamēģināt, iesaistīties un turpināt apmeklēt izvēlētas aktivitātes. ✦ <i>BAS iesaiste šī veicinošā faktora risināšanā ir tieša un ļoti svarīga gan palīdzot atrast pozitīvākas</i>

	<i>nodarbes, gan mudinot profesionāļu iesaisti ar skolas apmeklējumu saistīto grūtību identificēšanā un risināšanā.</i>
Psihiskās veselības grūtības (piem., depresija, posttraumatiskais stresa sindroms vai uzmanības deficīta un hiperaktivitātes sindroms).	Bērnam jāsaņem nepieciešamā psiholoģiskā, vai, ja nepieciešams, psihiatriskā palīdzība grūtību mazināšanai. ✦ <i>BAS palīdz un dažkārt koordinē nepieciešamo profesionāļu iesaisti un mudina bērnu iesaistīties speciālistu rekomendāciju pildīšanā.</i>
Fizioloģiska atkarība no lietotās psihoaktīvās vielas, nespēja pārtraukt vielu lietošanu pašam.	• Ja alkohols vai narkotiskā viela tiek lietota regulāri un izveidojusies pieršana jeb atkarība, būs nepieciešama medicīniska palīdzība (intensīva ambulatora ārstēšana vai stacionārs). Ilgstoša psihoaktīvo vielu lietošana izmaina tās smadzeņu daļas, kas nepieciešamas spriestspējai un paškontrolei, tā samazinot cilvēka spēju kontrolēt vai pārtraukt lietošanu. Tāpēc ar gribasspēku vienu pašu bieži vien nepietiek, lai pārvarētu atkarību. Vielu lietošana ir kaitējusi tām smadzeņu daļām, kas ļauj pateikt “nē” lietošanai.² • Ja augstāk minētajiem sociālajiem, izglītības un psihiskās veselības faktoriem tiek meklēti risinājumi, tad īslaicīga ārstēšana stacionārā var būt palīdzīga, jo palīdz uzsākt atmešanu esot prom no ikdienišķās vides. Stacionārā var saņemt arī medikamentus, kas atvieglo ar pārtraukšanu saistītās nepatīkamās sajūtas (abstinences sindromu). • Atkarību ārstēšana ir primāri psiholoģiska, sociāla un tikai dažkārt tiek lietoti medikamenti abstinences uzturēšanai. 👉 Ārstēšana stacionārā bez citu faktoru risināšanas būs pilnībā bezjēdzīga, jo izrakstoties no slimnīcas, bērns nonāks atpakaļ ikdienas problemātisko faktoru vidē. ✦ <i>BAS palīdz un dažkārt koordinē nepieciešamo profesionāļu iesaisti un mudina bērnu iesaistīties speciālistu rekomendāciju pildīšanā.</i>

Efektīva vielu lietošanas pārtraukšana ietver vecāku, skolas un interešu izglītības pedagogu iesaisti, SD un dažkārt mediķu iesaisti.

Atmešanas procesā labi izprast arī pārmaiņu stadijas⁸²:

- **Prekontemplācija** – nav vēlmes mainīties, jo problēma tiek noliegta un netiek atzīta. Ja bērns atrodas šajā stadijā, nav jēgas runāt par pārmaiņām uzvedībā, neuzbrūkoši jāvada bērns uz problēmas atpazīšanu un atzīšanu.
- **Kontemplācija** – bērns sāk atzīt lietošanas sekas, domā par to, ka pārmaiņas nepieciešamas, pieņem informāciju par nepieciešamo palīdzību, bet vēl nerīkojas.
- **Sagatavošanās** – piedalās vai gatavo plānu, kā pārtraukt lietot, sāk meklēt atbalstu vai ļaujas saorganizētajai palīdzībai.
- **Rīcība** – pārtrauc lietot, sāk meklēt un iesaistīties alternatīvā, pozitīvākā uzvedībā, kas aizstāj vielu lietošanu; pieņem un izmanto atbalstu.
- **Uzturēšana** – atturēšanās no vielu lietošanas un pierašana pie jauniem ieradumiem, paradumiem, aktivitātēm un ierobežojumiem, kā arī atbalsta sistēmas izmantošana.
- **Atgriešanās pie lietošanas** - dažkārt vielu lietotājiem var būt īsa atgriešanās vai vairākas pie agrākās uzvedības, pirms atkal tiek atsākta atmešana un atturība.

Motivācijas veicināšanai izmanto **motivējošo intervēšanu**, kas ir empātiska saruna, kas vērsta uz sadarbību un palīdz bērnam pašam atrast motivāciju pozitīvām pārmaiņām. Tā balstās uz četriem galvenajiem principiem: empātisku klausīšanos, pašefektivitātes stiprināšanu (ticību savām spējām mainīties), neatbilstības izcelšanu starp esošo situāciju un vēlamā dzīvi, kā arī izvairīšanos no tieša spiediena vai nosodījuma. Speciālists veicina atklātu sarunu, uzdod jautājumus, kas liek bērnam pašam pārdomāt savus mērķus, vērtības un lietošanas sekas.

Šī pieeja palīdz pusaudzim justies sadzirdētam un iesaistītam, nevis kritizētam, un tādējādi paaugstina viņa motivāciju uzsākt pozitīvas izmaiņas. Īpaši efektīva tā kļūst, ja to papildina ar ģimenes atbalstu, individuālām konsultācijām un konkrētu izvēles iespēju sniegšanu, kas palīdz pusaudzim pāriet no šaubīšanās (“kontemplācijas”) uz aktīvu rīcību un vielu nelietošanu.

Ir divas vielu grupas, kuru pārtraukšana saistīta ar potenciāli dzīvībai un veselībai bīstamām sekām - alkohols un benzodiazepīni. Ja bērns šīs vielas lieto katru dienu un ir aizdomas par pierašanu, tad pārtraukšana jāuzsāk mediķu uzraudzībā. Opioidu pārtraukšana nav dzīvībai bīstama, bet ir ļoti nepatīkama.

PIEMĒRI NO DZĪVES

14 gadīga meitene, kas uzaugusi kopā ar vecvecākiem, kuri ir alkoholiķi, 12 gadu vecumā sāka pavadīt arvien vairāk laika ārpus mājas ar draugiem. Viņai pirmajās klasēs skolā gāja labi, bet līdz ko mācības vēlākās klasēs palika sarežģītākas, meitenei bija vairāk jāpiepūlās, lai sekotu līdzi mācībām, meitene sāka regulāri kavēt skolu. Meitene arvien vairāk sāka kavēt skolu un ap 12 gadu vecumu, kad sāka vairāk interesēt kopā pavadītais laiks ar draugiem, tas ātri vien šķita svarīgāks par sēdēšanu skolas solā. Pavadot laiku ar draugiem un paziņām, meitene izmēģināja cigaretes, alkoholu un vēlāk arī dažādas narkotikas. Viņa ar vien biežāk sāka pavadīt naktis ārpus mājas. Kad meiteni regulāri atrada publiskās vietās smagā alkohola vai citu vielu reibumā, ģimenei pieslēdzās BT un meitenei nācās

⁸² SPKC (2023). *Klīniskais algoritms. Vielu un procesu atkarības diagnostika, terapija un uzraudzība bērniem un pusaudžiem*. Pieejams: <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/20568/download?attachment>

pārcelties uz dzīvi bērnu aprūpes iestādē. Kopš tā brīža meitenes vielu lietošana pieauga, un apmēram divas līdz trīs reizes mēnesī meitene tika atrasta publiskā vietā smagā reibumā un nogādāta bērnu aprūpes iestādē, policijā vai slimnīcā, no kurienes meiteni visbiežāk nākamajā dienā izrakstīja un viņa varēja atgriesties dzīvesvietā. Meitene ieradās uz konsultācijām pie narkologa, bet meitenes iesaiste bija tikai formāla. Meitene pārsvarā ar draugiem lietoja alkoholu un lietoja viņa pārmērīgi, tās rezultātā viņa nonāca bīstamās situācijās, bet meitene varēja pavadīt ilgāku laiku starp lietošanas reizēm bez jebkādam atkarības pazīmēm, līdz ar to viņas diagnoze medicīniski bija kaitīga un pārmērīga lietošana. Kad meiteni nosūtīja uz sociālās rehabilitācijas projektu, kas solījās nodrošināt ciešāku pieskatīšanu, individuālu uzmanību un atdalīšanu no sociālās draugu grupas, kas pamudināja meiteni uz vielu lietošanu, meitene tika uzņemta slimnīcas stacionārā uz ilgāku laiku, lai nodrošinātu izvērtēšanu. Meitene projektam piekrita un drīzumā nonāca projekta vietā, kurā viņai bija iespēja saņemt individuālu izvērtējumu, individuālu uzmanību, atbalstu interešu un pozitīvo pušu izzināšanā, jaunu hobiju iegūšanā. Meitene nonāca apstākļos, kur piekļuve alkoholam, nikotīna produktiem vai citām apreibinošām vielām nebija pieejama, un lai arī psiholoģiska vilkme uz lietošanu saglabājās liela un ilgāku laiku, meitene pārstāja lietot no brīža, kad nonāca stacionārā. Kad meitene uzsmēķēja projekta laikā, par to bija uzreiz sarunas un lietošanas atkārtota iespējamība tika samazināta. Meitene piedzīvojusi ļoti daudz traumatisku notikumu dzīvē, ar ko viņai būs jāstrādā visu atlikušo dzīvi. Ļoti svarīgi saprast, ka pie pārmērīgas vielu lietošanas cieša uzraudzība un piekļuves vielām samazināšana ir pirmais solis, lai cita veida palīdzība varētu sasniegt bērnu.

Citā gadījumā ar 15 gadīgu meiteni, kas dzīvoja ar gādīgu vientuļo mammu, kura bija adekvāti satraukusies par meitas pieaugošajām uzvedības grūtībām, nesen pamanīto vielu lietošanu, mamma sāka uzstādīt ar vien stingrākus noteikumus. Meitenei bija jābūt mājās ātrāk un viņa nedrīkstēja lietot apreibinošas vielas. Pie otrās situācijas, kad meita nepārradās mājās, kā solīts, mamma brauca meklēt meiteni, pēc ilgas meklēšanas naktī atrada viņu iereibušu ar attāliem draugiem, atveda meiteni mājās un uzlika "mājas arestu". Meitenei tika uzstādīti noteikumi, ka meitene varēja doties tikai uz skolu, pēc skolas bija jānāk pie mammas uz darbu, tad abas devās mājās. Meitene pirmo nedēļu nedrīkstēja satikties ar draugiem vispār, bet pēc tam drīkstēja tikties tikai ar draudzeni, kuras ģimeni mamma bija iepazinusi un uzticējās. Vēl meitene varēja doties uz laukiem un tikties ar māsīcu. Meitene vairākkārt mēģināja sazināties ar savu draugu, ar ko kopā bija apreibinājušies. Kad meitenes draudzenes apmeklējuma laikā, viņas bija slepus satikušās ar šo puisi, mamma nojauta par to un uzzināja no nesakritībām meitenes teiktajā un telefona lokācijā. Mamma pastiprināja ierobežojumus, ka meitene drīkst ciemoties pie draudzenes tikai viņas mājās. Paralēli mamma bija atradusi pusaudžu vasaras nometni, uz ko meitene negribīgi piekrita aizbraukt. Nometnē meitene iepazinās ar citiem jauniešiem, kas vielas nelieto un sadraudzējās. Pēc 2 mēnešu ciešas uzraudzības, meitene bija pavadījusi ļoti ierobežoti, viņa kļuva arvien motivētāka atgūt savu "brīvību". Mamma ar meitu vienojās par noteikumiem, kas meitenei jāievēro, atsākot brīvāk pavadīt laiku prom no mājām. Gan meitene pati, gan mamma atzina, ka meitenes garastāvoklis bija ievērojami uzlabojies pa šo laiku, arī attiecības ar mammu pamazām nostabilizējās un savstarpējā uzticība atgriezās. Kopš tā laika meitene vairs nav iesaistījies veco draugu grupā, ir izveidojusi jaunas draudzības. Mamma palīdzēja meitenei atrast jaunu hobiju, kas viņu aizrauj. Viņa turpina lietot nikotīna maisījumus, ko mamma neatbalsta, bet piever acis, jo meitene kopumā ļoti labi uzvedās un viņai tagad var uzticēties.

PROCESU ATKARĪBAS

Ir divas medicīniski atpazītās procesu atkarību diagnozes:

- **azartspēļu lietošanas traucējumi**
- **datorspēļu lietošanas traucējumi**

Ar procesu atkarībām ir līdzīgi, kā ar vielu lietošanu - datorspēles un azartspēles lieto daudzi un pat pārmērīgi, bet atkarības veidojas tikai dažiem.

Procesu atkarība raksturojas ar nekontrolējamu vēlmi spēlēt azartspēles vai datorspēles, neskatoties uz negatīvām sekām, piemēram, finansiālām problēmām, attiecību pasliktināšanos un darba vai mācību pienākumu nepildīšanu. Pārmērīgā iesaiste datorspēlēs vai azartspēlēs izraisa būtiskus traucējumus personas ikdienas dzīvē.

Šie traucējumi var būtiski ietekmēt indivīda veselību un sociālo funkcionēšanu, un to mazināšanai var būt nepieciešama profesionāļu iejaukšanās. Profesionāļu atbalsts nepieciešams parasti likumiskajiem pārstāvjiem, lai palīdzētu ieviest bērna dzīvē izmaiņas, kas palīdz mazināt vai pārtraukt atkarību. **Atslēga procesu atkarību mazināšanai** ir piekļuves naudas līdzekļiem un nepieskatīta laika mazināšana azartspēļu gadījumā un brīvas piekļuves datorspēlēm mazināšana, ierobežošana, paralēli veicinot iesaisti alternatīvās strukturētās nodarbēs, kas spēcina bērna attīstību un pozitīvu hobiju veidošanos. BAS loma ir atbalstīt šo procesu.

LĪDZATKARĪBA

Līdzatkarība ir ļoti svarīgs koncepts, ko būtu vēlams izprast, strādājot ar bērniem ar atkarību problēmām. Līdzatkarība var izpausties dažādi - vielu un procesu atkarību gadījumā tuvinieki, bieži neapzināti, pielāgojas atkarīgā cilvēka uzvedībai, cenšas to kontrolēt vai glābt, tādējādi upurējot savas vajadzības un labklājību. Dažkārt tuvinieki palīdz uzturēt atkarību, nespējot noteikt robežas, sniedzot resursus atkarību uzturēšanai, jo izjūt neizturamu vainas apziņu, ja neapmierina atkarīgās personas vēlmes, prasības un lūgumus.

Vēro arī savas izjūtas un reakcijas, strādājot ar pusaudžiem ar atkarībām. Pieredzējuši vielu un procesu lietotāji var būt manipulējoši, ļaujot sajusties, ka ātri izveidojas pozitīva saikne un drīz jau lūdz sev izdevīgus noteikumus vai palīdzību. Šādos gadījumos attiecības parasti veidojas virspusējas un manipulācija atklājas samērā ātri. Šeit svarīgi nepazaudēt ticību, uzturēt pozitīvo saikni ar jauniem, tajā pašā laikā vienmēr, paturot prātā savas robežas un uzdevumu, kādēļ esi iesaistījies bērna gadījumā.

! Agresīva uzvedība - kā rīkoties?

Ja saskaries ar bērna vai likumiskā pārstāvja agresīvu uzvedību, svarīgi ir saglabāt mieru, uzturēt drošu distanci un izmantot deeskalācijas tehnikas, piemēram, runāt mierīgā tonī, aktīvi klausīties un izvairīties no provokatīvas valodas. Ja situācija neuzlabojas, jāpasargā sevi un nekavējoties jāizsauc palīdzība.

UZVEDĪBAS TRAUCĒJUMI

Šis ir oficiāls psihiskās veselības diagnožu kopums, kurā ietilpst vairākas diagnozes, kas apraksta dažāda smaguma un rakstura uzvedības grūtības. Divas visbiežāk sastopamās diagnozes ir sekojošās (sākot ar vieglāko):

- **Opozicionāri izaicinoši traucējumi:** Bērns regulāri izaicina autoritāti, var būt spītīgs, viegli aizkaitināms, bieži strīdēties ar pieaugušajiem un apzināti kaitināt citus. Šīs pazīmes novēro ilgstoši un pārmērīgi, salīdzinot ar citiem vienaudžiem.
- **Disociāli uzvedības traucējumi:** Pastāvīga agresīva vai antisociāla uzvedība, piemēram, fiziski uzbrukumi, draudi vai īpašuma iznīcināšana, zagšana vai krāpšanās, citu personu tiesību pārkāpšana. Bieži strīdas ar ģimenes locekļiem vai ignorē mājas noteikumus.

Svarīgi apsvērt, vai bērnam novēro prosociālās emocijas. Abas minētās diagnozes var novērot ar vai bez ierobežotām prosociālām emocijām. Ja bērnam novēro **ierobežotas prosociālās emocijas**, tas nozīmē, ka indivīdam trūkst empātijas, nožēlas un emocionālas atsaucības pret citiem cilvēkiem — viņš ir vienaldzīgs pret citu ciešanām, nespēj izjust vainas apziņu vai kaunu par savu rīcību, kā arī nerūpējas par sekmēm vai attiecībām. Jāņem vērā, ka šie bērni visbiežāk pieredzējuši īpaši traumatiskus agrīnos gadus un palīdzības sniegšana varētu būt apgrūtināta - sadarbība varētu veidoties virspusējāka, jāapbruņojas ar lielāku pacietību.

Šīs diagnozes ir tikai uzvedību aprakstošas un nepasaka, kādi iemesli ir uzvedībai, kas var būt daudzi un dažādi. Parasti **uzvedības grūtības ir tikai grūtību redzamā daļa** - iemesli visbiežāk ir vairāku grūtību kopums, piemēram, mājās pieredzēta vardarbība, grūtības komunikācijā ar vienaudžiem un vājas emociju regulācijas prasmes, kā rezultātā bērns viegli “uzsprāgst”. Vai arī pusaudzis melo, klaiņo, zog un var kļūt agresīvs, jo ģimenē ir atkarību problēmas, ilgstoši nav ticis pienācīgi pieskatīts, saticis vienaudžus, kas zēnu “pavilkuši līdzi” un iedziļinoties izrādās, ka zēns skolu ilgstoši neapmeklē, jo tur gājis grūti. Pēc diagnostikas izrādās, ka zēnam ir disleksija un uzmanības deficīta un hiperaktivitātes sindroms. Bez likumiskā pārstāvja atbalsta bērnam bijis grūti piepūlēties un tikt pāri grūtībām mācībās un pusaudžu kompānijā pavadīt laiku bijis daudz patīkamāk.

Apmēram **5-8%**⁸³ **bērnu ir kādas no uzvedības grūtībām**. Šie traucējumi var būtiski ietekmēt bērna vai pusaudža attiecības un ikdienas dzīvi. Visvieglāk grūtības pārvarēt, ja vēršas pie speciālistiem pēc palīdzības agrīni. Palīdzībai jābūt pielāgotai bērna vajadzībām - ja grūtības visvairāk novēro mājās, tad visefektīvākā būs likumisko pārstāvju prasmju celšana, ja skolā, tad intervencei būtu jābūt ar skolas darbiniekiem. Pamata princips būs spēcināt bērna stiprās puses un atpazīt motivatorus, ko izmantot bērna labākas uzvedības motivēšanā. **Konsistenta motivatoru izmantošana, likumiskā pārstāvja**

⁸³ Fergusson, D. M., Horwood, L. J., & Ridder, E. M. (2005). Show me the child at seven: The consequences of conduct problems in childhood for psychosocial functioning in adulthood. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(8), 837–849. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2004.00387.x>

izpratne (t.sk. bērna uzraudzība mājās), pozitīvas nodarbes iedibināšana būs atslēga veiksmei. Smagākos gadījumos ārsti izraksta arī medikamentus, lai mazinātu uzvedības bīstamību.

- ✓ Traucējumu mazināšanā ļoti svarīgi, lai visi iesaistītie speciālisti sadarbojas un pārzin viens otra rekomendācijas un pakalpojumu iespējas. BAS loma šādos gadījumos būtu veicināt ģimenes iesaisti piedāvātājā medicīniskajā un psiholoģiskajā palīdzībā, kā arī veicināt starpinstitucionālo sadarbību. Tāpat jātur rūpe par bērna iesaisti pozitīvās aktivitātēs.

Uzmanības deficīta un hiperaktivitātes sindroms (UDHS)

Bērniem ar uzvedības grūtībām mēdz būt UDHS. Tas ir neiropsihiskās attīstības traucējumu veids, kur smadzenēm ir specifiskas attīstības īpatnības, kas rezultējas grūtībās regulēt, “piebremzēt” sevi atbilstoši vecumam. Tā rezultātā bērnam var novērot grūtības trīs galvenajās kategorijās:

- **grūtības noturēt koncentrēšanos** - pieļauj neuzmanības kļūdas, nepabeidz iesākto, ātri novēršas no uzdevumiem, bieži maina aktivitātes, aizsapņojas;
- **hiperaktivitāte** - motori aktīvāks salīdzinot ar citiem bērniem, jaunākiem bērniem biežas, gandrīz konstantas kustības, “iet kā motors”, bet pusaudžiem kustības var būt mazāk pamanāmas - kāju kustināšana, knibināšanās, bieža pozas maiņa;
- **impulsivitāte** - “dara pirms domā”, pieņem lēmumu ātri, neizsverot sekas, var ātri aizsvilties.

Piemēram, bērns var nemitīgi kustēties vai staigāt apkārt, kad jāstrādā pie uzdevuma. Viņš var pārtraukt cilvēkus, negaidot savu kārtu, vai sākt atbildēt, nenoklausoties jautājumu līdz galam. Bērni ar UDHS mēdz būt aizmāršīgi, izklaidīgi un mēdz bieži pazaudēt lietas. Vecāki mēdz teikt, ka šie bērni “it kā neklausās”, kaut arī ar dzirdi viss esot kārtībā. UDHS var būt iemesls, kādēļ skolā ir grūtības. Šāda uzvedība ietekmē ne tikai sekmes un attiecības ar skolotājiem, bet arī attiecības ar vienaudžiem – bērns var būt impulsīvs, pārkāpt noteikumus vai sabojāt spēli, nevis apzināti, bet tāpēc, ka nespēj savaldīt rīcību. Pamanīt visvieglāk ir bērnus ar izteiktu hiperaktivitāti un impulsivitāti. Ir bērni, kam primāri ir uzmanības noturības grūtības, ko atpazīt daudz grūtāk - tās slēpjas aiz izvairīšanās mācīties, var šķist kā “slinkums”. Bieži vien bērni paši nesaprot, ka viņiem ir grūtības noturēt koncentrēšanos un saka, ka “man vienkārši nepatīk/ neinteresē mācīties”.

Apmēram 50% bērnu ar UDHS novēro arī uzvedības traucējumus, tādēļ ieteicams veikt UDHS skrīningu. Novērtēšanas instrumentu skatīt **5.4.8.4. pielikumā “Uzmanības deficīta un hiperaktivitātes sindroma (UDHS) skala (no 5 – 18 g.v.)”**.

UDHS var ietekmēt cilvēku visu dzīvi, un, ja tas netiek laikus atpazīts un ārstēts, tas var radīt nopietnas sekas. Pētījumi rāda, ka bērni ar UDHS biežāk cieš satiksmes negadījumos, viņiem var būt grūtības pabeigt izglītību, lielāks risks iesaistīties vielu lietošanā vai likumpārkāpumos.

Svarīgi ir laikus pamanīt šos traucējumus un piedāvāt bērnam un ģimenei piemērotu atbalstu – tas var ietvert gan uzvedības terapiju, gan medikamentozu ārstēšanu.

Medikamentu lietošana: kas jāzina BAS?

Daudzi bērni ar uzvedības, emocionālām vai vielu lietošanas grūtībām saņem ārstēšanu ar medikamentiem. Dažādiem medikamentiem ir atšķirīga darbība. Piemēram, antidepresanti jālieto regulāri katru dienu, un to efekts var parādīties tikai pēc dažām nedēļām. Savukārt, stimulantu, ko lieto UDHS ārstēšanā, darbojas uz noteiktu laiku — parasti dažas stundas, kad nepieciešama uzlabota uzmanība, piemēram, skolas laikā. Bērniem medikamentus drīkst dot tikai saskaņā ar ārsta norādījumiem, un ir svarīgi sekot lietošanas režīmam.

Visiem medikamentiem var būt **blaknes**, un dažreiz tās var radīt bērnam diskomfortu vai pat traucēt ikdienas dzīvē. Tas mēdz būt iemesls, kādēļ bērns atsakās lietot zāles. BAS, uzzinot par šādiem iemesliem, var pamudināt bērnu izrunāt problēmas ar ārstējošo ārstu, lai veicinātu līdzestību medikamentu pastāvīgai lietošanai. Būtisks drošības aspekts ir tas, ka medikamentu **pārdozēšana** ir viens no biežākajiem pašnāvības mēģinājumu veidiem bērnu vidū (Bērnu Klīniskās universitātes slimnīcas dati). Ja ārsts ir ieteicis zāles uzglabāt drošā, bērnam nepieejamā vietā un BAS pamana, ka vecāki šim ieteikumam neseko, būtu vēlams šo informāciju nodot sociālajam darbiniekam. Iespējams vecākiem (likumiskajam pārstāvim, aprūpētājam) nepieciešams papildus atbalsts šo rekomendāciju ieviešanai vērā.

Speciālistu atbalsts un sapratne ir izšķiroši svarīgi, lai bērns saņemtu drošu, efektīvu ārstēšanu un justos pasargāts.

Citi psihiskie, uzvedības un identitātes traucējumi

Bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām bieži ir arī citi psihiskās veselības traucējumi, kuri ietekmē viņu funkcionēšanu ikdienā. Starp biežāk sastopamajiem ir:

- **Depresija** – izpaužas kā apātija, nomākts garastāvoklis, zema pašvērtība, koncentrēšanās traucējumi. Ir pieejams skrīnings, ja rodas aizdomas Skat. **17. pielikumu “Depresija”**.
- **Autiskā spektra traucējumi** – sociālo situāciju pārpratumi, grūtības attiecību veidošanā, specifiskas intereses, sensorā jutība. Skat. **18. pielikumu “Autiskā spektra traucējumi”**.
- **Zems intelekts** - medicīniski diagnoze ir - garīga atpalicība. Tas nozīmē, ka dažādās domāšanas, atmiņas un spriešanas spējās bērnam ir grūtības. Varētu būt grūti sekot līdzi mācībām, izprast un plānot sarežģītākus procesus, izvērtēt un izprast riskus, kaut arī pirms tam daudz par riskiem runāts. Skat. **19. pielikumu “Intelektuālās attīstības traucējumi (garīga atpalicība)”**.
- **Trauksmes traucējumi** – bērns var pārmērīgi raizēties vai baidīties, izvairīties no noteiktām situācijām, izjust somatiskus simptomus (sirdsklauves, galvassāpes, sliktu dūšu, svīšanu) bez medicīniska pamatojuma. Skat. **20. pielikumā “Trauksmes traucējumi”**.
- **Obsesīvi kompulsīvi traucējumi** - personai novēro rituālistiskas kustības vai darbības, ko veic atkārtoti (skaitīšana, pieskaršanās, kārtošana, roku mazgāšana, u.c.), kas saistītas ar uzmācīgām domām par to, ka ja neveiks šīs darbības, notiks kaut kas slikts. Skat. **21. pielikumu “Tiki un tureta sindroms” un 22. pielikumu “Obsesīvi kompulsīvi traucējumi”**
- **Paškaitējums un domas par pašnāvību** - Bērniem, kuri cīnās ar emocionālām grūtībām, paškaitējums var būt veids, kā izpaust vai mazināt emocionālo spriedzi. Tas ietver tādas izpausmes kā griešana, dedzināšana vai citi apzināti miesas bojājumi bez pašnāvības nolūka. Paškaitējums ir nopietns signāls par bērna vai pusaudža emocionālajām grūtībām un psihisko

veselību. Starptautiskās slimību klasifikācijā paškaitējums netiek atsevišķi klasificēts kā traucējums, bet to atzīmē, kā grūtības, kas var tikt novērotas pie dažādiem psihiskiem traucējumiem, piemēram, depresiju, trauksmi, posttraumatiskā stresa sindromu vai personības traucējumiem. Ja šī problēma netiek atbilstoši risināta, tā var pāraugt nopietnākos mentālās veselības traucējumos, paaugstināt suicīda risku un radīt reālus draudus bērna dzīvībai. Tāpēc tas tiek uzskatīts par būtisku **veselības traucējumu izpausmi**, kas prasa starpdisciplināru atbalstu. Iekļaujot paškaitējumu vadlīnijās, tiek uzsvērtā nepieciešamība šo uzvedību atpazīt, saprast un koordinēt profesionālu palīdzību bērnam, lai mazinātu turpmākus riskus un veicinātu atveseļošanos. BAS var būt kritiski svarīga persona, kas palīdz identificēt paškaitējuma pazīmes, stiprina bērna drošības sajūtu un veicina piekļuvi profesionālai palīdzībai. Vairāk sk. **23. pielikumā “Atbalsts paškaitējuma gadījumos” un 24. Pielikumā “Posttraumatiskā stresa sindroms (PTSS)”**.

- **Dzimumidentitātes un seksualitātes jautājumi** – bērni, kas izjūt diskomfortu ar savu dzimumidentitāti vai tiek diskriminēti seksuālās orientācijas dēļ, var izjust ievērojamu distresu, trauksmi, depresijas simptomus un paaugstinātu pašnāvības risku. Skat. **25. pielikumu “Dzimumidentitātes un seksualitātes jautājumi”**
- **Ēšanas traucējumi** - neargumentēts, pārspīlēti negatīvs viedoklis par savu izskatu, kas kombinējas ar ēšanas ierobežošanu, kontrolēšanu, svara mazināšanas aktivitātēm, dažkārt vemšanas izraisīšanu vai caurejas zāļu lietošanu. Bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām šie traucējumi bieži saistās ar zemu pašvērtējumu, traumām un mēģinājumiem kontrolēt savu vidi. Ēšanas traucējumi būtiski ietekmē fizisko veselību (piemēram, uztura deficīts, sirds ritma traucējumi, augšanas aizkavēšanās) un var apdraudēt dzīvību. Tie nereti ir saistīti ar psiholoģisku distresu un sociālu izolāciju. BAS loma ir būtiska agrīnā atpazīšanā, emocionālā atbalsta sniegšanā un sadarbības veicināšanā ar ārstniecības un psihiskās veselības speciālistiem. Vairāk sk. **26. pielikumā “Ēšanas traucējumi”**.

PSIHISKO UN UZVEDĪBAS TRAUCĒJUMU ATPAZĪŠANA

- Nepieciešamas pievērst uzmanību **pēkšņām vai ilgstošām izmaiņām bērna uzvedībā, emocijās un funkcionēšanā**. Daži **brīdinājuma signāli** ietver:
- **Ilgstošas emocionālas pārmaiņas**: bērns vairāk nekā pāris nedēļas ir hroniski noskumis, raudulīgs **vai ļoti aizkaitināms** bez acīmredzama iemesla. Vai pretēji – kļūst neparasti **noslēgts, izvairās no sociālās dzīves**, zaudē interesi par aktivitātēm, kas agrāk patika.
 - **Pašdestruktīvas domas vai rīcība**: jebkādas norādes, ka bērns **domā par nāvi, pašnāvību** vai tiši sevi ievaino (piemēram, iegriezumi ādā), ir nopietns signāls. Tāpat bīstami, ja bērns runā par bezcerību vai *“labāk būtu, ja manis nebūtu”* – tas prasa tūlītēju uzmanību.
 - **Bailes vai panika**: pēkšņi *panikas lēkmju simptomi* (piemēram, bērns sūdzas par strauju sirdsdarbību, trīci, gaisa trūkumu) vai neracionālas bailes, kas **traucē ikdienu**. Piemēram, bērns atsakās iet uz skolu, jo ir nepārvaramas bailes no kaut kā (vienaudžiem, neveiksmes, utt.), vai paniski baidās šķīrties no likumiskā pārstāvja.

- **Agresīva vai nekontrolēta uzvedība:** bērns **bieži iesaistās kautiņos**, fiziski ietekmē citus vai izrāda cietsirdību. Vai arī ir *nekontrolējami dusmīgs*, dauza priekšmetus, apdraud sevi vai citus dusmu lēkmju laikā. Ja dusmu uzplūdi ir ļoti bieži un ārpus normas (neparasti spēcīgi vai bērns pēc tam neatceras notikušo), tas var liecināt par nopietniem uzvedības traucējumiem.
- **Ievērojamas grūtības ievērot disciplīnu** (pašregulācijas traucējumi): bērns **nespēj koncentrēties** pat īsu brīdi, *pastāvīgi traucē stundas, riskanta uzvedība* (lec no augstuma, skrien pāri ielai nepaskatoties utt.). Visi bērni reizēm ir nepaklausīgi, bet šeit runa par galēju impulsu neierobežotību.
- **Ēšanas un ķermeņa svara izmaiņas:** ievērojamas svara svārstības, atteikšanās ēst, slepena vemšanas izraisīšana vai caurejas līdzekļu lietošana var liecināt par ēšanas traucējumiem. BAS var būt viens no pirmajiem, kas pamana, ka bērns *strauji zaudē svaru vai pārāk kritiski izsakās par savu ķermeni*.
- **Intensīvas raizes un uzmācīgas domas:** bērns izsaka **pārmērīgas rūpes** (piemēram, pastāvīgi jautā, vai viss būs kārtībā, izsaka nerimstošas bailes par saslimšanu, katastrofām u.tml.), kas traucē koncentrēties uz mācībām vai rotaļām. Arī rituālistiski ieradumi (piemēram, pārbaudīt durvis 10 reizes) var norādīt uz obsesīvi kompulsīviem simptomiem⁸⁴.
- **Pēkšņas personības vai snieguma pārmaiņas:** piemēram, līdz šim sabiedrīks bērns pēkšņi kļūst izolēts un nerunīgs, vai sekmīgs skolēns īsā laikā **krasi pasliktina sekmes**. Tāpat jāuzmana **smagu garastāvokļa svārstību** epizodes – ja bērns brīžiem ir eiforiski pacīlāts un pēc tam dziļi nomākts (tas varētu norādīt uz bipolāriem traucējumiem, lai gan bērniem tie ir retāki).
- **Vielu lietošana:** pusaudža vecumā diemžēl var parādīties *alkohola vai narkotiku* lietošanas pazīmes (dīvaina uzvedība, smarža, acīmredzamas intoksikācijas epizodes). Tas var būt gan atsevišķs problēmu loks, gan *pašārstēšanās mēģinājums*, mēģinot tikt galā ar citu psihisko traucējumu simptomiem.

Bieži vien šādas pazīmes **pārklājas** un ne vienmēr ir skaidrs, kāds tieši traucējums bērnam ir. Tev nav jānosaka diagnoze – **pietiek pamanīt, ka bērns cieš** un ir būtiskas funkcionēšanas izmaiņas. Ja novēro vienu vai vairākus no augstāk minētajiem simptomiem, kas **pastāvīgi atkārtojas vai pasliktinās**, jāspēr nākamie soļi, lai nodrošinātu bērnam palīdzību.

● NMP nekavējoties jāizsauc, ja novērojama kāda no šīm pazīmēm:

Saistībā ar bērna uzvedību vai psihisko stāvokli:

- Bērns vai pusaudzis **skaidri izsaka vēlmi sev nodarīt pāri vai uzvedas pašnāvnieciski** (piemēram, mēģina lēkt pa logu, meklē asus priekšmetus).
- Ir **vardarbīgi uzvedības uzliesmojumi**, kas apdraud viņu pašu vai apkārtējos.
- Bērns ir **dezorganizēts, halucinē, dzird balsis vai uzvedas ļoti dīvaini**, salīdzinot ar savu parasto stāvokli.

⁸⁴ Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA). (2023). *How to Talk About Mental Health: Parents and Caregivers of Children*. Pieejams: <https://www.samhsa.gov/mental-health/what-is-mental-health/how-to-talk/parents-and-caregivers>

- Ir pilnīgs kontaktpējas zudums – bērns nesaprot, kur atrodas, nereaģē uz uzrunu.

LIKUMISKO PĀRSTĀVJU IESAISTE

Grūti iedomāties kādu nopietnu grūtību bērna dzīvē, kurā likumisko pārstāvju iesaiste nebūtu būtiska. Īpaši psihiskās veselības jomā pētījumi skaidri parāda⁸⁵, ka prognoze ir daudz labvēlīgāka bērniem un pusaudžiem, kuri saņem ģimenes atbalstu un kuru vecāki aktīvi iesaistās problēmu risināšanas procesā. Īpaši uzvedības un vielu lietošanas grūtību gadījumā tieši likumisko pārstāvju līdzdalība ir atslēga uzlabojumiem. Ja likumiskos pārstāvjus iesaistīt neizdodas uzreiz vai ja bērns nepiekrīt likumisko pārstāvju iesaistei, svarīgi nodrošināt veselības aprūpes speciālistu palīdzību bez likumisko pārstāvju klātbūtnes. Tomēr ilgstošākas sarunas, izskaidrojot ieguvumus un mazinot bailes par nevēlamām sekām, rezultātā parasti bērnus un likumiskos pārstāvjus izdodas pārliecināt par likumisko pārstāvju iesaistes nepieciešamību. Ja bērns vēršas pie veselības aprūpes speciālista bez likumiskā pārstāvja ziņas, tas var radīt neskaidrības, neuzticēšanos vai pretestību turpmākajā atbalsta darbā. Ja vien tas nerada apdraudējumu bērna drošībai, ir svarīgi informēt likumisko pārstāvi par plānoto vizīti, veicināt atklātu komunikāciju un saskaņot rīcību.

✦ **Svarīgi:** Ja bērns ir sasniedzis 14 gadu vecumu, saskaņā ar Pacientu tiesību likuma 13. pantu var patstāvīgi pierakstīties un doties pie ārsta, tostarp pie bērnu psihiatra, ja ārsts novērtē viņa briedumu kā pietiekamu informētas piekrišanas sniegšanai. Svarīgi palīdzēt bērnam spert pirmos soļus palīdzības meklēšanā, vienlaikus esot klātesošam.

Iespējamās situācijas, kad vecāki pretojas vai atsakās no rekomendētās palīdzības bērnam vai ģimenei. Ja veselības vai dzīvības riski ir būtiski, tad medicīnas iestāde vai citi speciālisti var nosūtīt BT lūgumu izvērtēt vecāku spēju rīkoties bērna labākajās interesēs.

Emocionālā atbalsta sniegšana

✦ **Mērķis:** Atbalstīt bērna emocionālo regulāciju un paaugstināt psiholoģisko noturību.

Rīcība:

- Ievieš emocionālās pašregulācijas stratēģijas (emociju termometrs, dusmu kontroles tehnikas).
- Sarunās izmanto **aktīvo klausīšanos**, validāciju, reflektējošus jautājumus.

⁸⁵ Radovic, A., Reynolds, K., McCarty, C., & McCauley, E. (2022). The role of parents in the care for adolescents suffering from depression. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 16, 81. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1049247> Pieejams: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9813959/>

- Sniedz bērnam iespēju izteikt jūtas drošā vidē⁸⁶.

BAS RĪCĪBAS SOĻI, NODROŠINOT BĒRNA NOKĻŪŠANU PIE VESELĪBAS APRŪPES SPECIĀLISTA

Bērna motivēšana

- ✓ Veic sarunu ar bērnu, lai saprastu viņa bažas un iespējamās iemeslus, kāpēc viņš nevēlas doties pie veselības aprūpes speciālista. Ja bērns izjūt bailes vai nevēlas piekrist atbalstam, centies saprast šīs attieksmes iemeslus (piemēram, kauns, bailes no nezināmā, negatīva pieredze pagātnē) un **iejūtīgi uz tiem reaģē**, apliecinot izpratni.
- ✓ Izskaidro veselības aprūpes speciālista apmeklējuma nozīmi, piedāvā aplūkot informāciju par veselības aprūpes speciālistiem, fotoattēlus, pieredzes stāstus.
- Piemēram var skaidrot par garīgo veselību vispār: *“Ja tu salauztu kāju, tu taču ietu pie daktera, lai uzliek ģipsi, vai ne? Arī mūsu smadzeņu darbībā un emocionālajā pasaulē var būt kādas grūtības, kuras vislabāk var saprast psihiatrs, kurš palīdzēs justies labāk”*
- ✓ Ja bērns ir satraukts, izmanto pozitīvu pieeju, sniedzot atbalstu un iedrošinājumu. Izskaidro, ka agrīna diagnostika un ārstēšana var novērst nopietnas veselības problēmas un veicināt pilnīgu atveseļošanos.
- ✓ Baiļu mazināšana: palīdzi bērnam pārvarēt bailes vai kaunu, kas saistītas ar medicīniskās palīdzības meklēšanu, uzsverot, ka veselības aprūpes speciālisti ir apmācīti rīkoties ar šādām situācijām profesionāli un bez aizspriedumiem.

Saziņa ar likumisko pārstāvi vai audžuvecākiem

- ✓ Informē likumisko pārstāvi par situāciju un nepieciešamību apmeklēt veselības aprūpes speciālistu.
- ✓ Skaidro likumiskajam pārstāvim viņa lomu un atbildību nodrošināt bērna pierakstu pie veselības aprūpes speciālista.
- ✓ Ja nepieciešams, palīdzi likumiskajam pārstāvim atrast atbilstošu veselības aprūpes speciālistu, izmantojot veselības aprūpes reģistrus⁸⁷.
- ✓ Pārliecinies, ka likumiskais pārstāvis ir veicis pierakstu un informējis bērnu par vizītes datumu un laiku.
- ✓ Ja likumiskais pārstāvis atsakās nodrošināt pierakstu, informē viņu par atbildību, sekām un bērna tiesībām saņemt medicīnisko aprūpi.
- ✓ Ja nepieciešams, iesaisti papildu speciālistus (SD, BT).

● BAS nevar vienpersoniski nogādāt bērnu pie ārsta, neiesaistot vecākus vai citus likumiskos pārstāvjus. **Taktiska un iejūtīga saruna ar likumisko pārstāvi** ir svarīga. Ieteicams **sagatavoties**: apkopot konkrētus novērojumus (piemēram, *“Jānis pēdējā mēnesī trīsreiz ir sācis pēkšņi raudāt bez redzama iemesla, un viņa atzīmes strauji kritušās.”*) un iejūtīgi izstāstīt likumiskajam

⁸⁶Emocionālā inteliģence bērniem samazina problēmu uzvedību, skat., Orf, L. (2023) *The Power of Emotional Regulation and Problem-Solving Skills*. Pieejams: <https://www.housmaninstitute.com/blog/power-of-emotional-regulation>

⁸⁷ Veselības inspekcija. (2025). *Reģistri un datubāzes*. Pieejams: <https://www.vi.gov.lv/lv/registri-un-datubazes>

pārstāvim bez pārmetumiem. Var uzsvērt: *“Es vēlos kopīgi ar jums palīdzēt Jānim, jo man rūp viņa pašsajūta. Vai esat mājās ko pamanījuši? Man šķiet, būtu labi apmeklēt speciālistu, lai saprastu, kā viņam labāk palīdzēt.”* **Konstruktīva, partneriska pieeja** veicinās likumiskā pārstāvja atsaucību. Dažkārt viņi paši var noliegt problēmu vai kautrēties meklēt psihiatra/psihologa palīdzību (stigmatas dēļ). BAS var sniegt **izglītojošu informāciju**, uzsverot, ka agrīna rīcība novērš nopietnākas sekas un ka vizīte pie veselības aprūpes speciālista nav “sods” vai “zīmogs uz mūžu”, bet gan parasta medicīniska konsultācija mūsdienu pasaulē.

Veselības aprūpes speciālistu piesaiste

Atkarībā no situācijas un pieejamajiem resursiem, pirmais speciālists var būt **skolas psihologs, ģimenes ārsts** vai tieši **bērnu psihologs/psihiatrs**. Bieži pirmais solis ir **vērsties pie ģimenes ārsta**. Ģimenes ārsts var novērtēt, vai nav somatisku cēloņu simptomiem (piemēram, vairogdziedzera problēmas var izskatīties kā trauksme, anēmija kā depresija) un **sniegt nosūtījumu**. Latvijā saskaņā ar normatīvo regulējumu⁸⁸ **bērnu psihiatrs ir tiešās pieejamības speciālists**, t.i., var vērsties arī bez nosūtījuma, **taču** vairākas iestādes lūdz sagatavot ģimenes ārsta e-nosūtījumu, jo tā iestādei iespējams izvērtēt nosūtījuma steidzamību. Tas nozīmē, ka ģimenei jānododas pie ģimenes ārsta, kurš nosūtīs pie psihiatra (norādot iemeslus un simptomus). Ar šo e-nosūtījumu var pierakstīties, piemēram, Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas Psihiatrijas ambulatorajā klīnikā, kur gadījumi tiek prioritizēti pēc steidzamības. Ja ģimene izvēlas doties pie speciālista par maksu, ģimenes ārsta iesaiste tāpat ir vēlama, lai ģimenes ārsts varētu sniegt informāciju par bērna vispārējas veselības stāvokli un koordinētu aprūpi.

- BAS, ja nepieciešams, var palīdzēt sagatavot rakstisku aprakstu priekš likumiskā pārstāvja par iespējamām veselības problēmām bērnam vai ar likumiskā pārstāvja piekrišanu doties kopā ar bērnu uz konsultāciju pie ārsta.

Specializēta palīdzība: atbilstoši veselības traucējumu veidam un smagumam, bērnu var **nosūtīt pie bērnu psihiatra, psihologa, psihoterapeita vai cita speciālista**. Psihiatrs var noteikt diagnozi un, ja nepieciešams, uzsākt ārstēšanu (piemēram, izrakstīt medikamentus, nozīmēt psihoterapiju). Bērnu psihologs vai psihoterapeits var veikt garīgās veselības izpēti, kuras laikā būs jāveic vairāki uzdevumi un jāatbild uz konkrētiem jautājumiem. Tā rezultātā tiks sagatavots slēdziens. Psihologs vai psihoterapeits var sniegt arī *psiholoģisku palīdzību jeb konsultēšanu*, kas parasti ir regulāras konsultācijas ilgākā laika periodā. Latvijā pēdējos gados tiek paplašināti valsts apmaksāti pakalpojumi psihiskās veselības jomā – piemēram, ģimenēm pieejamas noteikts skaits bezmaksas psihologa vai psihoterapeita konsultācijas gadā⁸⁹. Bezmaksas psiholoģiskās palīdzības iespējas var būt ne tikai caur iesaistītajām veselības iestādēm, bet arī SD vai citām institūcijām.

- BAS var **palīdzēt ģimenei orientēties** šajos pakalpojumos, sniedzot informāciju, kur vērsties.

⁸⁸ Ministru kabineta 2018. gada 28. augusta noteikumi Nr. 555 "Veselības aprūpes pakalpojumu organizēšanas un samaksas kārtība". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/301399>. Šajos noteikumos ir iekļauts speciālistu saraksts, pie kuriem pacienti var vērsties tieši, bez nosūtījuma.

⁸⁹ Studente, L. (2021). *Kad valsts apmaksā psihiatra konsultācijas*. Pieejams: <https://lvportals.lv/skaidrojumi/327795-kad-valsts-apmaks-psihiatra-konsultacijas-2021>

BAS atbalsts bērnam pirms vizītes pie veselības aprūpes speciālista

- ✓ Sniedz informāciju par vizītes norisi, lai mazinātu satraukumu.
- ✓ Piedāvā iespēju doties uz vizīti kopā, iepriekš saskaņojot ar likumisko pārstāvi.
- ✓ Ja bērns kategoriski atsakās apmeklēt veselības aprūpes speciālistu, apsver alternatīvas, piemēram, tiešsaistes konsultāciju vai sākotnēju likumiskā pārstāvja vizīti pie veselības aprūpes speciālista bez bērna klātbūtnes.

● Laikā, kad bērns gaida veselības aprūpes speciālista konsultāciju (reizēm rindas var būt vairākas nedēļas vai mēneši) **un arī pēc tam**, ieteicams turpināt *sekot līdzi bērna pašsajūtai*. Ja bērns sāk apmeklēt psihologu vai psihiatru, *pārrunā ar viņu*, kā klājas, vai veidojas kontakts ar speciālistu. Ja nepieciešams, vari palīdzēt *praktiski*, piemēram, atgādinot vecākiem par vizīšu nozīmīgumu, motivējot bērnu turpināt terapiju, ja sākotnēji nav ātru rezultātu. Īpaši svarīgi uzraudzīt **riskantās situācijas** – ja bērnam bija pašnāvības domas vai paškaitējums, pārliecināties, ka mājās noņemti pieejamie bīstamie priekšmeti/medikamenti un, ka ģimene zina, ko darīt krīzes brīdī. **Krīzes gadījumā** (piemēram, bērns izsaka tiešus pašnāvības nodomus vai ir akūta psihiska epizode⁹⁰) – jāzvana NMP (tālrunis nr.113). Ieteicams informēt likumiskos pārstāvjus par šādu ārkārtas rīcības plānu jau iepriekš.

Kad bērns ir nonācis pie **psihiskās veselības speciālistiem** (psihiatra, psihologa, psihoterapeita), ieteicams **saglabāt kontaktu un informācijas plūsmu**, ievērojot profesionālās robežas:

- **Sazināšanās ar speciālistu:** psihologi un psihiatri drīkst apspriest pacienta (bērna) informāciju ar citiem speciālistiem tikai ar likumiskā pārstāvja (vai pusaudža) piekrišanu. Vēlams panākt, ka likumiskie pārstāvji **piekrīt informācijas apmaiņai** starp BAS un ārstējošo veselības aprūpes speciālistu, jo tas atvieglotu palīdzības koordinēšanu. BAS var nodot veselības aprūpes speciālistam informāciju par saviem novērojumiem, kas var būt noderīgi diagnozes precizēšanai (piemēram, uzvedības epizodes, kuras likumiskie pārstāvji nepamana). Un no veselības aprūpes speciālista saņemt rekomendācijas, kā ikdienā strādāt ar bērnu.
- **Dalība multi-disciplinārā komandā:** Daudzos gadījumos labākais risinājums ir **komandas sanāksmes**, kur piedalās visi iesaistītie: likumiskais pārstāvis, bērns (ja iespējams), BAS, psihologs, psihiatrs utt.
*BAS var iniciēt vai piedalīties šādās apspriedēs. **Komandas vienotība** dod bērnam saskaņotu atbalstu un novērš pretrunīgus vēstījumus.*
- **Konfidencialitātes un ētikas ievērošana:** Sadarbībā starp speciālistiem, svarīgi respektēt bērna un ģimenes privātumu.
*Pārliecinies, ka **jebkura informācijas apmaiņa** notiek ar likumiskā pārstāvja atļauju un ka sensitīvi dati netiek izpausti neiesaistītām pusēm.*
- **Regulāra atgriezeniskā saite:** BAS var būt kā vidutājs starp ģimeni un veselības aprūpes speciālistiem. Piemēram, ja likumiskie pārstāvji neizprot ārsta ieteikumus, BAS var paskaidrot

⁹⁰ Pēkšņs un smags psihiskā stāvokļa pasliktinājums, kas izraisa uzvedību vai domāšanu, kas apdraud paša bērna vai citu cilvēku drošību, vai būtiski ierobežo spēju funkcionēt.

veselības aprūpes speciālistu teikto. **Mērķis, lai** visi iesaistītie ir informēti par būtiskāko un strādā vienoti bērna interesēs.

- **Papildus atbalsta resursu piesaiste:** Veselības jomā var būt arī citi atbalsta pakalpojumi – piemēram, *rehabilitācijas kursi, dienas stacionāri pusaudžiem ar mentālām grūtībām, atbalsta grupas bērniem un jauniešiem* utt. Apzinoties šīs iespējas, vajadzības gadījumā vari ieteikt un palīdzēt noorganizēt bērna dalību tajās.

Kopumā, **sadarbojoties ar ģimeni, likumisko pārstāvi, SD, skolu un mediķiem**, BAS var darboties kā procesu *koordinators*. No **zināšanām par psihiskās veselības traucējumiem un empātiskas komunikācijas** ar bērnu, līdz **praktiskiem soļiem** palīdzības organizēšanā un **sadarbībai** ar citiem iesaistītajiem speciālistiem – visi šie elementi ir vienlīdz svarīgi. Starptautiskās prakses uzsver, ka tieši šāda *starpdisciplināra partnerība* ir “zelta standarts” bērnu psihisko problēmu risināšanā.

Bērna atbalsta speciālista sadarbība ar ārstniecības iestādēm

BAS ir būtiska loma sadarbībā ar psihiatrijas un atkarību ārstēšanas speciālistiem, lai nodrošinātu bērnam nepārtrauktu atbalstu arī ārstēšanās laikā. Ja bērns nonācis stacionārā, ieteicams turpināt viņu apmeklēt šajā periodā, lai stiprinātu savstarpējo saikni, veicinātu uzticēšanos un palīdzētu plānot dzīvi pēc izrakstīšanās.

Jāņem vērā, ka katrai slimnīcai ir savi viesošanās noteikumi un laiki, un pirms apmeklējuma vēlams sazināties ar nodaļu, lai noskaidrotu praktiskos aspektus. Psihiatrijas un atkarību ārstēšanas nodaļās noteikumi parasti ir stingrāki, īpaši attiecībā uz lietām, ko drīkst ņemt līdzi, viedierīču lietošanu, privātumu un bērna drošību. Šie ierobežojumi nereti rada bērnam pretestību un var atturēt bērnu no stacionēšanās, pat ja viņš vēlas saņemt palīdzību. Šādos gadījumos BAS loma ir atbalstīt un iedrošināt bērnu, palīdzot saprast, ka stacionēšanās ir īslaicīga, bet svarīgs solis ceļā uz atveseļošanos, un ka neviens netiek uzņemts slimnīcā bez pamatotas nepieciešamības.

BAS var sniegt svarīgu informāciju iesaistītajiem speciālistiem par bērna sociālo kontekstu, drošību, likumisko pārstāvju iesaisti un aprūpes iespējām pēc izrakstīšanās. Vienlaikus jārespektē konfidencialitātes normas un jācenšas uzturēt profesionālu, atklātu komunikāciju ar ārstniecības personālu bērna labākajās interesēs.

Grūtniecība

Nepilngadīgo grūtniecība tiek uzskatīta par ar veselību saistītu stāvokli, kas klasificēts SSK-10 ietvaros (O00–O99). Tā var būtiski ietekmēt ne tikai jaunietes fizisko veselību, bet arī emocionālo līdzsvaru, izglītības iespējas un nākotnes perspektīvas. Jaunietes šādā dzīves posmā bieži vēl nav gatavas uzņemties vecāku lomu ne fizioloģiski, ne psiholoģiski. Vienlaikus bērniem un pusaudžiem ar uzvedības vai atkarību problēmām nereti trūkst uzticamas informācijas par seksuālo un reproduktīvo veselību, kas palielina gan neplānotas grūtniecības, gan seksuāli transmisīvo infekciju risku. BAS var sniegt nozīmīgu atbalstu, nodrošinot uzticamu informāciju, iedrošinot jaunieci vērsties pēc profesionālas palīdzības un koordinējot praktisko un emocionālo atbalstu sadarbībā ar veselības, sociālā un izglītības sektora speciālistiem. Plašāk skatīt **27. pielikumā “Grūtniecība”**.

2.4.4. Ieteikumi atbalsta sniegšanai aprūpes formas maiņas gadījumā

Šajās vadlīnijās termins "**pāreja**" attiecas uz bērna aprūpes formas maiņu un ietver visus iespējamus pārejas procesus, ko bērns var piedzīvot ārpusģimenes aprūpē. Tas var ietvert pārcelšanos uz jaunu audžuģimeni, pie adoptētāja, uz bērnu aprūpes iestādi, pie radniekiem (aizbildnība), atgriešanos bioloģiskajā ģimenē vai patstāvīgas dzīves uzsākšanu.

Pastāv dažādi faktori, kas ietekmē pārejas procesu – tas var būt plānots, negaidīts vai ārkārtas pārejas gadījums. Bērni ārpusģimenes aprūpē piedzīvo arī citus pārejas procesus, piemēram, sociālā darbinieka maiņu vai izglītības iestādes maiņu. Ņemot vērā katra bērna unikālo situāciju, nav iespējams izveidot universālu instrukciju vai ieteikumus, kas precīzi aprakstītu speciālistu rīcību visos gadījumos. Katram bērnam ir nepieciešams individuāls un specifisks atbalsts, un dažādas situācijas nosaka arī atšķirīgas juridiskās prasības. Tomēr, ievērojot labas pārejas principus, ir iespējams nodrošināt pēc iespējas pozitīvu pāreju, kas tiek īstenota konsekventi un nodrošina skaidru un labu praksi. Šie principi ir kā ieteikumi, kā organizēt un veikt bērna pāreju katrā individuālajā gadījumā, lai nodrošinātu bērna labbūtību un stabilitāti, iespējami labākajā veidā.

Pārejas veidi



Pāreja uz audžuģimeni: *Pāreja uz audžuģimeni ir būtisks posms bērna dzīvē, kas ietekmē viņa emocionālo labsajūtu un drošības izjūtu. Lai gan audžuģimenes aprūpe Latvijā ir kā ilgtermiņa risinājums, to izmanto arī kā tūlītēju atbalsta formu bērnam krīzes situācijā. Šādos gadījumos pāreja var*

būt pēkšņa un bez sagatavošanās, tomēr, kad vien tas iespējams, ieteicams nodrošināt pakāpenisku pāreju. Tas ietver bērna iepazīstināšanu ar audžuģimeni, vides apzināšanu un drošu attiecību veidošanos jau pirms pārcelšanās.

Pāreja uz adopciju: *Adopcija ir pastāvīgs risinājums, kas maina bērna juridisko statusu un ģimenisko piederību. Šāda pāreja prasa rūpīgu un ilgstošu sagatavošanos gan no bērna, gan no adoptētāju puses. Sagatavošanās procesā ietilpst psiholoģiskais atbalsts, lai palīdzētu bērnam saprast un pieņemt gaidāmās pārmaiņas, kā arī nodrošināt, ka adoptētāji ir gatavi uzņemties atbildību par bērnu un izprot viņa vajadzības, īpaši atkarības problēmu gadījumā*

Atgriešanās bioloģiskajā ģimenē: *Ja mērķis ir bērna atgriešanās bioloģiskajā ģimenē, SD un BT nepieciešams pārliecināties, vai ģimene ir gatava un spējīga rūpēties par bērnu.*

Sagatavošanās laiks šādai pārejai var būt ilgstošs, jo nepieciešams pārliccināties, ka ģimenes apstākļi ir uzlabojušies, situācija ir stabilizējusies un bērna drošība un labklājība tiks nodrošināta.

Pāreja uz bērnu aprūpes iestādi: Pāreja uz bērnu aprūpes iestādi ir viens no emocionāli un psiholoģiski sarežģītākajiem aprūpes maiņas veidiem. Tā parasti notiek situācijās, kad bērna bioloģiskie vecāki nespēj nodrošināt pienācīgu aprūpi, bērns piedzīvo vardarbību vai pamešanu novārtā, vai arī nav iespējams nodrošināt ģimenisku vidi, piemēram, audžuģimeni vai aizbildni. Šāda situācija bērnam bieži nozīmē ne tikai vides, bet arī attiecību zaudējumu, kas var radīt dziļas emocionālas reakcijas — nedrošību, baiļu sajūtu, skumjas un trauksmi.

Labā prakse ietver:

- bērna vecumam un izpratnes līmenim atbilstošu skaidrojumu par to, kāpēc notiek pāreja un ko viņš var sagaidīt jaunajā vidē;
- iespēju pirms pārcelšanās apmeklēt iestādi, iepazīties ar vidi un aprūpes personālu, kad tas ir iespējams;
- uzticamas kontaktpersonas vai atbalsta personas klātbūtni pirmajās dienās vai nedēļās pēc pārcelšanās;
- individuāla adaptācijas plāna izstrādi un regulāru emocionālā stāvokļa novērtēšanu.

Sagatavošanās ilgums un to ietekmējošie faktori



Bērna pārejas process no vienas ārpusģimenes aprūpes formas uz citu ir sarežģīts un daudzšķautņains, un tā sagatavošanās posma ilgums var būt atšķirīgs atkarībā no vairākiem faktoriem:

1. Bērna individuālās vajadzības un vecums

- Jaunākiem bērniem var būt nepieciešams ilgāks sagatavošanās laiks, lai pielāgotos gaidāmajām izmaiņām, savukārt, vecāki bērni var būt elastīgāki.
- **Bērniem ar uzvedības traucējumiem** nepieciešams īpaši strukturēts un pakāpenisks sagatavošanās process. Neparedzamas vai straujas izmaiņas var izraisīt trauksmi un pastiprināt nevēlamu uzvedību.

2. Iepriekšējā pieredze un emocionālais stāvoklis

- Bērniem, kuri ir piedzīvojuši vairākas pārejas vai traumatiskus notikumus, var būt nepieciešams ilgāks sagatavošanās periods, lai nodrošinātu emocionālu stabilitāti.
- **Bērniem ar uzvedības traucējumiem** pārejas var būt īpaši izaicinošas, jo viņiem var būt grūtības pielāgoties jauniem noteikumiem, autoritātēm un sociālajai videi. Pastāvīga un paredzama rutīna var palīdzēt mazināt uzvedības problēmas pārejas laikā.

3. Jaunās aprūpes formas specifika

- Pāreja uz audžuģimeni, adopciju, bērnu aprūpes iestādi vai atgriešanos bioloģiskajā ģimenē prasa atšķirīgu sagatavošanās laiku, jo katrai situācijai ir savas īpatnības.

- **Bērniem ar uzvedības traucējumiem** pārejas procesā var būt nepieciešama papildus uzraudzība un atbalsts, piemēram, speciālistu (psihologu, sociālo darbinieku, BAS) iesaiste, lai veicinātu veiksmīgāku adaptāciju jaunajā vidē.

4. Starpinstitūciju sadarbība un resursi

- Efektīva sadarbība starp SD, BT un citiem iesaistītajiem sadarbības partneriem var ietekmēt sagatavošanās posma ilgumu.
- **Bērniem ar uzvedības traucējumiem** īpaši svarīgi, lai starp dažādām institūcijām notiktu vienota un skaidra komunikācija, lai nodrošinātu konsekventu atbalstu. Piemēram, ja bērns mācās skolā ar speciālās izglītības programmām, ir svarīgi, lai jaunajā aprūpes vietā tiktu nodrošināts līdzīga izglītības iestāde vai programma.

5. Bērna un iesaistīto personu gatavība pārejai

- Bērna, viņa ģimenes un jaunās aprūpes sniedzēju gatavība un motivācija var saīsināt vai pagarināt sagatavošanās procesu.
- **Bērniem ar uzvedības problēmām** ir svarīgi, lai jaunais aprūpētājs būtu apmācīts un gatavs strādāt ar bērnu ar uzvedības problēmām, izmantojot pozitīvas disciplinēšanas metodes un emocionālo regulāciju veicinošus paņēmienus.

Bērniem ar uzvedības vai atkarības problēmām pāreja uz citu aprūpes formu ir īpaši jūtīgs posms. Svarīgs pārejas aspekts ir nepārtrauktas ārstēšanas un rehabilitācijas turpināšana jaunajā vidē. Jau pārceļšanās plānošanas posmā jā rūpējas, lai bērns varētu turpināt iesākto ārstēšanu – piemēram, savlaicīgi jāsaskaņo, kā bērns jaunajā vietā turpinās apmeklēt psihologu, atkarību speciālistu vai saņemt medikamentus (ja tie ordinēti). Īpaša uzmanība jāpievērš pašiem pārejas brīžiem – pēc nozīmīgām pārmaiņām bērna dzīvē ieteicams atkārtoti izvērtēt, vai nav parādījušās vai pastiprinājušās vielu lietošanas pazīmes, jo stress un vides maiņa var palielināt recidīva risku. Pēc bērna pārceļšanās BAS ar jauno aprūpētāju ieteicams pārrunāt bērna līdzšinējo uzvedības vai atkarību problēmātiku.⁹¹

Vairāk informācijas skatīt **14. pielikumā “Bērna vajadzības un grūtības pārejas procesā”**.



Bērna pārejas plānošana un īstenošana

Bērna pāreja no vienas ārpusģimenes aprūpes formas uz citu ir sarežģīts un emocionāli intensīvs process, kas prasa rūpīgu plānošanu un pastāvīgu atbalstu. Jāņem vērā bērna individuālās vajadzības, jā saglabā emocionālā stabilitāte un jādod iespēja pielāgoties jaunajai videi pakāpeniski. Profesionālu, ģimenes un atbalsta sistēmu sadarbība ir būtiska, lai nodrošinātu veiksmīgu pārejas procesu.

Lai nodrošinātu veiksmīgu pāreju, šo procesu ieteicams sadalīt vairākos posmos (Attēls Nr.5).

Šajā attēlā redzams bērna pārejas process uz jaunu aprūpes formu, izmantojot ciklisku pieeju. Tas ietver vairākus posmus un principus **"Novērtēt, Plānot, Īstenot, Pārskatīt"**, kas tiek izmantots, lai pārliecinātos, ka pārejas process tiek veikts rūpīgi un bērnam draudzīgā veidā.

⁹¹ Preventing, Identifying, and Treating Substance Use Among Youth in Foster Care. (2020). Pieejams: https://cwig-prod-prod-drupal-s3fs-us-east-1.s3.amazonaws.com/public/documents/bulletins_youthsud.pdf

Attēla skaidrojums:

1. Pārejas identificēšana

- Šajā posmā tiek noteikts, ka bērnam ir nepieciešama pāreja uz citu aprūpes vidi (piemēram, pārcelšanās no bērnu aprūpes iestādes uz audžuģimeni, atgriešanos bioloģiskajā ģimenē u.tml.).
- Tiek identificētas bērna vajadzības un iespējamās grūtības.

2. Plānošana un sagatavošanās

- Tiek rīkota starpinstitucionāla tikšanās, lai izstrādātu detalizētu pārejas plānu, kurā tiek noteikti atbalsta pasākumi, pārejas laika grafiks un pielāgošanās stratēģijas.
- Bērns tiek informēts un iesaistīts plānošanas procesā.
- Veic iepazīšanās vizītes un sagatavo bērnu emocionāli.

3. Pārcelšanās

Katrs posms ietver refleksijas brīžus, lai novērtētu, kā bērns reaģē uz pārmaiņām un vai nepieciešami pielāgojumi.

Šī nepārtrauktā pārskatīšanas pieeja palīdz nodrošināt, ka process ir pēc iespējas labāk piemērots bērnam.

- Notiek fiziska pāreja uz jauno aprūpes vidi.
- Tiek nodrošināts atbalsts gan bērnam, gan jaunajiem aprūpētājiem.
- Pārcelšanās process notiek pakāpeniski, cik vien iespējams.

4. Iedzīvošanās un adaptācija

- Pēc pārcelšanās tiek nodrošināts turpmākais atbalsts, lai bērns veiksmīgi pielāgotos jaunajai situācijai.
- Tiek monitorēts bērna emocionālais stāvoklis un

reakcijas uz pārmaiņām.

5. Stabilitātes periods

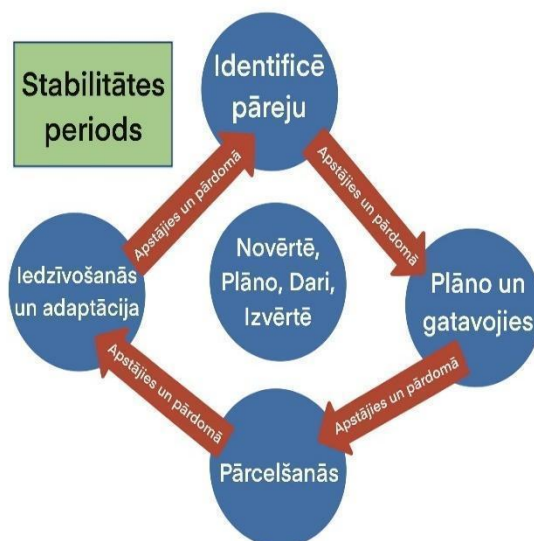
- Pēc sekmīgas adaptācijas bērns nonāk stabilā dzīves posmā, kurā viņš var justies droši un pieņemts jaunajā aprūpes vidē.

BAS loma un uzdevumi katrā no pārejas posmiem

1. Pārejas risku identificēšana

Pārejas riska izvērtēšana būtu jāveic strukturēti un sadarbībā ar bērnu, viņa aprūpētājiem un iesaistītajiem speciālistiem. Procesu ieteicams organizēt šādos posmos:

1. Informācijas apzināšana.
2. Saruna ar bērnu, izmantojot vecumam atbilstošus jautājumus un novērošanu.



Attēls Nr.5. Pārejas process

3. Saruna ar aprūpētājiem un citiem atbalsta cilvēkiem.
4. Riska faktoru identificēšana, balstoties uz strukturētiem aspektiem (skat. turpmāk).
5. Atbalsta plānošana pārējai, pamatojoties uz izvērtējuma rezultātiem.

Zemāk aprakstīti būtiskākie riska indikatori un iespējamie novērtēšanas jautājumi.

➤ **Psihoemocionālie riski**

● **Iepriekšējo zaudējumu un traumatisko pieredžu ietekme**

- Izvērtēt, vai bērnam ir bijušas atkārtotas vides maiņas, atstumtības pieredze vai vardarbības pieredze.
- Identificēt iespējamās emocionālās grūtības, pamatojoties uz novērojumiem, sarunām ar bērnu un viņam tuvām personām, kā arī iepazīstoties ar psihologu, sociālo darbinieku, pedagogu un citu speciālistu sniegto informāciju.

● **Pielāgošanās grūtības jaunā vidē**

- Noskaidrot, vai bērnam ir grūtības veidot jaunas attiecības ar cilvēkiem un nepieciešams papildu emocionāls atbalsts (piemēram, psihologa palīdzība). Vai bērns viegli veido attiecības ar pieaugušajiem, vai arī viņš, piemēram, kļūst izvairīgs vai agresīvs, vai noslēdzas sevī?

➤ **Sociālie un attiecību riski**

● **Attiecības ar bioloģisko ģimeni un esošajiem aprūpētājiem**

- Novērtēt, cik svarīgas bērnam ir attiecības ar ģimeni, vecākiem, brāļiem un māsām un citām nozīmīgām personām.
- Plānot, kā pārēja ietekmēs šīs attiecības un kā tās var uzturēt, ja iespējams.

● **Draudzība un sociālā integrācija**

- Noskaidrot, vai bērnam ir stabilas draudzības saites, kuras viņš nevēlas zaudēt?
- Iespēju robežās novērtēt kā pārēja ietekmēs bērna spēju veidot jaunus kontaktus un draudzības jaunā vidē?
- Plānot atbalsta pasākumus, kā atvieglot bērna integrēšanos jaunajā vidē (piemēram, sociālo prasmju treniņi, atbalsta grupas).

➤ **Skolas maiņas izaicinājumi**

- Noskaidrot, vai bērna izglītības iegūšanas process netiek traucēts un, ka viņš saņems nepieciešamo atbalstu skolā.
- Sadarboties ar pedagogu un atbalsta personāla komandu, lai bērns saņemtu emocionālu un akadēmisku atbalstu.

➤ **Uzvedības riski**

● **Impulsīva un agresīva uzvedība**

- Izvērtēt, vai bērns ir pakļauts paškaitējuma, agresijas vai destruktīvas uzvedības riskam.

● **Trauksme, ko pavada pastiprināta vajadzība pēc kontroles sajūtas**

- Novērot, vai bērns izjūt trauksmi un cenšas kompensēt to, meklējot strukturētu vidi, paredzamību un kontroli pār pārējas situāciju.
- Nodrošināt bērnam iespēju piedalīties ar viņu saistītu lēmumu pieņemšanā, piemēram, ļaujot izvēlēties tikšanās vietu ar jauno aprūpētāju vai ietekmēt pārējas laika plānojumu.

2. Pārejas plānošana un sagatavošanās

➤ Starpinstitucionālā sadarbība bērna pārejas procesā

BAS loma ir sniegt atbalstu bērnam pārejas laikā, sadarbojoties ar iesaistītajām personām un institūcijām, lai pārejas process būtu bērnam **drošs, plānveidīgs, emocionāli atbalstošs un pielāgots** viņa individuālajām vajadzībām.

Lai veicinātu efektīvu sadarbību, tiek piedāvāti divi iespējamie sadarbības modeļi, kurus var pielāgot konkrētajai situācijai un bērna vajadzībām. Skat. 9.tabulā.

BAS kā iniciators – šajā modelī BAS uzņemas iniciatora lomu, koordinējot starpinstitūciju sadarbību, lai visas iesaistītās puses sadarbojas strukturēti un mērķtiecīgi, nodrošinot bērna pāreju jaunajā aprūpes formā.

BAS kā piesaistīts speciālists – šajā modelī (*Ģimenes grupas konference*) iniciatīva nāk no ĀĢAC, audžuģimenes, adoptētāja vai SD, bet BAS darbojas kā neatkarīga trešā puse, novērojot bērna interešu aizstāvību, objektivitāti, kā arī sniedz atbalstu bērnam (skat. 9.tabulā).

Abos modeļos BAS galvenā loma ir nodrošināt bērna interešu aizstāvību, veicināt institūciju sadarbību un piedāvāt atbalsta mehānismus, kas palīdz bērnam veiksmīgi pielāgoties jaunajai aprūpes videi.

9.tabula. Iespējamie sadarbības modeļi

Aspekts	1. modelis: BAS kā iniciators un organizators (sk. 28. pielikumu “Ieteicamā darba kārtība starpinstitucionālajai sanāksmei”)	2. modelis: BAS kā neatkarīgs koordinators (sk. 29. pielikumu “Ģimenes konference”)
Iniciatīva	BAS var ieteikt STIS nepieciešamību, ja novēro, ka pārejas procesā nepieciešams starpinstitucionāls risinājums bērna interesēs.	Iniciatīva nāk no audžuģimenes, aizbildņa, bērnu aprūpes iestādes, adoptētāja vai ĀĢAC, SD, BT.
Sanāksmes organizēšana	BAS aicina uz starpinstitucionālo sanāksmi un nosaka darba kārtību.	BAS var atbalstīt ģimeni sagatavoties Ģimenes grupas konferencei.
Bērna iesaiste	BAS atbalsta pārejas plānošanas procesu.	BAS veicina bērna viedokļa un vajadzību uzklaušanu.
Plānošanas process	BAS veicina starpinstitucionālu sadarbību, sadarbojoties ar bērna likumisko pārstāvi, un atbalsta pārejas plāna izstrādi.	BAS darbojas kā neitrāla trešā puse, kas var palīdzēt strukturēt procesu.
Sadarbības partneri	SD, BT, ĀĢAC, bērnu aprūpes iestāde, audžuģimene, aizbildnis, adoptētājs, izglītības iestāde, veselības aprūpes speciālisti, citi atbalsta speciālisti.	
Atbalsts pārejas procesā	BAS darbojas ar visām iesaistītajām pusēm un nodrošina atbalstu bērnam.	

Atbalsts pēc pārejas	BAS uztur kontaktu ar bērnu pēc pārejas un nodrošina nepieciešamo atbalstu iespēju robežās.
-----------------------------	---

Starpinstitucionālā sadarbība ir būtiska, lai nodrošinātu bērna veiksmīgu pāreju no vienas aprūpes formas uz citu. Tajā piedalās visas iesaistītās institūcijas – bērnu aprūpes iestādes pārstāvji, bērna likumiskie pārstāvji, BAS, BT, SD, izglītības un veselības aprūpes speciālisti, kā arī citi iesaistītie profesionāļi.

*Sanāksmes mērķis ir panākt efektīvu **visu iesaistīto institūciju sadarbību, izveidot skaidru rīcības plānu un nodrošināt bērna veiksmīgu integrāciju jaunajā aprūpes vidē.***

BAS loma un uzdevumi starpinstitucionālās sadarbības veicināšanā bērna pārejas procesā

1. Bērna viedokļa paušanas veicināšana un iesaiste lēmumu pieņemšanā

- BAS veicina bērna iesaisti pārejas procesā, nodrošinot, ka viņa viedoklis tiek uzklauts un ņemts vērā atbilstoši vecumam un attīstības līmenim.
- Atbalsta bērnu viņam saprotamā veidā, lai palīdzētu izprast notiekošo un paust savas domas drošā vidē.

2. Institūciju sadarbības veicināšana

- BAS ierosina vai piedalās starpinstitucionālajās sanāksmēs, kurās iesaistītas visas attiecīgās puses (piemēram, BT, SD, izglītības un veselības aprūpes pārstāvji, bērnu aprūpes iestādes).
- Veicina savstarpēju informācijas apmaiņu un skaidru komunikāciju starp iesaistītajām institūcijām, lai pāreja tiktu īstenota saskaņoti un bērna interesēs.

3. Pārejas plānošanas atbalsts

- BAS piedalās pārejas plāna izstrādē, sniedzot informāciju par bērna vajadzībām, uzvedības un emocionālajām izpausmēm.
- Veicina, lai pāreja notiktu pakāpeniski un bērns tiktu atbalstīts gan emocionāli, gan praktiski.
- Sadarbojas ar institūcijām, lai sekotu līdzi bērna adaptācijas gaitai un nepieciešamības gadījumā ierosinātu atbalsta pasākumu pielāgošanu.

Veiksmīgas pārejas nodrošināšanai BAS ir svarīgi izprast pārejas kārtību, kas palīdz bērnam pielāgoties jaunajai videi un izvairīties no papildu emocionālās traumas. Tas paredz plānveidīgu un pakāpenisku pārejas procesu, ņemot vērā bērna individuālās vajadzības, emocionālo labklājību un adaptācijas spējas. Skat. 10.tabulā.

10.tabula. Pārejas plānošanas mērķis un vadlīnijas

Pārejas plāna mērķis ir:	Pārejas plānošana balstās uz labās prakses vadlīnijām, kuras ietver: ^{92 93}
Nodrošināt stabilitāti un paredzamību , lai bērns varētu justies droši un aizsargāts.	Individuālu pieeju – pielāgojot plānu bērna vecumam, emocionālajam stāvoklim, attīstības līmenim un sociālajām attiecībām.
Atbalstīt bērna emocionālās un psiholoģiskās vajadzības , palīdzot viņam pielāgoties jaunajai videi.	Pakāpeniskumu – dodot bērnam laiku pierast pie jaunās situācijas un veidot attiecības ar jauno aprūpētāju.
Vajadzības gadījumā iesaistīt visus atbildīgos , lai pārliecinātos, ka bērna labākās intereses tiek ievērotas.	Bērna līdzdalību – nodrošinot, ka bērns saprot notiekošo un viņam ir iespēja izteikt savu viedokli un vajadzības.
Samazināt stresu un nenoteiktību , kas bērnam var rasties pārmaiņu laikā.	Sadarbību starp iesaistītajām institūcijām – veicinot koordinētu starpinstitutionālu pieeju.
	Atbalsta mehānismu nodrošināšanu – emocionālā, psiholoģiskā un praktiskā atbalsta nodrošināšanu bērnam.

➤ Atbalsta sniegšanas virzieni bērnam pārejas sagatavošanās posmā

Sagatavošanās posms ir nozīmīgs, lai pāreja bērnam būtu pēc iespējas droša un paredzama. BAS šajā procesā nodrošina bērnam emocionālo atbalstu, informēšanu, drošības sajūtas veicināšanu un individuālu pārejas plānošanu.

Pamatprincips ir bērna viedokļa uzklauššana un cieņpilna iesaiste lēmumu pieņemšanas procesos. Galvenie ieteicamie BAS darbības virzieni:

➤ Bērna viedokļa un emociju izzināšana

Mērķis: Nodrošināt bērnam iespēju izteikt savas domas, bažas un cerības attiecībā par gaidāmo pāreju.

Darbības:

- Sarunas, izmantojot bērnam piemērotas metodes
- Veidot drošu vidi, kurā bērns var izpaust savas emocijas un uzdot jautājumus.
 - Pārrunāt ar bērnu viņa vēlmes attiecībā uz jauno dzīvesvietu, attiecībām un atbalsta iespējām.

➤ Informācijas sniegšana par pāreju

Mērķis: Skaidri un saprotami informēt bērnu par gaidāmajām pārmaiņām, mazinot bailes no neziņas.

Darbības:

⁹² *Helping Youth Transition to Adulthood: Guidance for Foster Parents. Factsheet for Families.* (2018). Pieejams: https://cwig-prod-prod-drupal-s3fs-us-east-1.s3.amazonaws.com/public/documents/youth_transition.pdf

⁹³ The Fostering Network. (2023). *Supporting positive transitions through and out of foster care: A supplement to the Principles of Good Transitions.* Pieejams: <https://www.thefosteringnetwork.org.uk/media/j2ddlztu/principles-of-good-transitions-supplement.pdf?utm>

- Paskaidrot, kā notiks pāreja, cik ilgs būs sagatavošanās periods un kas būs iesaistīts.
- Izskaidrot bērnam, ka viņam ir tiesības zināt, kas notiks, tiesības uzdot jautājumus un izteikt savu viedokli par pāreju. Atgādināt, ka viņa viedoklis tiks uzklauts un ņemts vērā.
- Vajadzības gadījumā izmanto vizuālus palīg līdzekļus (attēlus, grāmatas, stāstus) par pārejām citu bērnu dzīvēs. (*Ja iespējams, dalīties ar īstiem (anonimizētiem) piemēriem, kurus BAS var izstāstīt, lai bērns saprastu, ka viņš nav vienīgais, kas piedzīvo šādas pārmaiņas*).

➤ Emocionālais atbalsts un trauksmes mazināšana

Mērķis: Palīdzēt bērnam tikt galā ar trauksmi un nedrošību, kas saistīta ar pārmaiņām.

Darbības:

- Nepieciešamības gadījumā var veidot kopā ar bērna drošības pašpārbaudes lapu (**15. pielikums “Bērna drošības pašpārbaudes lapa”**), kurā bērns var norādīt, kas viņu nomierina stresa situācijās.
- Ieteicams attīstīt emocionālās pašregulācijas prasmes (elpošanas tehnikas, nomierinošas aktivitātes).
- Veidot atbalsta sistēmu ar uzticamiem pieaugušajiem, kuri var bērnu emocionāli atbalstīt.

➤ Kontakta veidošana ar jauno aprūpes vidi

Mērķis: Veicināt bērna iepazīšanos ar jauno aprūpes vidi un aprūpētājiem, lai mazinātu bailes un svešuma sajūtu.

Darbības:

- Nepieciešamības gadījumā piedalīties tikšanās ar audžuģimeni, aizbildni, adoptētāju vai bērnu aprūpes iestādes darbiniekiem vēl pirms pārcelšanās.
- Atļaut bērnam iepazīt jauno aprūpes vidi – apmeklējums, videozvani ar jauno aprūpētāju.

Pārejas process uz jaunu aprūpes formu jāpielāgo atbilstoši bērna vecumam, attīstības līmenim un emocionālajām vajadzībām. Zemāk sniegti ieteikumi diviem galvenajiem vecumposmiem — bērniem vecumā no 6 līdz 12 gadiem un pusaudžiem no 13 gadu vecuma, lai nodrošinātu jēgpilnu iesaisti, drošības sajūtu un pakāpenisku adaptāciju. Jaunākiem bērniem (6–12 gadi) ir īpaši svarīga **pakāpeniska iepazīšanās ar jauno vidi, stabilitāte, paredzamība un iespēja saglabāt nozīmīgās attiecības** ar iepriekšējiem aprūpētājiem. Savukārt, pusaudži (13+ gadi) pāreju bieži uztver kā iespēju sākt jaunu dzīves posmu — viņi var vēlēties **ātrāku pārcelšanos, saprast noteikumus un piedalīties lēmumu pieņemšanā**, lai saglabātu sajūtu par kontroli pār savu dzīvi.

Zemāk apkopotas būtiskākās vajadzības un praktiskie ieteikumi abām vecuma grupām, kas var palīdzēt BAS un citiem speciālistiem plānot piemērotāko atbalstu pārejas laikā. Skat. 11.tabulā.

11. tabula. Ieteikumi piemērotākā atbalsta plānošanai pārejas laikā

6–12 gadi	13 +
Galvenās vajadzības	
Bērnam nepieciešama drošības sajūta un emocionāla stabilitāte, pakāpeniska iepazīšanās ar jauno vidi un attiecību saglabāšana ar iepriekšējiem aprūpētājiem.	Pusaudzīm svarīga ir pašnoteikšanās, līdzdalība lēmumu pieņemšanā un izpratne par pārejas procesu.
Praktiskie soļi	

• Pakāpeniska iepazīšanās ar jauno vidi (t. sk. skolu); • Vizītes sākumā dažas stundas, vēlāk vairākas dienas; • Sarunas ar bērnu par to, kas mainīsies un kas saglabāsies; • Attiecību saglabāšanas iespēju izskaidrošana.	• Iespēja iepazīties ar jauno vidi un aprūpētājiem pirms pārcelšanās; • Dalība noteikumu un pārejas soļu izpratnē;
Laiks atvadīties no uzticības personām; Sociālo kontaktu saglabāšana (draugi, skolotāji, mentori).	
Būtiski aspekti	
• Skaidrot bērnam pārejas posmus saprotamā valodā; • Atbalstīt ar vizuāliem un stāstos balstītiem materiāliem; • Nodrošināt nepārtrauktību attiecībās, kad iespējams.	• Veicināt pusaudzņa līdzdalību lēmumos (piemēram, tikšanās vietas vai laika izvēle); • Iespēja “novērtēt” jauno vidi pirms pārcelšanās; • Uzturēt sajūtu, ka viņš var ietekmēt savu situāciju.

Svarīgi pārejas aspekti:

- **Attiecību uzturēšanas stratēģijas ar iepriekšējiem aprūpētājiem, bioloģisko ģimeni, t.sk. brāļiem/māsām**

Mērķis: Palīdzēt bērnam uzturēt saikni ar iepriekšējām nozīmīgām personām, ja tas ir iespējams un atbilst bērna interesēm. Šī pieeja palīdz bērnam **saglabāt saikni ar savu bioloģisko ģimeni, veicināt identitātes apziņu** un mazināt pamestības sajūtu, kas var rasties pārejas procesā. Svarīgi ņemt vērā, ka bērnam nozīmīgas personas var būt ne tikai ģimenes locekļi, bet arī citi pieaugušie vai vienaudži, ar kuriem izveidojusies cieša emocionāla saikne — piemēram, aprūpētāji bērnu aprūpes iestādē, skolotāji, mentori vai draugi. Pārejas procesā bērnam jābūt iespējai saglabāt kontaktu ar šīm personām, kad tas ir iespējams un atbalstoši viņa labklājībai.

- **Darbības:**
 - Skaidrot bērnam, kā viņš var sazināties ar iepriekšējiem aprūpētājiem (piemēram, ar bioloģisko ģimeni saskaņā ar BT noteikto saskarsmi).
 - Veidot atmiņu albumu vai citu emocionālu atbalsta materiālu, piemēram, rakstīt dienasgrāmatu, kas palīdzēs saglabāt pozitīvas atmiņas.
 - Pārrunāt ar bērnu, kā uzturēt kontaktus ar nozīmīgām, uzticības personām, un kā sagatavoties atvadu posmam no līdzšinējiem aprūpētājiem.
 - **Ja atbilst bērna interesēm un ir droši saglabāt attiecības ar bērna ģimeni**, veicināt un atbalstīt saziņu klātienēs tikšanās, videozvani, u.c.), izveidojot saziņas plānu ar bioloģisko ģimeni, t.sk. brāļiem/māsām un citiem bērnam nozīmīgiem cilvēkiem.

- Pārrunāt ar bērnu viņa ģimenes situāciju **atbilstoši vecumam un emocionālajai gatavībai**.
- Ja bērnam ir pretrunīgas jūtas pret bioloģisko ģimeni, piedāvāt **emocionālu atbalstu un drošu telpu, kur izteikt savas sajūtas**.

➤ Atvadu nozīme

Neatkarīgi no tā, cik ilgi bērns ir uzturējies konkrētā vidē, ir būtiski nodrošināt bērnam iespēju atvadīties un atstāt šo pieredzi kā nozīmīgu viņa dzīvē. Atvadu process palīdz bērnam emocionāli noslēgt iepriekšējo posmu un sagatavoties jaunajai situācijai, mazinot trauksmi un nedrošību.

Galvenie aspekti, kas jāņem vērā pārejas procesā:

- **Pat tad, ja bērns atgriežas** savā bioloģiskajā ģimenē, **pārejas process ir būtisks**. Lai arī atgriešanās ģimenē var šķist dabiska, bērnam nepieciešams laiks, lai **atkārtoti izveidotu un nostiprinātu emocionālo saikni** ar bioloģiskajiem vecākiem.
- **Bērnam ir nepieciešams laiks, lai pielāgotos atšķirtībai no iepriekšējā aprūpētāja**. Bērni bieži veido ciešas emocionālās saites ar audžuvēcākiem vai citiem aprūpētājiem, un strauja pāreja var izraisīt **bailes no pamešanas vai atkalredzēšanās trauksmi**.
- **Bērnam jāredz pozitīva mijiedarbība starp iepriekšējo un jauno aprūpētāju**. Tas palīdz bērnam saprast, ka viņam nav jāizvēlas starp šīm attiecībām un abas personas var viņu atbalstīt, pat ja viņam jāmaina vide.

Atvadu procesā var ietvert:

- Atvadu rituālus (piemēram, kopīgi pavadīts laiks, vēstules vai dāvanīņas piemiņai no iepriekšējās aprūpes vietas).

Pārejas posma organizēšana, kas ietver plānotu atvadu procesu un attiecību turpināšanas iespējas, būtiski **samazina bērna trauksmi un veicina veiksmīgāku pielāgošanos jaunajai videi**.

3. Pārcelšanās

Pārcelšanās posms ir kritisks bērna adaptācijas procesā, jo tajā notiek fiziska pāreja uz jauno aprūpes vidi. BAS šajā posmā nodrošina atbalstu bērnam, lai mazinātu stresu un nodrošinātu veiksmīgu pāreju.

BAS galvenās darbības pārcelšanās posmā

1. Atbalsta sniegšana bērnam:

- BAS var palīdzēt bērnam veidot pārejas dienasgrāmatu, kurā viņš var izteikt savas sajūtas, jautājumus un pieredzi par jauno vidi. Dienasgrāmatu var veidot rakstveidā, **balss ziņu vai video veidā**.
- Ja iespējams, BAS pavada vai apciemo bērnu jaunajā dzīvesvietā.

- Veic **pēc-pārcelšanās atbalsta zvanu vai tikšanos**, lai pārliecinātos, ka bērns jūtas droši un uzklausa bērna pirmās sajūtas par jauno vidi.

2. Informācijas sniegšana jaunajiem aprūpētājiem un citiem iesaistītajiem: vajadzības gadījumā BAS informē par bērna vajadzībām, ieradumiem un stiprajām pusēm, kā arī sniedz ieteikumus, kā palīdzēt bērnam justies droši jaunajā dzīvesvietā (piemēram, sākotnēji nenoslogot bērnu ar jaunām aktivitātēm).

4. Adaptācija

- Tiek nodrošināts turpmākais atbalsts, lai bērns veiksmīgi pielāgotos jaunajai situācijai.
- Tiek veikta saruna par bērna emocionālo stāvokli un reakcijām uz pārmaiņām.
- Tiek plānotas regulāras tikšanās, ja iespējams, vismaz reizi nedēļā, lai pārrunātu bērna sajūtas un pieredzi.
- **Individuālais mācību plāns:** sekot, lai aprūpētājs sadarbojas ar skolu, kur tiek izstrādāts bērnam individuāls mācību plāns, kas pielāgots bērna vajadzībām.
- **Iesaistīšanās ārpuskolas aktivitātēs:** mudināt bērnu piedalīties ārpuskolas aktivitātēs, piemēram, sportā, mākslā vai cita veida interešu pulciņos, lai veidotu draudzības un justos piederīgi.
- **Iesaistīšanās lēmumu pieņemšanā:** veicināt bērna iesaisti lēmumu pieņemšanā, kas attiecas uz viņa dzīvi, lai attīstītu viņa pašapziņu un spēju tikt galā ar pārmaiņām.

BAS tikšanās biežums un regularitāte ar bērnu pēc pārejas posmā

Pēc bērna pārejas uz jaunu aprūpes vidi ir svarīgi nodrošināt regulāru un strukturētu atbalstu, lai sekmētu veiksmīgu adaptāciju un agrīni identificētu iespējamās grūtības. Sociālās aprūpes un bērnu labklājības standarti Lielbritānijā (UK) iesaka individuālu pieeju, pielāgojot tikšanās biežumu bērna vecumam, vajadzībām un pārejas sarežģītībai: kontakta biežums nevar būt visiem vienāds, tas jābalsta uz bērna labākajām interesēm, attīstības posmu un pārejas sarežģītību, un to regulāri jāpārskata⁹⁴.

Ieteicamā regularitāte BAS tikšanās vai saziņai ar bērnu pēc pārejas uz jaunu aprūpes formu⁹⁵:

1. Pirmais mēnesis pēc pārejas:

- **Pirmās 24-48 stundas:** Pirmajai tikšanās reizei vai saziņai jānotiek pēc iespējas drīz pēc pārcelšanās, lai pārliecinātos par bērna emocionālo stāvokli un vajadzībām.
- **Pirmā nedēļa:** Ieteicamas **vismaz 2-3 tikšanās** vai **saziņa nedēļā**⁹⁶, lai novērotu bērna sākotnējo adaptāciju un sniegtu nepieciešamo atbalstu.

⁹⁴ The Fostering Network. (2023). *Supporting positive transitions through and out of foster care: A supplement to the Principles of Good Transitions*. Pieejams: <https://www.thefosteringnetwork.org.uk/media/j2ddlztu/principles-of-good-transitions-supplement.pdf?utm>

⁹⁵ NICE. (2015). *Children's attachment: attachment in children and young people who are adopted from care, in care or at high risk of going into care*. Pieejams: <https://www.nice.org.uk/guidance/ng26/chapter/recommendations?utm>

⁹⁶ **Saziņa:** attālināta saziņa gadījumos, kad bērna dzīvesvieta ir būtiskā attālumā no BAS pakalpojuma sniegšanas vietas.

- **Pirmais mēnesis:** leteicams **vismaz viena tikšanās** vai **saziņa nedēļā**, lai novērtētu bērna emocionālo un sociālo adaptēšanos, kā arī, vajadzības gadījumā veiktu atbalsta pasākumu korekcijas.
- 2. **Pirmie trīs mēneši pēc pārejas:**
 - Tikšanās vai saziņu var samazināt līdz **vienai reizei divās nedēļās**, ja bērns veiksmīgi adaptējas.
 - Turpināt sekot skolas gaitu, sociālo attiecību un emocionālās labklājības norisēm.
- 3. **Pēc sešiem mēnešiem un ilgāk:**
 - Ja bērna adaptācija norit labi, tikšanās vai saziņa var notikt **reizi mēnesī**.
 - Ieteicams pielāgot tikšanās vai saziņas biežumu atkarībā no bērna vajadzībām.

BAS izvērtē katru gadījumu individuāli, ņemot vērā pārejas apstākļus un adaptācijas gaitu. Ja novērots, ka bērns veiksmīgi iejuties jaunajā aprūpes vidē, emocionāli jūtas stabili un nav pazīmju par būtiskām grūtībām, BAS var samazināt tikšanās biežumu vai izbeigt regulāru sadarbību.

Sadarbība var tikt izbeigta arī citos gadījumos, piemēram:

- *ja bērns vai likumiskais pārstāvis to lūdz, un nav indikāciju turpināt atbalstu;*
- *ja bērns atsakās no sadarbības, un pēc izvērtējuma var secināt, ka sadarbības turpināšana nav uzskatāma par jēgpilnu;*
- *ja bērna vajadzības nodrošina citi speciālisti (piemēram, psihologs, mentors, sociālais darbinieks u.c.).*

Situācijas, kad nepieciešamas papildu tikšanās

- ✓ Ja bērnam ir emocionālās vai uzvedības problēmas, piemēram, depresijas pazīmes, grūtības skolā vai sociālā izolācija.
- ✓ Ja jaunajā aprūpes vidē rodas konflikti vai bērns nejūtas droši.
- ✓ Ja bērns lūdz papildus atbalstu vai izsaka bažas par pārejas procesu.
- ✓ Ja jaunie aprūpētāji informē par nepieciešamību pēc papildu atbalsta bērnam.

Metodes:

- **Individuālas sarunas** – lai bērns varētu droši izpaust savas sajūtas un bažas.
- **Digitālā saziņa** (WhatsApp, e-pasti, videozvani) – pusaudžiem, kuriem vieglāk komunicēt attālināti.

5. Stabilitātes periods

- Pēc sekmīgas adaptācijas bērns nonāk stabilā dzīves posmā, kurā viņš var justies droši un pieņemts jaunajā aprūpes vidē.
- **Regulāra uzraudzība:** ieteicamas regulāras tikšanās arī pēc sākotnējā adaptācijas posma, piemēram, reizi mēnesī, lai sekotu līdzi bērna situācijas izmaiņām.

ATBALSTS BĒRNAM PĒC APRŪPES FORMAS MAIŅAS

Šī nodaļa attiecas uz situācijām, kad bērns maina ārpusģimenes aprūpes formu – piemēram, pāriet uz institucionālo aprūpi, audžuģimeni, aizbildnību vai tiek adoptēts un BAS turpina sniegt viņam atbalstu arī pēc pārejas uz jauno aprūpes formu.

Bērna pāreja uz citu aprūpes formu (ievietošana bērnu aprūpes iestādē, audžuģimenē, pie aizbildņa vai adopcija) ir būtisks notikums, kam jāpievērš īpaša uzmanība. Svarīgi savlaicīgi nodot jaunajiem aprūpētājiem visu nepieciešamo informāciju par bērna situāciju, kā arī iesaistīt bērnu lēmumu pieņemšanas procesā atbilstoši viņa vecumam.

Bērnu aprūpes iestāde

Kad bērns ievietots bērnu aprūpes iestādē, BAS rīcība var ietvert vairākus pasākumus

- **Iepazīšanās un informācijas apmaiņa.** Pārliecinās, ka institūcijas personāls saņem visu aktuālo informāciju par bērna ģimenes situāciju, veselības stāvokli, izglītību un individuālajām vajadzībām.
- **Regulāras tikšanās un adaptācijas vērtēšana.** Sākotnēji un turpmāk regulāri viesojas vai sazinās ar bērnu, lai pārliecinātos, ka viņš adaptējas jaunajā vidē un saņem emocionālu atbalstu.
- **Sadarbība ar iestādes darbiniekiem.** Regulāri komunicē ar sociālajiem darbiniekiem, pedagogiem un psihologiem, kas strādā ar bērnu. Kopīgi izvērtē un īsteno bērna aprūpes plānu, pārrunā nepieciešamo atbalsta sniegšanas veidus.
- **Izglītības un veselības nepārtrauktība.** Pārliecinās, ka bērna izglītības gaitas turpinās un viņš saņem nepieciešamo palīdzību skolā vai citās izglītības iestādēs.
- **Stabilitāte un drošība.** Veic novērojumus, vai institūcija nodrošina bērnam vajadzībām atbilstošu, drošu, strukturētu vidi.

Uzņemošās ģimenes

Ieteicami šādi atbalsta veidi:

- **Informācijas sniegšana.** Sniedz jaunajiem aprūpētājiem informāciju par bērna ikdienu, iepriekšējo pieredzi, vajadzībām un iespējamiem atbalsta avotiem. Pirms informācijas sniegšanas uzņemšanai ģimenei, BAS informācijas saturu pārrunā ar bērnu.
- **Regulāra komunikācija un atbalsts.** Regulāri apmeklē bērnu un jaunos aprūpētājus (klātienē vai saziņas līdzekļos), lai pārrunātu bērna attīstību un risinātu izaicinājumus.
- **Atbalsta speciālistu iesaiste.** Ja nepieciešams, iniciē STIS ar ĀĢAC, SD u.c., lai nodrošinātu audžuģimeni vai likumisko pārstāvi ar profesionālām rekomendācijām bērna audzināšanā.
- **Ģimenes sakaru uzturēšana.** Veicina bērna saziņu ar bioloģisko ģimeni vai bērnam nozīmīgām atbalsta personām no iepriekšējām aprūpes formām. BAS motivē jaunos aprūpētājus sadarboties ar bioloģiskajiem vecākiem, ja tas nepieciešams bērna emocionālai labbūtībai.

Dzīves stāsta metode kā atbalsts bērnam pārejā

Aprūpes formas maiņa ir nozīmīgs pārmaiņu brīdis bērna dzīvē, kas nes sev līdzi gan cerību uz stabilitāti, gan nedrošību un jautājumus par pagātņi, tagadni un nākotni. Tieši šis pārejas posms ir īpaši piemērots brīdis, lai uzsāktu dzīves stāsta metodes izmantošanu kopā ar bērnu, nevis tikai dokumentēšanas nolūkos profesionāļiem.

Kāpēc tas ir vēlams?⁹⁷

- **Veicina identitātes veidošanos:** bērns iegūst priekšstatu par savu dzīves ceļu un vietu ģimenē un sabiedrībā.
- **Mazina kaunu un vainas izjūtu:** ja bērns zina, ka viņš nav “pamests” bez iemesla, bet bijuši apstākļi, kurus viņš nevarēja kontrolēt, viņš izjūt mazākus pašpārmētumus.
- **Palīdz pieņemt jauno ģimeni:** integrējot pagātņi, bērnam ir vieglāk emocionāli saistīties ar audžuģimeni.
- **Veicina atklātu sarunu kultūru** ģimenē par grūtām tēmām – piemēram, vecāku zaudējumu, atkarībām vai vardarbību.

Kad dzīves stāsta metode var nebūt piemērota vai prasa īpašu sagatavošanos:

- Ja bērns ir piedzīvojis smagu, vēl neintegrētu traumu

Piemēram: vardarbība, seksuāla izmantošana, pēkšņs vecāka zaudējums, bēgšana no karadarbības zonas.

- Ja bērns atrodas akūtā krīzē

Piemēram, nesen izņemts no ģimenes, sākotnējiem dzīves apstākļiem nav alternatīvas, vēl nav stabilizējies emocionālā vide.

- *Ja metode tiek uztverta kā "iztaujāšana", nevis izvēles process*

Dzīves stāsta metode var būt dziedinoša, taču **nav universāls rīks visos apstākļos**. Jo īpaši, ja bērns piedzīvojis psihotraumu, to drīkst īstenot **tikai ar pietiekamu profesionālo kompetenci un multidisciplināru sadarbību**. BAS var veicināt bērna stāsta izpratni, bet sarežģītas pieredzes gadījumā jāsadarbojas ar klīniskajiem psihologiem.

⁹⁷ Hammond, S. P., Young, J., & Duddy, C. (2020). Life Story Work for Children and Young People with Care Experience: a scoping review. *Developmental Child Welfare*, 2(4), 293–315. <https://doi.org/10.1177/2516103220985872>

Ar papildus ieteikumiem var iepazīties **12. pielikumā “Ieteikumi darbam ar bērnu pārejas procesā”, 13. pielikumā “Ieteikumi bērna dzīvesvietas un BAS maiņas gadījumā”**

2.4.5. Ieteikumi atbalsta sniegšanai ieslodzījuma vietā

BAS ir būtisks resurss jauniešiem, kurš atrodas ieslodzījumā – neatkarīgi no tā, vai viņš ir aizturēts, apsūdzēts vai notiesāts. Šis atbalsts ir nozīmīgs, jo BAS nav ieslodzījuma sistēmas darbinieks, bet pārstāv “ārpasauli” – vidi, kurā jauniešiem būs jāatgriežas pēc soda izciešanas. Pētījumi rāda, ka stabilas, drošas attiecības ar pieaugušo, kurš nav saistīts ar ieslodzījuma vidi, būtiski mazina izolētību un veicina jaunieša spēju saglabāt motivāciju uzvedības maiņai. Arī Latvijas pieredze liecina, ka jaunieši, kuriem ieslodzījuma laikā ir atbalsts ārpus ieslodzījuma vietas, pēc atbrīvošanas vieglāk iekļaujas sabiedrībā un retāk atkārtoti nonāk konfliktā ar likumu⁹⁸.

Turklāt, BAS nav tikai emocionāls resurss – viņš var veidot tiltu starp dažādām institūcijām (izglītība, probācija, SD, NVO), un risināt praktiskus jautājumus (piemēram, dzīvesvieta, dokumenti, nodarbinātība, mācības). BAS klātbūtne sniedz arī emocionālu drošības sajūtu – īpaši situācijās, kad jauniešiem nav ģimenes atbalsta vai kontakts ar ģimeni ir vājš, nedrošs vai pat kaitējošs.

Šajā nodaļā tiek skaidroti jaunieša tiesiskie statusi kriminālprocesā, kā arī to ietekme uz jaunieša ikdienu, tiesībām un pieejamo atbalstu. Nodaļā ir iekļauta informācija par ieslodzījuma vietu organizāciju, izglītības un resocializācijas programmām, veselības aprūpi, sociālo atbalstu, apmeklējumu kārtību, kā arī par to, kā mainās jaunieša situācija pēc pilngadības sasniegšanas. Ir izklāstīti galvenie atbalsta virzieni, ko BAS var sniegt jauniešiem ieslodzījumā, kā arī atbalsta intensitātes pielāgošanas aspekti.

2.4.5.1. Jaunieša juridiskais statuss kriminālprocesā

Darbs ar jauniešiem, kas nonākuši kriminālprocesā, prasa no BAS skaidru izpratni par jaunieša tiesisko statusu. No tā ir atkarīgs, kādi ierobežojumi jauniešiem tiek piemēroti un kādas ir viņu tiesības.

Kāpēc statusa izpratne ir būtiska?

Nepilngadīgā statuss kriminālprocesā (aizturētais, aizdomās turētais, apsūdzētais vai notiesātais) tieši ietekmē:

1. **Jaunieša tiesību apjomu** - katrs statuss piešķir atšķirīgas tiesības un pienākumus, kas būtiski maina jaunieša ikdienu ieslodzījumā.
2. **Saskarsmes iespējas** - atkarībā no statusa mainās apmeklējumu biežums, telefonsarunu iespējas un citi saskarsmes veidi ar ārpasauli.

Zemāk 12. tabulā apkopoti nepilngadīgā statusi kriminālprocesā, kas palīdzēs orientēties atbilstoši jaunieša tiesiskajai situācijai.

⁹⁸ Liebling, A., & Maruna, Sh. (2013) *The Effects of Imprisonment*. New York: Routledge.

12.tabula. *Nepilngadīgā statusi kriminālprocesā*

Personas statusi kriminālprocesā (neatkarīgi no vecuma)			
Statuss	Būtība	Ilgums	Drošības līdzekļi/ierobežojumi ⁹⁹
Aizturētais	Persona, kas īslaicīgi aizturēta, jo atsevišķi fakti dod pamatu uzskatīt, ka tā izdarījusi noziedzīgu nodarījumu	Faktiskā aizturēšana līdz 48 stundām bez izmeklēšanas tiesneša lēmuma	Nodrošināma aizstāvja klātbūtne, nekavējoties jāinformē likumiskie pārstāvji un BT.
Aizdomās turētais	Persona, par kuru procesa virzītājs pieņēmis rakstveida lēmumu par atzīšanu par aizdomās turēto. Pierādījumu kopums dod pamatu pieņemumam par personas vainu.	Līdz kriminālvajāšanas uzsākšanai vai procesu beigšanai	Visi drošības līdzekļi, izņemot apcietinājumu noteiktos gadījumos
Apsūdzētais	Persona, kurai oficiāli izvirzīta apsūdzība Persona, kas ar procesa virzītāja lēmumu saukta pie kriminālatbildības.	Līdz tiesas sprieduma spēkā stāšanās brīdim	Visi drošības līdzekļi
Notiesātais	Persona, kurai ar tiesas spriedumu noteikts sods (piemēram, brīvības atņemšana)	Līdz soda izciešanas beigām	Sodu izpildes režīma ierobežojumi saskaņā ar Latvijas Sodu izpildes kodeksu (LSIK)

Drošības līdzekļi Latvijas kriminālprocesā ir noteikti Kriminālprocesa likuma 243. pantā, un to piemērošana atšķiras atkarībā no personas vecuma un statusa.

Galvenās atšķirības pilngadīgajiem un nepilngadīgajiem jauniešiem:

- Aizstāvja klātbūtne: nepilngadīgajiem obligāta, pilngadīgajiem – tikai pēc pieprasījuma.
- Likumiskā pārstāvja, BT informēšana: nepilngadīgajiem obligāta.
- Drošības līdzekļi: nepilngadīgajiem jauniešiem papildus pieejamas alternatīvas (nodošana likumiskā pārstāvja uzraudzībā).
- Soda izciešana: nepilngadīgajiem jauniešiem notiek audzināšanas iestādē, pilngadīgajiem – cietumā.
- Procesuālie aizsardzības mehānismi: nepilngadīgajiem ir papildu aizsardzība.

► Kas ir procesa virzītājs?

⁹⁹Kriminālprocesa likums. (2005). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/107820>

Svarīgi, lai BAS izprot, kas ir **procesa virzītājs**, strādājot ar ieslodzītu jauniešu ieslodzījuma vietā, jo procesa virzītājs nosaka gan juridiskās, gan praktiskās saziņas ietvarus un aizsardzības iespējas.

Procesa virzītājs ir amatpersona vai tiesa, kas konkrētajā brīdī vada kriminālprocesu un organizē tā norisi un lietvedību. Procesa virzītājs pieņem lēmumus par kriminālprocesa virzību, īsteno valsts pilnvaras kriminālprocesa attiecīgajā stadijā vai posmā.

- ✓ **Līdz tiesai** par piekļuvi, komunikāciju, apmeklējumiem un informācijas apmaiņu atbild **procesa virzītājs**.
- ✓ **Pēc tiesas** par saziņu primāri atbild **brīvības atņemšanas iestādes administrācija**, kas vadās pēc izpildes režīma, likumdošanas un iekšējās kārtības.

Precīzi zināt procesa virzītāju ir būtiski, lai BAS varētu leģitīmi un droši īstenot nepieciešamo atbalstu ieslodzītajam jauniešim. Vajadzības gadījumā **BAS jānoskaidro, kurš ir aktuālais procesa virzītājs, un pie tā jāvērsas ar motivētu rakstisku lūgumu par sadarbību ar jauniešu ieslodzījuma vietā.**

➤ **Informāciju par procesa virzītāju var sniegt jaunieša likumiskais pārstāvis vai jauniešis.**

Procesa virzītājs mainās atkarībā no kriminālprocesa stadijas (13.tabula):

13.tabula. Procesa virzītājs mainās atkarībā no kriminālprocesa stadijas

Kriminālprocesa stadija	Procesa virzītājs ¹⁰⁰
Izmeklēšana	Izmeklētājs vai izņēmuma gadījumā prokurors
Kriminālvajāšana	Prokurors
Lietas sagatavošana iztiesāšanai	Tiesnesis, kurš vada iztiesāšanu
Iztiesāšanas laiks	Tiesas sastāvs (<i>viena vai trīs tiesnešu sastāvs atkarībā no nozieguma smaguma</i>)
Pēc tiesas nolēmuma spēkā stāšanās	Tiesnesis

Soda veidi:

- brīvības atņemšanas sods nepilngadīgajiem ir izņēmuma līdzeklis un tiek piemērots tikai smagākajos gadījumos – likums nosaka, ka to drīkst piemērot uz ierobežotu termiņu, nepārsniedzot **10 gadus** (par sevišķi smagiem noziegumiem, ko izdarījis nepilngadīgais), **5 gadus** (par smagiem noziegumiem ar vardarbību vai smagām sekām) vai **2 gadus** (par citiem smagiem noziegumiem).
- Brīvības atņemšana nepilngadīgajam nozīmē viņa ievietošanu audzināšanas iestādē, kur sodu izpilde ir pielāgota jaunieša vecumam, psiholoģiskajām īpatnībām un attīstības līmenim, iekļaujot sociālās uzvedības korekcijas un rehabilitācijas pasākumus. Pirmstiesas

¹⁰⁰ **Atsauces uz normatīvajiem aktiem:**

- [KPL 27. pants](#): Precīzi nosaka procesa virzītāja funkcijas katrā stadijā.
- [KPL 41. nodaļa](#) : Reglamentē tiesas sastāva veidošanu iztiesāšanā.
- [KPL 459. pants](#): Nosaka prokurora pienākumus pēc sprieduma spēkā stāšanās.

apcietinājums (drošības līdzeklis) nepilngadīgajiem arī tiek piemērots tikai gadījumos, kad tas absolūti nepieciešams, saskaņā ar **Kriminālprocesa likumu** un starptautiskajiem standartiem (Konvencija nosaka, ka apcietinājumu izmanto tikai kā pēdējo līdzekli ar pēc iespējas īsāko nepieciešamo laiku).

2.4.5.2. Vispārīga informācija par ieslodzījuma vietām

Latvijā esošo brīvības atņemšanas iestāžu sistēmu nosaka **Latvijas Kriminālsodu izpildes kodekss**, kas paredz **divu pamattipu ieslodzījuma vietas – slēgtos un atklātos cietumus**, kā arī **nepilngadīgo audzināšanas iestādes** (piemēram, Cēsu audzināšanas iestādi nepilngadīgajiem). Nepilngadīgās ieslodzītās meitenes tiek izvietotas speciālā **nepilngadīgo nodaļā Iļģuciema cietumā**, kas nodrošina viņām atbilstošus izglītības, sociālā darba un uzraudzības apstākļus, ievērojot viņu vecumu un vajadzības.

Pilngadīgie notiesātie sodu izcieš slēgtā vai atklātā režīmā atbilstoši viņu nodarījuma smagumam un uzvedībai, bet **aizturētie un apcietinātie** atrodas īslaicīgās aizturēšanas iestādēs (izmeklēšanas cietumos vai izmeklēšanas izolatoros).

1. Slēgtais cietums

- Paredzēts **notiesātajiem** ar augstāka līmeņa uzraudzību.
- Tiek nodrošināta ierobežota kustības brīvība, režīma stingrība.
- Piemēram: **Daugavgrīvas, Jelgavas, Iļģuciema cietums**.

2. Atklātais cietums

- Domāts notiesātajiem ar mazāk stingru režīmu (parasti soda izciešanas beigu daļā).
- Ieslodzītie var pārvietoties brīvāk, biežāk doties ārpus cietuma strādāt.
- Piemēram: **Vecumnieku, Olaine atklātais cietums**.

3. Izmeklēšanas cietums/izmeklēšanas izolators

- Tur atrodas **aizturētie un apcietinātie** (nav vēl notiesāti)
- Piemēram: **Rīgas Centrālcietums** ir vienlaikus gan izmeklēšanas izolators, gan slēgts cietums notiesātajiem

4. Dažas vietas ir kombinētas – piemēram, Iļģuciema cietumā ir:

- Slēgtā cietuma nodaļa sievietēm
- Audzināšanas nodaļa nepilngadīgajām meitenēm
- Mātes un bērna nodaļa
- Izmeklēšanas cietuma nodaļa

14.tabula. Ieslodzījuma vietas nepilngadīgajiem

Funkcija, statuss	Vecuma grupa	Dzimums	Soda veids/statuss	Uzturēšanās ilgums
CĒSU AUDZINĀŠANAS IESTĀDE NEPILNGADĪGAJIEM				
Audzināšanas iestāde	14–25 gadi	Vīrieši (zēni)	Brīvības atņemšana –	Līdz piespriedē soda termiņa beigām; var palikt

nepilngadīgajiem; notiesāto jauniešu sodu izciešana			notiesāti nepilngadīgie	līdz 25 g.v., ja apgūst izglītības programmu vai turpina resocializāciju
IĻĢUCIEMA CIETUMA NEPILNGADĪGO NODAĻA				
Sieviešu cietums ar izmeklēšanas nodaļu un audzināšanas iestādes nepilngadīgajām nodaļu	14–25 gadi	Sievietes (meitenes)	Brīvības atņemšana (notiesātās) un apcietinājums (apcietinātās)	Līdz piespriešā soda termiņa beigām; var palikt līdz 25 g.v., ja apgūst izglītības programmu vai turpina resocializāciju

Uzņemšana: Nepilngadīgo ieslodzīto (gan apcietināto, gan notiesāto) uzņemšana notiek saskaņā ar vispārējo kārtību, ko nosaka attiecīgi **Apcietinājumā turēšanas kārtības likums** un **Latvijas Soduzpildes kodekss**.

Ieslodzījuma vietā nepilngadīgajam jauniešim:

- tiek iekārtota personas lieta, kurā fiksēti nepieciešamie dokumenti (tiesas lēmumi, personas dati u.tml.);
- veikta veselības pārbaude un mantu apskate;
- veikta psiholoģiskā diagnostika pēc ievietošanas iestādē, lai identificētu traumas, emocionālās problēmas un resocializācijas vajadzības. Diagnostika tiek atkārtota pēc 3 mēnešiem vai pēc jaunieša lūguma¹⁰¹.

Pēc uzņemšanas nepilngadīgais jauniešs 7 dienas pavada izolatorā.

➤ **Kā mainās nosacījumi pēc pilngadības sasniegšanas?**

Ja nepilngadīgais jauniešs ieslodzījumā sasniedz 18 gadu vecumu, par viņa turpmāko atrašanās vietu lemj **Izvērtēšanas komisija**.

Šī komisija tiek izveidota katrā brīvības atņemšanas iestādē ar IeVP priekšnieka rīkojumu. Izvērtēšanas komisija pieņem lēmumus par soda izpildes režīma mīkstināšanu vai pastiprināšanu.

Kad nepilngadīgais jauniešs sasniedz 18 gadu vecumu, izvērtēšanas komisija nākamajā sēdē izskata jautājumu par šī notiesātā turpmāko soda izciešanas vietu un režīmu. Komisija izvērtē vairākus faktorus, lai pieņemtu lēmumu:

- Uzvedību ieslodzījuma vietā
- Resocializācijas procesu un tā rezultātus
- Izglītības iegūšanas procesu
- Notiesātā personību un kriminālpieredzi

¹⁰¹ Bērnu tiesību aizsardzības likums.(1998). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/49096>, 33.1.pants

➤ Iespējamie lēmumi pēc pilngadības sasniegšanas:

Saskaņā ar Latvijas Soduzpildes kodeksu, izvērtēšanas komisijai ir vairākas iespējas, kā rīkoties ar pilngadību sasniegušu jauniešu:

1. Atstāšana audzināšanas iestādē nepilngadīgajiem

Izvērtēšanas komisija var pieņemt lēmumu atstāt pilngadību sasniegušo jauniešu audzināšanas iestādē nepilngadīgajiem šādos gadījumos:

- Lai nostiprinātu resocializācijas rezultātus
- Lai dotu iespēju iegūt vispārējo izglītību vai profesionālo sagatavotību
- Līdz mācību gada beigām vai soda termiņa beigām
- Šādā gadījumā notiesātais jauniešs var palikt audzināšanas iestādē/nodaļā nepilngadīgajiem līdz 25 gadu vecuma sasniegšanai. Izņēmuma gadījumā ar izvērtēšanas komisijas lēmumu notiesāto jauniešu, kas sasniedzis 25 gadu vecumu, var atstāt audzināšanas iestādē nepilngadīgajiem līdz mācību gada beigām.

2. Pārvietošana uz citu cietumu

- Ja notiesātā jaunieša uzvedība izslēdz iespēju atstāt viņu audzināšanas iestādē nepilngadīgajiem vai pirms termiņa atbrīvot no soda izciešanas, izvērtēšanas komisija var pieņemt lēmumu par viņa pārvietošanu uz:
 - Slēgtā cietuma soda izciešanas augstāko pakāpi - šis lēmums tiek pieņemts, ja notiesātā jaunieša uzvedība ir bijusi problemātiska
 - Atklātais cietums - ja notiesātais jauniešs nepiedalās resocializācijas pasākumos, bet viņa uzvedība nav problemātiska

Lēmumu pieņemšanas process

Lēmumu pieņemšanas process par pilngadību sasnieguša jaunieša pārvietošanu vai palikšanu audzināšanas iestādē notiek šādi:

1. Notiesātais jauniešs iesniedz brīvības atņemšanas iestādes priekšniekam rakstisku iesniegumu ar lūgumu virzīt izskatīšanai komisijas sēdē jautājumu par viņa atstāšanu audzināšanas iestādē nepilngadīgajiem vai pārvietošanu uz citu cietumu.
2. Brīvības atņemšanas iestādes amatpersona 10 darbdienu laikā sagatavo veidlapu par notiesātā jaunieša brīvības atņemšanas soda izpildes gaitu.
3. Izvērtēšanas komisija izskata jautājumu un pieņem lēmumu.
4. Sūdzību par izvērtēšanas komisijas lēmumu var iesniegt IeVP 10 dienu laikā no lēmuma pieņemšanas dienas.



Nepilngadīgā jaunieša iespēja īslaicīgi atstāt brīvības atņemšanas iestādi

Notiesātais nepilngadīgais jauniešs ar rakstveida iesniegumu ieslodzījuma vietas priekšniekam var lūgt atļauju atstāt ieslodzījuma vietu līdz 5 diennaktīm sakarā ar tuva radnieka nāvi vai smagu slimību, kas apdraud dzīvību. Minētajos gadījumos atļauja tiek dota, ja jauniešs, atrodoties ieslodzījuma vietā, ar šo personu regulāri uzturējis komunikāciju, šī saikne bijusi sociāli vēlama un vērtēta kā pozitīvs resurss jauniešim.

2.4.5.3. Izglītība ieslodzījuma vietās

- **Vispārējā izglītība:** Ilgūciema cietumā un Cēsu audzināšanas iestādē nepilngadīgajiem tiek nodrošinātas vispārējās un profesionālās izglītības programmas. Tiklīdz jauniešis nonāk ieslodzījuma vietā, jau nākamajā dienā viņš tiek iekļauts izglītības programmā. Cēsu audzināšanas iestādē tiek nodrošinātas arī speciālās izglītības programmas bērniem ar garīgās veselības, garīgās attīstības un mācīšanās traucējumiem.
- **Neformālā izglītība un rehabilitācijas programmas**
- **Papildu aktivitātes:**

Ieslodzījuma vietās darbojas:

- **Mākslas studija**
- **Kultūras centrs** ar skatuves uzvedumiem
- **Bibliotēka** un grāmatu apmaiņas punkts

➤ **Dienas režīms** ¹⁰²

Audzināšanas iestādēs dienas režīms ir strukturēts un ietver mācības un citas nodarbības. Nepilngadīgiem jauniešiem, kuri apgūst pamatizglītības programmu ir obligāti jāapmeklē skola ieslodzījuma vietās. Sestdienās notiek dažādas nodarbības, bet svētdiena ir brīva. **Ikdienas režīms un aktivitātes:** Nepilngadīgajiem jauniešiem ir nodrošināts **garāks pastaigas laiks** – ne mazāk kā divu stundu ilga pastaiga katru dienu svaigā gaisā. Pastaigu laukumi ir aprīkoti ar sporta inventāru aktīvām fiziskām nodarbībām, lai veicinātu fizisko attīstību. Arī gadījumos, ja nepilngadīgais jauniešis ir sodīts ar ievietošanu izolatorā, viņam tik un tā pienākas vismaz pusotras stundas pastaiga dienā (salīdzinājumam pieaugušajiem izolatorā pastaigas laiks var būt īsāks). Nepilngadīgajiem jauniešiem tiek organizēti **kultūras, sporta un audzināšanas pasākumi**, lai vide ieslodzījumā maksimāli pietuvotos audzināšanas iestādei.

Piemēram, Cēsu audzināšanas iestādē šobrīd atrodas aptuveni 25-30 nepilngadīgie jaunieši, lai gan iestādē ir 80 vietas. Jaunieši dzīvo kamerās pa vienam, kas ir palīdzējis gandrīz līdz nullei samazināt vienaudžu vardarbību.

Abās ieslodzījuma vietās tiek nodrošināta gan vispārējā, gan profesionālā izglītība, ievērojot principu, ka ieslodzītie var pretendēt uz tādu pašu izglītību kā izglītojamie brīvībā. Jauniešiem ieslodzījuma vietās ir reālas iespējas iestāties augstskolā un iegūt augstāko izglītību, izmantojot tālmācības formu. Lai gan pastāv tehniskie un režīma ierobežojumi, ieslodzījuma vietu administrācija atbalsta izglītības turpināšanu kā būtisku resocializācijas procesu. Svarīgi ir laicīgi sazināties ar izvēlēto augstskolu un noskaidrot konkrētos nosacījumus studiju uzsākšanai ieslodzījuma apstākļos.

¹⁰² *Apcietinājumā turēšanas kārtības likums.* (2006). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/138990>, 13.pants

2.4.5.4. Veselības aprūpe ieslodzījuma vietās

Ievietojot nepilngadīgo jaunieši izmeklēšanas cietumā (apcietinājumā), viņam **tiek veikta veselības pārbaude**. Izmeklēšanas cietumos ir medicīnas personāls, kas sniedz primāro veselības aprūpi.

- Saslimšanas gadījumā jaunieši saņem tādus pašus ārstniecības pakalpojumus kā citi apcietinātie (neatliekamā palīdzība, ārsta konsultācijas u.tml.). Arī notiesāti jaunieši, kuri izcieš brīvības atņemšanas sodu, saņem valsts apmaksātus veselības aprūpes pakalpojumus atbilstoši normatīvo aktu prasībām. Katrā brīvības atņemšanas iestādē ir sava medicīnas daļa, un nepieciešamības gadījumā notiesātos pārvēd uz Latvijas Cietumu slimnīcu vai uz slimnīcu ārpus cietuma, ja uz vietas nav pieejams vajadzīgais speciālists vai aprīkojums. **Papildus visiem ieslodzītajiem pienākas neatliekamā stomatoloģiskā palīdzība** – akūtos zobārstošanas gadījumos tiek sniegta palīdzība par valsts līdzekļiem.
- Jaunieši arī saņem psihiatra vai psihologa palīdzību, ja tas nepieciešams (piemēram, atkarību profilaksei vai traumatiskiem notikumiem).

2.4.5.5. Resocializācijas pasākumi

Papildus formālajai izglītībai audzinošajā iestādē tiek īstenoti arī **resocializācijas pasākumi** – speciālas programmas, kur nepilngadīgie jaunieši mācās pārvaldīt dusmas un analizēt savu izdarīto noziegumu, uzņemoties atbildību par savu rīcību: stresa mazināšanas programmas, Dzīves skola, uzvedības pašregulācijas grupas, vardarbības mazināšanas programma, programma nepilngadīgajiem, kas cieš no uzmanības deficīta un hiperaktivitātes sindroma, resocializācijas programmas ieslodzītajiem ar psihiskiem un uzvedības traucējumiem.

Individuālie resocializācijas plāni

Katram nepilngadīgajam notiesātajam jauniešim tiek sastādīts individuāls resocializācijas plāns, kura mērķis ir mazināt atkārtota nozieguma risku un/vai risināt atkarību problēmas. Plānā tiek iekļauta izglītības turpināšana (skolas vai arodapmācības apguve), sociālo prasmju treniņi, psihologa konsultācijas, uzvedības korekcijas programmas (piemēram, dusmu kontrole) un sagatavošanās dzīvei pēc atbrīvošanas. Plāna izpildi uzrauga iestādes resocializācijas daļas speciālisti, regulāri pārvērtējot nepilngadīgo jauniešu dinamiku.

Ārstēšanās no atkarībām ieslodzījuma vietās: atkarību ārstēšanas vieta Latvijas ieslodzītajiem ir Olaines cietuma Atkarīgo centrs, kas piedāvā strukturētas programmas un individuālu pieeju. Papildus tam četrās ieslodzījuma vietās darbojas "drug free" zonas, lai atbalstītu tos, kuri jau pabeiguši ārstēšanas programmu. Ieslodzīto atkarību ārstēšana ir balstīta uz starptautisko praksi un ietver gan detoksikāciju, gan dažādas rehabilitācijas programmas. Ārstēšanu gan ir iespējams nodrošināt tikai pilngadīgiem ieslodzītajiem.

Nodarbinātība: ieslodzījuma vietās (piemēram, Ilģuciema cietumā) jauniešiem ir iespējams iesaistīties nodarbinātības aktivitātēs.

2.4.5.6. Dzīves apstākļi ieslodzījuma laikā: apģērbs, higiēnas preces, iepirkšanās iespējas un finanšu pārvaldība

Apģērbs un tā valkāšanas noteikumi

Apcietinājuma laikā jaunieši valkā **savu personīgo apģērbu, apavus un veļu**. Ja personīgā apģērba nav vai tas nav laikapstākļiem derīgs, ieslodzījuma vietas administrācija nodrošina apģērbu. Katram jauniešim ir identifikācijas karte.

Atbrīvojoties no ieslodzījuma, jauniešiem tiek izsniegts sezonai atbilstošs apģērbs, ja viņam tāds nav pieejams, kā arī naudas līdzekļi nokļūšanai dzīvesvietā.

➤ **Higiēnas nodrošināšana un personiskās mantas**

Jaunieši ieslodzījuma vietā paši rūpējas par savu drēbju mazgāšanu, parasti tas tiek organizēts 1 x nedēļā. Meitenēm ieslodzījumā tiek nodrošināti nepieciešamie higiēnas piederumi (piemēram, sievietes higiēnas preces).

Higiēnas līdzekļu pieejamība: ja ieslodzītajam jauniešim nav savu higiēnas piederumu vai finanses to iegādei, ieslodzījuma vieta nodrošina vismaz minimālo komplektu (ziepes, zobu birste un pasta u.tml.). Tāpat ieslodzītajiem ir atļauts saņemt higiēnas preces **pienesumos vai sūtījumos** – arī šādos gadījumos saraksts ir līdzīgs (ziepes, šampūns, suka, utt., atbilstoši noteikumiem). Sīkāku informāciju par priekšmetiem, kurus atļauts nodot sūtījumos un pienesumos, skatīt **30. pielikumā “Pienesumu un sūtījumu saņemšana ieslodzījuma vietā”**.

➤ **Naudas līdzekļi un iepirkšanās**

Apcietinātais jauniešis naudas pārvedumus **drīkst saņemt bez ierobežojuma**, bet **sūtīt tos tikai ar procesa virzītāja atļauju**¹⁰³.

Notiesātais pilngadīgais jauniešis ar rakstveida iesniegumu var lūgt, lai naudu no viņa personiskā naudas uzskaites konta ieskaita viņa atbrīvošanas fonda uzskaites kontā. Šos līdzekļus drīkst izmantot tikai:

- **veselības aprūpes vajadzībām**, ja brīvības atņemšanas iestādes ārsts atzinis, ka ārstēšana ir nepieciešama un pakalpojums nav apmaksājams no valsts budžeta līdzekļiem;
- vai arī **saņemšanai pēc atbrīvošanas** no soda izciešanas vietas pēc termiņa beigām (*Latvijas Sodū izpildes kodeksa 48.² pants*).

Naudas pārskaitījumi: pārskaitījumus var veikt uz bankas kontu, norādot šādu informāciju:

Ieslodzījuma vietu pārvalde

Reģ. Nr.: 90000027165

Bankas nosaukums: Valsts kase

Bankas kods: TREL LV22

Depozīta konts: LV15TREL8190468041000

¹⁰³ Apcietinājumā turēšanas kārtības likums. (2006). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/138990>, 20. panta trešā daļa

Maksājuma mērķi obligāti jānorāda:

Vārds, uzvārds, personas kods un informācija, **kādam nolūkam nauda tiek pārskaitīta.**

- **Iepirkšanās veikalā kārtība un biežums:** jaunieši parasti var **iepirkties regulāri (aptuveni reizi nedēļā).** **Maksāšanas līdzekļi un naudas saņemšana:** jaunieši nedrīkst turēt pie sevis skaidru naudu – visa personiskā nauda tiek uzskaitīta ieslodzītā **naudas kontā**, ko pārvalda cietuma kase. Pirkumu apmaksa notiek bezskaidras naudas veidā: ieslodzītais, iepērkoties veikalā, norāda vēlmes, un **attiecīgā summa tiek ieturēta no viņa personīgā konta** (to nodrošina cietuma administrācija elektroniski). Līdzīga kārtība attiecas arī uz apcietinātajiem – viņi var saņemt neierobežotus naudas pārvedumus, kas glabājas cietuma kontā.

Veikalā var iegādāties:

- pārtikas preces,
- bezalkoholiskos dzērienus,
- kancelejas preces,
- pastmarkas,
- galda piederumus,
- higiēnas preces,
- galda spēles,
- baterijas,
- telekartes,
- galda un rokas pulksteņus.

Ar ieslodzījuma vietas priekšnieka atļauju nepilngadīgais jauniešis var iegādāties arī:

- sadzīves elektrotehniku (piemēram, elektrisko ūdens sildītāju ar automātisko atslēgšanos),
- radio un antenas kabeli.

2.4.5.7. **Apmeklējumi, saziņa, pienesumi nepilngadīgajiem ieslodzītajiem**

15.tabula. *Nosacījumi attiecībā uz **apcietinātajiem** nepilngadīgajiem jauniešiem (pirmstiesas izmeklēšanas posms)*¹⁰⁴¹⁰⁵

Saziņas veids	Tiesību apjoms	Nosacījumi un ierobežojumi
Apmeklējumi	Ne retāk kā reizi nedēļā (ne mazāk kā 1 stunda)	Ar procesa virzītāja (izmeklētāja/prokurora) atļauju; tikai ar tuvākajiem radniekiem.

¹⁰⁴ *Apcietinājumā turēšanas kārtības likums.* (2006). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/138990>, 13.pants, 1. daļa

¹⁰⁵ *Kriminālprocesa likums.* (2005). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/107820>, 66. pants, 2. daļa

Telefona sarunas	Bez skaita ierobežojuma ar radiniekiem	Ar procesa virzītāja atļauju; īpaši attiecībā uz likumiskajiem pārstāvjiem atļauja parasti tiek dota.
Videozvani	1 x mēnesī	Ar procesa virzītāja atļauju.
Korespondence	Vēstules ar radiniekiem	Ar procesa virzītāja atļauju.
Pienesumi/sūtījumi	Atļauti nepieciešamie priekšmeti	Saskaņā ar izmeklēšanas cietuma noteikumiem, ar administrācijas saskaņošanu.
Advokāta apmeklējumi	Neierobežoti	Konfidencialitāti nodrošinošos apstākļos, bez īpašas atļaujas.

Ieteicamā rīcība BAS saziņai ar jauniem: *nepilngadīgajiem jauniešiem pirmstiesas izmeklēšanā ir ierobežotākas tiesības nekā notiesātajiem. Visa komunikācija notiek caur procesa virzītāju, tāpēc pareiza dokumentu sagatavošana ir ļoti svarīga.*

Ieteicamie soļi:

Kā saņemt atļauju sadarbībai ar jauniem

1. solis: Noskaidro procesa virzītāju

- Sazinies ar ieslodzījuma vietu un noskaidro, kurš ir atbildīgais izmeklētājs
- Iegūsti izmeklētāja kontaktinformāciju (tālrunis, e-pasts)

2. solis: Iesniedz rakstisku pieprasījumu

Uzraksti oficiālu iesniegumu izmeklētājam, kurā norādi:

- Savu vārdu, uzvārdu un statusu
- Jaunieša vārdu, uzvārdu un dzimšanas datus
- Norādi, ka nepieciešama atļauja **sadarbībai** ar jauniem, paskaidro sadarbības iemeslus, pievieno vienošanos ar jauniem un likumisko pārstāvi, kā arī norādi kādas darbības sadarbības ietvaros paredzētas: telefona sarunas (cik bieži), apmeklējumi. **Norādi atļaujas termiņu.**

3. solis : Gaidi atbildi

- Procesu virzītājs izvērtēs, vai sadarbība netraucēs izmeklēšanai

Kā organizēt klātienes tikšanos

Apsūdzētam (pirmstiesas apcietinājumā esošam) nepilngadīgajam jauniem tikšanos var organizēt tikai ar procesa virzītāja atļauju.

1. **solis: Sagaidi rakstisku atļauju vai saskaņojumu no procesa virzītāja**
2. **Solis: Sazinies ar izmeklēšanas cietuma administrāciju**
 - *Pēc procesa virzītāja atļaujas saņemšanas sazinies ar izmeklēšanas cietumu.*
 - *Informē par tikšanās vēlmi un uzrādi procesa virzītāja atļauju.*
 - *Saskaņo datumu un laiku.*

Ja atļauja tiek atteikta:

- *Noskaidro atteikuma iemeslu*
- *Vērsies BT pēc atbalsta*

Ja izmeklētājs neatbild:

- *Sazinies ar prokuroru, kas uzrauga lietu*
- *Vērsies ieslodzījuma vietu pārvaldē*

Krīzes situācijā:

- *Nekavējoties sazinies ar iestādes psihologu*
- *Informē izmeklētāju par steidzamību*
- *Lūdz ātru tikšanos drošības apsvērumu dēļ*

Tikšanās parasti notiek vizuālā kontrolē.

Pienesumu/sūtījumu organizēšana¹⁰⁶

Ieteicams sazināties ar ieslodzījuma vietas personālu un noskaidrot:

- **vai nepilngadīgais jauniešs jau ir saņēmis pienesumu/sūtījumu šajā mēnesī un vai ģimene neplāno nodot sūtījumu;**

Atļauja no procesa virzītāja par pienesumu NAV nepieciešama.

2.4.5.8. Notiesāti nepilngadīgie jaunieši (soda izciešanas posms)

Notiesātiem nepilngadīgiem jauniešiem ar notiesātā statusu, kas izcieš sodu audzināšanas iestādē ir ievērojami plašākas saziņas tiesības nekā apcietinātajiem nepilngadīgajiem jauniešiem vai pieaugušajiem ieslodzītajiem. Skat. 16.tabulā.

¹⁰⁶ Saskaņā ar [Apcietinājumā turēšanas kārtības likumu](#) un [MK noteikumiem Nr. 800 “Izmeklēšanas cietuma iekšējās kārtības noteikumi”](#), apcietinātajam sūtījumus un pienesumus var nodot tikai ar procesa virzītāja (izmeklētāja vai prokurora) rakstisku atļauju.

16.tabula. Nosacījumi attiecībā uz notiesātajiem nepilngadīgajiem jauniešiem (soda izciešanas posms)

Saziņas veids	Tiesību apjoms	Nosacījumi un ierobežojumi
Ilglaicīgās satikšanās	Līdz 15 reizēm gadā (36-48 stundas katra) ¹⁰⁷	Ar radniekiem un tuvām personām; bez iestādes pārstāvja klātbūtnes.
Īslaicīgās satikšanās	Līdz 12 reizēm gadā (1,5-2 stundas katra) ¹⁰⁸	Īpaši ierīkotās telpās, vizuālā kontrolē.
Telefona sarunas	Bez skaita ierobežojuma (10 min katra saruna)	Ar ģimeni un citām personām, ievērojot cietuma dienas kārtību.
Videozvani	1 zvans mēnesī (30 min)	Vājdzirdīgiem vai nedzirdīgiem nepilngadīgajiem šīs tiesības paplašinātas – viņi drīkst veikt videozvanus neierobežotā skaitā (katru zvanu līdz 30 min). Nepieciešamības gadījumā ar mentoru vai BAS (pēc atsevišķas vienošanās) var tikt noteikta cita regularitāte un videozvans pielīdzināts klātienē vizītei bez ieslodzījuma vietas pārstāvja klātbūtnes.
Korespondence	Neierobežota	Vēstules var tikt pārbaudītas drošības nolūkā.
Pienesumi/sūtījumi	Pienesumu biežums tiek noteikts atbilstoši iestādes iekšējās kārtības noteikumiem (parasti 12 x gadā).	Saskaņā ar MK noteikumiem Nr. 423 par atļautajiem priekšmetiem (skat. 30. pielikumu “Pienesumu un sūtījumu saņemšana ieslodzījumu vietā”)

2.4.5.9. Apmeklējumi, saziņa, pienesumi pilngadīgajiem ieslodzītajiem jauniešiem

Aizturētais/apcietinātais pilngadīgs jaunietis (izmeklēšanas cietumā vai izmeklēšanas izolatorā)¹⁰⁹

17. tabula Nosacījumi attiecībā uz aizturēto/apcietināto jauniešu

Saziņas veids	Tiesību apjoms	Nosacījumi un ierobežojumi
---------------	----------------	----------------------------

¹⁰⁷ Latvijas Soduzpildes kodekss. (1970). <https://likumi.lv/ta/id/90218> 50.⁷ pants

¹⁰⁸ Latvijas Soduzpildes kodekss. (1970). <https://likumi.lv/ta/id/90218> ,50.⁷ pants

¹⁰⁹ Apcietinājumā turēšanas kārtības likums. (2006). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/138990>, 13.¹ pants

Klātienes tikšanās	Ne biežāk kā 1x mēnesī, ilgums līdz 1 h.	Atļautas satikšanās tikai ar procesa virzītāja rakstisku atļauju .
Izmeklēšanas cietuma priekšnieks var atļaut satikšanos ar personu, kura nav apcietinātā radnieks, laulātais vai ar kuru apcietinātajam nav bijusi kopīga saimniecība vai nav kopīga bērna, ja šāda satikšanās veicinās sociāli lietderīgu kontaktu saglabāšanu un ja apcietināto ilgstoši neviens neapmeklē, un ja apcietinātajam nav procesa virzītāja noteiktu ierobežojumu attiecībā uz tikšanos un saziņu ar minēto personu ¹¹⁰ .		
Telefonsarunas	Apcietinātajam un apsūdzētajiem ir tiesības sazināties ar ārpasauli rakstveidā un ne retāk kā reizi nedēļā izmantot cietuma tālruni.	Telefonsaruna parasti līdz 5 minūtēm, maksā apcietinātais vai adresāts.
Korespondence	Neierobežota	Vēstules var tikt pārbaudītas drošības nolūkā.
Pienesumi:	Atļauts saņemt tikai nepārtikas preces ar sūtījumiem/pienesumiem; Procesā virzītāja atļauja nav vajadzīga pienesumiem vai sūtījumiem, ja vien viņš nav noteicis īpašu ierobežojumu. Procesā virzītājs var ierobežot konkrētas personas kontaktus ar apcietināto, piemēram, liedzot saņemt sūtījumu no konkrēta cilvēka, ja tas var traucēt izmeklēšanu.	Saskaņā ar MK noteikumiem Nr. 423 par atļautajiem priekšmetiem (skat. 30. pielikumu “Pienesumu un sūtījumu saņemšana ieslodzījumu vietā”).

Procesa virzītājs var noteikt papildu ierobežojumus attiecībā uz tikšanos un saziņu, ja tas ir nepieciešams, lai novērstu procesa norises traucējumus vai sabiedrības drošības apdraudējumus.

Notiesātais pilngadīgs jaunietis – slēgtais režīms (augstākā pakāpe)

18. tabula *Nosacījumi attiecībā uz notiesātu pilngadīgu jauniem slēgta režīma cietumā (augstākā pakāpe)*

Saziņas veids	Tiesību apjoms	Nosacījumi un ierobežojumi
Klātienes tikšanās	Var izmantot līdz 8 ilgstošas satikšanās (24–48 stundas) un 8 īslaicīgas satikšanās (1,5–2 stundas) gadā.	Satikšanās ar tuvākajiem radniekiem (vecāki, bērni, laulātais utt.); īsākas satikšanās (≤2h) arī ar citām personām.

¹¹⁰ Apcietinājumā turēšanas kārtības likums. (2006). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/138990>, 13.¹ pants

Telefonsarunas	Bez skaita ierobežojuma; notiesātais zvanus apmaksā pats vai adresāts. Nepieciešamības gadījumā.	Zvani notiek vizuālās kontroles apstākļos, izņemot zvanu ar aizstāvi (bez kontroles).
Korespondence	Neierobežota	
Pienesumi:	Ne vairāk kā 12 sūtījumus/pienesumus gadā . (Preses izdevumi, aplokšnes markas) netiek ieskaitīti sūtījumos. Iestādes priekšnieka lēmumu par atteikumu saņemt nav apstrīdami.	Saskaņā ar MK noteikumiem Nr. 423 par atļautajiem priekšmetiem (skat. 30. pielikumu “Pienesumu un sūtījumu saņemšana ieslodzījumu vietā”)

Notiesātais pilngadīgs jaunietis – slēgtais režīms (zemākā pakāpe)

19. tabula *Nosacījumi attiecībā uz aizturēto/apcietināto jaunietai slēgta režīma cietumā (zemākā pakāpe)*

Saziņas veids	Tiesību apjoms	Nosacījumi un ierobežojumi
Klātienes tikšanās	Līdz 5 ilgstošām satikšanām (12–24 stundas) un 4 īslaicīgām satikšanām gadā.	Citu nosacījumu ziņā piemēro tādus pašus principus kā augstākajā pakāpē.
Telefonsarunas	Bez ierobežojuma.	Tiesības tādas pašas kā augstākajā režīmā
Korespondence	Neierobežota	
Pienesumi:	Saņem ne vairāk kā 12 sūtījumus/pienesumus gadā (Preses izdevumi, aplokšnes markas) netiek ieskaitīti sūtījumos. Iestādes priekšnieka lēmumu par atteikumu saņemt nav apstrīdami.	Saskaņā ar MK noteikumiem Nr. 423 par atļautajiem priekšmetiem (skat. 30. pielikumu “Pienesumu un sūtījumu saņemšana ieslodzījumu vietā”)

Notiesātais pilngadīgais jaunietis– atklātais cietums

20. tabula *Nosacījumi attiecībā uz pilngadīgu jaunietai atklātā cietumā*

Saziņas veids	Tiesību apjoms	Nosacījumi un ierobežojumi
Klātienes tikšanās	Bez ierobežojuma.	Dienas kārtībā paredzētajā laikā.

Telefonsarunas	Bez ierobežojuma.	Telefonsarunu tiesības atklātā cietumā ir ievērojami plašākas nekā slēgta režīma iestādēs. Sarunu ilgumu likums tieši nenosaka, tomēr praksē vienas sarunas ilgums var tikt ierobežots saprātīgās robežās, lai netraucētu citiem un netiktu ļaunprātīgi izmantots laiks. Atļauts glabāt un lietot personīgo mobilo telefonu , kas reģistrēts cietuma administrācijā.
Ar cietuma priekšnieka atļauju atklātā cietuma notiesātajiem atļauts lietot personīgo datortehniku ar interneta pieeju (parasti, ja tas nepieciešams mācībām vai darbam).		
Korespondence	Neierobežota	
Pienesumi:	Brīvības atņemšanas iestādes dienas kārtībā paredzētajā laikā uzņemt pie sevis viesus, saņemt sūtījumus vai pienesumus bez ierobežojumiem.	Saskaņā ar MK noteikumiem Nr. 423 par atļautajiem priekšmetiem (skat. 30. pielikumu “Pienesumu un sūtījumu saņemšana ieslodzījumu vietā”)
Izglītība	Brīvības atņemšanas iestādes priekšnieks var atļaut notiesātajam iegūt izglītību izglītības iestādē, kas atrodas ārpus brīvības atņemšanas iestādes teritorijas, ja tas neapdraud sabiedrības drošību un ja nav pretrunā ar brīvības atņemšanas iestādē noteikto notiesāto dienas kārtību. Brīvības atņemšanas iestādes priekšnieks nodrošina iespēju notiesātajam atstāt brīvības atņemšanas iestādes teritoriju uz laiku, kas nepieciešams valsts pārbaudījumu kārtošanai vispārējās vai profesionālās izglītības iestādē.	



Pirms pienesuma, vizītes vai saziņas iniciēšanas, vienmēr sazinies ar attiecīgo ieslodzījuma iestādi, lai noskaidrotu bērna statusu, ierobežojumus un iestādes iekšējās kārtības noteikumus.

Piemēram, ja BAS atnes jauniešiem nelielu pienesumu (piemēram, higiēnas precī), tas var negaidīti **aizņemt vienīgo šā mēneša pienesuma iespēju**, tādējādi **ierobežojot ģimenes iespējas** sniegt būtiskāku atbalstu (piemēram, apģērbu vai nozīmīgus personiskus priekšmetus).

Atceries:

- ✓ **Ieslodzījuma vietās atļauts nodot tikai noteiktus, iekšējās kārtības noteikumos paredzētus priekšmetus.**
- ✓ **Nav atļauts nodot medikamentus, uztura bagātinātājus vai citas vielas, pat ja nepilngadīgais tās lūdz.**
- ✓ **Pārkāpumi šajā jomā var radīt nopietnas sekas** – pienesuma konfiskāciju, BAS piekļuves ierobežošanu.

Tādēļ katrā gadījum jānoskaidro **aktuālos noteikumus un jāsaskaņo rīcība ar iestādes personālu**, lai atbalsts būtu drošs, saskaņots un neradītu neparedzētas sekas jauniešiem.

Nosacīta pirms termiņa atbrīvošana

Jaunietis, kas notiesāts ar brīvības atņemšanu (izņemot īslaicīgu), var nosacīti pirms termiņa atbrīvot no pamatsoda izciešanas, ja ir pamats uzskatīt, ka persona pēc atbrīvošanas spēs iekļauties sabiedrībā, neizdarot atkārtotu noziedzīgu nodarījumu.

Nepieciešamā izciestā soda daļas apmēru ietekmē nepilngadīgā jaunieša izdarītā noziedzīgā nodarījuma smagums, par kuru papildu informāciju var iegūt Krimināllikuma 7. pantā¹¹¹. Skat. 21.tabulā.

21.tabula. Noziedzīgā nodarījuma smaguma iedalījums

Noziedzīgā nodarījuma smagums	Ar elektronisko uzraudzību	Bez elektroniskās uzraudzības
Mazāk smags noziegums	1/3 soda daļas	1/2 soda daļas
Smags noziegums	1/2 soda daļas	2/3 soda daļas
Sevišķi smags noziegums	2/3 soda daļas	3/4 soda daļas
Mūža ieslodzījums	24 gadi	25 gadi

Nosacītu pirms termiņa atbrīvošanu var piemērot, ja:

1. **Notiesātais ir sasniegjis resocializācijas rezultātus** – izrādījis vēlmi sadarboties, piedalīties programmās, aktīvi strādājis pie problēmu risināšanas.
2. **Ir atlīdzināts vai labprātīgi atzīts kaitējums**, kas nodarīts ar noziedzīgo nodarījumu.
3. **Ir iespēja pēc atbrīvošanas legāli uzturēt eksistenci**, piemēram, caur darbu vai izglītību.
4. **Nav bijuši režīma pārkāpumi** pēdējo 6 mēnešu laikā, nav disciplinārsodu vai tie ir sen izciesti.
5. **Jaunieša psiholoģiskais darbs** – piedalījies korekcijas grupās vai individuālās sarunās ar psihologu, strādājis pie uzvedības korekcijas.
6. **Atkarības ārstēšana** – ja noziedzīgais nodarījums saistīts ar atkarību, jauniešs piekritis ārstēties un piedalījies rehabilitācijas darbā.

Kā notiek izvērtēšana?

- Nepilngadīgais jauniešs iesniedz **rakstisku lūgumu** izvērtēt pirms termiņa atbrīvošanas iespēju.
- Iestādes darbinieks, kas atbild par jaunieša resocializāciju, sagatavo izvērtējumu:
 - izvērtē soda izpildes gaitu,
 - dokumentē attieksmi, sasniegumus, atkārtotus nodarījuma izdarīšanas riskus.
- **VPD** sagatavo papildu izvērtējumu pēc pieprasījuma.

Kas pieņem lēmumu?

- Galīgo lēmumu pieņem **tiesa**.

¹¹¹ Krimināllikums. (1998). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/88966>, 61. panta trešā un trešā prim daļa
123

- Ja lēmums ir pozitīvs, uzsākas **VPD uzraudzība**. Nepilngadīgajam jauniešim 3 darba dienu laikā jāierodas uzraudzības vietā un jāievēro saistības.

Ja lūgums tiek atteikts:

Nepilngadīgais jauniešs, kura lūgumu par pirms termiņa atbrīvošanu tiesa noraida, var **atkārtoti pretendēt** uz to **pēc četriem mēnešiem** no iepriekšējās tiesas sēdes.

2.4.5.10. Atbalsta virzieni jauniešiem ieslodzījumā

1. Motivācijas stiprināšana un nākotnes perspektīvas veidošana

Jaunieši ieslodzījumā bieži jūtas bezcerīgi un neredz jēgu nākotnei, kas veicina atkārtotus pārkāpumus pēc atbrīvošanas. BAS var palīdzēt izvirzīt skaidrus, sasniedzamus mērķus un atgūt cerību, kas ir būtisks faktors resocializācijā.

Īpaši svarīgi ir palīdzēt jauniešiem saprast, **ka viņa uzvedībai ieslodzījumā ir praktiskas sekas:**

- **Par labu uzvedību, mācību apmeklēšanu un sociālu aktivitāti** jauniešs var saņemt pozitīvus novērtējumus no ieslodzījuma vietas darbiniekiem.
- Šie novērtējumi tiek ņemti vērā, **lemjot par priekšlaicīgu atbrīvošanu no soda izciešanas**¹¹².
- Ieslodzījuma vietā tiek arī **vērtēts jaunieša uzvedības profils** un izstrādāts resocializācijas plāns, kura izpilde var kalpot par pamatu soda mīkstināšanai.

✦ *Sarunās ar jauniešu var atgādināt, ka viņa centība, pieklājīga uzvedība un aktīva līdzdalība mācībās vai resocializācijas programmās var reāli ietekmēt viņa iespēju atgriezties sabiedrībā ātrāk. Tas varētu veicināt jaunieša **motivāciju sadarboties ar speciālistiem un veidot pozitīvu uzvedību** ikdienā.*

2. Emocionāla atbalsta sniegšana

Jaunieši ieslodzījumā ir īpaši pakļauti **emocionālām grūtībām**, piemēram, **trauksmei, depresijai, dusmām, vientulībai un zemas pašvērtības izjūtai**. Atrāšanās slēgtā vidē ar ierobežotu sociālo kontaktu un brīvību var pastiprināt psiholoģisko slodzi un veicināt emocionālu noslēgšanos (skat. **31. pielikums. “Emocionālā atbalsta sniegšana bērnam ieslodzījuma vietā”**). Turklāt, jaunieši ar uzvedības vai atkarības problēmām bieži jau iepriekš bijuši **emocionāli ievainojami**, un ieslodzījums šīs grūtības saasina.

BAS var būt viens no tiem pieaugušajiem, kuram jauniešs var uzticēties un kurš -

- stiprina jaunieša emocionālo noturību un spēju tikt galā ar stresu;
- palīdz normalizēt izjūtas;

¹¹² Latvijas Soda izpildes kodekss. (1970). https://likumi.lv/ta/id/90218_. 61. ¹ pants

- sniedz pieņemšanu bez nosodījuma.

3. BAS klātbūtne jauniešiem nozīmīgos notikumos ieslodzījuma laikā

BAS klātbūtne **ģimenes dienās, izlaidumos** vai citos jauniešiem svarīgos notikumos var sniegt emocionālu atbalstu, stiprināt piederības sajūtu un paaugstināt jaunieša pašvērtējumu. Šādi notikumi cietumā bieži ir vieni no emocionāli svarīgākajiem brīžiem. Diemžēl ne visiem ir ģimene, kas var vai vēlas ierasties. BAS piedalīšanās šādos pasākumos var būt būtisks faktors jaunieša pašvērtējuma un piederības sajūtas stiprināšanā, kā arī motivācijas uzturēšanā iesaistīties izglītībā un resocializācijas procesā.

✦ *Ja jaunieša ģimene nav iesaistīta vai atsakās apmeklēt ģimenes dienu vai izlaidumu, vai kādu citu jauniešiem nozīmīgu pasākumu, BAS var saskaņot savu ierašanos ar cietuma administrāciju, tā sniedzot jauniešiem atbalstu un emocionālu klātbūtni viņam īpašā brīdī.*

4. Ģimenes iesaistes veicināšana

Atbalstošas ģimenes attiecības ir būtisks resurss jaunieša resocializācijai un emocionālajai stabilitātei pēc iznākšanas no ieslodzījuma. Pētījumi skaidri norāda, ka atbildīgas un cieņpilnas ģimenes vizītes un atbalsts ir saistītas ar labākiem iznākumiem – tostarp mazāku recidīva risku un uzvedības problēmu samazināšanos cietumā¹¹³.

⚠ Iespējamie izaicinājumi:

Tomēr ģimenes lomai nav tikai pozitīvas puses — dažkārt ģimene var kavēt jaunieša resocializāciju. Šādos gadījumos būtu svarīgi izvērtēt, vai ģimenes iesaiste jauniešiem patiešām palīdz, vai arī to drīzāk vajadzētu ierobežot un meklēt alternatīvu atbalstu (mentori, NVO)¹¹⁴.

Kāpēc tas svarīgi?

Atbalstošas attiecības ar ģimeni ir būtisks resurss pēc atbrīvošanas. Jaunieši, kas saglabā kontaktu ar vecākiem vai citiem nozīmīgiem cilvēkiem, retāk atkārtoti nonāk ieslodzījumā.

✦ *BAS var motivēt ģimeni rakstīt, runāt, apmeklēt jaunieši.*

5. Starpinstitucionālās sadarbība

- BAS var iniciēt un piedalīties STIS sēdēs vai probācijas padomes sanāksmēs.
- Sniegt informāciju ieslodzījuma vietas speciālistiem par jaunieša vajadzībām.
- Ierosināt konkrētus atbalsta soļus, piemēram, sociālo prasmju treniņu, mentora piesaisti u.c.

¹¹³ Pētījums par brīvības atņemšanas soda izpildes orientāciju uz notiesāto nodarbināmības līmeņa celšanu un darba tirgus orientāciju uz bijušo ieslodzīto integrāciju. Gala ziņojums. (2022). Pieejams: ppdb.mk.gov.lv+1tapportals.mk.gov.lv+1

¹¹⁴ Intervijas ar Cēsu audzināšanas iestādes un Ilģuciema cietuma resocializācijas nodaļas vadītājiem

Sadarbība ar ieslodzījuma vietu ir būtiska, lai nodrošinātu vienotu, konsekventu pieeju darbā ar jauniešiem. Tā ļauj saskaņot atbalsta un motivācijas pasākumus, novēršot pretrunīgus signālus un mazinot manipulācijas risku. Vienots mērķis un koordinēta rīcība veicina efektīvāku rehabilitāciju un ilgtermiņa izmaiņas jaunieša uzvedībā. Piemēram, ja jauniešiem ir ieteicams iesaistīties rehabilitācijas programmā, koordinēta pieeja – kad gan ieslodzījuma vietas darbinieki, gan BAS, gan citi iesaistītie speciālisti sniedz vienotu, atbalstošu vēstījumu – var būt izšķiroša, lai motivētu jauniešus pieņemt palīdzību.

Lai organizētu STIS, nepieciešams sazināties ar ieslodzījuma vietas resocializācijas nodaļas vadītāju vai sociālo darbinieku, jo sanāksmes organizācijas kārtība var būt atšķirīga. Kontaktinformāciju iespējams noskaidrot, zvanot uz ieslodzījuma vietas tālruni.

BAS var izmantot pielikumā iekļauto kontrolsarakstu kā praktisku instrumentu, lai strukturēti novērtētu jaunieša vajadzības ieslodzījuma laikā (skat. **32. pielikumu “Kontrolsaraksts darbam ar bērnu ieslodzījumā”**).

BAS nepieciešamības gadījumā var sazināties ar jaunieša dzīvesvietas pašvaldību, lai noskaidrotu iespējas piešķirt sociālo pabalstu, piemēram, mācību līdzekļu iegādei pēc pilngadības sasniegšanas.

2.4.5.10. **2.4.5.11. Atbalsta intensitātes pielāgošana un ilgums**

Plānojot atbalsta intensitāti, jāvadās pēc jaunieša individuālajām vajadzībām un situācijas. Profesionāļi iesaka ievērot “*iespējami mazāk ierobežojošas iejaukšanās*” principu – tas nozīmē sniegt tik daudz palīdzības, cik **nepieciešams**, bet ne vairāk, lai lieki neierobežotu bērna patstāvību. Jaunieša atbalsta intensitāte jāplāno, balstoties uz viņa faktiskajām vajadzībām, resursiem un situācijas stabilitāti.

Šāda pieeja atbilst **minimālās intervences principam**, kas nozīmē – neatbalstīt vairāk, nekā nepieciešams jaunieša drošībai, attīstībai un labklājībai, vienlaikus paliekot pieejamam gadījumos, kad nepieciešama intensīvāka iesaiste.

1. Augstas intensitātes atbalsts jāparedz gadījumos, kad:

- Jauniešiem tikko nonācis ieslodzījumā un pārdzīvo **adaptācijas grūtības** vai trauksmi. Šajā posmā pastiprināts atbalsts palīdz pārvarēt sākotnējās grūtības. Piemēram, ja jauniešiem nav cita atbalsta (ģimene neiesaistās vai nav pieejama), BAS būtu svarīgi nodrošināt atbalstu, kļūstot par jauniešiem pieejamu un uzticamu pieaugušo¹¹⁵. **Biežāks kontakts uzlabo jaunieša uzvedību un emocionālo stāvokli** ieslodzījumā.
- Jauniešiem ir **nopietnas emocionālas vai uzvedības problēmas**, paaugstināts risks (piemēram, depresija, suicidālas domas, agresija, konflikti ar citiem ieslodzītajiem). Šādos

¹¹⁵ Villalobos Agudelo, S. (2013). *The Impact of Family Visitation on Incarcerated Youth's Behavior and School Performance. Findings from the Families as Partners Project*. Pieejams: <https://static.prisonpolicy.org/scans/impact-of-family-visitation-on-incarcerated-youth-brief.pdf>

gadījumos intensīvs atbalsts kalpo kā **drošības tīkls** – biežas vizītes ļauj laikus pamanīt brīdinājuma pazīmes un novērst krīzes.

2. Ja jaunieša situācija **uzlabojas** – piemēram, **emocionālais stāvoklis stabilizējas**, viņš iesaistās mācībās vai programmās ieslodzījuma vietā, **uztur saikni ar ģimeni** – atbalsta apjomu var **samazināt**. **Mērenas intensitātes atbalsts** var nozīmēt, ka BAS **sazinās retāk**, piemēram, reizi mēnesī pa tālruni vai veic plānotas vizītes retāk (piemēram, reizi 1–2 mēnešos).

3. **Atbalsta pārtraukšana** būtu apsverama, kad:

- **Jaunietis pieņem** pieejamo atbalstu ieslodzījuma vidē (piemēram, aktīvi izmanto psihologa vai sociālā darbinieka palīdzību iestādē, piedalās rehabilitācijas programmās, uztur kontaktu ar ģimeni). Ja jaunietim izveidojies pietiekams **atbalsta tīkls** pašā ieslodzījuma vietā un ārpus tās, BAS atbalsts var pakāpeniski **zaudēt nepieciešamību**. Šādā gadījumā BAS, vienojoties ar jauniešu un iesaistītajiem, var **pakāpeniski izbeigt vizītes**.
- **Jaunietis atsakās no atbalsta** vai skaidri pauž, ka tas vairs nav nepieciešams. Arī šādos gadījumos jāizvērtē, vai atteikums nerada risku (piemēram, vai tas nav depresijas simptoms). Ja nē, tad **jārespektē jaunieša autonomija**. Iespējams, jaunietis jūtas pietiekami stiprs un **vēlas pats tikt galā** – kas pats par sevi ir pozitīvs rehabilitācijas rādītājs. Protams, pat pēc formālas atbalsta pārtraukšanas vēlams atstāt **iespēju atgriezties** – informēt jauniešu, ka viņš var lūgt palīdzību, ja situācija mainās.

- ✓ BAS, sniedzot atbalstu jaunietim ieslodzījuma vidē, ir būtiski **ievērot katras ieslodzījuma vietas iekšējās kārtības noteikumus un respektēt drošības režīmu**.
- ✓ Saziņa ar jauniešu ieslodzījumā (zvani, tikšanās, pienesumi) vienmēr jānosaka ar procesa virzītāju un/vai ieslodzījuma vietas administrāciju – nosacījumi **var mainīties**, tāpēc nepieciešama **regulāra un precīza komunikācija**.
- ✓ Visi saziņas veidi ar jauniešu jāuztver nopietni – pat vienreizēja tikšanās vai zvans var būt emocionāli izšķirošs ieslodzījumā.
- ✓ BAS nav represīvās sistēmas daļa, un tieši šī “ār pasaules” perspektīva padara viņa klātbūtni nozīmīgu jauniešu emocionālajai stabilitātei un resocializācijai.

2.4.6. Ieteikumi atbalstam bērnam izglītības problēmjauditājumu risināšanā

Bērni ar uzvedības traucējumiem ir īpaši pakļauti priekšlaicīgas mācību pārtraukšanas riskam, jo viņiem bieži ir grūtības iekļauties skolas vidē, veidot pozitīvas attiecības ar vienaudžiem un pieaugušajiem, kā arī koncentrēties mācībām. Uzvedības problēmas var izraisīt konfliktus, neattaisnotus kavējumus un bērna izolāciju, veicinot **sociālas atstumtības, emocionālās veselības un mācību motivācijas mazināšanās** riskus. Šos riskus pastiprina arī citi faktori, piemēram, **vardarbības pieredze, ģimenes nestabilitāte, nepiemērota vide mājās un ekonomiskie izaicinājumi.**

Bērniem ar uzvedības vai atkarības problēmām ir raksturīga¹¹⁶:

- **Impulsivitāte un agresija (verbāla vai fiziska):** bērns nespēj kontrolēt dusmas, ātri reaģē uz konfliktiem, provocē vai agresīvi aizsargājas;
- **Zema tolerance pret frustrāciju, grūtības pieņemt robežas vai autoritāti;**
- **Izstumšana vai atstumtība vienaudžu vidū:** bērns bieži nonāk konfliktos, tiek ignorēts vai izsmiets;
- **Zems pašvērtējums un aizsargājoša bravūra:** bērns demonstrē lielu pārliecību, bet iekšēji jūtas nedrošs;
- **Grūtības koncentrēties, nemiers, haotiska uzvedība klasē;**
- **Bieža disciplinēšana, izolēšana, “nosēdināšana malā”, atdalīšana no grupas;**
- **Negatīva pieredze ar skolotājiem, kuri bērna uzvedību uztver kā ļaunprātīgu, nevis kā bērna grūtību pazīmi;**
- **Skolas kavējumi vai “izkrišana” no skolas:** bērns zaudē motivāciju, neiesaistās mācībās, nejūtas piederīgs;
- **Neviennozīmīga identitātes izjūta un nākotnes redzējuma trūkums:** bērns neredz mācībām jēgu, bieži saka “man vienalga” vai “es neko nevaru”;
- **Grūtības saistītas ar dzimumidentitāti vai dzimuma pašizpratni:** daļa bērnu un pusaudžu piedzīvo emocionālas un uzvedības problēmas, kas saistītas ar neskaidrību par savu dzimumidentitāti vai citu cilvēku attieksmi pret to. Šiem bērniem var būt paaugstināts trauksmes, depresijas un izstumšanas risks, īpaši, ja skolas vide nav pieņemoša. Bērns var demonstrēt uzvedību, kas izriet no iekšējās nedrošības, pieredzētas diskriminācijas vai noraidījuma. (Vairāk skatīt **23. Pielikumā “Dzimumidentitātes un seksualitātes jautājumi”**)

Šādu uzvedību bieži izraisa **nenovērtētas mentālās veselības grūtības, trauma, nedroša piesaiste, vai vide, kur bērns nejūtas droši.** Skola kļūst par vietu, kur bērns **aizsargājas**, nevis mācās¹¹⁷¹¹⁸.

¹¹⁶ OECD. (2023). *How to Make Societies Thrive? Coordinating Approaches to Promote Well-being and Mental Health*. Pieejams: https://www.oecd.org/en/publications/how-to-make-societies-thrive-coordinating-approaches-to-promote-well-being-and-mental-health_fc6b9844-en.html

¹¹⁷ Bath, H. (2008). The Three Pillars of TraumaWise Care: Safety, Connection, and Coping. *Reclaiming Children and Youth*, 17(3), 17-21.

¹¹⁸ Perry, W..L., McInnis, B., Price, C..C., Smith, S. and Hollywood, J.S., (2013). *Predictive Policing: The Role of Crime Forecasting in Law Enforcement Operations*. Santa Monica, CA: RAND Corporation., Pieejams: https://www.rand.org/pubs/research_reports/RR233.html

Latvijā skolēnu izslēgšanas iemesli ir noteikti [Ministru kabineta noteikumos Nr. 11 \(40. pants\)](#)¹¹⁹ un balstās uz [Izglītības likuma 54. pantā](#)¹²⁰ noteikto pienākumu sistemātisku pārkāpšanu. Galvenais iemesls ir atkārtota Izglītības likumā noteikto pienākumu neievērošana, kas ietver iekšējās kārtības noteikumu pārkāpšanu, izglītības iestādes diskreditēšanu, vardarbības pieļaušanu un citu personu drošības apdraudēšanu.

Obligātā secība:

Pirms atskaitīšanas par pārkāpumiem ir jāveic:

- Citi ietekmēšanas līdzekļi
- Pārkāpumiem ir jābūt atkārtotiem
- Izglītības iestādei ir jāpierāda sistemātiska pienākumu neievērošana

Tiesiskie aizsardzības mehānismi

Vecākiem ir tiesības:

- Iepazīties ar lietas materiāliem
- Apstrīdēt skolas lēmumu pie skolas dibinātāja (pašvaldības)
- Vērsties Izglītības kvalitātes valsts dienestā

Zemāk aplūkoti galvenie soļi un pieejas: kā atpazīt problēmu cēloņus, kā praktiski palīdzēt (nepārņemot skolotāja lomu), kā sadarboties ar citiem iesaistītajiem, un kā izmantot digitālos rīkus, emocionālo atbalstu un vienaudžu palīdzību.

PROBLĒMU CĒLOŅU ATPAZĪŠANA

- Pirmais solis ir saprast bērna uzvedības, atkarību vai mācību problēmu iemeslus. BAS jācenšas noskaidrot dziļākos cēloņus, jo bieži **uzvedības vai atkarību problēmas ir tikai “aisberga redzamā daļa”** un patiesie iemesli paliek apslēpti. Daži izplatīti iemesli un to pazīmes:
- **Pamatvajadzību trūkums:** Bērns var izrādīt uzvedības problēmas, ja nav apmierinātas viņa fiziskās un emocionālās pamatvajadzības. Piemēram, hronisks **miega trūkums, nepietiekams uzturs vai medicīnisku vajadzību nenodrošināšana** var novest pie koncentrēšanās grūtībām un aizkaitināmības. Tāpat **nedrošība mājās** (piemēram, vardarbība ģimenē) izraisa pastāvīgu trauksmi. Pētījumi¹²¹ rāda, ka bērni nereti kavē skolu vai izvairās no mācībām, ja jūtas **fiziski vai emocionāli nedroši** – piemēram, baidās no vienaudžu

¹¹⁹ Ministru kabineta 2022. gada 11. janvāra noteikumi Nr. 11 "Kārtība, kādā izglītojamie tiek uzņemti vispārējās izglītības programmās un atskaitīti no tām, kā arī obligātās prasības izglītojamo pārcelšanai nākamajā klasē". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/329096>

¹²⁰ Izglītības likums. (1998). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/50759>

¹²¹ Laith, R., & Vaillancourt, T. (2022). The temporal sequence of bullying victimization, academic achievement, and school attendance: A review of the literature. *Aggression and Violent Behavior*, 64, 101722. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2022.101722>

vardarbības (bulinga), kaunas par nolietotu apģērbu vai pat nespēj nokļūt skolā higiēnas trūkuma dēļ. BAS, novērojot šādas pazīmes (nomākts garastāvoklis, nogurums, izsalkums, nevēlēšanās atgriezties mājās utt.), jāpārbauda, vai bērnam nav apmierināta kāda no **pamatvajadzībām** – fiziskā drošība, ēdiens, miegs, piederības sajūta. **Tikai novēršot šos šķēršļus var virzīties tālāk**, jo, kā uzsver atbalsta programmas “Communities In Schools” pieredze, pirms sniegt akadēmisku palīdzību, vispirms jārisina problēmu novēršana bērna pamatvajadzību līmenī¹²²;

- **Trauma un vardarbība:** BAS jāņem vērā, ka bērna agresija, noslēgšanās vai izvairīšanās no skolas var būt reakcija uz **piedzīvotu traumu**. Vardarbība ģimenē, emocionāla vai fiziska **vardarbība pret bērnu**, seksuāla izmantošana, tuva cilvēka zaudējums vai cita traumatiska pieredze atstāj paliekošu iespaidu. Pētījumi ASV¹²³: traumas rezultātā bērna **stress un trauksme** var izpausties kā nesavaldība, nespēja apgūt mācību vielu vai skolas kavēšana. Šādos gadījumos **soda metodes situāciju neuzlabos** – nepieciešama traumas apzināta pieeja. Ļoti svarīgi ir, lai šiem bērniem blakus būtu **atbalstošs pieaugušais**, kas palīdz regulēt emocijas un reakcijas. Pētījumā uzsvērts, ka “*bērniem, kuri ilgstoši dzīvojuši stresa apstākļos, ir īpaši svarīgi veidot attiecības ar uzticamu pieaugušo. Šādas attiecības palīdz bērnam nomierināt nervu sistēmu un rada iekšēju drošības sajūtu, kas ir priekšnoteikums tam, lai viņš spētu koncentrēties un iesaistīties mācībās*”¹²⁴. Ja bērnam trūkst šāda atbalsta, ievērojami pieaug risks **nesekmībai skolā un dzīvē**. Tāpēc BAS, pamanot iespējamās traumas pazīmes (piemēram, pēkšņas garastāvokļa maiņas, agresiju bez redzama iemesla, izvairīšanos no kontakta, psihosomatiskas sūdzības), būtu jāsadarbojas ar psihologu;
- **Nestabila ģimenes vide:** Bērna uzvedību ietekmē **ģimenes apstākļi**. Ja mājās valda haoss, bieži strīdi, šķiršanās process, vecāku atkarības vai garīgās veselības problēmas, bērns to “nes” uz skolu. **Emocionāla atbalsta trūkums ģimenē** var izpausties kā uzmanības pievēršanas mēģinājumi skolā (slikta uzvedība, lai kompensētu vecāku uzmanības trūkumu). Arī **nabadzība** un sociālekonomiskās grūtības var novest pie tā, ka bērns jūtas atstumts (piemēram, nevar atļauties pusdienas, skolas piederumus, apģērbu), kas atkal veicina skolas neapmeklēšanu un motivācijas trūkumu. BAS jācenšas **izzināt ģimenes situāciju**. Jāņem vērā, ka pusaudzī nestabilas ģimenes situācijā nereti meklē citus “ceļus”, kā tikt galā – **ieslīgst atkarībās vai kompānijās**, kas nelabvēlīgi ietekmē mācības. Piemēram, vairāk nekā puse bērnu, kas saskārušies ar traumatisku pieredzi, **paši mēdz meklēt veidus, kā “ārstēt” savas sāpes ar vielu lietošanu**¹²⁵. Traucējuma patieso cēloņu identificēšana ļaus

¹²² Communities In Schools. (2013). *Communities In Schools and the Five Basics*. Pieejams: https://www.communitiesinschools.org/media/uploads/attachments/Communities_In_Schools_and_the_Five_Basics_5.pdf

¹²³ Polacek, M.J. (2022). *New Report on Trauma Informed Schools*. Pieejams: <https://www.pacesconnection.com/g/mid-valley-community-connections-or/blog/new-report-on-trauma-informed-schools>

¹²⁴ Perry, B. D., & Szalavitz, M. (2017). *The Boy Who Was Raised as a Dog: And Other Stories from a Child Psychiatrist's Notebook* (3rd ed). New York: Basic Books

¹²⁵ Ferguson, A. (2024). *Tackling Substance Use in Schools: Current Challenges and Social Work Solutions*. Pieejams: <https://www.socialworkers.org/Practice/Tips-and-Tools-for-Social-Workers/Tackling-Substance-Use-in-Schools-Current-Challenges-and-Social-Work-Solutions>

izvēlēties piemērotāko palīdzības plānu (piemēram, terapiju ģimenei, SD iesaisti, atkarību speciālista palīdzību);

- **Skolas vides faktori:** Reizēm problēmu avots meklējams pašā skolas vidē. **Bulings (vienaudžu pazemošana)** ir izplatīts iemesls, kāpēc bērns vairs nevēlas nākt uz skolu vai uzvedas agresīvi. Tāpat **mācīšanās grūtības** (piemēram, mācīšanās traucējumi, nepiemērots mācību temps) var novest pie bērna frustrācijas un uzvedības problēmām klasē. Ja bērns regulāri konfliktē ar kādu konkrētu skolotāju vai netiek galā ar mācību vielu, viņš var sākt **izvairīties no mācību stundām**. BAS būtu jāapkopo informācija no skolas: *Kurās stundās bērns uzvedas vissliktāk? Vai ir priekšmeti, kuros viņš atpaliek?*¹²⁶.

BAS DARBĪBAS VIRZIENI:

- **BAS var iniciēt STIS**, ja bērnam ar izglītību saistītajos jautājumos novērojamas sekojošas grūtības vai riski, kas var ietekmēt viņa mācību procesu un mācību pārtraukšanas risku:

1. Mācību motivācijas trūkums:

- *Bērns regulāri neapmeklē skolu vai kavē stundas bez pamatota iemesla.*
- *Nav iesaistīts mācību procesā (piemēram, nemācās, nepilda uzdevumus, demonstrē vienaldzību).*

2. Uzvedības problēmas skolā:

- Biežas konfliktsituācijas ar skolotājiem vai vienaudžiem.
- Riska uzvedība (piemēram, agresija, skolas kavējumi, vielu lietošanas pazīmes).

3. Emocionālas grūtības:

- Trauksme, depresijas pazīmes, stresa reakcijas, kas ietekmē spēju mācīties.
- Bērns nespēj adaptēties skolas vidē vai izjūt diskomfortu.

4. Saskarsmes grūtības ar skolu:

- Skola nespēj nodrošināt atbilstošu pieeju bērna vajadzībām.
- Bērns atrodas tālmācībā vai bieži maina skolas, un ir nepieciešama koordinēšana. *Normatīvie akti pieļauj individuālo atbalsta plānu (IIPAP) izstrādi skolēniem ar mācīšanās vai attīstības grūtībām neatkarīgi no mācību formas – klātienē vai attālināti. Tāpat arī tālmācībā skolēnam ar grūtībām var noteikt IIPAP*¹²⁷.

“Kad skolotāji, vecāki un atbalsta speciālisti sadarbojas, bērna izglītības iespējas ievērojami palielinās. Īpaši tas attiecas uz bērniem ar uzvedības traucējumiem vai sarežģītu dzīves pieredzi.(OECD (2022) “Sadarbības modelis, kurā visa bērna atbalsta sistēma – skolotāji, vecāki, speciālisti – runā vienā valodā un regulāri dalās informācijā, veido ap bērnu ‘aizsargājošo loku’.” “Check & Connect”

BAS rīcība:

¹²⁶ NASSP. (n.d.) 10 High-Yield Actions to Improve Student Attendance. Pieejams:

<https://www.nassp.org/publication/principal-leadership/volume-17-2016-2017/principal-leadership-december-2016/10-high-yield-actions-to-improve-student-attendance>

¹²⁷ Ministru kabineta 2019. gada 19. novembra noteikumi Nr. 556 "Prasības vispārējās izglītības iestādēm, lai to īstenotajās izglītības programmās uzņemtu izglītojamos ar speciālām vajadzībām". Pieejams:

<https://likumi.lv/ta/id/310939>, 5.1.p

- Sazinās ar skolu un aicina organizēt STIS, rakstot atbilstošu pieteikumu vai e-pastu pašvaldības skolai/izglītības pārvaldei un SD.
- Piedalās STIS un līdzdarbojas atbalsta pasākumu plāna sastādīšanā.
- Sekmē bērna palikšanu skolā, palīdzot ievērot plānotās aktivitātes un uzturot kontaktu ar iesaistītajām pusēm.

STIS dalībnieki

- *Klases audzinātājs*
- *Priekšmetu skolotāji (kuros ir problēmas)*
- *Skolas psihologs/sociālais pedagogs*
- *Likumiskais pārstāvis*
- *SD pārstāvis (ja iesaistīts)*
- un citi speciālisti

Vienlaikus ieteicams arī **uzklausīt skolas speciālistu viedokļus** un novērojumus – skolotāji var pamanīt būtiskas bērna uzvedības nianšes. **Komunikācijai jābūt konfidencialai un cienpilnai** – daloties informācijā par bērnu, atklājot tikai tik, cik nepieciešams palīdzības sniegšanai.

- **STIS** vienlaikus piedalās arī **SD pārstāvis**, ja bērnam ir **uzvedības grūtības skolā un neapmierinātas pamatvajadzības vai problēmas ģimenē**.

Šādās situācijās STIS sanāksmes mērķis ir nodrošināt koordinētu atbalstu, vienojoties par sadarbības plānu starp izglītības un SD speciālistiem.

BAS var rosināt:

- **piešķirt bērnam mentoru** vai citu atbalsta personu;
- **apzināt bērna ģimenes un paplašinātās ģimenes iespējas** iesaistīties bērna izglītības nodrošināšanā (piemēram, vecvecāki, pilngadīgi brāļi/māsas, krustvecāki), piedāvājot praktisku un informatīvu atbalstu;
- **rosināt SD meklēt papildus resursus**, piemēram, tehnisko aprīkojumu, psiholoģisko atbalstu vai iespēju bērnam piedalīties izglītības projektos ar mentoru sistēmu.
- *Ja bērns regulāri kavē skolu emocionālu vai sociālu iemeslu dēļ (piemēram, trauksme, mobings, grūtības adaptēties), BAS uzdevums ir palīdzēt izvērtēt situāciju kopā ar bērnu, ģimeni un skolu, lai rastu atbilstošāko risinājumu.*
- *Gadījumā, kad bērns no skolas atskaitīts, viena no iespējām var būt tālmācības vai neklātienes izglītības forma¹²⁸. Pirms šāda lēmuma pieņemšanas jānoskaidro, **vai bērnam ģimenē vai ārpusģimenes formā, kurā bērns ievietots, ir pieejams pietiekams emocionālais un***

¹²⁸ Ministru kabineta 2019. gada 2. jūlija noteikumi Nr. 288 "Vispārējās pamatizglītības programmas un vispārējās vidējās izglītības programmas īstenošanas kārtība neklātienes un tālmācības formā". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/307920>

praktiskais atbalsts mācībām attālināti. Pretējā gadījumā pastāv risks, ka bērns var tikt sociāli izolēts un vēl vairāk attālināties no izglītības procesa. Tabulā Nr.22 uzskaitītas būtiskākās atšķirības starp neklātienē un tālmācības izglītības formām, salīdzinot kontakta veidu, mācību grafiku un pedagoga klātbūtnes iespējas.

- Ja bērns dzīvo **nelabvēlīgā ģimenes vidē** (piemēram, pieredz vardarbību, novārtā atstāšanu vai vecākiem ir atkarības problēmas), **attālinātā mācīšanās nav ieteicama**, jo šādos apstākļos bērns **nereti nespēj patstāvīgi piekļūt mācību procesam** – viņam var nebūt tehnisko resursu, piemēram, datora vai interneta, kā arī pieaugušo atbalsta, kas palīdzētu organizēt mācības. Tā rezultātā bērns **var palikt bez iespējas iegūt izglītību**, kas vēl vairāk palielina sociālās atstumtības risku.

Biedrības “Palēciens Tev” pieredze darbā ar bērniem tālmācībā: “mūsu pieredzē sastopamas situācijas, kad bērni ar uzvedības grūtībām tiek izslēgti no skolas un turpina mācības tālmācībā. Tomēr praksē redzam, ka šī forma nenodrošina reālu izglītības ieguvu – bērniem nav datora un interneta pieslēgums, kā arī izpratnes par to, kā darboties mācību platformā un saņemt uzdevumus. Ja šādā situācijā nav pieejams ģimenes atbalsts, kas visbiežāk arī notiek, bērns pārtrauc mācības. Lai mazinātu šos riskus, mēs cenšamies iesaistīt **vienaudžu mentoru** – parasti tie ir jaunieši, kuri paši iepriekš piedalījušies biedrības programmās un kuri spēj sniegt praktisku atbalstu mācībās”.¹²⁹

- Neklātienē izglītības formā tiek nodrošināts ne tikai elastīgāks mācību režīms, bet arī saglabāts regulārs sociāls kontakts klātienē ar vienaudžiem un pedagogiem. Tas ir īpaši būtiski bērniem un jauniešiem, kuriem nepieciešama strukturēta vide un attiecību pieredze. Tomēr šādas izglītības programmas nav pieejamas visur.
Kur pārbaudīt informāciju? **NIID.lv** (Nacionālā izglītības iespēju datubāze)¹³⁰ — meklēt programmas ar kodu **31016013**.

22. tabula Galvenie aspekti neklātienē un tālmācības izglītībā

Aspekts	Neklātienē	Tālmācībā
Kontakta veids	Regulāras klātienē konsultācijas vakaros / nedēļas nogalēs; visi obligātie pārbaudes darbi tiek kārtoti skolā	Mācības noris attālināti, izmantojot tiešsaistes vidi; klātienē jāierodas tikai uz eksāmeniem
Grafiks	Skola nosaka vakara (maiņu) vai sesiju grafiku, lai audzēkņi varētu strādāt vai rūpēties par ģimeni	Elastīgs individuāls laiks; nav fiksētu klātienē stundu
Pedagoga klātbūtne	Tieša: klātienē saziņa konsultācijās	Komunikācija pārsvarā tiešsaistē

¹²⁹ Intervija ar biedrības “Palēciens Tev” vadītāju Aigu Latišenko

¹³⁰ Nacionālā izglītības iespēju datubāze. (2025). Pieejams: <https://www.niid.lv>

- **Komunikācijā ar bērnu:** pieņemt bērna situāciju ¹³¹(piemēram: “Es saprotu, ka tev ir grūti koncentrēties, ja mājās nakti nav miers.”) Tas nozīmē, ka BAS apzināti un skaidri pauž izpratni par bērna grūtībām, atturoties no nosodījuma vai moralizēšanas. Ieteicams sniegt atbalstu, atzīstot bērna izjūtas un situācijas ietekmi uz viņa uzvedību vai pašsajūtu. Tā vietā, lai uzreiz virzītos uz risinājumiem vai uzvedības labošanas mēģinājumiem, vispirms **parādīt, ka saproti, kā bērns jūtas** un kas varētu būt viņa uzvedības vai grūtību iemesls. Tas **mazina bērna aizsardzību un pretestību**, rada **drošības un sapratnes sajūtu**, kas ir priekšnoteikums sadarbībai un **pārtrauc kauna un vainas sajūtu**, ko daudzi bērni jūt, nespējot “iekļauties” skolā.
- **Darbs ar likumisko pārstāvi:** likumiskais pārstāvis ir neatņemama bērna atbalsta sistēmas sastāvdaļa. Pat ja problēmu cēloņi ir ģimenes vidē, vecāku vai citu likumisko pārstāvju iesaiste ir ļoti būtiska. Viņu līdzdalība ir ne tikai vēlams, bet ārkārtīgi nozīmīga, lai nodrošinātu bērnam saskaņotu un noturīgu atbalstu mājās, skolā un sadarbībā ar iesaistītajiem speciālistiem. **Ieteicams** veidot **sadarbību**, skaidrojot likumiskajam pārstāvim, ka **mērķis ir kopīgi palīdzēt bērnam**, nevis kritizēt bērna audzināšanu. Starptautiskas vadlīnijas iesaka speciālistiem regulāri komunicēt un **iesaistīt vecākus visos atbalsta pasākumos** ¹³². Praktiski tas nozīmē: **sarunas** (klātienē, pa tālruni vai e-pastā) par progresa soļiem, **kopīgas tikšanās** ar bērnu, vēlams, ka visi vienojas par turpmāko rīcību. Ja vecākiem pašiem nepieciešama palīdzība (piemēram, atkarību ārstēšana, psiholoģisks atbalsts), BAS var **piedāvāt atbilstošu speciālistu kontaktus**. Svarīgi vecākus arī **motivēt** – uzteikt, kad viņi seko ieteikumiem, parādīt pozitīvās pārmaiņas bērņā, lai veidotos uzticēšanās un vēlme sadarbīties.

Citi resursi:

Proti un DARI 2.0 ir Jaunatnes starptautisko programmu aģentūras īstenots (turpmāk - JSPA) (Eiropas Sociālā fonda finansēts) projekts, kas paredzēts 15–29 gadus veciem jauniešiem, kuri **nemācās un nestrādā** (NEET). Katram jauniešim tiek izstrādāta individuāla atbalsta programma, kas iekļauj **mentora un karjeras konsultācijas**, psihologa atbalstu, **neformālās izglītības kursus**, pieredzes apmaiņas vizītes pie potenciālajām darba vietām un izglītības iestādēm, kā arī dalību nevalstisko organizāciju, kultūras un sporta pasākumos u.c. aktivitātēs. Šie atbalsta veidi ļauj jauniešiem pilnveidot prasmes un motivēt iesaistīties mācībās vai darbā.

Lai bērnam vai jauniešim nodrošinātu dalību “Proti un Dari 2.0”, ir būtiski, lai pašvaldība būtu projekta partneris.

? Kā noskaidrot, vai pašvaldība piedalās projektā? Sazinies ar pašvaldības izglītības pārvaldi vai SD – viņi visbiežāk ir tie, kas organizē projekta ieviešanu konkrētajā teritorijā

Apmeklē JSPA mājas lapu → <https://www.jaunatne.gov.lv>

¹³¹ Communities In Schools of Chicago. (2023). *The Five Basics Every Child Needs and Deserves*. Pieejams: <https://cisofchicago.medium.com/the-five-basics-every-child-needs-and-deserves-63de3f7f2b2b>

¹³² Ferguson, A. (2024). *Tackling Substance Use in Schools: Current Challenges and Social Work Solutions*. Pieejams: <https://www.socialworkers.org/Practice/Tips-and-Tools-for-Social-Workers/Tackling-Substance-Use-in-Schools-Current-Challenges-and-Social-Work-Solutions>

Projekts “Skola – kopienā” ir Valsts izglītības satura centra (turpmāk - VISC) īstenots projekts, kura galvenais mērķis ir veicināt izglītības pieejamību un samazināt priekšlaicīgas mācību pārtraukšanas risku. Projekts sniedz atbalstu skolēniem, kuri saskaras ar sociāliem, emocionāliem vai izglītības riskiem – piemēram, uzvedības traucējumiem, nepietiekamiem sasniegumiem vai emocionālu nestabilitāti.

Skolas, kas piedalās projektā, iegūst iespēju:

- **Piesaistīt atbalsta personālu un mentorus skolēniem** – profesionāli sniedz individuālu atbalstu, palīdzot skolēniem pārvarēt grūtības.
- **Organizēt izglītojošas, sociālās un integrējošas aktivitātes** – gan skolēniem, gan viņu ģimenēm, lai stiprinātu sociālās prasmes un piederības sajūtu.
- **Veicināt starpinstitucionālu sadarbību** – iesaistot pašvaldības, SD, NVO un citas izglītības iestādes.
- **Atbalsts bērniem ar uzvedības traucējumiem**
Projektā īpaši vērsta uzmanību uz bērniem, kuri saskaras ar uzvedības traucējumiem, piedāvājot personalizētu atbalstu, kas palīdz stiprināt piederības sajūtu, attīstīt sociālās prasmes un mazināt izkrišanas no izglītības risku.

Projekta īstenošana un dalībnieki

! Projekta īstenošana notiek sadarbībā ar iesaistītajām skolām un pašvaldībām. Ne visas pašvaldības un skolas piedalās projektā.

? **Kā noskaidrot, vai pašvaldība un skola piedalās projektā?**

- ✓ **Sazinieties ar skolas atbalsta komandu vai izglītības pārvaldi** – lai noskaidrotu, vai izglītības iestāde piedalās projektā.

Informāciju var iegūt pie VISC:

Mājaslapa: <https://visc.gov.lv>

E-pasts: visc@visc.gov.lv

2.4.7. Bērna atbalsta speciālista loma bērna brīvā laika atbalstam

BAS sniedz drošu vidi bērniem, kurā attīstīt prasmes un pavadīt brīvo laiku jēgpilni. BAS var būt **virzītājspēks**, kas palīdz bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības riskiem gūt pozitīvu pieredzi brīvā laika aktivitātēs. Zemāk apkopoti ieteikumi, kā BAS var efektīvi plānot un īstenot brīvā laika atbalstu.

1

Bērna vajadzību un spēju izpratne: katram bērnam ir savas **stiprās un vājās puses**, kā arī atšķirīgas intereses. BAS var kļūt par sava veida **“detektīvu”**, kas atrod atbildes uz jautājumiem: Kas šo bērnu **motivē**? Kur viņam ir grūtības? Kāda pieeja derēs tieši viņam?

- **Individuāla novērošana un sarunas:** Jau pirmajās tikšanās reizēs BAS centīsies **uzzināt bērna intereses**. Viena no metodēm ir **“interesu intervija”** – neformāla saruna, kurā, spēlējot kādu spēli vai kopīgi veicot kādu nodarbi, BAS var vaicāt: *“Ko tu labprāt dari mājās? Kāda mūzika tev patīk? Vai ir kāds pulciņš, kur agrāk gāji vai gribētu pamēģināt?”* u.tml. Dažkārt bērni sākumā paši īsti nezina, kas viņus interesē (īpaši, ja ilgstoši bijuši pasīvi), bet netieši signāli (piemēram, patīk skatīties, kā citi spēlē basketbolu, vai zīmē kladē multfilmu varoņus) var dot norādes (BAS papildus informācijas par bērnu iesaistes brīvā laika aktivitātēs veicināšanu var iegūt, iepazīstoties artt informāciju **16. pielikumā “Ceļvedis bērna iesaistei brīvā laika aktivitātēs”** un **11. pielikumā “Mana nedēļa”**).
- **Uzvedības un emocionālo vajadzību novērtējums:** BAS, darba procesa ietvaros, ja nepieciešams, var sadarboties ar psihologiem vai sociālajiem pedagogiem, lai saprastu, kādi **traucējošie faktori** bērnam pastāv, piemēram, vai bērnam ir uzmanības deficīts un vajag īsas vai mainīgas aktivitātes? Vai bērnam ir traumatiska pieredze, kas prasa **paredzamu rutīnu un sensitīvu pieeju**? Piemēram, ja bērns nāk no vardarbīgas vides, viņam var būt svarīgi, lai BAS **stingri ievēro robežas**, jo haoss rada nedrošību. Vai, ja bērnam ir grūtības ar koncentrēšanos, BAS plāno **īsus uzdevumus** ar biežām pauzēm. Izprotot bērna vajadzības, BAS var **pielāgot atbalsta pasākumus** – tas ir viens no iemesliem, kāpēc individuāla pieeja ir efektīva.
- **Stiprās puses un talanti:** Katram bērnam var atrast ko **pozitīvu, kur viņš izceļas** (pat, ja sākotnēji šķiet, ka problemātiskam bērnam nekā pozitīva nav). Ieteikums mērķtiecīgi meklēt šīs stiprās puses – varbūt bērns ir fiziski ļoti izturīgs, vai ar labu humora izjūtu, vai vēlas rūpēties par dzīvniekiem. Identificējot bērna stiprās puses, BAS var dot iespēju bērnam **pašapliecināties** šajās jomās.

2 **Aktivitāšu pielāgošana individuālām vajadzībām:** kad BAS ir sapratis bērna profilu, var pielāgot aktivitātes, lai tās **“saskan ar bērna interesēm”** un vienlaikus attīstītu nepieciešamās prasmes (vairāk skatīt **14. pielikumā “Ceļvedis bērna iesaistei brīvā laika aktivitātēs”**).

- **Pielāgot ilgumu un intensitāti:** Ja bērns nespēj ilgi noturēt uzmanību, aktivitātes tiek plānotas īsākas,
- **Vides pielāgojumi:** Bērnam ar sensorām īpatnībām var vajadzēt klusāku un mierīgāku vidi. Bērnam ar hiperaktivitāti – tieši pretēji, integrēt vairāk **fizisku elementu** pat intelektuālās spēlēs (piemēram, mācīties matemātiku caur kustību stacijām).
- **Individuālu mērķu noteikšana:** Katram bērnam BAS var ar laiku noteikt **personīgos mērķus**, kas atbilst viņa attīstības līmenim. Piemēram, vienam bērnam mērķis var būt **apgūt iemaņas** (piemēram, iemācīties peldēt), citam – **uzvedības mērķis** (mācīties savaldīt dusmas, mēnesi neiesaistīties kautiņos). Aktivitātes tad tiek **virzītas uz šo mērķu sasniegšanu**.

3 **Bērna līdziesaiste:** Lai veidotu ciešāku, uz uzticēšanos balstītas attiecības ar bērnu, **BAS var iesaistīt bērnu lēmumu pieņemšanā par brīvā laika aktivitātēm**. Piemēram, individuālās sarunās kopīgi izstrādājot vai pārskatot bērna atbalsta plānu, bērnam var jautāt:

- *“Ko tu pats vēlētos iemācīties vai sasniegt nākamajos trīs mēnešos?”*
- *“Kādas aktivitātes tev šķiet interesantas vai vērtīgas?”*

Šāda pieeja veicina bērna līdzatbildību, motivāciju un stiprina pašefektivitātes izjūtu, jo bērns tiek uzklausīts un iesaistīts lēmumos, kas attiecas uz viņa dzīvi.

Rezumējot, **BAS kā attiecību veidotājam** ir centrālā loma, kas caurvij visus citus aspektus. Kā liecina pieredze Somijā¹³³, **pat visaugstākās kvalitātes pulciņš** negūs bērna atsaucību, **ja tajā nebūs sirsnīgas mijiedarbības**, bet, ja attiecības ar BAS ir izveidojušās, bērns atradīs piepildījumu gandrīz jebkurā aktivitātē. Tāpēc ieteicams vispirms investēt laiku un enerģiju, lai **iepazītu un pieņemtu katru bērnu**, un tikai tad var cerēt, ka bērns pieņems BAS piedāvājumu **attīstīties un pilnveidoties**, piedaloties brīvā laika aktivitātēs. <https://eurydice.eacea.ec.europa.eu/news/finland-increasing-pupils-participation-and-creating-positive-impact-through-leisure>

4

Mūsdienu interešu integrēšana: Neatkarīgi no bērna vecuma, BAS gūs panākumus, ja sekos aktualitātēm un atjauninās piedāvātās aktivitātes. Tas nozīmē:

- **Sekot bērnu subkulturai:** zināt, kādas spēles, mūzika, filmas, interneta “trendi” ir aktuāli attiecīgajā vecuma grupā.
- **Jautāt pašiem bērniem:** vislabāk uzzināt, kas motivē bērnus, ir viņiem pajautāt – izzini, ko bērns vēlas darīt brīvajā laikā, un tad veido aktivitāšu plānu. Bērni un pusaudži ir dažādi – ja viens aizraujas ar futbolu, citu vairāk interesē programmēšana vai zīmēšana. **Iesaistot bērnus lēmumu pieņemšanā**, tiek stiprināta viņu motivācija (jo bērns jūt, ka aktivitāte ir veidota atbilstoši viņu interesēm).
- Pētījumi Ziemeļvalstīs¹³⁴ parādījuši, ka bērni interesējas par daudz vairāk jomām, nekā pieaugušie sākotnēji domā – kad Somijā aptaujāja skolēnus, **viņi minēja vairāk nekā 80 dažādu aktivitāšu, ko vēlētos izmēģināt**, ne tikai, piemēram, sportu. Tātad jāpiedāvā **plašs spektrs** un jāļauj izvēlēties.
- **Kvalitāte un pieejamība:** mūsdienu bērni ir tehnoloģiju paaudze, pieraduši pie **aizraujoša satura**. Lai brīvā laika aktivitātes konkurētu ar viedtālruna vilinājumu, tām jābūt **saistošām un kvalitatīvām**. Tas nenožīmē dārgu inventāru, bet gan **radošu pieeju**. Piemēram, pat vecs televizors un spēļu konsole var kļūt par bērnu “magnētu”, ja to izmanto sacensībām vai kopīgai spēlēšanai¹³⁵.

❖ **Brīvā laika aktivitātes kā attīstības instruments individuālā darbā ar bērnu**

BAS individuālajā darbā ar bērnu var izmantot brīvā laika aktivitātes kā attīstības un uzticēšanās veidošanas rīku. Aktivitātēm nav jābūt sarežģītām vai dārgām – svarīgākais ir to mērķtiecīga izvēle,

¹³³ Eurydice. (2025). *Finland: Increasing pupils' participation and creating positive impact through leisure activities*. Pieejams: <https://eurydice.eacea.ec.europa.eu/news/finland-increasing-pupils-participation-and-creating-positive-impact-through-leisure?utm>

¹³⁴ Lehto, S., & Eskelinen, K. (2020). 'Playing makes it fun' in out-of-school activities: Children's organised leisure. *Childhood*, 27(4), 545-561. <https://doi.org/10.1177/0907568220923142>

¹³⁵ Harvey, C. (2016). *Using ICT, digital and social media in youth work. Screenagers International Research Project*. Pieejams: <https://www.youth.ie/wp-content/uploads/2019/03/International-report-final.pdf>

balstoties bērna interesēs un vajadzībās. Piemēram, pārgājiens, kopīga došanās uz slidotavu vai sporta spēli, pat praktiskas nodarbes kā automašīnas nomazgāšana, var kalpot par vidi, kur neformālā gaisotnē attīstīt svarīgas sociālās un emocionālās prasmes.

BAS, plānojot šādas aktivitātes, ieteicams pārdomāt, *ko konkrētā pieredze bērnam sniegs*. Piemēram:

- **Pārgājiens** veicina noturību, komunikāciju, spēju sadarboties un pārvarēt fiziskus izaicinājumus;
- **Kopīga praktiska darbība** (piemēram, auto mazgāšana) stiprina atbildības izjūtu, darbu komandā un spēju koncentrēties uz uzdevumu;
- **Sporta spēles apmeklējums** attīsta sociālās iemaņas, sekmē pozitīvu piederības izjūtu un dod iespēju pārrunāt noteikumus, uzvedības normas, zaudējuma un uzvaras pieņemšanu;
- **Slidošana vai citi fiziski izaicinājumi** ļauj bērnam pārvarēt bailes, stiprina pašefektivitāti un uzlabo pašvērtējumu.

Svarīgi, lai katra aktivitāte būtu ne vien izklaide, bet arī veids, kā veidot uzticēšanos, attīstīt pozitīvas uzvedības modeļus un emocionālās prasmes.

❖ Iesaistes veidošana, ja bērns nevēlas sadarboties

Viens no lielākajiem izaicinājumiem BAS darbā ir **bērni, kuri šķietami neizrāda interesi ne par ko** vai kategoriski atsakās iesaistīties tradicionālajās nodarbēs. Bieži tie ir bērni, kuri **pārlietu pieķērušies digitālajai pasaulei** – datorspēlēm, sociālajiem medijiem – vai kuriem ir zema pašapziņa un bailes piedzīvot neveiksmi. Zemāk aprakstīti veidi, kā **“sasniegt” nemotivētu bērnu**, izmantojot **mūsdienīgus, digitāli orientētus risinājumus** un citas nestandarta pieejas.

“Paņemiet” bērnu tur, kur viņš jau atrodas: Ja bērns lielāko brīvā laika daļu pavada **pie datora**, BAS var šo faktu izmantot **vēlamā virzienā**.

Digitālās spēles, kas sākotnēji var šķist tikai izklaide, var kļūt par vērtīgu “tiltu” uz attiecību veidošanu un bērna aktivizēšanu¹³⁶. Ārvalstu pieredze, piemēram, Īrijas projektā *“Gaming as Youth Work”*¹³⁷, apliecina, ka videospēles var palīdzēt iesaistīt nemotivētus bērnus sociālajā mijiedarbībā. Šajā projektā sociāli izolēti jaunieši sāka iesaistīties jauniešu atbalsta pasākumos, pateicoties strukturētām spēļu aktivitātēm, kas tika izmantotas nevis tikai izklaidei, bet kā rīks socializācijai un emocionālu prasmju attīstībai.

Līdzīgu pieeju var izmantot arī BAS, strādājot individuāli. Piemēram, BAS var izmantot kopīgu videospēļu spēlēšanu kā sarunu sākumpunktu vai emocionālā kontakta veidošanas metodi – tas bērnam sniedz iespēju justies saprastam un drošāk atvērties. Spēlēšana nav pašmērķis, bet kalpo kā

¹³⁶ Gottfried, J., & Sidoti, O. (2024). *Teens and Video Games Today*. Pieejams:

<https://www.pewresearch.org/internet/2024/05/09/teens-and-video-games-today/>

¹³⁷ Digital Youth Work. (n.d.) *Gaming as Youth Work (EN)*. Pieejams: <https://digitalyouthwork.eu/?material=gaming-as-youth-work-en>

ceļš uz dziļāku iesaisti, piemēram, pārrunājot spēles tēmas, trenējot sadarbību vai risinot konfliktus drošā vidē.

Tādējādi arī individuālā darbā videospēles var būt instruments, ar kuru BAS var palīdzēt bērnam attīstīt sociālās prasmes, veidot uzticēšanos un mazināt izolētību – īpaši svarīgi, ja bērnam ir uzvedības vai attiecību grūtības ar citiem cilvēkiem.

Visbiežāk BAS sastapsies ar bērniem, kuri atgrūž pieaugušo centienus – var apvainot, **ignorēt**, demonstrēt necieņu. Šādos gadījumos sev jāatgādina, ka šī uzvedība bieži ir **aizsargreakcija** no iepriekšējām vilšanās pieaugušajos. Paradoksāli, bet tieši **noturīga laipnība un pieejamība** spēj šos bērnus “atkausēt”. Britu jaunatnes darbinieki dalās pieredzē¹³⁸: “sākotnēji naidīgs, “nejauks” pusaudzis ar laiku **mīkstina savu attieksmi**, redzot, ka darbinieks “**nekur nepazūd**” un turpina atbalstīt arī pēc konfliktiem”. BAS jāprot **nodalīt uzvedību no personas – pieņemt bērnu**, pat ja nepieņem viņa slikto rīcību. Tas nenozīmē pieciest pārkāpumus; drīzāk pēc tam, kad emocijas norimušas, **pieņemt un dot jaunu iespēju**, parādot, ka attiecības turpinās. Laika gaitā pat grūtākie jaunieši “**pārbaudīs**” BAS mazāk un sāks paļauties uz to, ka attiecības ir stabilas.

Digitālā radošuma izmantošana: Ne visi bērni ir “geimeri”. Daži var stundām **veidot video, zīmēt planšetē, miksēt mūziku datora programmās**. BAS var identificēt šīs intereses un radīt platformu, kur tās **izpaust kopā** ar citiem. Piemēram:

- **Cieņa pret “digitālo identitāti”:** Ja bērns sevi definē caur dzīvi internetā (spēlētājs, influenceru fans utt.), BAS nevajadzētu to **noniecināt**, bet gan **izrādīt patiesu interesi**. Piemēram, palūgt bērnam parādīt, kādu spēli viņš spēlē un **izskaidrot tās noteikumus**, vai lūgt padomu, kādu mūsdienu mūziku iekļaut atskaņošanas sarakstā. Šādi bērns jūt, ka pieaugušais **ciena viņa kompetenci**, un drīzāk pieņems aicinājumu pamēģināt ko jaunu reālajā vidē. **Sirsnīga, nevis nosodoša** attieksme pret bērna digitālajām interesēm ir atslēga viņa pasaulei.

Digitāli orientēti risinājumi ir **instrumenti**, lai **iesaistītu grūti motivējamus bērnus**. Pēc tam, kad kontakts nodibināts caur spēli vai citu digitālu aktivitāti, BAS var pakāpeniski **paplašināt bērna interešu loku**, iepazīstinot ar citām brīvā laika pavadīšanas iespējām un stiprinot sociālās prasmes.

- ✓ **Pacietība un atkārtota uzrunāšana:** Nemotivēti bērni bieži **vairākkārt atsakās**, pirms sāk piedalīties. BAS nevajadzētu padoties pie pirmā “nē”. Ir vērts **turpināt aicināt**, mainīt pieeju, meklēt arvien jaunas “ēsmas”, līdz atrodas, kas tāds, kam bērns nespēj pretoties. Te noder **radošums un humora izjūta** – reizēm nestandarta, jautrs piedāvājums var uzrunāt vairāk nekā formāla saruna par ieguvumiem.

- ❖ **Priekšnosacījumi BAS brīvā laika aktivitāšu organizēšanai: drošība, rutīna un sadarbība ar ģimeni**

¹³⁸ National Youth Agency. (2023). *Raising the bar – Youth Work Practice Standards*. Pieejams: https://nya.org.uk/wp-content/uploads/2024/02/NYA_Publications-2023_Youth-Work-Standards_DOWNLOAD_AW-FINAL-050623-1.pdf

Lai visas iepriekš minētās pieejas darbotos, nepieciešami noteikti **priekšnosacījumi** bērnu atbalsta vidē. Trīs galvenie aspekti, kam BAS vajadzētu pievērst uzmanību, ir **vides drošība, stabilas struktūras (rutīnas)** un **sadarbība ar bērna ģimeni**. Šie faktori nodrošina, ka bērns var **droši, organizēti un saskaņoti** piedalīties aktivitātēs, gūstot maksimālu labumu.

✓ **Fiziskā un emocionālā drošība:** BAS brīvā laika aktivitātēm jānotiek drošā vidē, kur tiek **mazināti riski un palielināta bērnu aizsardzība**. Praktiski tas nozīmē:

- **Fiziska drošība**– bērniem ar uzvedības traucējumiem un atkarības problēmām nereti novērojama impulsīva, riskanta uzvedība, kas būtiski palielina traumu un negadījumu iespējamību. Pētījumi rāda, ka bērni ar uzmanības deficīta un hiperaktivitātes sindromu (UDHS) **četras reizes biežāk**¹³⁹ gūst smadzeņu satricinājumus vai galvas traumas nekā viņu vienaudži. Tāpat **uzvedības problēmas un vielu lietošana** ir identificēti kā ievērojami bērnu traumu riska faktori, tādēļ tie **obligāti jāņem vērā**, plānojot jebkādas brīvā laika aktivitātes. Bērnu impulsivitāte un pavājināta bīstamības apzināšanās var nozīmēt, ka viņi paši neievēro drošības noteikumus, **tāpēc pieaugušajiem ir jāparedz iespējamie riski un jānovērš tie iepriekš**, piemēram, aizsargaprīkojuma lietošana sporta aktivitātēs, pārgājienu maršruta izvēle atbilstoši vecuma grupai un fiziskajām spējām, pielāgojot atbalstu bērniem ar specifiskām vajadzībām¹⁴⁰.
- **Psiholoģiskā drošumspēja:** ieteicams veidot atmosfēru, kur **kļūdoties nav kauns**. Tas ietver gan pieaugušo piemēru (ja BAS kļūdās, atzīst un izlabo, parādot, ka tas ir normāli). Ja bērns jūtas droši, viņš būs gatavs **iesaistīties jaunās aktivitātēs** bez pārliekām bailēm no neveiksmes. Kā jau minēts, emocionāli droša telpa ir pamats progresam – **“emocionālā drošība ļauj bērnam brīvi izpausties un pilnveidoties”**.

✓ **Rutīna un struktūra:** Lai gan brīvais laiks pēc būtības varētu šķist **neregulēts**, bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām **strukturētība ir ļoti noderīga**. **Stabila rutīna** kopā ar BAS palīdz bērnam prognozēt notikumus un **mazina trauksmi**, kas bieži ir pamatā uzvedības problēmām. Priekšnosacījumi:

Regulārs grafiks un struktūra

- **Vienojas par konkrētu dienu un tikšanās laiku**, piemēram: *“Mēs tiekamies pirmdienās un ceturtdienās plkst. 15:00.”*
- **Bērnam palīdz izveidot savu “aktivitāšu kalendāru”**, ko viņš var apskatīt mājās (piemēram, pielīmējams pie sienas, vai lietotnē, ja ir digitālās prasmes).
- **Pārrunā, ko katrā tikšanās reizē darīs**, lai bērns zina, kas sagaidāms: *“Šodien mums ir aktivitāte ārā, tad neliels uzdevums un spēle noslēgumā.”*
- Ieteicams izmantot vienotu **strukturētu tikšanās plānu**, piemēram:
 - 5 min – sasveicināšanās, neliela saruna;

¹³⁹ CHADD. (2018). *Wear Your Helmet! ADHD Raises Risk of Head Injury*. Pieejams: <https://chadd.org/adhd-weekly/wear-your-helmet-adhd-raises-risk-of-head-injury/>

¹⁴⁰ Rivara F.P. (1995). Developmental and behavioral issues in childhood injury prevention. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics: JDBP*, 16(5), 362–370. Pieejams: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8557838/>

- 30 min – aktivitāte (fiziska/spēle);
- 10 min – refleksija, “kā man šodien gāja?”

Šāda paredzamība bērnam dod mieru un stabilitāti.

Skaidri noteikumi un rituāli

- Ieteicams vienoties ar bērnu **par vienkāršiem sadarbības noteikumiem**, piemēram:
 - Mēs runājam pieklājīgi.
 - Ja sadusmojamies – dodamies “miera pauzē”.
 - Mēs pieņemam, ka visi var kļūdīties.
- Šie noteikumi tiek regulāri pārskatīti un tos var **vizuāli attēlot** – var izveidot “mana sadarbības kartīte” formātā vai izmantot zīmējumus.
- Ievieš **rituālus**, piemēram: katras tikšanās sākumā bērns izvēlas “garastāvokļa kartīti” vai pastāsta “vienu labo lietu”, kas notikusi. Rituāli strukturē dienu un vienlaikus attīsta pašregulāciju un refleksiju.

Elastīga struktūra – drošība un pielāgošanās

- Ieteicams vienmēr sekot bērna noskaņojumam un vajadzībām: ja bērns ierodas “dusmīgs” vai nomākts, aktivitāte tiek pielāgota.
- Rutīna **nav stīvums**, bet paredzamības sajūta ar iespēju to pielāgot, piemēram:
 - Ja bērns ir noguris – dienas aktivitātei ieteicams izvēlēties pastaigu dabā;
 - Ja bērnam trūkst uzmanības – ieteicams izmantot vizuāli un taktili stimulējošus materiālus – piemēram, attēlus vai priekšmetus, kurus var pārvietot un pieskarties.
- Bērniem ar koncentrēšanās grūtībām **skaidras struktūras** ir kā ceļa zīmes – tās palīdz palikt pie uzdevuma un **zina, kas sagaidāms tālāk**. BAS ievēro **balansu** starp rutīnu un individuālo vajadzību fleksibilitāti. Rutīnas mērķis ir radīt **stabilitāti, nevis ierobežot**.

Refleksijas un uzvedības stiprināšana

- Aktivitātes noslēgumā BAS var aicināt bērnu izvērtēt pašam sevi – ko izdevās izdarīt labi, kas bija grūti. Tas var būt ar smaidiņu skalām, uzlīmēm vai vienkāršu sarunu.
- **Pozitīva uzvedība tiek atbalstīta tūlītēji**, piemēram: “Tu ļoti labi spēji apstāties un pateikt, ka esi dusmīgs – tas ir drosmīgi!”

- BAS seko līdzīgai dinamikai un var veidot **motivējošas “attīstības kartītes”**¹⁴¹ – bērns redz, ko ir apguvis, kādas prasmes stiprinājis¹⁴². **Attīstības kartītes ir vizuāli un bērnam saprotami rīki, kuros BAS kopā ar bērnu regulāri atzīmē sasniegtos mērķus, uzlaboto uzvedību vai apgūtās prasmes.** Tās palīdz bērnam redzēt konkrētu progresu, stiprina pašapziņu un veicina iekšējo motivāciju turpināt attīstīties. Kartītes var būt vienkāršas tabulas, plakāti, uzlīmju lapas vai digitāli rīki, un to saturs tiek pielāgots bērna vecumam, vajadzībām un spējām. Iesaistot bērnu šajā procesā, tiek veicināta viņa līdzdalība un atbildības sajūta, savukārt BAS iegūst strukturētu pārskatu par attīstības dinamiku un var savlaicīgi pamanīt arī stagnāciju vai regresu.

 Papildinājumi / Ieteikumi individuālajam darbam:

BAS var izmantot “apstāšanās un plānošanas” (STOP) metodi – mācīt bērnu apstāties, padomāt, izvēlēties reakciju. Šī pieeja ir efektīva emocionālā regulācijā, jo bērns iemācās pārdomāt pirms reaģēšanas, samazinot impulsīvu uzvedību.

*Palīdz **vizualizācija** – dienas grafiks, izvēlņu kartītes, emociju kartītes.*

***Ikdienas aktivitātes** (piemēram, kopīga maltītes pagatavošana) var būt strukturēta brīvā laika daļa, vienlaikus mācot sociālās prasmes.*

- ✓ **Sadarbība ar ģimeni:** Bērna uzvedību un attīstību ļoti ietekmē tas, kas notiek ārpus sadarbības ar BAS – mājās, skolā. Tāpēc BAS jādara viss iespējamais, lai **iesaistītu vecākus, ģimeni vai citus likumiskos pārstāvjus vai aprūpētājus** kā sabiedroto. Pētījumi viennozīmīgi apliecina^{143 144}: **ģimenes iesaistīšanās uzlabo rezultātus**, samazinot gan mentālās veselības problēmu simptomus, gan uzvedības pārkāpumus, veicinot labākas sekmes bērnam. Šajā kontekstā BAS var:

- *Veidot uzticamu kontaktu ar bērna likumiskajiem pārstāvjiem:* Jau pirmajā tikšanās reizē ar ģimeni BAS izskaidro un uzsver, ka vecāku viedoklis ir svarīgs. Regulāri, piemēram, reizi mēnesī vai pēc katras nozīmīgas aktivitātes, BAS **informē bērna likumiskos pārstāvjus** par bērna panākumiem, uzvedību, talantu izpausmēm. Ne tikai problēmas, bet arī **pozitīvas ziņas**

¹⁴¹ Free Printable Charts for Kids: Reward, Behaviour, Chores, Goals, and More. (n.d.). Pieejams:

<https://www.socialworkerstoolbox.com/free-printable-charts-for-kids-daily-routines-behaviour-chores-goals-and-more/>

¹⁴² Therapist Aid. (n.d.). Behavior Chart. Worksheet. Pieejams: <https://www.therapistaid.com/therapy-worksheet/behavior-chart>

¹⁴³ Cosso, J., von Suchodoletz, A., & Yoshikawa, H. (2022). Effects of parental involvement programs on young children's academic and social-emotional outcomes: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 36(8), 1329–1339.

<https://doi.org/10.1037/fam0000992>. Pieejams:

https://www.researchgate.net/publication/361212150_Effects_of_parental_involvement_programs_on_young_children's_academic_and_social-emotional_outcomes_A_meta-analysis

¹⁴⁴ Haine-Schlagel, R., & Walsh, N. E. (2015). A review of parent participation engagement in child and family mental health treatment. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 18(2), 133–150. <https://doi.org/10.1007/s10567-015-0182-x>.

Pieejams: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4433419/>

jānodod – likumiskie pārstāvji bieži pieraduši dzirdēt tikai sūdzības no skolas par bērnu, tādēļ viņiem ir pārsteigums un prieks saņemt ziņu, ka bērns, piemēram, palīdzējis citiem darbnīcā vai labi ticis galā ar uzdevumu. Tas paaugstina likumisko pārstāvju **pašefektivitāti** un vēlmi sadarboties.

- *Iesaistīt bērna likumiskos pārstāvjus aktivitātēs:* BAS var organizēt nelielas, personalizētas aktivitātes, kurās bērns un viņa likumiskais pārstāvis piedalās kopā – piemēram, kopīgs pārgājiens, spēle, radoša darbnīca vai cita ikdienišķa, bet mērķtiecīga nodarbe. Šādas pozitīvas, kopīgas pieredzes palīdz stiprināt attiecības starp bērnu un vecāku, vienlaikus ļaujot BAS modelēt konstruktīvu savstarpējo mijiedarbību. Šajās situācijās likumiskie pārstāvji arī var redzēt bērna apgūtās prasmes, piemēram, emociju regulēšanas metodes, ko BAS var demonstrēt un iedrošināt turpināt lietot mājas vidē.
- *Mācības bērna likumiskajiem pārstāvjiem vai atbalsts:* Ne visām ģimenēm ir prasmes tikt galā ar uzvedības grūtībām. BAS var **nodrošināt informāciju** par vecāku kursiem, psihologu konsultācijām, atbalsta grupām. Dažos gadījumos BAS pats var sniegt **rekomendācijas** – piemēram, iedot **praktiskus padomus** par rutīnas ieviešanu mājās vai uzvedības pastiprināšanu ar balvām. Ģimenes, kuras sadarbojas un **ievieš pārmaiņas arī mājās**, redz ievērojami lielāku progresu bērna uzvedībā. Piemēram, ja kopā ar BAS bērns mācās izteikt emocijas vārdos, bet mājās valda tikai kliegšana, progress būs lēnāks. **Tādēļ ir būtiski nodrošināt saskaņotu pieeju gan BAS darbā, gan ikdienā ģimenē – šāda vienota pieeja ļaus stiprināt bērna prasmes un veicināt pozitīvas pārmaiņas ilgtermiņā.**
- *Informācijas apmaiņa un kopīgi mērķi:* BAS, likumiskie pārstāvi (un vēlams arī skolas pārstāvji) **vienojas par prioritātēm** bērna attīstībā. Ja, piemēram, galvenā problēma ir agresīva uzvedība, tad visās vidēs – tiek konsekventi strādāts pie mērķa mazināt agresīvu uzvedību, izmantojot līdzīgas stratēģijas (sadarbojas BAS, likumiskie pārstāvji un pedagogi). Tādējādi bērns saņem **vienotu vēstījumu** un saprot, ka visi pieaugušie ir vienoti. Ģimenes – BAS **partnerība** sniedz bērnam spēcīgu drošības tīklu: viņš jūt, ka pieaugušie sazinās savā starpā, un strādā vienotā komandā viņa labā. Kad bērns jūt konsekventu atbalstu, **preventīvais darbs kļūst visefektīvākais** – uzvedības pārmaiņas nostiprinās un risks, ka atgriezīsies nevēlama uzvedība, mazinās.

✓ **Pakāpeniska iesaiste: no individuālām aktivitātēm uz grupu formātu**

- **Sāciet ar individuālu pieeju:** Lai bērns ar uzvedības vai atkarību problēmām justos droši, sākotnēji pielietojiet **1:1 aktivitātes** – piemēram, BAS pavada laiku individuāli ar bērnu, kopīgi spēlējot galda spēli, sportojot vai veidojot kādu radošu darbu. Individuālā formātā vieglāk izveidot **uzticēšanos** un saprast bērna intereses un robežas. Pētījumi uzsver¹⁴⁵, ka **emocionālā drošība un piederības sajūta** ir priekšnoteikums tam, lai brīvā laika aktivitātes būtu bērnam jēgpilnas.

¹⁴⁵ Kazlauskaite, V., Braughton, J.E. Weiler, L.M., Haddock, Sh., Henry, K L., & Lucas-Thompson, R. (2020). Adolescents' experiences of mentor alliance and sense of belonging in a site-based mentoring intervention, *Children and Youth Services Review*, 114, 105040. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105040>

Tāpēc vispirms svarīgi veidot drošu attiecību “salas” – bērnam saprotamu un patīkamu vidi, kurā viņš jūtas pieņemts.

- **Pāreja uz pulciņu vai klubu:** Sasniedzot brīdi, kad bērns spēj funkcionēt, piedāvāt **pievienoties lielākam pulciņam** (piemēram, sporta komandai). Šeit noder principi no iekļaujošās izglītības – sākumā **īsāki apmeklējumi** vai **novērotāja loma**, pakāpeniski palielinot iesaisti. Piemēram, vēro nodarbību no malas vai iesaistās daļēji, un, pieaugot komfortam, kļūst pilntiesīgs dalībnieks. BAS var **personīgi pavadīt** bērnu uz pirmajām tikšanās reizēm, iepazīstinot ar citiem dalībniekiem un vadītāju, lai mazinātu trauksmi. **Mērķis – panākt, ka bērns jūtas gaidīts un līdzvērtīgs** grupā. Kad tas notiek, bērns sāk gūt no aktivitātēm to pašu piederības un pašizpaušmes prieku, ko izjūt citi bērni grupā. Bērns saprot, ka brīvais laiks var būt patīkami un droši pavadīts.
- **Elastība un individualizācija:** Jāatceras, ka katrs bērns progresē savā tempā. BAS jābūt gatavam “atkāpties”, jo bērns nav gatavs grupai – turpināt kādu laiku individuāli un mēģināt vēlāk no jauna. Pakāpeniskas iesaistes mērķis nav sasteigt integrāciju, bet **nostiprināt bērna pašapziņu** un prasmes, lai viņš *pats* vēlētos piedalīties.

2.4.8. Ieteikumi bērna atbalsta speciālistam sadarbībai ar sadarbības partneriem

BAS, īstenojot darbu ar bērnu, var tikt iesaistīts gan starpinstitucionālajā sadarbībā, gan starpprofesionālajā sadarbībā.

Pirms iepazīšanās ar komandas locekļiem un komandas darba principiem, nepieciešams izprast komandas darba ietvaros lietoto terminoloģiju. Terminu skaidrojuma pamatā ņemti Sociālā darba vārdnīcas skaidrojumi¹⁴⁶. Proti:

Ņemot vērā, ka komandas darbs ietver gan starpinstitucionālu sadarbību, gan starpprofesionālu sadarbību, turpmāk šajā nodaļā abu sadarbības veidu saīsinātai apzīmēšanai tiks lietots termins *komandas darbs*.

Gadījumos, kad BAS uzskata par nepieciešamu, ka bērna labākajās interesēs nepieciešama **starpinstitucionāla sadarbība**, viņš uzsāk sadarbību saskaņā ar Ministru kabineta 12.09.2017. noteikumu Nr. 545 “Noteikumi par institūciju sadarbību bērnu tiesību aizsardzībā”¹⁴⁷ 4. punktā noteikto, ka pašvaldības izveido Bērnu tiesību aizsardzības Sadarbības grupu (turpmāk - Sadarbības grupa), kuras darbības teritorija ir klienta deklarētās dzīvesvietas attiecīgā novada vai republikas pilsētas administratīvā teritorija.

Šāda Sadarbības grupa ir konsultatīva, koleģiāla institūcija, kuru izveido pašvaldība, un tās darbības teritorija ir attiecīgā novada vai valstspilsētas administratīvā teritorija. Vienā novadā vai valstspilsētā var izveidot vairākas Sadarbības grupas vai vairākas pašvaldības var izveidot vienu kopīgu Sadarbības grupu. Sadarbības grupas sastāvā iekļauj pārstāvjus no pašvaldības policijas vai VP (ja pašvaldība nav izveidojusi pašvaldības policiju, vai nav deleģējusi pašvaldības policijas uzdevumus citai pašvaldībai), pašvaldības SD, pašvaldības izglītības pārvaldes (vai izglītības speciālistu) un BT. Pēc Sadarbības grupas locekļu iniciatīvas Sadarbības grupā var pieaicināt pārstāvjus no izglītības iestādēm, bērnu

¹⁴⁶ Bela B., Rasnača L. (zin. red.) (2023). *Sociālā darba vārdnīca*. Rīga: LU Akadēmiskais apgāds. Pieejams: https://www.apgads.lv/fileadmin/user_upload/lu_portal/apgads/izdevumi/2023/Sociala_darba_vardnica.pdf

¹⁴⁷ Ministru kabineta 2017. gada 12. septembra noteikumi Nr. 545 “Noteikumi par institūciju sadarbību bērnu tiesību aizsardzībā”. Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/293496>

aprūpes iestādēm, ieslodzījuma vietām, pašvaldības Pedagoģiski medicīniskās komisijas, pašvaldības administratīvās komisijas, VPD, Centra, VP un nevalstiskajām organizācijām.

Sadarbības grupa:

- izskata individuālus gadījumus saistībā ar iespējamiem bērna tiesību pārkāpumiem, ja:
 - nepieciešama ātra rīcība un vairāku institūciju sadarbība,
 - radušos situāciju nav iespējams atrisināt vienas institūcijas ietvaros, un nav to izdevies atrisināt ilgstošā laikposmā;
- analizē situāciju bērnu tiesību aizsardzības jomā un sniedz pašvaldībai priekšlikumus novada vai valstspilsētas bērnu tiesību aizsardzības programmas izstrādei, tostarp par nepieciešamajiem pasākumiem institūciju sadarbības sistēmas pilnveidošanai un saskaņotai un koordinētai institūciju sadarbībai;
- sniedz Labklājības ministrijai priekšlikumus normatīvo aktu pilnveidei un sadarbības uzlabošanai bērnu tiesību aizsardzības jomā;
- informē sabiedrību par aktuāliem bērnu tiesību aizsardzības jautājumiem.

Savukārt, gadījumos, kad bērna labākajās interesēs nepieciešama **starpprofesionālā sadarbība**, BAS vispirms izvērtē vai šāda starpprofesionālā sadarbības komanda ir jau izveidota kādā no iestādēm, kas iepriekš strādājusi ar bērnu un ir identificēta bērna sākotnējās novērtēšanas gaitā. Ja šāda komanda nav identificējama, BAS iniciē uz gadījumu attiecināmo speciālistu piesaisti un starpprofesionālās sadarbības komandas izveidi.

Visbiežāk BAS sadarbojas ar pašvaldību SD, BT, ārstniecības iestādēm un ģimenes ārstiem, pašvaldības un VP, VPD, nevalstiskām organizācijām, kas strādā ar bērniem un jauniešiem ar dažādu problēmu loku, krīzes centriem, izglītības iestādēm, bērnu aprūpes iestādēm, pašvaldību brīvā laika centriem bērniem un jauniešiem, psiholoģiskā atbalsta pakalpojumu sniedzējiem u.c. Vairāk informācijas par galvenajiem BAS sadarbības partneriem un to darbības jomām apkopota **33. pielikumā “BAS sadarbības partneri”**.

Kontaktinformācija par visām valsts, pašvaldību institūcijām un nevalstiskajām organizācijām, kas tiešā veidā iesaistītas darbā ar bērniem un ģimenēm visā Latvijas teritorijā var atrast šeit:



Raksturojot komandas darba pamatprincipus, jāmin tādi vispārīgie principi kā:

- komandai jābūt vienotai izpratnei par vērtībām darbā ar bērniem un vērtību realizāciju praksē – tā ir kopīgas valodas un attieksmes sistēma, kas nenonāk pretrunās uz bērnu vērstās pieejas izmantošanai praksē;
- komandai jābūt vienotai izpratnei par to, kas ir bērns, kādas ir viņa vajadzības, kā veido attiecības, kas ir motivējošs un atbalstošs darbs ar bērnu un viņa dabisko vidi, t.sk. ģimeni;
- komandai jābūt vienotai izpratnei par informācijas aprites noteikumiem, t.sk. dokumentāciju, konfidencialitāti u.tml.;
- komandai jābūt pieredzei darbā ar mērķgrupu jeb jāspecializējas darbā ar bērniem vai jauniešiem un jābūt zināšanām par cēloniskām likumsakarībām, traumatisma sekām, par jaunatnes darbu u.c.;
- komandai jābūt zināšanām un izpratnei par savstarpējo kolēģu resursiem, profesionālajām robežām un iespējām, t.sk., spējai konsolidēt resursus un rast alternatīvus, uz bērna vajadzībām vērstus atbalsta pakalpojumus;
- komandai jāvienojas par kopīgiem mērķiem – komanda ir veidota ar domu par konkrēta rezultāta sasniegšanu (lai gan sākotnēji tas var būt definēts aptuveni).¹⁴⁸

BAS lomas komandas darbā

BAS komandas darbā var tikt identificētas trīs galvenās lomas: komandas loceklis, komandas sadarbības iniciators un komandas vadītājs.

BAS kā komandas loceklis, nozīmē, ka kādas citas nozares speciālists ir komandas vadītājs. Tie var būt gadījumi, kad komandu vada, piemēram, pašvaldības sociālais darbinieks. Šīs lomas ietvarā BAS uzdevumi ir:

- sniegt bērna sociālās situācijas daudzpusīgu raksturojumu, t.sk. norādot uz bērnam pieejamajiem un iztrūkstošajiem resursiem;
- sekot līdzi gan sociālā taisnīguma principa ievērošanai, gan tam, lai tiktu ņemts vērā bērna viedoklis, vajadzības un intereses jeb “bērna balss”.

BAS kā komandas sadarbības iniciators, nozīmē, ka BAS identificē kādu konkrētu vienu vai vairākas problēmas, piemēram, nepietiekams uzturs, higiēnas trūkums, vai bērna mantisko interešu pārkāpumi ģimenē u.tml., un iniciē konkrētu sadarbības partneru piesaisti, kas var palīdzēt identificētās problēmas risināšanā. Šajā gadījumā BAS komandu nevada, bet uztic komandu vadīt par konkrētās problēmas risināšanu primāri atbildīgajai institūcijai, piemēram, sociālajam darbiniekam, BT u.c. Šādos gadījumos ir skaidri noteiktas un iepriekš zināmas speciālistu rīcības, un sadarbībai nav regulārs raksturs – tā var būt arī vienreizēja, uz konkrētās problēmas risināšanu orientēta. Citu nozaru speciālisti tiek piesaistīti pēc vajadzības.

BAS kā komandas vadītājs, ir visapjomīgākā loma, un to var iedalīt trīs fāzēs – sagatavošanās fāze, komandas vadīšanas fāze un rezultātu novērtēšanas, noslēguma fāze:

- Sagatavošanas fāzē jāsāk ar to, ka skaidri jāsaprot bērna vajadzības, prioritātes; jāplāno komandas sastāvs un darbs, nosakot sadarbības mērķi, uzdevumus, termiņus, atbildīgos,

¹⁴⁸ Labklājības ministrija (2023). *Metodiskais materiāls sociālajam darbam ar jauniešiem*. Pieejams: <https://www.lm.gov.lv/lv/media/23769/download?attachment>

sagaidāmos sadarbības rezultātus; uzaicinot komandas locekļus dalībai komandā, nosakot komandas tikšanās vietu, laiku un biežumu. Jāiepazīstina arī bērns un viņa likumiskais pārstāvis ar komandas sastāvu, komandas tikšanās mērķi un darba procesu.

- Komandas darba vadīšanas fāzē galvenie uzdevumi ir:
 - informēt komandas dalībniekus par komandas darba mērķi, uzdevumiem un vienoties par to, kā komanda turpmāk strādās;
 - informēt komandas dalībniekus par bērna situāciju, problēmām, daloties ar Bērna lietā iekļautajiem materiāliem, lai visiem būtu vienota izpratne par bērna gadījumu un bērna paša vēlmēm, vajadzībām, prioritātēm un resursiem;
 - organizēt diskusijas pēc aplveida principa, dodot iespēju izteikties katram komandas dalībniekam par paveiktajiem uzdevumiem problēmsituācijas risināšanā, iesaistīties diskusijās par citām iespējamām alternatīvām problēmu novēršanai;
 - sekot līdzi, lai visiem komandas locekļiem būtu iespēja dalīties ar savu profesionālo viedokli un izteikt arī bažas vai kritisku viedokli;
 - nodrošināt, ka visi komandas locekļi zina viens otra profesionālās darbības saturu un robežas;
 - sekot līdzi konfidencialitātes ievērošanai un ētikas principu ievērošanai;
 - vadīt konfliktsituācijas starp komandas locekļiem;
 - nodrošināt uz bērnu centrētās pieejas izmantošanu – tas nozīmē visos sadarbības procesos paturēt prātā bērna vēlmes un vajadzības, kā arī bērna tiesības un intereses; arī gadījumos, kad katrs atsevišķi vai vairāki komandas locekļi uzskata, ka bērna interesēs būtu nepieciešams rīkoties pretēji bērna vēlmēm;
 - nodrošināt uz bērna stiprajām pusēm balstītās pieejas izmantošanu – tas nozīmē meklēt labākos iespējamajos bērna problēmu risinājumus.

Jāmin, ka bērns un viņa likumiskais pārstāvis arī var tikt uzaicināti uz atsevišķām komandas tikšanās reizēm.

- Komandas darba noslēguma fāzē ir jānovērtē komandas sadarbības rezultāti, jāiekļauj bērna lietā komandas darba pieraksti, kas veikti komandas darba laikā.^{149 150}

Stipro un vājo pušu, kā arī iespēju un draudu uzskaitījums starpinstitutionālajā un starpprofesionālajā sadarbībā

Iepazīstoties ar Centra 2025. gadā veiktās Bērnu tiesību aizsardzības sadarbības grupu aptaujas rezultātiem¹⁵¹, kā arī ņemot vērā starpprofesionālās un starpinstitutionālās sadarbības vispārējos principus, iespējams identificēt šādas sadarbības stiprās un vājās puses, kā arī iespējas un draudus BAS starpinstitutionālajā un starpprofesionālajā sadarbībā.

Stiprās puses:

¹⁴⁹ Iachini, A.L., Bronstein, L.R., & Mellin, E. (2018). *A Guide for Interprofessional Collaboration*. Alexandria: CSWE Press

¹⁵⁰ Minnesota Children's Alliance. (n.d.). *Exploring the Benefits to Team Formation. Why Form a Multidisciplinary Team?* Pieejams: <https://minnesotachildrensalliance.org/team/toolkits/why-form-an-mdt/>

¹⁵¹ Bērnu aizsardzības centrs (2025). *Bērnu tiesību aizsardzības sadarbības grupu aptaujas rezultāti: Apkopojums*. Pieejams: <https://www.bac.gov.lv/lv/media/3012/download?attachment>

- Strādājot starpinstitucionālā un starprofesionālā komandā (turpmāk – komanda), BAS attīstīs spēju uz bērna un viņa ģimenes situāciju skatīties un to izvērtēt sistēmiski un iegūs holistisku skatījumu uz ģimenes vajadzībām un bērna attīstību;
- Darbs komandā ļaus BAS kopā ar pārējiem speciālistiem efektīvāk risināt komplicētas bērnu problēmsituācijas koordinētā veidā, nosakot katram komandas speciālistiem veicamos uzdevumus, termiņus, kas sekmēs gadījuma risināšanas efektivitāti (pretstatā tam, ka katrs speciālists individuāli strādā ar bērnu un nezina, ko dara citi iesaistītie speciālisti);
- Strādājot komandā, BAS būs iespēja efektīvāk sekot līdzi, kā tiek nodrošināta labākā bērna interešu aizstāvība;
- Darbojoties komandā, BAS ietaupīs laiku informācijas par bērna sadarbību ar citām institūcijām un speciālistiem noskaidrošanai, jo daudzas problēmas un iespējas tiks pārrunātas speciālistiem tiekoties (pretstatā oficiālai sarakstei starp institūcijām, kas ir laikietpīlīgāk);
- Darbs komandā nodrošinās BAS iespēju paraudzīties uz bērna problēmsituāciju un problēmām no dažādiem skatupunktiem, kas mazinās subjektivitāti lēmumu pieņemšanā un sekmēs labāku bērna interešu ievērošanu;
- BAS izveidos kontaktus ar valsts, pašvaldības un nevalstiskajām organizācijām, kas var sniegt papildus palīdzību dažādu gadījumu risināšanā nākotnē;
- Komunikācija klātienē veicinās BAS sadarbības ar dažādu jomu speciālistiem efektivitāti un mazinās pārpratumu rašanās iespējamību.

Vājās puses:

- BAS jāņem vērā, ka pašvaldībās (galvenokārt ārpus Rīgas un Pierīgas) pastāv nepietiekama pakalpojumu klāsta problemātika, kā rezultātā komandā iesaistītajām institūcijām un speciālistiem var būt ierobežotas iespējas pilnvērtīgai bērnu problēmu risināšanai;
- Dalība komandas sanāksmēs, kā arī gatavošanās uz sanāksmēm prasīs BAS papildus laika resursus un var pastāvēt lēns lēmumu pieņemšanas process;
- Komandas sanāksmju laikā BAS iespējamās domstarpības, viedokļu atšķirības par labāko risinājumu bērnam, kas prasīs ne tikai spēju pielāgoties, bet arī konfliktrisināšanas prasmes;
- BAS jāņem vērā, ka komandai var būt ierobežots laiks un citi resursi, lai pietiekami iedziļinātos ne tikai bērna, bet arī viņa ģimenes situācijā;
- BAS darbs komandā būs atkarīgs no citu speciālistu savlaicīgas informācijas sniegšanas un sadarbības efektivitātes;
- BAS jāņem vērā, ka var būt sarežģīti balansēt starp bērna un viņa ģimenes vēlmēm un juridiskajām prasībām, kā arī pastāvošajām iespējām attiecīgajā pašvaldībā.

Iespējas

- Dalība komandā var sniegt BAS iespēju paplašināt bērnam piesaistāmos resursus dažādās jomās;
- BAS ir iespēja komandai parādīt, ka BAS pakalpojums var kļūt par komandas atbalsta resursu bērnu iesaistes veicināšanā savu problēmu risināšanā, viņu atbildības apziņas stiprināšanā;
- BAS ir iespēja komandai darīt zināmu bērna viedokli par to, kā viņš uztver problēmsituāciju un tās risināšanas iespējas, un atklāt bērna vēlmes un vajadzības;
- Dalība komandā BAS sniedz iespēju dalītai atbildībai par labāko risinājumu izvēli komplicētā bērna problēmsituācijā ;

- Dalība komandā nodrošina BAS iespēju attīstīt ne tikai starpnozaru sadarbības prasmes, bet arī prasmes darbā ar individuālu gadījumu dažādu problēmsituāciju risināšanai, kas būs noderīga BAS profesionālajā darbībā ilgtermiņā;
- BAS ir iespēja popularizēt labās prakses piemērus komandas sanāksmju laikā.

Draudi

- Nereti komanda uzsāk darbu pie bērna problēmsituācijas risināšanas novēloti, kā rezultātā var pastāvēt risks, ka BAS un pārējiem speciālistiem komandā būs lielākas grūtības panākt situācijas risinājumu;
- BAS var nākties saskarties ar situāciju, ka iesaistītās institūcijas vai speciālisti negodprātīgi pilda uzdotos uzdevumus vai ir neieinteresēti, kā arī tiem trūkst zināšanu konkrētā bērna problēmsituācijas risināšanā;
- BAS ir jāņem vērā, ka iesaistītajām institūcijām var būt ierobežota kapacitāte savlaicīgi nodrošināt informācijas apriti bērna problēmsituāciju risināšanas ietvaros – komandas speciālistu pārmērīgā noslodze un jaunu speciālistu piesaistes problemātika pašvaldībās, kā arī sašķeltība, kas liedz pilnvērtīgi attīstīt starpinstitūciju un starpprofesionālo sadarbību speciālistu vidū vienas pašvaldības ietvaros;
- BAS var nākties saskarties ar situāciju, ka komandā iesaistītajiem speciālistiem ir vērojams zināšanu un izpratnes trūkums par katras iestādes un to speciālistu kompetences un atbildības robežām;
- BAS ir jāņem vērā, ka komandā esošajiem speciālistiem var būt atšķirīga izpratne par bērna problēmsituāciju risināšanu;
- BAS ir jāņem vērā, ka starp komandā esošajiem speciālistiem var būt izpratnes trūkums par starpinstitūciju sadarbības nozīmīgumu katra bērna individuālas problēmsituācijas risināšanā;
- BAS lielas noslodzes dēļ var mazināties iespēja kvalitatīvai sadarbībai ar komandu;
- BAS jāņem vērā, ka komandā esošo speciālistu mainība var traucēt komandas stabilitāti.

2.4.9. Ieteikumi bērnu atbalsta speciālistu darbā dzimumu un citu diskriminācijas riska aspektu ievērošanai

BAS darbs ar bērniem, kuriem ir uzvedības vai atkarību problēmas vai to attīstības riski, prasa daudzdimensionālu un intersekcionālu pieeju, kas ietver gan profesionālās zināšanas, gan empātiju, gan izpratni par bērna individuālajām vajadzībām un dzīves kontekstu. Efektīvas vadlinijas šajā jomā ir būtisks instruments, lai nodrošinātu vienotu un kvalitatīvu atbalstu bērniem. Būtiski, ka BAS pakalpojuma sniegšanas ietvaros tiek ņemti vērā vienlīdzīgu iespēju un diskriminācijas aspekti – dzimums, vecums, invaliditāte, etniskā un reliģiskā piederība, kā arī seksuālā orientācija.

Lai novērstu bērnu diskriminācijas risku ir jāņem vērā bērnu individuālās vajadzības un pakalpojuma sniegšanas laikā BAS jāseko, lai sniegtais atbalsts ir efektīgs un neveicinātu papildu sociālo atstumtību un diskrimināciju. Turklāt starptautiskie un nacionālie normatīvie akti paredz pienākumu nodrošināt vienlīdzīgas iespējas un aizsardzību pret diskrimināciju visiem bērniem, neatkarīgi no viņu personiskajām vai sociālajām iezīmēm.

BAS darbā jāņem vērā intersekcionalitātes jēdziens, kas ir vairāku faktoru (piemēram, dzimums, etniskā piederība, invaliditāte, vecums) mijiedarbība, kas var pastiprināt diskriminācijas vai

atstumtības risku bērniem ar uzvedības un atkarību problēmām. Bērns, kuram ir uzvedības vai atkarību problēmas var būt pakļauts vairākiem diskriminācijas veidiem vienlaikus un šo faktoru mijiedarbība var radīt īpaši sarežģītas situācijas.

BAS darbā īpaša uzmanība jāpievērš diskriminācijas aspektu izpausmēm un to ietekmei uz bērna funkcionēšanu, tostarp to kā bērns ikdienā spēj darboties un pielāgoties dažādās dzīves jomās, kāda ir viņa sociālā mijiedarbība, emocionālā un uzvedības pašregulācija un kādas ir viņa spējas un prasmes. BAS, kurš strādā ar bērniem, jauniešiem, ir īpaša atbildība – viņa paša aizspriedumi un stereotipi var tieši ietekmēt gan profesionālo lēmumu kvalitāti, gan bērna vai ģimenes labsajūtu. Ja BAS ir brīvs no stereotipiem, viņš palīdz ne tikai individuāliem bērniem, bet arī maina plašāku sistēmu uz iekļaujošāku un mazina sistēmisko diskrimināciju.

BAS darbā ir jānodrošina vienlīdzīgs, iekļaujošs, taisnīgs un bērna vajadzībām atbilstošs atbalsts.

Diskriminācijas aspekts: Dzimums

BAS darbā ar bērniem ir nepieciešams novērtēt un apzināt bērna vajadzības un nepieciešamo atbalstu, ņemot vērā gan bioloģiskos, gan sociālos dzimumu lomu aspektus.

Dzimums (sex) ir bioloģiskās atšķirības starp sievietēm un vīriešiem, kas ietver reproduktīvo sistēmu, hromosomas, hormonus un citas fizioloģiskas pazīmes. **Dzimuma loma** (gender) ir sociāli un kultūras ziņā noteiktas lomas, normas un gaidas, kas sabiedrībā tiek attiecinātas uz sievietēm un vīriešiem. Šīs lomas var būt atšķirīgas dažādās kultūrās un mainīties laika gaitā.¹⁵² Dzimums (bioloģiskais vai sociālās kultūras kontekstā) var ietekmēt bērna uzvedību, atkarību risku un BAS pakalpojuma efektivitāti.

Ir svarīgi apzināties, ka abu dzimumu pārstāvji saskaras ar dažādām problēmām. Piemēram, **zēni biežāk saskaras** ar atklātu uzvedības problēmu stigmatu. Atsevišķas dzimumu lomas, īpaši tās, kas saistītas ar stingriem vīrišķības priekšstatiem, var negatīvi ietekmēt arī zēnu uzvedību un labsajūtu. Specifiski vīrišķības priekšstati var mudināt zēnus smēķēt, uzņemties seksuālus un citus veselības riskus, ļaunprātīgi lietot alkoholu un citas atkarību izraisošas vielas un nemeklēt palīdzību vai veselības aprūpi. Šādas dzimumu lomas arī veicina zēnu vardarbību, kā arī lielāku varbūtību pašiem tikt pakļautiem vardarbībai. Tām var būt arī nopietnas sekas viņu garīgajai veselībai.

Savukārt **meitenēm** var būt “slēptākas” problēmas kā pašdestruktīva uzvedība vai ēšanas traucējumi. PVO dati¹⁵³ liecina, ka meitenēm ir lielāks neplānotas grūtniecības, seksuāli transmisīvo infekciju, tostarp HIV, risks. Meitenes saskaras arī ar nepieņemami augstu vardarbības līmeni, kas sakņojas dzimumu nevienlīdzībā un kaitīgās dzimumu lomu praksēs. Meitenes ar uzvedības un atkarību problēmām, kuras sasniegušas pilngadību ir paaugstināts psihisko saslimšanu risks, tās arī ir pakļautas partnera vardarbībai un augstiem riskiem seksuālās un reproduktīvās veselības jomā, turklāt tās, kuras ir mātes, esot atkarīgas no vielām, riskē zaudēt bērnu aprūpi, uzkrājot vairāk negatīvu dzīves pieredzi¹⁵⁴.

¹⁵² Pasaules veselības organizācijas definīcija, https://www.who.int/health-topics/gender#tab=tab_1

¹⁵³ Skat.1.atsauci

¹⁵⁴ A Gender Perspective of Addictive Disorders, https://www.researchgate.net/publication/349366125_A_Gender_Perspective_of_Addictive_Disorders

Zviedrijas pētījumu institūta veiktais pētījums¹⁵⁵ atklāj paradoksālo attiecību, kurā ir lielāks meiteņu – atkarību izraisošu vielu lietotāju īpatsvars, taču mazāks īpatsvars meiteņu nekā zēnu uzsāk ārstēšanu vielu lietošanas problēmu dēļ, pat ja meitenēm dzīves situācijas parasti ir problemātiskākas. Pētījumā arī secināts, ka:

- ❖ meitenēm parasti ir grūtāka ģimenes un bērnības vide un pieredze nekā zēniem;
- ❖ meitenes parasti saskaras ar daudz vairāk riska faktoriem nekā zēni un tādējādi viņām ir daudz plašākas problēmas vairākos dzīves aspektos;
- ❖ meitenēm biežāk ir problēmas saistībā ar skolu, smagākas vielu lietošanas problēmas un nopietnākas garīgās veselības problēmas;
- ❖ kriminālā aktivitāte ir būtiski augstāka starp zēniem.

BAS jāpievērš uzmanība arī sabiedrībā pastāvošajiem stereotipiem, kur joprojām dominē dzimumspecifiskas normas, piemēram, sieviešu atkarības joprojām tiek vairāk nosodītas nekā vīriešu. Lai arī esošajā normatīvajā regulējumā nav dzimumu atšķirību pakalpojuma piešķiršanā, tomēr pastāv atšķirības attiecībā uz klientu sociālo situāciju un dažādām dzīves jomām raksturīgām problēmām. Pētījuma¹⁵⁶ analīzes parādīja, ka pilngadību sasniegušām meitenēm ir lielāka iespēja saskarties ar garīgās veselības aprūpes iestādēm un viņām biežāk ir problēmas ar farmaceitiskajiem līdzekļiem, savukārt pilngadību sasniegušiem zēniem ir tendence vairāk saskarties ar krimināltiesību sistēmu. Secināts arī, ka pilngadību sasniegušās meitenes vairāk saskaras ar problēmām, kas saistītas ar ģimeni, sociālo dzīvi un garīgo/fizisko veselību, savukārt pilngadību sasnieguši zēni ar augstāku noziedzību un finansiālām problēmām.

Ieteikumi par dzimuma integrētu pieeju BAS darbā:

Atpazīt un apzināties dzimuma stereotipus. Regulāri reflektēt par savām attieksmēm un izvairīties no aizspriedumiem, piemēram, uzskatīt, ka noteiktas spējas, uzvedība vai intereses ir “dabiski” raksturīgas tikai zēniem vai meitenēm.

Individualizēt atbalstu. Bērnu jāvērtē pēc viņa individuālajām vajadzībām, nevis dzimuma lomām; sniegt iespēju ikvienam bērnam attīstīt savus talantus neatkarīgi no dzimuma.

Veicināt vienlīdzīgas iespējas, nodrošinot piekļuvi aktivitātēm, resursiem un atbalsta pasākumiem visiem bērniem, neatkarīgi no tā, vai viņu intereses sakrīt ar tradicionālām dzimuma lomām.

Ieteicams ņemt vērā dzimuma perspektīvu, t.i. analizēt, kā dzimums var ietekmēt bērna funkcionēšanu, pieeju resursiem, drošības sajūtu un līdzdalību.

Izglītēt un parādīt alternatīvas bērnam - sniegt bērniem iespēju iepazīt plašāku lomu un uzvedības spektru, lai viņi varētu brīvi izvēlēties savus attīstības ceļus.

Veidot dzimumneitrālu vidi, piemēram, komunikācijā, brīvā laika un sporta aktivitāšu izvēlē izmantot dažādus tēlus un piemērus, kas nerada ierobežojošus priekšstatus par “zēnu” vai “meiteņu” lietām.

Sistemātiska profesionālā pilnveide – speciālistam būtu ieteicams apmeklēt mācības par dzimumu līdztiesību, diskriminācijas novēršanu un iekļaujošu praksi.

¹⁵⁵ Gender differences among adolescents with substance abuse problems at Mariaclinics in Sweden, https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7434114/pdf/10.1177_1455072517751263.pdf

¹⁵⁶ Gender Differences in Substance Use, Problems, Social Situation and Treatment Experiences among Clients Entering Addiction Treatment in Stockholm <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.2478/v10199-011-0020-5>

Diskriminācijas aspekts: Vecums

BAS jānodrošina individuālu pieeju, ņemot vērā bērna vecumu un vecumposmu attīstības īpatnības. Piemēram, īstenojot pārejas procesu uz jaunu aprūpes formu, tas ir jāpielāgo atbilstoši bērna vecumam, attīstības līmenim un emocionālajām vajadzībām. Būtiska ir nevis tikai vecuma kategorija, bet arī bērna briedums un attīstības posms. Tas palīdz izvairīties no stereotipiem un signalizē par individuālu, diskrimināciju mazinošu un bērna tiesības cenošu pieeju, kur uzmanības centrā ir bērna reālās spējas, nevis tikai viņa dzimšanas gads.

Lai nodrošinātu BAS pakalpojuma kvalitāti un veikspēju, ir nepieciešamas padziļinātas zināšanas par vecuma diskrimināciju un tās izpausmes veidiem, kas attiecas ne tikai uz bērna vecumu, bet arī stereotipiem un aizspriedumiem, kas var skart arī pašu speciālistu, sniedzot pakalpojumu bērnam.

Vecuma diskriminācija (ageism) ir stereotipu, aizspriedumu un diskriminējošas prakses kopums, kas balstās uz personas vecumu. Tā var būt vērstā gan pret gados veciem, gan pret gados jauniem cilvēkiem, izpausoties indivīda, institūciju vai sabiedrības līmenī. Vecuma diskriminācija ierobežo cilvēku iespējas, liedzot vienlīdzīgu piekļuvi resursiem, līdzdalībai un cieņpilnai attieksmei.

Pasaules Veselības organizācija (PVO) vecuma diskrimināciju definē¹⁵⁷ kā stereotipus (kā mēs domājam), aizspriedumus (kā mēs jūtamies) un diskrimināciju (kā mēs rīkojamies) pamatojoties uz vecumu. Tas var izpausties dažādās formās, tostarp institucionālā, starppersonu un pašvadītā vecuma diskriminācijā, un var skart visas vecuma grupas. Vecuma diskriminācija BAS darbā ar bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām var izpausties kā:

- ❖ **Stereotipi** — uzskats, ka visi bērni ir “bezatbildīgi” vai pieaugušie bieži pieņem, ka bērni automātiski nevērtē viņu palīdzību vai noteikumus, kas var novest pie nevienlīdzīgas attieksmes vai sodīšanas. Dažkārt uzskata, ka “mazāki bērni nevar saprast sarežģītas lietas”, tādējādi bērniem tiek liegtas iespējas iesaistīties lēmumu pieņemšanā vai mācīšanās projektos, pat ja viņi ir spējīgi saprast vairāk, nekā pieaugušie domā. Savukārt stereotips, ka “pusaudži ir slinki un neinteresējas par mācībām” bieži novērš skolotāju un vecāku uzmanību, kas varētu veicināt motivāciju un individuālu atbalstu.
- ❖ **Prakse** — noteikumu, likumu vai procedūru piemērošana, kas nelabvēlīgi ietekmē kādu vecuma grupu. Piemēram, sporta vai interešu pulciņi bieži pieņem tikai noteikta vecuma bērnus (piemēram, no 7 vai līdz 12 gadiem), tādējādi citu vecumu bērni paliek ārpus iespēju loka vai dažās interešu grupās pieņem bērnus tikai ar noteiktām prasmēm vai fiziskiem parametriem, kas diskriminē gan jaunākos, gan mazāk attīstītos bērnus;
- ❖ **Attieksme ikdienā** — frāzes “tu esi par vecu/jaunu, lai...”, bērnu problēmu trivializēšana (“tev vēl viss priekšā, tāpēc tas nav nopietni”) u.c. frāzes par vecumu ignorē bērna viedokli, liekot justies nevērtīgiem, ierobežo bērna iespējas izteikties, piedalīties diskusijās vai lēmumu pieņemšanā, dažkārt ikdienā bērnam tiek liegta iespēja piedalīties aktivitātēs vai pasākumos, kas viņiem būtu interesanti, ar vienkāršu vecuma pamatojumu.

Attiecībā uz atkarību izraisošu vielu lietošanu, nav noteikta “viena vecuma”, kad bērns tās sāk lietot, jo atkarības veidošanās ir atkarīga no daudziem faktoriem: ģimenes vides, psiholoģiskām grūtībām, pieejamības un sociālās ietekmes. Tomēr pētījumi¹⁵⁸ rāda, ka pirmās eksperimentēšanas pieredzes

¹⁵⁷ <https://www.who.int/health-topics/ageism>

¹⁵⁸ National Institute on Drug Abuse (NIDA). Principles of Adolescent Substance Use Disorder Treatment (2020), <https://nida.nih.gov/>

ar alkoholu, nikotīnu vai citām vielām bieži notiek jau 10–14 gadu vecumā. Vidējais vecums, kad jaunieši sāk regulāri lietot alkoholu vai cigaretes, ir ap 13–15 gadiem (dažās valstīs pat agrāk). Atkarības risks būtiski palielinās pusaudžu vecumā (14–18 g.), jo smadzenes vēl attīstās (īpaši prefrontālā garoza, kas atbild par lēmumu pieņemšanu un impulsu kontroli). Smagāku vielu lietošana (piem., narkotikas) biežāk sākas vecākā pusaudžu vecumā (15–17 g.), taču arī jaunāki gadījumi nav reti.

Lai nodrošinātu efektīvu pieeju darbā ar bērniem, kuriem ir vielu lietošanas un uzvedības problēmas, ir būtiski ņemt vērā viņu vecumposmu attīstības īpatnības. Vecuma atšķirības ietekmē gan problēmu rašanās iemeslus, gan piemērotākās intervences metodes. Vecums ir būtisks aspekts, jo bērna attīstības līmenis nosaka, kā viņš uztver problēmas, kā reaģē uz terapiju vai atbalsta pakalpojumu un kādas intervences ir piemērotas.

Ieteikumi, par vecuma aspekta integrētu pieeju BAS darbā:

Cienīt bērna vecumu un attīstības posmu, izprotot, kā konkrētajā vecumā attīstās bērna emocionālās un sociālās prasmes. Nepieprasīt uzvedību, kas neatbilst vecuma iespējām (piem., no 10-gadnieka gaidīt pieauguša cilvēka pašdisciplīnu).

Vecuma aspekta integrēta pieeja nozīmē, ka vecuma aspekts tiek ņemts vērā visos lēmumos, aktivitātēs un atbalsta pakalpojuma veidošanā kopumā, nevis tikai kā atsevišķs elements. Šīs pieejas uzmanības centrā ir bērna reālās spējas, nevis tikai viņa dzimšanas gads.

Izvairīties no salīdzināšanas pēc vecuma, neuzsverot, ka “tu esi par vecu/jaunu, lai tā uzvestos”, vērtēt katru bērnu individuāli pēc viņa prasmēm, situācijas un pieredzes.

Sniegt vecumam atbilstošu atbalstu - mazākiem bērniem vairāk izmantot spēli, vizuālus materiālus, rutīnu; pusaudžiem – sarunas, lomu spēles, diskusijas, atbildības un izvēles iespējas. Tas pats attiecas uz informācijas sniegšanu.

Nodrošināt līdzvērtīgu attieksmi - neuzskatīt, ka jaunākiem bērniem problēmas ir “mazsvarīgas”, bet vecākiem – “nepiedodamas” un ieklausīties katrā pieredzē kā nozīmīgā, neatkarīgi no bērna vecuma.

Diskriminācijas aspekts: Reliģiskā pārliecība un etniskā piederība

Pastiprināta uzmanība nediskriminācijai reliģiskās pārliecības un etniskās piederības dēļ BAS darbā ir nepieciešama tāpēc, ka bērni ar uzvedības un atkarību problēmām jau saskaras ar stigmatizāciju un nosodījumu saistībā ar viņu uzvedību un veselības stāvokli. Papildu diskriminācija reliģiskās pārliecības vai etniskās piederības dēļ pastiprina šo ievainojamību, samazinot bērna iespējas meklēt palīdzību un iesaistīties atbalsta programmās¹⁵⁹, piemēram, bērni no Ukrainas kā kara bēgļi, citu valstu pilsoņi ar citu reliģisko pārliecību, kuri pārcēlušies uz dzīvi Latvijā.

ANO Bērnu tiesību konvencijas 2.pants paredz, ka ir jārespektē un jānodrošina visas šajā konvencijā paredzētās tiesības ikvienam bērnam, bez jebkādas diskriminācijas un neatkarīgi no bērna, viņa vecāku vai aizbildņu **rases, ādas krāsas, dzimuma, valodas, reliģiskās piederības, politiskās vai citas pārliecības, nacionālās, etniskās izcelsmes** [...] vai jebkādiem citiem apstākļiem.

¹⁵⁹ SAMHSA (2020). Cultural Awareness and Competence in Behavioral Health.
<https://library.samhsa.gov/sites/default/files/pep21-05-02-001.pdf>

Diskriminācija etniskās piederības vai reliģiskās pārliecības dēļ nozīmē nevienlīdzīgu, aizspriedumainu vai netaisnīgu attieksmi pret cilvēku tikai tāpēc, ka viņš pieder pie noteiktas etniskās grupas. Šāda diskriminācija pazemina bērna pašvērtību, samazina iespējas iegūt izglītību un attīstīt savus talantus un veicina sociālo izolāciju.

Diskriminācija reliģiskās pārliecības un etniskās piederības dēļ var izpausties kā:

- **Stereotipi un aizspriedumi**, pieņemot, ka cilvēki ar konkrētu etnisko izcelsmi ir “citādi”, “mazāk spējīgi” vai “problemātiski”, “šie bērni vienmēr būs grūtāk adaptējami.” Piemēram, romiem tiek piedēvēts, ka viņi ir neizglītoti, nevēlas strādāt vai ir zagļi u.tml.
- **Izslēgšana un nevienlīdzīga izturēšanās**, kas izpaužas kā atšķirīga attieksme pret bērnu skolā, piemēram, viņi tiek izstumti vai izsmieti tikai viņu etniskās piederības dēļ. Piemēram, bērni, kuri runā citā dzimtajā valodā, var tikt sodīti vai netikt aicināti piedalīties grupu aktivitātēs u.c.
- **Institucionālā diskriminācija**, kas var izpausties kā noteikumi, politikas vai prakses, kas nevienlīdzīgi ietekmē konkrētas etniskās grupas. Piemēram, skolas un interešu nodarbības var neņemt vērā dažādu reliģiju svētkus, radot bērniem sajūtu, ka viņu ticība netiek cienīta.

Vēl daži apsvērumi, kāpēc ir īpaši svarīgi pievērst uzmanību reliģiskās pārliecības un etniskās piederības aspektam darbā ar bērniem, kuriem ir uzvedības vai atkarību problēmas:

Dubultā stigma. Bērni ar uzvedības un atkarību problēmām jau piedzīvo stigmu un nosodījumu. Ja viņi vienlaikus saskaras ar **diskrimināciju etniskās vai reliģiskās identitātes dēļ**, stigmatizācijas risks dubultojas. Rezultātā bērni ar citu etnisko vai reliģisko piederību var **izvairīties meklēt palīdzību**, baidoties no atraidījuma vai stereotipiem.

Uzticības un atbalsta pieejamības barjeras. Ja speciālists neizrāda cieņu bērna kultūrai/reliģijai/etniskajai piederībai, bērns un viņa ģimene var neuzticēties BAS pakalpojuma sniedzējiem. Tas nozīmē, ka palīdzība var netikt izmantota pat tad, ja tā ir pieejama. Kultūrajūtīga, nediskriminējoša pieeja speciālista darbā veicina līdzdalību un iesaisti sadarbībā ar BAS.

Ģimenes un kopienas nozīme. Daudzās kultūrās ģimenei un kopienai ir ļoti liela nozīme bērna audzināšanā un lēmumu pieņemšanā. Ja tiek ignorēta etniskā vai reliģiskā identitāte, ģimene var justies atstumta, kas samazina iespēju sadarboties ar BAS pakalpojuma saņemšanas procesā. Cieņa pret ģimenes etnisko izcelsmi vai reliģisko piederību palīdz iesaistīt ģimeni kā resursu bērna atbalstam.

Tādējādi pastiprināta uzmanība reliģiskās pārliecības un etniskās piederības nediskriminācijai darbā ar bērniem ar uzvedības un atkarību problēmām ir nepieciešama, lai:

- mazinātu dubulto stigmu un diskriminācijas risku;
- veicinātu uzticību un pieejamību atbalstam;
- iesaistītu ģimeni un kopienas kā atbalsta resursus;
- nodrošinātu bērna tiesību ievērošanu un vienlīdzīgu pieeju veselības aprūpei.

Ieteikumi par etniskās un reliģiskās piederības aspekta integrētu pieeju BAS darbā:

Attieksme un komunikācija. Nedrīkst stigmatizēt vai saistīt bērna problēmas ar viņa etnisko vai reliģisko identitāti (piemēram, “tas notiek, jo jūsu kultūrā...”). Jāizvairās no vispārinājumiem – katrs

bērns ir individuāls, pat, ja viņš nāk no konkrētas kopienas. Jārespektē bērna un ģimenes reliģiskās prakses (piem., ēdiena ierobežojumi, lūgšanu laiks, reliģiskās svētku dienas).

Praktiskais darbs ar bērnu. Plānojot brīvā laika aktivitātes vai nometnes, ņemt vērā svētku un kultūras atšķirības, piemēram, piedāvāt ēdienu izvēles iespējas, kas atbilst reliģiskajiem ierobežojumiem. Plānojot brīvā laika aktivitātes vai nometnes, ņemt vērā svētku un kultūras atšķirības.

Pakalpojuma sniegšana vienlīdzīgi. Nodrošināt, lai pakalpojums būtu pieejamas visiem bērniem, neatkarīgi no valodas vai kultūras fona (piem., tulka piesaiste, materiāli bērna saprotamā valodā). Ja nepieciešams, pielāgot metodes kultūras kontekstam, nezaudējot pakalpojuma efektivitāti (piem., ģimenes iesaiste kopienās, kur ģimenei ir liela nozīme).

Sociālās iekļaušanas veicināšana. Veidojot grupu aktivitātes, iekļaut bērnus no dažādām etniskajām vai reliģiskajām grupām. Tas veicina savstarpēju sapratni, toleranci un sadarbības prasmes. Paredzēt papildus atbalstu bērniem no minoritātēm, piemēram, nodrošināt informāciju saprotamā veidā dažādās valodās vai piedāvāt tulkošanu vai bilingvālas nodarbības, ja nepieciešams.

Diskriminācijas aspekts: Seksuālā orientācija / dzimumidentitāte

Dzimumidentitāte un seksuālā orientācija ir divi atšķirīgi, bieži vien jaujami jēdzieni. Izprotot atšķirību starp dzimumidentitāti un seksuālo orientāciju, pēdējai būtu jāpiešķir lielāka nozīme kā faktoram, kas var būtiski ietekmēt gan bērna uzvedību, gan BAS piemērotās metodes darbā ar jauniešiem. Vadlīniju 25.pielikumā “Dzimumidentitātes un seksuālās jautājumi” ir sniegts skaidrojums par dzimumidentitātes traucējumu pazīmēm un situācijas novērtēšanu, galvenokārt medicīniskā izpratnē (saistībā ar traucējumu dzimumdisforiju — stāvokli, kas iekļauts starptautiskajā slimību klasifikācijā (ICD-11)).

Ņemot vērā, ka seksuālās orientācijas jautājums sabiedrībā tiek dažādi interpretēts un sabiedrības vērtējums dažkārt nav viennozīmīgs, ir īpaši svarīgi, lai BAS savā darbā būtu brīvs no aizspriedumiem pret atšķirīgo un sniegtu bērnam, viņa interesēm atbilstošu profesionālu atbalstu. Bērni un pusaudži vēl tikai veido savu identitāti. Viņi var eksperimentēt ar dažādām izpausmēm, nosaukumiem vai lomām. Seksuālā orientācija un dzimumidentitāte var nebūt pilnībā skaidra agrā vecumā un agrīna ziņkārība vai jautājumi vēl nenozīmē, ka bērns jau ir noteiktā identitātē. Vienlaikus ir situācijas, kad bērns jau ir apzinājis savu dzimumidentitāti vai seksuālo orientāciju un piedzīvojis diskrimināciju, tādēļ BAS ir jāpievērš uzmanība vairākiem faktoriem. Vienlaikus ir vēl daudzi citi jēdzieni, kas tiek saistīti ar dzimuma identitāti, piemēram, cisdzimte, transpersona u.c., kuriem ir atšķirīgs skaidrojums¹⁶⁰.

Dzimumidentitāte attiecas uz to, kā cilvēks iekšēji izjūt un uztver savu dzimumu. Piemēram, cilvēks var identificēties kā sievieti, vīrieti, abi, neviens no tiem vai kaut kas pa vidu. Tā nav atkarīga no bioloģiskā dzimuma (piemēram, dzimšanas brīdī piešķirtā dzimuma). **Dzimte** ir specifisks kultūras un sociālo procesu ietekmē veidojušos īpašību kopums, kas nosaka sieviešu, vīriešu un citu kategoriju

¹⁶⁰ <https://www.veselapasaule.lv/lv/jauniesiem/seksuala-un-reproduktiva-veseliba/ar-dzimuma-identitati-saistiti-termini>

sociālo uzvedību. Dzimte ne vienmēr sakrīt ar bioloģisko dzimumu, tā ir katra paša personiskā psiholoģiskā izjūta par sevi.¹⁶¹

Seksuālā orientācija attiecas uz to, pret ko cilvēks izjūt emocionālu, romantisku vai seksuālu pievilcību. Piemēram: heteroseksuāls (pret pretējo dzimumu), homoseksuāls (pret savu dzimumu), biseksuāls, panseksuāls u.c. Seksuālā orientācija ir “nemainīga, dabiska emocionālā, romantiskā vai seksuālā pievilcība pret citiem cilvēkiem”¹⁶² un tā ir neatkarīga no dzimumidentitātes.

Seksuālā orientācija ir ne tikai cilvēka identitātes sastāvdaļa, bet arī cilvēktiesību jautājums. Ikvienam ir tiesības izvēlēties partneri un izpaust savu identitāti bez diskriminācijas, vardarbības vai apspiešanas. Līdztiesības principa ievērošana nozīmē, ka cilvēkiem ir jābūt vienlīdzīgiem neatkarīgi no viņu seksuālās orientācijas¹⁶³.

Visbiežāk cilvēki ar atšķirīgu seksuālo orientāciju, dzimumidentitāti saskaras ar **naida runu** – t.i. jebkura veida izteikumi, kas kūda, veicina, izplata vai attaisno vardarbību, naidu vai diskrimināciju pret personu vai personu grupām vai arī tās nomelno, balstoties uz tādām personīgām pazīmēm kā bioloģiskais dzimums, dzimtes identitāte, seksuālā orientācija u.c.¹⁶⁴

Pētījumu dati liecina¹⁶⁵, ka Latvijas LGBTK+ kopiena regulāri piedzīvo diskrimināciju (82%) un pret sevi vērstu naida runu (58%). Taču tikai 1% pēc pieredzētas naida runas, un 6% pēc piedzīvota fiziska uzbrukuma par notikušo ziņo kādām tiesībsargājošajām iestādēm vai citām organizācijām. Tāpat ir pierādīts, ka tieši cilvēki ar atšķirīgu seksuālo orientāciju ir vairāk pakļauti diskriminācijas riskam, tai skaitā vardarbībai, kas var izraisīt gan uzvedības problēmas, gan atkarību izraisīšu vielu lietošanu, gan pastiprināt jau esošas problēmas.

Aptaujā¹⁶⁷ ir arī noskaidrots, ka attiecībā uz pazīmēm, pēc kurām šīs aptaujas respondenti tika diskriminēti, visbiežāk tika minēta seksuālā orientācija. Tas bija īpaši izteikti izglītības iestādēs (29%). Ja skatās uz diskriminācijas caur vecuma grupu griezumu, pēdējā gada laikā ar šo ir saskārušies 61% jauniešu vecumā līdz 30 gadiem, t.sk. aptaujā arī secināts, ka lielāka proporcija no aptaujātajiem jauniešiem (41%) norādīja, ka ir geji un gandrīz uz pusi mazāk - 25% - meitenes norādīja, ka ir lesbietes.

Ieteikumi par seksuālās orientācijas aspekta integrētu pieeju BAS darbā:

¹⁶¹ PVO. (2016) Vadlīnijas par veselību un seksuālo dažādību: Ievads pamata konceptos. Pieejams <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/255340/WHO-FWC-GER-16.2-eng.pdf?sequence=1>.

¹⁶² Sexual Orientation and Gender Identity Definitions, <https://www.hrc.org/resources/sexual-orientation-and-gender-identity-terminology-and-definitions>

¹⁶³ <https://www.dzadiba.lv/pamati-un-regulejums/seksuala-orientacija/>

¹⁶⁴ Cilvēktiesību gids. Nauda noziegumi un naida runa. Pieejams: <https://www.cilvektiesibugids.lv/temas/naida-noziegumi-un-naida-runa>.

¹⁶⁵ Latvijas LGBTK+ Kopienas aptauja

<https://static1.squarespace.com/static/5f155e15bd60fa3de131e582/t/6874b7758206592967666f97/1752479607215/Latvijas+LGBTK%2B+Kopienas+aptauja++zin%CC%A7ojums.pdf>

¹⁶⁶ Sabiedriskās domas aptauja par sabiedrības izpratni par diskriminācijas aspektiem

<https://www.lm.gov.lv/lv/sabiedriskas-domas-aptauja-par-sabiedrības-izpratni-par-diskriminācijas-aspektiem-28122022>

¹⁶⁷ Skat. 7.atsauci

Drošas vides nodrošināšana. Bērnam ir jāzina, ka viņš var uzdot jautājumus bez bailēm tikt izsmietam vai sodītam. BAS jābūt atvērtam, bet neuzbāzīgam. Jārespektē konfidencialitāte, īpaši pusaudžu vecumā.

Valoda un terminoloģija. Izmantot iekļaujošu valodu (piem., “draugs/draudzene vai partneris”, ne tikai “puika/meitene”). Ja bērns izvēlas noteiktu vārdu vai vietniekvārdu kā sevi uzrunāt, BAS tas jārespektē. Jautājumi jāuzdod tieši un atklāti – droši pajautāt bērnam, kā viņš vēlas, lai viņu uzrunā.

Atbalsts, nevis spiediens. Nekad nelikt bērnam “izvēlēties” vai “pierādīt”, kas viņš ir. Atbalstīt bērnu tajā, kur viņš atrodas šobrīd, nevis uzspiest BAS gaidas. Uz klausīt vairāk, nekā runāt.

Vecāku un ģimenes iesaiste. Dažreiz vecāki ir atbalstoši, bet citreiz – noraidoši. BAS jāsabalansē bērna drošība un ģimenes informēšana. Jāsniedz resursi un skaidrojumi vecākiem, lai veicinātu izpratni.

Iespējamās grūtības. Bērni, kas jūtas atšķirīgi, var piedzīvot bulingu, izolāciju, depresiju vai trauksmi. Jābūt uzmanīgam pret pazīmēm, kas liecina par emocionālu vai psiholoģisku grūtību. Jāzina, kā nosūtīt pie atbilstošiem speciālistiem (piem., bērnu psihologa, ģimenes terapeita).

Izglītošanās un profesionālisms. BAS jāzina pamatjēdzieni par dzimumidentitāti un seksuālo orientāciju. Regulāri jāseko līdzi aktuālajai informācijai un darba metodēm. BAS ir jāpārzina organizācijas, kuras pārstāv noteiktas grupas un jāspēj palīdzēt bērnam tās uzmeklēt un jāiedrošina saņemt atbalstu.

Diskriminācijas aspekts: Invaliditāte

BAS sniedzot atbalstu bērniem, kuriem ir **gan invaliditāte, gan uzvedības vai atkarību problēmas**, nepieciešama īpaši strukturēta un iekļaujoša pieeja. Šie bērni bieži saskaras ar vairākiem riskiem vienlaikus: slimību, stigmatu, sociālo izolāciju, emocionālām grūtībām, un reizēm arī vardarbības vai izmantošanas risku.

Lai arī Latvijā netiek veikti pētījumi par to, cik bieži ir sastopamas uzvedības un atkarību problēmas bērniem ar invaliditāti, vairāki **starptautiski pētījumi** var sniegt ieskatu šajā problemātikā. Cilvēki ar invaliditāti ievērojami biežāk cieš no vielu lietošanas traucējumiem nekā pārējie iedzīvotāji, un viņi arī retāk saņem ārstēšanu. Var būt arī pretējais. Cilvēki ar atkarību arī biežāk iegūst invaliditāti vai nu nejaušas traumas, vai ilgstošas vielu lietošanas blakusparādību dēļ. Personām ar invaliditāti bieži rodas atkarības, lai kompensētu emocionālus un garīgus traucējumus, trauksmi, slikto garastāvokli un fiziskas sāpes, kas pavada fizisko invaliditāti.

Invaliditāte un atbalsta trūkums var atņemt cilvēkam laimes un dzīves mērķa sajūtu, radot depresīvus stāvokļus. Vienlaikus cilvēkiem ar invaliditāti ir sastopami traucējumi, piemēram, depresija, trauksme un psiholoģiskas traumas, liekot daudziem meklēt viltus komforta sajūtu, lietojot atkarību izraisošas vielas. Personas ar invaliditāti saskaras ar tādiem stresa faktoriem, kā piemēram, aizspriedumiem un stereotipiem, visbiežāk viņiem tiek piedēvēta nespēja veikt konkrētus pienākumus, apgūt noteiktu izglītību un profesiju, atkarību no pabalstiem un nespēju piedalīties vairākās aktivitātēs tādā apjomā, kādā viņi vēlētos.

Latvijā “invaliditātes” jēdziens ir definēts normatīvajos aktos, un tas visbiežāk balstās uz Invaliditātes likuma 5.pantu: Invaliditāte ir ilgstošs vai nepārejošs ļoti smagas, smagas vai mērenas

pakāpes funkcionēšanas ierobežojums, kas ietekmē personas garīgās vai fiziskās spējas, darbības, pašaprūpi un iekļaušanos sabiedrībā. Citos avotos tiek skaidrots, ka invaliditāte ir uztverami indivīda ķermeņa, emociju un prāta traucējumi. Invaliditāte tiek definēta arī kā "stāvokļi, kas ietekmē personas fiziskās vai garīgās spējas vai mobilitāti". Invaliditāte var būt gan īslaicīga, gan ilgtermiņa, un daudzos gadījumos tā var saglabāties visu mūžu un tai ir gan medicīnisks gan sociāls raksturs.

Garīga rakstura invaliditāte. Mūsdienās cilvēki ar garīga rakstura traucējumiem arvien vairāk integrējas sabiedrībā, un daudzi cilvēki ar īpašām vajadzībām dzīvo ar daudz mazāku uzraudzību nekā agrāk. Tā rezultātā cilvēki ar intelektuālās attīstības traucējumiem tagad ir vairāk pakļauti narkotiku un alkohola atkarībai, un dažiem attīstās vielu lietošanas problēmas. ASV aprēķinos konstatēts, ka apmēram 5 % no 7–8 miljoniem cilvēku ar **garīga rakstura traucējumiem** cieš no vielu lietošanas traucējumiem¹⁶⁸. Diemžēl, cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem vielu lietošana ne vienmēr tiek nekavējoties atpazīta, kas var izraisīt diagnozes noteikšanas, ārstēšanas un arī atbalsta pakalpojumu sniegšanas aizkavēšanos. Pētījumā¹⁶⁹ ir secināts, ka cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem ir paaugstināts risks attiecībā uz atkarību izraisošu vielu lietošanu salīdzinājumā ar pārējo populāciju.

Fiziska un cita veida invaliditātes. Fiziskas invaliditātes gadījumā atkarību izraisošu vielu lietošanas gadījumi ir izplatītāki nekā pārējā populācijā – biežums šeit ir **2–4 reizes lielāks**. Cilvēki ar fizisku invaliditāti biežāk ļaunprātīgi lieto opioīdus, bet retāk saņem atkarības ārstēšanu. Opioīdi ir tik ļoti atkarību izraisoši, ka pat personas, kas stingri ievēro īslaicīgas receptes, var ātri kļūt atkarīgas, un šis risks pieaug, jo ilgāk recepte ir spēkā. Pētījumos¹⁷⁰ arī atklāts, ka līdz pat 50% cilvēku ar mugurkaula traumām, ortopēdiskām traumām un traumatiskām smadzeņu traumām pārmērīgi lieto alkoholu.

Ieteikumi par invaliditātes aspekta integrētu pieeju BAS darbā:

Attiecību veidošana ar bērnu. Jānodrošina stabila, droša attiecība, kur bērns zina, ka pieaugušais viņu nekritizēs, bet palīdzēs. Jāizvairās no moralizēšanas – labāk koncentrēties uz uzvedības sekām un alternatīvām rīcībām. Jāņem vērā, ka bērna uzvedība bieži ir veids, kā viņš mēģina signalizēt par grūtībām, nevis "slikta rakstura" pazīme.

Uzvedības un atkarību grūtību izpratne. Uzvedības problēmas bieži var būt saistītas ar invaliditāti (piem., UDHS, autiskā spektra traucējumi, intelektuālas grūtības). Atkarību riski (nikotīns, alkohols, digitālās atkarības, medikamenti) bērniem ar invaliditāti var būt **augstāki**, jo viņiem nereti trūkst veselīgu pašregulācijas prasmju vai sociālo atbalsta tīklu. Jāpiedāvā bērnam veselīgas alternatīvas – sporta aktivitātes, kas ir piemērotas bērna fiziskajam stāvoklim, radošas nodarbes, strukturētu dienas režīmu.

Droša un strukturēta vide. Ir jāizveido paredzamu dienas kārtību – tas mazina trauksmi un impulsīvu uzvedību. Jāmazina iespējamais "triggerus" (piem., pārpildītas telpas, pārmērīgs troksnis). Jāizmanto pozitīvais pastiprinājums – uzslava, motivējošus simbolus vai mazus panākumu soļus.

Ģimene un multidisciplinārs atbalsts. Regulāri jāsadarbojas ar ģimeni – vecākiem vai aizbildņiem jāzina, kā atbalstīt bērnu mājās. Jāstrādā komandā ar ģimenes ārstu, psihiatru, psihologu,

¹⁶⁸ https://www.therecoveryvillage.com/drug-addiction/substance-use-intellectual-disabilities/?utm_source=chatgpt.com

¹⁶⁹ A Systematic Review of Substance Use (Disorder) in Individuals with Mild to Borderline Intellectual Disability <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6888885/>

¹⁷⁰ The Relationship Between Disability And Addiction <https://www.addictioncenter.com/Addiction/Disability>

ergoterapeitu, sociālo darbinieku, iesaistot pašvaldības un NVO (piem., rehabilitācijas programmas, atbalsta grupas).

Profesionālais atbalsts. Bērni ar invaliditāti un atkarībām ir īpaši neaizsargāti pret vardarbību vai izmantošanu. Lai saglabātu viņu drošību, jāsniedz informāciju bērnam saprotamā formā (piem., vizuālas shēmas par kaitīgām vielām). Jāseko, lai bērns saņem pielāgotus veselības aprūpes pakalpojumus – daudziem bērniem ar invaliditāti ir grūtāk piekļūt specializētām atkarību ārstēšanas programmām.

Praktiski paņēmieni. Var izmantot vizuālos grafikus un vienkāršus noteikumus, kas palīdz bērnam saprast robežas vai emociju atpazīšanas un regulācijas treniņus (piem., “dusmu termometrs”, elpošanas vingrinājumi). Jāatbalsta mazus soļus uz pozitīvām pārmaiņām, negaidot pilnīgu “problēmas atrisinājumu” uzreiz. Ja ir atkarību problēmas, var integrēt motivējošas intervijas elementus – palīdzēt bērnam pašam atrast iemeslus mainīties.

3. PRIEKŠLIKUMI

3.1. Priekšlikumi izmaiņām iepriekš izstrādātos, publicētos metodiskajos materiālos bērna atbalsta speciālistu sadarbības partneriem

Ņemot vērā BAS “ienākšanu” bērnu aizsardzības sistēmā, nepieciešams šāda speciālista lomu iekļaut vairākās metodikās, kas tiek izmantotas šajā darbības jomā, skat. 23.tabulā.

23.tabula. Priekšlikumi izmaiņām iepriekš izstrādātos, publicētos metodiskajos materiālos

Nr.	Identificētais publicētais metodiskais materiāls	Izstrādātājs/pasūtītājs, izdošanas gads, informatīvā saite	Priekšlikumi izmaiņām
1.	Metodiskais materiāls sociālajam darbam ģimenēm ar bērniem	Pasūtītājs: Labklājības ministrija Izpildītājs: SIA “AC Konsultācijas” speciālistu komanda sadarbībā ar nodibinājumu “C Modulis”, nodibinājumu “Sociālo pakalpojumu aģentūra” un biedrību “Resiliences centrs”, 2020 https://www.lm.gov.lv/lv/me todiskie-materiali-0	Aicināt Labklājības ministriju paredzēt BAS lomu sociālā darba ar ģimenēm ar bērniem nodrošināšanas ietvaros, veicot konceptuālas izmaiņas darbā ar ģimenēm ar bērniem un paredzot sadarbību arī ar BAS. Izmaiņas nepieciešamas pamatā metodikas 4.5.7. nodaļā “Sociālo darbinieku ģimenēm ar bērniem sadarbība ar psihologu, psihoterapeitu, psihiatru”, paredzot sadarbību ar BAS.
2.	Metodiskais materiāls sociālajam darbam ar jauniešiem	Pasūtītājs: Labklājības ministrija Izpildītājs: Nodibinājums “C Modulis” ekspertu komanda sadarbībā ar biedrību “Palēciens Tev”, Tukuma novada sociālo dienestu, biedrību “Resiliences centrs”, 2023 https://www.lm.gov.lv/lv/me todiskie-materiali-0	Aicināt Labklājības ministriju paredzēt BAS lomu sociālā darba ar jauniešiem nodrošināšanas ietvaros, veicot konceptuālas izmaiņas darbā ar jauniešiem un paredzot sadarbību arī ar BAS. Izmaiņas nepieciešamas pamatā metodikas 7.nodaļā “Starpprofesionālā un starpinstitucionālā sadarbība”, paredzot sadarbību ar BAS.
3.	Metodiskais materiāls sociālajam darbam ar atkarīgām un līdzatkarīgām personām	Pasūtītājs: Labklājības ministrija Izpildītājs: Biedrība “DIA+LOGS”, atbalsta centrs visiem, kurus skar HIV/AIDS, 2020 https://www.lm.gov.lv/lv/me todiskie-materiali-0	Aicināt Labklājības ministriju papildināt metodiku par sociālo darbu ar atkarīgajiem un līdzatkarīgajiem bērniem, veicot konceptuālas izmaiņas darbā ar atkarīgām un līdzatkarīgām personām un paredzot sadarbību arī ar BAS.

3.2. Priekšlikumi papildu finansējuma pieejamībai bērna atbalsta speciālista funkciju nodrošināšanai un tā nepieciešamības pamatojums

Jebkuram pakalpojumam nepieciešamā finansējuma (cenas) aprēķins tiek balstīts uz konkrētā pakalpojuma saturu, atbilstoši kuram izmaksu elements tiek iekļauts nepieciešamā finansējuma (cenas) aprēķinā.¹⁷¹ Līdz ar to, izstrādājot BAS pakalpojuma nepieciešamā finansējuma aprēķinu, tika izanalizēts **BAS pakalpojuma saturs**, un atbilstoši tam tika izdalītas piecas izmaksu grupas, kurās identificēti un iekļauti šādi izmaksu elementi:

1. BAS personāla izmaksas:
 - BAS atlīdzība (ieskaitot visus nodokļus);
 - supervīziju izmaksas;
 - mācību izmaksas;
 - veselības apdrošināšanas izmaksas;
 - komandējumu un darba braucienu izmaksas.
2. Pārējo darbinieku personāla izmaksas:
 - vecākā eksperta atlīdzība;
 - struktūrvienības, kurā strādā BAS, vadītāja atlīdzība;
 - vadošā finansista atlīdzība;
 - mācību izmaksas;
 - supervīziju izmaksas;
 - veselības apdrošināšanas izmaksas;
 - komandējumu un darba braucienu izmaksas.
3. BAS pakalpojuma sniegšanas izmaksas:
 - telpu noma BAS/darbiniekiem;
 - komunālo pakalpojumu izmaksas BAS/darbiniekiem;
 - kancelejas preces BAS/darbiniekiem;
 - materiāli aktivitātēm ar bērniem BAS;
 - BAS kompensējamās izmaksas darbā ar bērnu;
 - sakaru pakalpojumi BAS/darbiniekiem;
 - bankas pakalpojumi (iestādes maksājumu kartes);
 - BAS transporta izmaksas;
 - BAS automašīnas uzturēšanas izmaksas;
 - iepriekš neplānotās izmaksas nestandarta situācijās BAS.
4. BAS pakalpojuma materiāltehniskais nodrošinājums:
 - darba vietas labiekārtošanas izmaksas BAS/darbiniekiem;

¹⁷¹ Projekta “Sociālo pakalpojumu atbalsta sistēmas pilnveide” ievaros izstrādātais nodevuma “Sabiedrībā balstītu sociālo pakalpojumu cenas aprēķināšanas formulas algoritma izstrāde” 4. nodaļa 18. lpp.. Pieejams: <https://www.lm.gov.lv/lv/nodevums-sabiedriba-balstitu-socialo-pakalpojumu-cenas-aprekinasanas-formulas-algoritma-izstrade>

- inventārs BAS/darbiniekiem.

5. BAS pakalpojuma administrēšanas izmaksas.

Vadlīniju **34. pielikumā “BAS pakalpojuma nodrošināšanai nepieciešamā finansējuma aprēķins”** par pamatu ir ņemta informācija par Eiropas Sociālā fonda Plus līdzfinansētā projektā Nr.4.3.6.5/1/24/I/001 “Atbalsta pasākumi bērniem ar uzvedības un atkarību problēmām un to ģimenēm” (turpmāk – Projekts) šobrīd noteiktajām izmaksām un izmaksu veidojošajiem nosacījumiem, kas aprakstīti 24. tabulā un **34. pielikumā**.¹⁷²

24. tabula. BAS pakalpojuma nodrošināšanai nepieciešamā finansējuma aprēķinā iekļauto izmaksu elementi un to raksturojums

Izmaksu elementa nosaukums	Izmaksu elementa raksturojums
<i>BAS skaits</i>	BAS vadlīniju izstrādātāji, aprēķinot BAS pakalpojuma nodrošināšanai nepieciešamo finansējumu, izdala 3 variantus saistībā ar plānoto BAS skaitu: ▶ 1.variants – plānoti 12 BAS – katrā reģionā 2 BAS un Rīgā 4 BAS; ▶ 2. variants - katrā pašvaldībā plānots viens BAS – 42 BAS, bet Rīgas valstspilsētas pašvaldībā plānoti trīs BAS, jo tās sociālā dienestā ir trīs struktūrvienības¹⁷³ – Pārdaugavas rajona nodaļa, Latgales rajona nodaļa, Ziemeļu rajona nodaļa – kopā plānoti 45 BAS. ▶ 3. variants – katrā reģionā plānoti pieci BAS – 25 BAS.
<i>Vecāko ekspertu un vadošo finansistu skaits</i>	1. variants – uz 12 BAS plānota viena slodze vecākais eksperts un viena slodze vadošais finansists. 2. variants – uz 45 BAS plānotas trīs slodzes vecākie eksperti un trīs slodzes vadošie finansisti. 3. variants - uz 25 BAS plānotas divas slodzes vecākie eksperti un divas slodzes vadošie finansisti. Tiek pieņemts, ka vienas slodzes vecākais eksperts koordinē un vadošais finansists administrē 12 līdz 15 BAS darbu.
<i>Bērnu skaits uz vienu BAS</i>	10 bērni uz vienu BAS. Pamatojumu skatīt 2.4 nodaļā.
BAS personāla izmaksas	

¹⁷² Projekta speciālistu sniegtā informācija.

¹⁷³ Rīgas valstspilsētas pašvaldības sociālā dienesta struktūrshēma. (2025). Pieejama: https://ld.riga.lv/wp-content/uploads/2025/02/strukturshema_01.01.2025.pdf

<i>BAS atlīdzības izmaksas</i>	BAS atalgojuma apmērs tiek noteikts pamatojoties uz Ministru kabineta 26.04.2022. noteikumu Nr. 262 "Valsts un pašvaldību institūciju amatu katalogs, amatu klasifikācijas un amatu apraksta izstrādāšanas kārtība"¹⁷⁴: ▶ 100.4 punktu – 39.1. amatu apakšsaime III līmenis; ▶ 1. pielikumu "Amatu līmeņu sadalījums mēnešalgu grupās" 10. mēnešalgu grupa. Saskaņā ar šobrīd Centra noteikto BAS atlīdzības aprēķinā tiek iekļauts (skatīt 34. pielikuma 1.2.tabulu): ▶ BAS mēnešalga; ▶ atvaļinājuma pabalsts; ▶ novērtēšanas prēmija; ▶ darba devēja valsts sociālās apdrošināšanas obligātās iemaksas (23,59%). Papildu informācija 2025.gadā 10. mēnešalgu grupas valstī noteiktais viduspunkts ir 2174 eiro (maksimums 2718 eiro).¹⁷⁵
<i>BAS supervīziju izmaksas</i>	Pamatojoties uz esošo praksi, grupas supervīzijas norisei noteikts, ka grupas optimālais supervīzijas dalībnieku skaits ir 8–12 dalībnieki un, ka grupas sesija ilgst trīs astronomiskās stundas. Savukārt, individuālās supervīzijas ilgums ir viena astronomiskā stunda. BAS supervīzijas tiek plānots nodrošināt: ▶ grupas sesijas vienu reizi mēnesī; ▶ ņemot vērā to, ka individuālās supervīzijas BAS saņem pēc nepieciešamības, tiek pieņemts, ka individuālās supervīzijas izmantos 25% no BAS un vidēji katrs saņems 10 individuālās sesijas gadā: ○ 1. variants – no 12 BAS izmantos trīs BAS (12 *25%) un saņems kopā 30 individuālās sesijas (10 individuālās sesijas x 3 BAS); ○ 2. variants – no 45 BAS izmantos 11 BAS (45 *25%) un saņems kopā 110 individuālās sesijas (10 individuālās sesijas x 11 BAS);

¹⁷⁴ Ministru kabineta 2022. gada 26. aprīļa noteikumi Nr. 262 "Valsts un pašvaldību institūciju amatu katalogs, amatu klasifikācijas un amatu apraksta izstrādāšanas kārtība". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/332122>

¹⁷⁵ Dati par darba samaksu un nodarbinātajiem valsts pārvaldē. (2025). Pieejams: <https://www.mk.gov.lv/lv/dati-par-darba-samaksu-un-nodarbinatajiem-valsts-parvalde>

	○ 3. variants – no 25 BAS izmantos seši BAS (25 *25%) un saņems kopā 60 individuālās sesijas (10 individuālās sesijas x 6 BAS). Saskaņā ar projektā veikto iepirkumu (skatīt 34. pielikuma 1.3. tabulu): ▶ vienas grupu sesijas vienas stundas cena ir 100 eiro – vienas 3 stundu grupu sesijas cena ir 300 eiro; ▶ vienas individuālās sesijas vienas stundas cena ir 41,50 eiro.
<i>BAS mācību izmaksas</i>	Saskaņā ar šobrīd projektā noteikto kārtību, uz vienu BAS gadā tiek plānoti 300 eiro mācību izmaksu segšanai.
<i>BAS veselības apdrošināšanas izmaksas</i>	Saskaņā ar Labklājības ministrijas noteikto kārtību un centralizēto iepirkumu par veselības apdrošināšanas izmaksām BAS veselības apdrošināšanas izmaksu summa ir 426,86 eiro gadā. Papildus informācija: No 2024.gada 1.janvāra tiek palielināta ar algas nodokli neapliekamā darba devēja apmaksātā veselības apdrošināšanas prēmiju summa līdz 750 eiro gadā.¹⁷⁶
<i>BAS komandējuma un darba braucienu izmaksas, BAS pakalpojuma administrēšanas jautājumos</i>	Saskaņā ar šobrīd Centra noteikto kārtību, BAS komandējumu un darba braucienu izmaksas, neatkarīgi no tā, vai BAS izmanto automašīnu vai sabiedrisko transportu, tiek pielīdzinātas konkrētā brīža sabiedriskā transporta izmaksām. Līdz ar to, tiek aprēķinātas vidējās sabiedriskā transporta izmaksas par vienu braucienu uz Rīgu (turp un atpakaļ) vienam BAS, kas sastāda vidēji 20,26 eiro (skatīt 34. pielikuma 1.4. tabulu). Komandējumu un darba braucienu izmaksu aprēķinā tiek pieņemts, ka: ▶ viens BAS vienu reizi mēnesī (izņemot divus mēnešus vasarā atvaļinājumu laikā) brauc uz Rīgu uz klātienes supervīziju un darba sanāksmi, kopā gadā 10 braucieni; ▶ BAS piedalās mācībās – 24 stundas gadā, vienas mācību reizes (dienas) ilgums ir vidēji 4 stundas, kopā gadā 6 reizes/dienas (24 h/4h), no tām 2 reizes/dienas klātienē un 4 reizes/dienas attālināti; ▶ četras reizes gadā piedalās dažādās klātienes sanāksmēs, pasākumos Rīgā; ▶ BAS uz Rīgu gadā brauc 16 reizes (10+2+4) un kopējais finansējums uz vienu BAS vidēji gadā ir 324,16 eiro (16 reizes x 20,26 eiro).

¹⁷⁶ Likums par iedzīvotāju ienākuma nodokli. (1993). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/56880>

Pārējo darbinieku personāla izmaksas	
BAS nodaļas vadītājs	Nodaļas vadītāja atalgojuma apmērs tiek noteikts pamatojoties uz Ministru kabineta 26.04.2022. noteikumu Nr. 262 "Valsts un pašvaldību institūciju amatu katalogs, amatu klasifikācijas un amatu apraksta izstrādāšanas kārtība"¹⁷⁷: ▶ 100.4 punktu – 39.1. amatu apakšsaime IVA līmenis; ▶ 1. pielikumu "Amatu līmeņu sadalījums mēnešalgu grupās" 11. mēnešalgu grupa. Nodaļas vadītāja atlīdzības aprēķinā tiek iekļauts (skatīt 34. pielikuma 1.2.tabulu): ▶ nodaļas vadītāja mēnešalga (11. mēnešalgu grupas viduspunkts) saskaņā ar 2025.gadā noteikto mēnešalgu skalu ar intervāliem valsts un pašvaldību institūcijās nodarbinātajiem ierēdņiem un darbiniekiem;¹⁷⁸ ▶ atvaļinājuma pabalsts; ▶ novērtēšanas prēmija; ▶ darba devēja valsts sociālās apdrošināšanas obligātās iemaksas (23,59%).
Vecākais eksperts, kas koordinē BAS darbu	Vecākā eksperta atalgojuma apmērs tiek noteikts pamatojoties uz Ministru kabineta 26.04.2022. noteikumu Nr. 262 "Valsts un pašvaldību institūciju amatu katalogs, amatu klasifikācijas un amatu apraksta izstrādāšanas kārtība"¹⁷⁹: ▶ 100.4 punktu – 39.1. amatu apakšsaime III līmenis; ▶ 1. pielikumu "Amatu līmeņu sadalījums mēnešalgu grupās" 10. mēnešalgu grupa. Vecākā eksperta atlīdzības aprēķinā tiek iekļauts (skatīt 34. pielikuma 1.2.tabulu): ▶ vecākā eksperta mēnešalga (10. mēnešalgu grupas viduspunkts) saskaņā ar 2025.gadā noteikto mēnešalgu skalu ar intervāliem valsts un pašvaldību institūcijās nodarbinātajiem ierēdņiem un darbiniekiem;¹⁸⁰

¹⁷⁷ Ministru kabineta 2022. gada 26. aprīļa noteikumi Nr. 262 "Valsts un pašvaldību institūciju amatu katalogs, amatu klasifikācijas un amatu apraksta izstrādāšanas kārtība". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/332122>

¹⁷⁸ Dati par darba samaksu un nodarbinātajiem valsts pārvaldē. (2025). Pieejams: <https://www.mk.gov.lv/lv/dati-par-darba-samaksu-un-nodarbinatajiem-valsts-parvalde>

¹⁷⁹ Ministru kabineta 2022. gada 26. aprīļa noteikumi Nr. 262 "Valsts un pašvaldību institūciju amatu katalogs, amatu klasifikācijas un amatu apraksta izstrādāšanas kārtība". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/332122>

¹⁸⁰ Dati par darba samaksu un nodarbinātajiem valsts pārvaldē. (2025). Pieejams: <https://www.mk.gov.lv/lv/dati-par-darba-samaksu-un-nodarbinatajiem-valsts-parvalde>

	▶ atvaļinājuma pabalsts; ▶ novērtēšanas prēmija; ▶ darba devēja valsts sociālās apdrošināšanas obligātās iemaksas (23,59%).
<i>Vadošais finansists, kas administrē BAS darbu</i>	Vadošā finansista atalgojuma apmērs tiek noteikts pamatojoties uz Ministru kabineta 26.04.2022. noteikumu Nr.262 “Valsts un pašvaldību institūciju amatu katalogs, amatu klasifikācijas un amatu apraksta izstrādāšanas kārtība”¹⁸¹: ▶ 100.4 punktu – 15.1 amatu apakšsaime III līmenis; ▶ 1. pielikumu “Amatu līmeņu sadalījums mēnešalgu grupās” 10. mēnešalgu grupa. Vadošā finansista atlīdzības aprēķinā tiek iekļauts (<i>skatīt 34. pielikuma 1.2.tabulu</i>): ▶ vadošā finansista mēnešalga (10. mēnešalgu grupas viduspunkts) saskaņā ar 2025.gadā noteikto mēnešalgu skalu ar intervāliem valsts un pašvaldību institūcijās nodarbinātajiem ierēdņiem un darbiniekiem;¹⁸² ▶ atvaļinājuma pabalsts; ▶ novērtēšanas prēmija; ▶ darba devēja valsts sociālās apdrošināšanas obligātās iemaksas (23,59%).
<i>Darbinieku mācību izmaksas</i>	Saskaņā ar šobrīd projektā noteikto kārtību uz vienu darbinieku (vecākie eksperti + nodaļas vadītājs + vadošais finansists) gadā tiek plānoti 200 eiro mācību izmaksu segšanai.
<i>Darbinieku veselības apdrošināšanas izmaksas</i>	Saskaņā ar šobrīd projektā noteikto vienam darbiniekam (vecākie eksperti + nodaļas vadītājs + vadošais finansists) veselības apdrošināšanas izmaksas ir 426,86 eiro gadā.
<i>Darbinieku komandējumu un darba braucienu izmaksas</i>	Plānots, ka nodaļas vadītājs un/vai vecākais eksperts vienu reizi gadā brauc pie BAS, lai veiktu BAS darba pārbaudi, tiktos ar pašvaldības sadarbības grupas dalībniekiem un pārrunātu sadarbības jautājumus, BAS darba progresu. Darba braucienu izmaksu aprēķinā tiek pieņemts, ka (<i>skatīt 34. pielikuma 1.6.tabulu</i>):

¹⁸¹ Ministru kabineta 26.04.22. noteikumi Nr. 262 “Valsts un pašvaldību institūciju amatu katalogs, amatu klasifikācijas un amatu apraksta izstrādāšanas kārtība”. Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/332122>

¹⁸² Dati par darba samaksu un nodarbinātajiem valsts pārvaldē. (2025). Pieejams: <https://www.mk.gov.lv/lv/dati-par-darba-samaksu-un-nodarbinatajiem-valsts-parvalde>

	▶ vidējais degvielas patēriņš uz 100 km ir 7 litri; ▶ degvielas viena litra cena ir 1,678 eiro¹⁸³; ▶ gadā (1 brauciens) uz vienu BAS pakalpojuma sniegšanas vietu nobraukti vidēji 300 km; ▶ ja darbiniekam noslēgts patapinājuma līgums par personīgā autotransporta lietošanu un darbinieks to izmantojis darba braucienu veikšanai - darbiniekam maksā nolietojuma un ekspluatācijas kompensāciju par transporta izmantošanu 0,03 centi par vienu km.¹⁸⁴
BAS pakalpojuma sniegšanas izmaksas	
<i>Telpu noma BAS pakalpojuma sniegšanai</i>	Saskaņā ar šobrīd Centra noteikto telpu nomas izmaksas plānotas 103 eiro uz vienu BAS/darbinieku (vecākie eksperti + nodaļas vadītājs) mēnesī.
<i>Komunālo pakalpojumu izmaksas</i>	Saskaņā ar šobrīd projektā noteikto komunālo pakalpojumu izmaksas plānotas 37 eiro uz vienu BAS/darbinieku (vecākie eksperti + nodaļas vadītājs) mēnesī.
<i>Kancelejas preces</i>	Kancelejas preču izmaksas tiek plānotas 12 eiro mēnesī uz vienu BAS/darbinieku (vecākie eksperti + nodaļas vadītājs).
<i>Materiāli aktivitātēm ar bērniem</i>	Materiālu (piemēram, spēles, zīmēšanas piederumi, plastilīns) izmaksas tiek plānotas 10 eiro mēnesī uz vienu BAS.
<i>BAS kompensējamās izmaksas darbā ar bērnu</i>	BAS darbā ar bērnu kompensējamo izmaksu mērķis ir BAS kontaktu ar bērnu dibināšanai, veidošanai un uzturēšanai, kopīgu aktivitāšu veikšanai, bērna hobiju attīstīšanai. Saskaņā ar šobrīd projektā noteikto kārtību BAS kompensējamās izmaksas darbā ar bērnu ir 50 eiro mēnesī par vienu bērnu. Minētās izmaksas var tikt izlietotas: ▶ par bērnam nepieciešamo higiēnas vai pirmās nepieciešamības preču iegādi (piemēram, plākssteri, salvetes u.tml.); ▶ par izglītojošu, kultūras, sporta pasākumu un/vai citu brīvā laika aktivitāšu apmeklēšanu gan bērnam, gan BAS, ja pasākumi tiek apmeklēti kopā (piemēram, ieejas maksa, biļetes, dalības maksa);

¹⁸³ Neste. (2025). Degvielas cenas. Pieejams: <https://www.neste.lv/lv/content/degvielas-cenas>

¹⁸⁴ Ministru kabineta 26.06.2010. noteikumu Nr.565 „Noteikumi par valsts un pašvaldību institūciju amatpersonu un darbinieku sociālajām garantijām” 65.punkts “Kompensācijas apmērs par personiskā transportlīdzekļa nolietojumu un ekspluatācijas izdevumiem (izņemot izdevumus par patērēto degvielu) nedrīkst pārsniegt četrus centus par katru nobraukto kilometru. Kompensācijas konkrēto apmēru nosaka iestādes vadītājs, ņemot vērā automašīnas motora tilpumu un automašīnas izlaides gadu.” Centrs par vieglā pasažieru transporta līdzekļa izmantošanu darba vajadzībām izmaksās darbiniekam nolietojuma un ekspluatācijas izdevumu kompensāciju 0,03 eiro (trīs centi) apmērā par vienu kilometru.

	▶ par sabiedriskās ēdināšanas uzņēmumu pakalpojumiem bērnam un BAS, ja ēdināšanas uzņēmums tiek apmeklēts kopā (piemēram, ēdiens, uzkodas, dzēriens kafējnīcā, ātrās ēdināšanas restorānā u.tml. uz vietas vai līdzņemšanai); ▶ par BAS kopīgo aktivitāšu īstenošanu ar bērnu (piemēram, uzkodas, dzēriens, galda spēles u.c.); ▶ maksa par autostāvvietu, iebraukšanas maksa teritorijā (piemēram, Jūrmalas caurlaide); ▶ sabiedriskā transporta izmaksas bērnam, ja tādas rodas; ▶ citi izdevumi, kas saskaņoti ar BAS tiešo vadītāju vai tiešā vadītāja deleģēto vecāko ekspertu (piemēram, par piepūšamajiem baloniem, ziediem bērnam nozīmīgu svētku svinēšanai u.tml.).
<i>Sakaru pakalpojumi</i>	Saskaņā ar šobrīd projektā noteikto sakaru pakalpojumi (mobilo sakaru pakalpojumi, internets birojā, pasta izdevumi) plānoti uz vienu BAS/darbinieku 30 eiro mēnesī.
<i>Bankas pakalpojumi (iestādes maksājumu kartes)</i>	Maksājumu kartes bankas pakalpojumu komisijas maksa, 10% no kabatas naudas apjoma skaidra nauda, tātad 10% no 50 eiro=5 eiro, līdz ar to maksa par skaidras naudas izņemšanu mēnesī 0.5% jeb 0.025 eiro jeb 03 centi vienam BAS vidēji mēnesī.
<i>BAS transporta izmaksas</i>	Darba braucienu nodrošināšanai BAS izmanto sabiedrisko transportu, centra lietošanā esošo automašīnu vai BAS īpašumā vai valdījumā esošo automašīnu. Saskaņā ar šobrīd Centrā noteikto kārtību BAS mēnesī var izlietot līdz 200 litri degvielas saistībā ar darba braucieniem, lai sniegtu BAS pakalpojumu. Transporta izmaksu detalizēts aprēķins atspoguļots 34. pielikuma 1.5. tabulā, kur tiek pieņemts, ka: ▶ vidējais degvielas patēriņš uz 100 km ir 7 litri; ▶ degvielas viena litra cena ir 1,678 eiro¹⁸⁵; ▶ viens BAS mēnesī iztērē vidēji 200 litrus degvielas un aprēķināts, ka nobrauc vidēji 2 857,14 km; ▶ BAS maksā kompensāciju par transporta izmantošanu 0,03 centi par vienu km; ▶ autostāvvietas un iebraukšanas maksas teritorijā izmaksas mēnesī uz vienu BAS ir 6 eiro (2 reizes x 3 eiro). Tiek pieņemts, ka

¹⁸⁵ Neste. (2025). Degvielas cenas Pieejams: <https://www.neste.lv/lv/content/degvielas-cenas>

	vienam BAS vidēji divas reizes mēnesī radīsies šāda nepieciešamība, un Jūrmalas pilsētā iebraukšanas maksa ir 3 eiro. ¹⁸⁶
<i>BAS automašīnas uzturēšanas izmaksas</i>	BAS īpašumā vai valdījumā esošo automašīnu mazgāšana un salona ķīmiskā tīrīšana. Automazgāšanas un salona ķīmiskās tīrīšanas izmaksu detalizēts aprēķins atspoguļots 34. pielikuma 1.8. tabulā, kur tiek pieņemts, ka: ▶ izmaksas par vienu automazgāšanu ir 10 eiro un vienā mēnesī tiek nodrošinātas 4 automazgāšanas reizes; ▶ vienu reizi gadā tiek nodrošināta salona ķīmiskā tīrītava līdz 100 eiro.
<i>Citas izmaksas</i>	Saskaņā ar šobrīd Centrā noteikto laika periodā, kamēr bērns atrodas ielodzījuma vietā vai ārstniecības iestādē, kur bērnam ir ierobežota iespēja pārvietoties ārpus iestādes telpām, un viņa uzturēšanos tajā pilnībā vai daļēji apmaksā valsts, BAS papildus tiek kompensēti: ▶ izmaksas, kas nepieciešamas, lai nodrošinātu saziņu ar bērnu (piemēram, korespondence, paaugstinātas maksas tarifi telefonsarunai u.c.); ▶ citas izmaksas, kas saskaņotas ar BAS struktūrvienības vadītāju vai viņa deleģēto vecāko ekspertu. Šo izmaksu apjoms uz vienu bērnu mēnesī ir kabatas naudas apmērā.
BAS pakalpojuma materiāltehniskais nodrošinājums	
<i>BAS darba vietas labiekārtošanas izmaksas</i>	Saskaņā ar šobrīd projektā noteikto darba vietas labiekārtošanas izmaksas plānotas uz vienu BAS/darbinieku (vecākie eksperti + nodaļas vadītājs + vadošie finansisti) 3 000 eiro sākotnēji iekārtojot darba vietu (vienreizējs pasākums) pirmajā BAS pakalpojuma sniegšanas gadā.
<i>Inventārs</i>	27 eiro mēnesī/ 324 eiro gadā uz vienu BAS/darbinieku (vecākie eksperti + nodaļas vadītājs + vadošie finansisti).
Informācijas sistēmu izmaksas	
<i>Informācijas sistēmu izmaksas (esošo sistēmu paplašinājumu, papildinājumu utml. iegāde)</i>	20,83 eiro mēnesī/ 250,00 eiro gadā uz vienu BAS/darbinieku.
BAS pakalpojuma administrēšanas izmaksas	
<i>Administrēšanas izmaksas</i>	Pamatojoties uz Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likuma 13. panta otrās daļas 3 prim punktu, aprēķinot BAS pakalpojuma izmaksas,

¹⁸⁶ Iebraukšanas maksa Jūrmalā. (2025). Pieejams: <https://www.visitjurmala.lv/lv/iebrauksanas-caurlaide/papildus-informacija/>

	tiek pieņemts, ka administrēšanas izdevumiem tiek novirzīti 10% no kopējām aprēķinātajām BAS pakalpojuma nodrošināšanas izmaksām. Administrēšanas izdevumus pakalpojumu sniedzējs var novirzīt atalgojumam (piemēram, grāmatvedim, finansistam, juristam, lietvedim), komunālajiem pakalpojumiem un telpu īrei, sakaru pakalpojumiem, degvielai, biroja un kancelejas precēm utt., respektīvi visiem izdevumiem, kas rodas, lai nodrošinātu attiecīgā pakalpojuma administrēšanu.
--	--

Kopējā BAS pakalpojuma nodrošināšanai nepieciešamā finansējuma detalizētu aprēķinu, kas attēlots 25.tabulā, sīkāk skatīt **34. pielikuma** kopsavilkuma 1.1. tabulā.

25. tabula. Kopējais BAS pakalpojuma nodrošināšanai nepieciešamais finansējums

N.P.K.	Rādītāja nosaukums	Kopējās izmaksas, eiro	
		mēnesī	gadā
<i>BAS pakalpojuma izmaksas pirmajā BAS pakalpojuma sniegšanas gadā*</i>			
1.	Izmaksas uz vienu BAS	5 747.54	68 970.53
2.	1.variants - izmaksas uz 12 BAS	69 299.79	838 615.50
3.	2.variants - izmaksas uz 45 BAS	241 544.62	2 926 607.47
4.	3.variants - izmaksas uz 25 BAS	138 706.00	1 679 783.98
<i>BAS pakalpojuma izmaksas otrajā un turpmākajos BAS pakalpojuma sniegšanas gados*</i>			
1.	Izmaksas uz vienu BAS	5 472.54	65 670.53
2.	1.variants - izmaksas uz 12 BAS	65 085.69	788 046.30
3.	2.variants - izmaksas uz 45 BAS	227 155.52	2 753 938.27
4.	3.variants - izmaksas uz 25 BAS	130 396.60	1 580 071.18

*BAS pakalpojuma nodrošināšanai nepieciešamā finansējuma aprēķinā tiek izdalīti divi varianti - pirmajā BAS pakalpojuma sniegšanas gadā BAS/darbiniekiem tiek iekārtotas darba vietas, līdz ar to šajā gadā ir lielākas izmaksas, turpmākajos gados šīs izmaksas aprēķinā netiek iekļautas.

3.3. Priekšlikumi Bērnu aizsardzības centra izstrādātā bērna atbalsta speciālista amata apraksta pilnveidei

1. IESTĀDES NOSAUKUMS: Bērnu aizsardzības centrs (turpmāk – Centrs)	AMATA APRAKSTS	APSTIPRINĀTS ar Centra 202__ . gada __ . _____ rīkojumu Nr. _____
2. AMATA NOSAUKUMS: BĒRNA ATBALSTA SPECIĀLISTS	2.1. AMATA STATUSS: Darbinieks	
3. STRUKTŪRVIENTĪBA: Atbalsta pakalpojumu departamenta turpmāk – departaments) Projekta atbalsta pakalpojumu ieviešanas nodaļa (turpmāk – nodaļa)		
4. PROFESIJAS KODS: 2359 10	5. AMATA SAIME UN LĪMENIS: 39.1. amata saime un III līmenis.	
6. TIEŠAIS VADĪTĀJS: nodaļas vadītājs	FUNKCIONĀLAIS VADĪTĀJS: –	
7. TIEK AIZVIETOTS AR: bērna atbalsta speciālistu	AIZVIETO: bērna atbalsta speciālistu	
8. IEKŠĒJĀ SADARBĪBA: ar citu struktūrvienību nodarbinātajiem	ĀRĒJĀ SADARBĪBA: amata kompetences ietvaros ar valsts pārvaldes un pašvaldību institūcijām, nevalstiskām organizācijām, Eiropas Savienības (turpmāk – ES) fondu vadībā iesaistītajām Latvijas valsts un ES institūcijām, citām juridiskajām un fiziskajām personām	
9. AMATA MĒRĶIS Nodrošināt bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmas vai to attīstības risku, t.sk. ārpusģimenes aprūpē esošiem bērniem, atbalstu, kā arī veicināt sadarbību starp institūcijām un speciālistiem mērķtiecīga atbalsta sniegšanai un bērnu vajadzībām atbilstošu resursu piesaistei.		
10. AMATA PIENĀKUMI		
	PIENĀKUMS	NOZĪMĪBA, %
10.1.	Veic bērna situācijas, sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtēšanu un veidot bērna dzīves gaitas aprakstu, t.sk.:	10

	• veido kontaktu ar bērnu un likumisko pārstāvi, aprūpētāju vai citām bērnam tuvām personām; • intervē bērnu un viņa likumisko pārstāvi vai aprūpētāju par bērna situāciju un dzīves gaitu; • iegūst informāciju par bērna dzīves gaitu no valsts un pašvaldības iestādēm, citām institūcijām un speciālistiem (turpmāk - sadarbības partneri); • iepazītas un analizēt bērna situācijā iesaistīto sadarbības partneru sagatavotos plānus, sniegtās rekomendācijas un to izpildi; • aktivizē esošos un identificēt jaunus pieejamos resursus bērna atbalstam; • sagatavo bērna situācijas izvērtējumu (sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtējumu); • identificē bērna vajadzības un intereses; • sagatavo bērna dzīves gaitas aprakstu.	
10.2.	Izstrādā bērna atbalsta plānu un novērtēt plāna īstenošanas dinamiku, t.sk.: • apkopo bērna, likumiskā pārstāvja, sadarbības partneru un citu speciālistu sniegto informāciju; • nepieciešamības gadījumā integrē BAS plānā sadarbības partneru plānos un rekomendācijās iekļautās aktivitātes un uzdevumus; • izstrādā bērna atbalsta plānu, pamatojoties uz veikto bērna situācijas izvērtējumu; • pārrunā ar bērnu, bērna likumisko pārstāvi vai aprūpētāju bērna atbalsta plānu; • izvērtē bērna atbalsta plāna īstenošanas dinamiku, nepieciešamības gadījumā veikt izmaiņas; • reizi sešu līdz divpadsmit mēnešu periodā, veic bērna atbalsta plāna izpildes novērtējumu, nepieciešamības gadījumā biežāk.	10
10.3.	Sniedz atbalstu bērnam uzvedības un atkarību problēmu risināšanā • uztur regulāru kontaktu ar bērnu; • tiektas ar bērnu klātienē, bet, ja nav iespējams tikties klātienē, uzturēt saziņu attālināti, izmantojot dažādus saziņas līdzekļus; • sniedz atbalstu bērnam viņa vajadzību un interešu īstenošanā; • sniedz atbalstu bērnam dažādu problēmjaudājumu risināšanā; • motivē bērnu sadarboties ar citiem speciālistiem, institūcijām, saņemot viņu sniegto atbalstu; • sniedz atbalstu bērnam ārpusģimenes aprūpes formas maiņas gadījumā;	30

	• palīdz bērnam sagatavoties ārpusģimenes aprūpes formas maiņai, ja nepieciešams; • atbalsta bērna attīstības iespējas dažādos izglītības, sociālā, un psiholoģiskā atbalsta pasākumos, kā arī brīvā laika pavadīšanas aktivitātēs; • sekmē bērna pašnoteikšanās iespējas un līdzdalību lēmumu pieņemšanā par savu dzīvi; • veic funkcionālu attiecību veidošanos starp bērnu un viņa likumisko pārstāvi, aprūpētāju; • turpina sniegt atbalstu bērnam, kurš atrodas ieslodzījuma vietā vai kādā no rehabilitācijas programmām vai ārstniecības iestādē; • turpina sniegt atbalstu pēc pilngadības sasniegšana, ja bērns izsaka vēlēšanos un viņam ir uzvedības vai atkarību problēmas.	
10.4.	Īsteno sadarbību ar bērna likumisko pārstāvi, aprūpētāju, t.sk.: • sniedz ieteikumus bērna situācijas uzlabošanai; • kopā ar bērna likumisko pārstāvi vai aprūpētāju piedalās starpinstitutionu sanāksmēs, ja nepieciešams; • informē par iespējām saņemt nepieciešamos pakalpojumus un atbalstu; • saskaņo informāciju par tikšanās reizēm ar bērnu, norādot informāciju par vietu, kur dosies, aptuveno laiku, cik ilgi bērns būs prombūtnē, nosūtot rakstisku informāciju uz e-pasta adresi, izziņā vai izmantojot citu saziņas veidu.	30
10.5.	Īsteno starpprofesionālo un starpinstitutionālo sadarbību bērna atbalstam, t.sk.: • veido un uztur sadarbību ar sadarbības partneriem; • piedalās, organizē vai vada starpinstitutionu sanāksmes; • veicina procesa virzību bērna atbalsta īstenošanā; • sniedz atbalstu un ieteikumus sadarbības partneriem par bērna vajadzībām un interesēm atbilstošākajiem pakalpojumiem; • sniedz priekšlikumus bērna atbalsta sistēmas pilnveidei; • ziņo atbildīgajām institūcijām par bērna tiesību pārkāpumiem.	5
10.6.	Veido un uztur aktuālu bērna lietu, t.sk.: • Bērna lietā iekļauj šādas veidlapas: iesniegums par BAS pakalpojumu, vienošanās par BAS sadarbību, bērna vajadzību izvērtējums, bērna atbalsta plāns, bērna dzīves gaitas apraksts, protokols BAS pakalpojuma noslēgšanai; • veido bērna lietu, aktualizē un uztur informācijas avotu un dokumentu kopumu.	10
10.7.	Izbeidz BAS pakalpojuma nodrošināšanu bērnam, t.sk.: • izvērtē bērna atbalsta plāna īstenošanu; • veic bērna situācijas noslēdzošo izvērtējumu;	2

	• organizē un īsteno noslēguma sarunu ar bērnu, likumisko pārstāvi, aprūpētāju; • sagatavo protokolu par BAS pakalpojuma noslēgšanu, rekomendācijas bērna likumiskajam pārstāvim turpmākam atbalstam.	
10.8.	Veic citus pienākumus: • sagatavot atskaites par izdevumiem darba pienākumu izpildei; • piedalīties BAS risku vadībā, t.sk. risku apzināšanā un analīzē, un sniegt priekšlikumus identificēto risku novēršanai vai mazināšanai; • regulāri papildināt zināšanas, pilnveidot prasmes un kompetences, kas nepieciešamas amata pienākumu pildīšanai; • sniegt priekšlikumus bērna atbalsta speciālistu tīkla pilnveidei; • veikt darba braucienus, vadot vieglo automašīnu un nepieciešamības gadījumā pārvadāt bērnus; • atbilstoši amata kompetencei veikt citus uzdevumus pēc nodaļas, departamenta un centra vadītāja norādījumiem.	3
10.	KOMPETENCES	
11.1.	Ētiskums	
11.2.	Komunikācija	
11.3.	Orientācija uz klientu	
11.4.	Iniciatīva	
11.	PROFESIONĀLĀ KVALIFIKĀCIJA	
12.1. IZGLĪTĪBA:	BAS profesionālo pienākumu veikšanai nepieciešama vismaz viena no zemāk minētajām izglītībām: • sociālais darbinieks vai karitatīvais sociālais darbinieks, kas atbilst vismaz šādām prasībām: pirmā vai otrā cikla augstākā izglītība sociālajā darbā vai karitatīvajā sociālajā darbā¹⁸⁷; • sociālais pedagogs, kas atbilst vismaz šādām prasībām: augstākā pedagoģiskā izglītība un sociālā pedagoga kvalifikācija vai augstākā izglītība un sociālā darbinieka kvalifikācija, ja studiju programmas ietvaros apgūta ar pedagoģiju saistīta studiju programmas	

¹⁸⁷Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likums. (2002). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/68488>

	daļa vismaz četru kredītpunktu jeb 160 stundu apjomā;¹⁸⁸ • speciālās izglītības skolotājs/speciālais pedagogs, kas atbilst vismaz šādām prasībām: augstākā pedagoģiskā izglītība un speciālā pedagoga vai speciālās izglītības skolotāja kvalifikācija¹⁸⁹. • psihologs, kas atbilst vismaz šādām prasībām: augstākās izglītības diploms par akreditētas bakalaura studiju programmas un akreditētas maģistra studiju programmas psiholoģijā apguvi.¹⁹⁰ • vispārējās izglītības pedagoga izglītība, kas atbilst vismaz šādai prasībai: augstākā pedagoģiskā izglītība.¹⁹¹ • jurists, kas atbilst vismaz šādām prasībām: otrā līmeņa profesionālā augstākā izglītība tiesību zinātnē un iegūta jurista kvalifikācija.¹⁹²
12.2. PROFESIONĀLĀ PIEREDZE:	Vismaz 1 gada pieredze darbā ar bērniem vai jauniešiem ¹⁹³ , vai ģimenēm ar bērniem.
12.3. PROFESIONĀLĀS ZINĀŠANAS UN PRASMES:	12.3.1. izpratne par valsts pārvaldes darbību un bērnu aizsardzības jomu reglamentējošiem normatīvajiem aktiem; 12.3.2. zināšanas un prasmes bērnu tiesību jautājumu risināšanā.
12.4. VISPĀRĒJĀS ZINĀŠANAS UN PRASMES:	12.4.1. valsts valodā iegūta izglītība vai C līmeņa 1. pakāpei atbilstošas valsts valodas prasmes;

¹⁸⁸ Ministru kabineta 11.09.2018. noteikumi Nr. 569 "Noteikumi par pedagogiem nepieciešamo izglītību un profesionālo kvalifikāciju un pedagogu profesionālās kompetences pilnveides kārtību". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/301572>

¹⁸⁹ Ministru kabineta 11.09.2018. noteikumi Nr. 569 "Noteikumi par pedagogiem nepieciešamo izglītību un profesionālo kvalifikāciju un pedagogu profesionālās kompetences pilnveides kārtību". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/301572>

¹⁹⁰ Psihologu likums. (2017). Pieejams: <https://likumi.lv/doc.php?id=290115>

¹⁹¹ Ministru kabineta 11.09.2018. noteikumi Nr. 569 "Noteikumi par pedagogiem nepieciešamo izglītību un profesionālo kvalifikāciju un pedagogu profesionālās kompetences pilnveides kārtību". Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/301572>

¹⁹² Ministru kabineta 15.11.2018. noteikumi Nr. 46 "Valsts vienotā jurista profesionālās kvalifikācijas eksāmena kārtība" <https://likumi.lv/ta/id/304369-valsts-vienota-jurista-profesionalas-kvalifikācijas-eksāmena-kartiba>

¹⁹³ Jaunietis ir persona vecumā no 13 līdz 25 gadiem. Avots: Jaunatnes likums. (2008). Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/175920-jaunatnes-likums>

	12.4.2. prasme strādāt ar standarta biroja programmatūru (<i>MS Word</i> un <i>MS Excel</i> , interneta pārlūkprogrammas, e-pasta programmas); 12.4.3. autovadītāja B kategorijas vadītāja apliecība
13. AMATAATBILDĪBA: 13.1.par pieņemtajiem lēmumiem, kas ietekmē nodaļas darbu kopumā, par kvalitatīvu un savlaicīgu amata kompetencē esošo jautājumu un uzdevumu risināšanu, Centra vadības rīkojumu izpildi; 13.2.par amata rīcībā esošās ierobežotas pieejamības informācijas aizsardzību atbilstoši normatīvajiem aktiem par informācijas atklātību un esošo dokumentu saglabāšanu; 13.3.par interešu konflikta un ētikas normu pārkāpumu nepieļaušanu savā darbībā; 13.4.par amata pienākumu veikšanai saistošo normatīvo aktu prasību ievērošanu; 13.5.par amata pienākumu izpildes gaitā pieļautajiem tiesību normu pārkāpumiem, kas radušies darbības vai bezdarbības rezultātā un kas rada vai var radīt kaitējumu valsts un ES budžetam; 13.6.par ar nodomu vai aiz rupjas neuzmanības izdarīto tiesību normu pārkāpumu rezultātā radītajiem mantiskajiem zaudējumiem Centram, valsts budžetam un ES fondu līdzekļiem.	
14. AMATA TIESĪBAS: 14.1.veikt pārrunas ar bērnu bez citu personu klātbūtnes, iepriekš to saskaņojot ar likumisko pārstāvi; 14.2.ētisku apsvērumu dēļ atteikties no sadarbības ar klientu, sniedzot šādas atteikšanās pamatojumu klientam un darba devējam (ja attiecas), pēc iespējas nodrošinot, ka klientam ir iespējas sadarboties ar citu bērna atbalsta speciālistu.	
15. CITA INFORMĀCIJA: —	

TIEŠAIS VADĪTĀJS / _____ / Datums laika zīmogā

vārds, uzvārds

NODARBINĀTAIS / _____ / Datums laika zīmogā

vārds, uzvārds

3.4. Priekšlikumi bērna atbalsta speciālista profesijas ietveršanai profesiju klasifikatorā

Priekšlikums Nr.1: Iesniegt priekšlikumu par jaunas profesijas “Bērna atbalsta speciālists” iekļaušanu Profesiju klasifikatorā Labklājības ministrijā pa pastu (adrese: Skolas ielā 28, Rīga, LV-1331) vai elektroniski uz e-pastu: lm@lm.gov.lv.¹⁹⁴

Priekšlikumā iekļaujamā informācija atspoguļota 26. tabulā.

26. tabula. Priekšlikums jaunas profesijas “Bērna atbalsta speciālists” iekļaušanai Profesiju klasifikatorā

Profesijas nosaukums	Bērna atbalsta speciālists
<i>Dokumenti, kas pamato profesijas iekļaušanu Profesiju klasifikatorā (pamatojums jaunas profesijas iekļaušanai, amata vai darba apraksts vai cits dokuments)</i>	Centra vadītāja apstiprināts Amata apraksts “Bērnu atbalsta speciālista amata apraksts”
<i>Profesijas plānotā vieta klasifikācijas pamatgrupas mazās grupas atsevišķajā grupā</i>	2 pamatgrupa: Vecākie speciālisti 26 apakšgrupa: Juridisko, sociālo un kultūras lietu vecākie speciālisti 263 mazā grupa: Sociālo un reliģisko lietu vecākie speciālisti 2635 atsevišķā grupa: Sociālā darba un konsultāciju vecākie speciālisti 2635 13: Bērna atbalsta speciālists
<i>Profesijai atbilstošu pamatuzdevumu apraksts</i>	Bērna atbalsta speciālists (turpmāk – BAS) ir nodarbināts centrā un tā darbība aptver visus Latvijas reģionus. BAS darbības mērķis ir: nodrošināt bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku, t.sk. ārpusģimenes aprūpē esošiem bērniem, atbalstu, kā arī veicināt sadarbību starp institūcijām un speciālistiem mērķtiecīga atbalsta sniegšanai un bērnu vajadzībām atbilstošu resursu piesaistei. BAS galvenie profesionālās darbības uzdevumi: veikt bērna situācijas, sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtēšanu un veidot bērna dzīves gaitas aprakstu; izstrādāt bērna atbalsta plānu un veikt plāna īstenošanas starpizvērtējumu; sniegt atbalstu bērnam

¹⁹⁴ Profesiju klasifikators. (2022). Piejams: <https://www.lm.gov.lv/lv/klasifikacija/profesiju-klasifikators-5>

	uzvedības un atkarību problēmu risināšanā; īstenot sadarbību ar bērna likumisko pārstāvi, aprūpētāju; īstenot starpprofesionālo un starpinstitucionālo sadarbību bērna atbalstam; veidot un uzturēt aktuālu bērna lietu u.c.
--	--

Priekšlikums Nr.2: Izstrādāt BAS profesijas standartu, izveidojot darba grupu.

Profesijas standarts ir dokuments, kurā ietvertas profesionālās kvalifikācijas prasības, tai skaitā profesionālās darbības pienākumi un uzdevumi, to izpildei nepieciešamā vispārējā un profesionālā kompetence un prasības attiecībā uz iepriekš iegūto izglītību, vienai vai vairākām savstarpēji saistītām profesionālajām kvalifikācijām.¹⁹⁵

Profesijas standartu izstrādes un darba grupas darba nodrošināšanā izmantojamas Valsts Izglītības satura centra 2024. gadā izstrādātā Profesijas standarta un tajā ietverto profesionālo kvalifikāciju prasību izstrādes un aktualizācijas metodika.¹⁹⁶

Saskaņā ar minēto metodiku, ieteicams organizēt arī BAS pienākumu un uzdevumu pārbaudi, veicot anketēšanu nozares/sekora vai attiecīgo jomu uzņēmumu un profesionālo organizāciju vidē (metodika piedāvā arī konkrētu anketu šim nolūkam).

Priekšlikums BAS profesijas standartam iekļauts 27. tabulā.

27. Tabula. Priekšlikums BAS profesijas standartam

1. Profesijas nosaukums, kvalifikācijas līmenis.	
Bērna atbalsta speciālists	Piektais profesionālās kvalifikācijas līmenis (5.PKL) atbilst sestajam Latvijas kvalifikāciju ietvarstruktūras līmenim (6.LKI) ¹⁹⁷
2. Profesionālās kvalifikācijas prasības.	
Saistītās profesijas, kvalifikācijas līmenis: - Sociālais darbinieks (5.PKL un 6.LKI); - Karitatīvais sociālais darbinieks (5.PKL un 6.LKI); - Psihologs (5.PKL un 6.LKI); - Sociālais pedagogs (5.PKL un 6.LKI); - Speciālās izglītības pedagogs (5.PKL un 6.LKI). - Pedagogs (5.PKL un 6.LKI). - Jurists (5.PKL un 7.LKI).	
3. Profesionālās darbības pamatuzdevumu un pienākumu kopsavilkums.	
BAS profesionālās darbības mērķis ir nodrošināt bērniem ar uzvedības vai atkarību problēmām vai to attīstības risku, t.sk. ārpusģimenes aprūpē esošiem bērniem, atbalstu, kā arī veicināt sadarbību starp institūcijām un speciālistiem mērķtiecīga atbalsta sniegšanai un bērnu vajadzībām atbilstošu resursu piesaistei.	

¹⁹⁵ Profesionālās izglītības likums. (1999). Pieejams: <https://likumi.lv/doc.php?id=20244>

¹⁹⁶ Valsts izglītības satura centrs. (2024). Profesijas standarta un tajā ietverto profesionālo kvalifikāciju prasību izstrādes un aktualizācijas metodika. 4. redakcija. Pieejams: <https://www.visc.gov.lv/lv/media/28590/download?attachment>

¹⁹⁷ PKL un LKI noteikti Profesionālās izglītības likumā (1999). Pieejams: <https://likumi.lv/doc.php?id=20244>

BAS veic bērna situācijas, sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtēšanu un veido bērna dzīves gaitas aprakstu, izstrādā bērna atbalsta plānu un novērtē plāna īstenošanu, sniedz atbalstu bērnam uzvedības un atkarību problēmu risināšanā; īsteno sadarbību ar bērna likumisko pārstāvi, aprūpētāju, īsteno starpprofesionālo un starpinstitucionālo sadarbību bērna atbalstam, veido un uztur aktuālu bērna lietu u.c. BAS ir nodarbināts Bērnu aizsardzības centrā visā Latvijas teritorijā.

4. Profesionālās darbības pienākumi un uzdevumi

Pienākums	Uzdevumi
1. Veikt bērna situācijas, sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtēšanu un veidot bērna dzīves gaitas aprakstu	1.1. veidot kontaktu ar bērnu un likumisko pārstāvi, aprūpētāju vai citām bērnam tuvām personām, iegūt informāciju par bērna dzīves gaitu no valsts un pašvaldības iestādēm, citām institūcijām un speciālistiem (turpmāk - sadarbības partneri) un identificēt bērna vajadzības un intereses un jaunus pieejamos resursus bērna atbalstam
	1.2. sagatavot bērna situācijas izvērtējumu (sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtējumu)
2. Izstrādāt bērna atbalsta plānu un novērtēt plāna īstenošanas dinamiku	2.1. apkopot bērna, likumiskā pārstāvja, sadarbības partneru un citu speciālistu sniegto informāciju un izstrādāt bērna atbalsta plānu, pamatojoties uz veikto bērna situācijas izvērtējumu, nepieciešamības gadījumā integrējot BAS plānā sadarbības partneru plānos un rekomendācijās iekļautās aktivitātes un uzdevumus
	2.2. izvērtēt bērna atbalsta plāna īstenošanas dinamiku, nepieciešamības gadījumā veikt izmaiņas, reizi sešu līdz divpadsmit mēnešu periodā, vai nepieciešamības gadījumā biežāk
3. Sniegt atbalstu bērnam uzvedības un atkarību problēmu risināšanā	3.1. uzturēt regulāru kontaktu ar bērnu, tiekoties ar bērnu klātienē vai attālināti, izmantojot dažādus saziņas līdzekļus, un sniegt atbalstu bērnam viņa vajadzību un interešu īstenošanā, dažādu problēmjautājumu risināšanā, ārpusģimenes aprūpes formas maiņas gadījumā, ieslodzījuma vietā vai kādā no rehabilitācijas programmām vai ārstniecības iestādē un atbalstīt bērna attīstības iespējas dažādos izglītības, sociālā, un psiholoģiskā atbalsta pasākumos, kā arī brīvā laika pavadīšanas aktivitātēs un turpināt sniegt atbalstu pēc pilngadības sasniegšana, ja bērns izsaka vēlēšanos un viņam ir uzvedības vai atkarību problēmas
	3.2. motivēt bērnu sadarboties ar citiem speciālistiem, institūcijām, saņemt viņu sniegto atbalstu un sekmēt bērna pašnoteikšanās iespējas un līdzdalību lēmumu pieņemšanā par savu dzīvi, kā arī veicināt funkcionālu attiecību veidošanos starp bērnu un viņa likumisko pārstāvi, aprūpētāju

4. Īstenot sadarbību ar bērna likumisko pārstāvi, aprūpētāju	4.1. sniegt ieteikumus bērna situācijas uzlabošanai un informēt par iespējām saņemt nepieciešamos pakalpojumus un atbalstu, nepieciešamības gadījumā kopā ar bērna likumisko pārstāvi vai aprūpētāju piedalīties starpinstitūciju sanāksmēs
5. Īstenot starpprofesionālo un starpinstitucionālo sadarbību bērna atbalstam	5.1. veidot un uzturēt sadarbību ar sadarbības partneriem, piedaloties, organizējot vai vadot starpinstitūciju sanāksmes, ziņojot atbildīgajām institūcijām par bērna tiesību pārkāpumiem
	5.2. veicināt procesa virzību bērna atbalsta īstenošanā un sniegt priekšlikumus bērna atbalsta sistēmas pilnveidei, kā arī sniegt atbalstu un ieteikumus sadarbības partneriem par bērna vajadzībām un interesēm atbilstošākajiem pakalpojumiem
6. Veidot un uzturēt aktuālu bērna lietu	6.1. veidot, aktualizēt un uzturēt informācijas avotu un dokumentu kopumu attiecībā uz iesniegumu par BAS pakalpojumu, vienošanos par BAS sadarbību, bērna vajadzību izvērtējumu, bērna atbalsta plānu, bērna dzīves gaitas aprakstu, protokolu BAS pakalpojuma noslēgšanai u.c.
7. Izbeigt BAS pakalpojuma nodrošināšanu bērnam	7.1. veikt bērna situācijas noslēdzošo izvērtējumu un sagatavot protokolu par BAS pakalpojuma noslēgšanu, rekomendācijas bērna likumiskajam pārstāvim turpmākajam atbalstam un organizēt, īstenot noslēguma sarunu ar bērnu, likumisko pārstāvi, aprūpētāju

5. Profesionālās kvalifikācijas analīze

1. pienākums: Veikt bērna situācijas, sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtēšanu un veidot bērna dzīves gaitas aprakstu

Nr. p.k.	Uzdevumi	Prasmes	Attieksmes	Resursi	Zināšanas	
1.1.	Veidot kontaktu ar bērnu un likumisko pārstāvi, aprūpētāju vai citām bērnam tuvām personām, iegūt informāciju par bērna dzīves gaitu no valsts un pašvaldības iestādēm, citām institūcijām un speciālistiem (turpmāk - sadarbības partneri) un identificēt bērna vajadzības un intereses un jaunus pieejamos resursus bērna atbalstam	Prasmes iegūt un apkopot informāciju par bērnu no dažādiem informācijas avotiem; Prasmes analizēt iegūto informāciju; Prasmes identificēt nozīmīgos notikumus, pavērsiena punktus bērna dzīvē; Prasmes sistemātiski novērot bērnu dažādās situācijās un identificēt viņa stiprās puses, kā arī jomas, kurās nepieciešams atbalsts; Prasmes analizēt bērna attīstības līmeni dažādās jomās (kognitīvā,	Strukturētība; Uzmanīgums; Neatlaidība; Iejūtīgums; Radošums; Patstāvīgums.	Dators ar interneta pieslēgumu; Metodiskie norādījumi ar veidlapām; Kancelejas preces; Printeris, kopētājs; Tālrunis.	Zināšanas par socializācijas riskiem; Zināšanas par atbilstošām novērtējuma metodēm un rīkiem un to atbilstības piemērošanu bērna vecumposmam; Zināšanas par sadarbības partneru veidiem, to funkcijām un pilnvarām attiecībā uz bērnu un iespējamiem ziņojumiem, atzinumiem, rekomendācijām, kas speciālistiem ir jāizstrādā attiecībā uz bērnu; Zināšanas par bērna vajadzībām un	6.LKI

		emocionālā, sociālā), ņemot vērā bērna vecumu un personību; Prasmes identificēt bērna situācijā iesaistītos sadarbības partnerus; Prasmes identificēt sadarbības partneru izstrādātos plānus, sniegtās rekomendācijas, atzinumus; Prasmes iegūt un apkopot informāciju par bērnu no bērna situācijā iesaistītajiem sadarbības partneriem; Prasmes analizēt iegūto informāciju par bērnu, identificējot informācijas nozīmīgumu bērna situācijas risināšanā. Prasmes identificēt bērna esošos un potenciālos resursus;			iespējamiem resursiem; Zināšanas par dažādiem speciālistiem un pakalpojumiem bērniem un ģimenēm, to mērķi, uzdevumi, pakalpojumu saņemšanas kārtība; Zināšanas par iespējamām resursu aktivizācijas metodēm; Zināšanas par motivācijas sekmēšanas metodēm.	
--	--	---	--	--	--	--

		Identificēt iespējas esošo resursu aktivizēšanai; Prasmes piesaistīt vai motivēt piesaistīt bērna vajadzībām atbilstošos pakalpojumus, kas veicinās un uzlabos bērna situāciju.				
1.2.	Sagatavot bērna situācijas izvērtējumu (sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtējumu)	Veikt bērna situācijas, sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtēšanu; Izstrādāt bērna dzīves gaitas aprakstu.	Strukturētība; Uzmanīgums; Neatlaidība; Patstāvīgums; Rūpīgums; Precizitāte.	Dators ar interneta pieslēgumu; Metodiskie norādījumi ar veidlapām; Kancelejas preces; Printeris, kopētājs.	Zināšanas par sociālās funkcionēšanas, fiziskās vides, vajadzību un grūtību izvērtēšanas instrumentiem	6.LKI
2. pienākums. Izstrādāt bērna atbalsta plānu un veikt plāna īstenošanas starpizvērtējumu, veidojot un uzturot aktuālu bērna lietu						
Nr. p.k.	Uzdevumi	Prasmes	Attieksmes	Resursi	Zināšanas	

2.1.	Apkopot bērna, likumiskā pārstāvja, sadarbības partneru un citu speciālistu sniegto informāciju un izstrādāt bērna atbalsta plānu, pamatojoties uz veikto bērna situācijas izvērtējumu, nepieciešamības gadījumā integrējot BAS plānā sadarbības partneru plānos un rekomendācijās iekļautās aktivitātes un uzdevumus	Prasmes plānot atbalstu, ņemot vērā bērna traumas, vardarbības vai atkarības pieredzi; Prasmes iesaistīt bērnu atbalsta plānošanā; Prasmes pielāgot dažādas metodes un pieejas konkrēta bērna vajadzībām un situācijai; Prasmes izmantot dažādas komunikācijas tehnikas, lai motivētu bērnu un palīdzētu viņam izprast savas jūtas un domas, virzīties uz mērķi; Prasmes sniegt atgriezenisko saiti par bērna stiprajām pusēm un iespējām; Prasmes noteikt skaidrus, sasniedzamus un izmērāmus mērķus;	Strukturētība; Uzmanīgums; Neatlaidība; Patstāvīgums; Rūpīgums; Precizitāte; Aktīva ieinteresētība; Iejūtība; Mērķtiecīgums; Orientācija uz risinājumu; Atvērtība; Atklātums; Nekritiska attieksme; Elastīgums.	Dators ar interneta pieslēgumu; Metodiskie norādījumi ar veidlapām; Kancelejas preces; Printeris, kopētājs; Telefons.	Mērķu un uzdevumu izvirzīšana un sekošana to izpildei, Bērna atbalsta plānošanas instrumenti, izstrādes process un struktūra; Zināšanas par komunikācijas procesu, t.sk., verbālo un neverbālo komunikāciju; Zināšanas par konfliktsituāciju vadību, mediāciju	6.LKI
------	--	--	---	--	--	-------

		Prasmes palīdzēt bērnam izvirzīt mērķus un izprast līdzekļus to sasniegšanai; Prasmes izstrādāt detalizētu atbalsta plānu, kurā ir norādīti konkrēti pasākumi, lai sasniegtu noteiktos mērķus; Prasmes precīzi un detalizēti dokumentēt atbalsta plānu un tā īstenošanas gaitu. Verbālās un neverbālās komunikācijas prasmes atbilstoši bērna vecumposmam, kultūras piederībai, uztveres īpatnībām un īpašām vajadzībām; Prasme būt elastīgam un rast kompromisus;				
--	--	---	--	--	--	--

		Prasme sniegt konstruktīvu un pozitīvu atgriezenisko saiti; Prasme skaidri instruēt bērnu un viņa ģimenes locekļus, arī vieglajā valodā, izskaidrot vajadzību izvērtēšanas, intervences vai pakalpojumu mērķus, kritērijus un rezultātus; Prasme pārliecinoši argumentēt un prezentēt savu viedokli; Prasme novērst un risināt konfliktsituācijas; Prasme saglabāt profesionālās robežas arī krīzes situācijās.				
2.2.	Izvērtēt bērna atbalsta plāna īstenošanas dinamiku, nepieciešamības gadījumā veikt izmaiņas, reizi sešu līdz divpadsmit	Bērna progresu izvērtēšanas prasmes; Prasmes regulāri pārskatīt atbalsta plānu atbilstoši bērna vajadzību un situācijas	Aktīva ieinteresētība; Iejūtība; Mērķtiecīgums; Orientācija uz risinājumu; Atvērtība;	Dators ar interneta pieslēgumu; Metodiskie norādījumi ar veidlapām; Kancelejas preces;	Zināšanas par bērna situācijas dinamiku izvērtēšanas metodēm; Zināšanas par bērna lietā iekļaujamo dokumentāciju	6.LKI

	mēnešu periodā, nepieciešamības gadījumā biežāk	izmaiņām un veikt nepieciešamās korekcijas; Prasmes iesaistīt bērna ģimeni vai likumisko pārstāvi atbalsta plāna izstrādē un īstenošanā. Sadarbības prasmes ar bērna likumiskajiem pārstāvjiem, lai veicinātu viņu atbalstu bērnam pakalpojumu saņemšanas laikā; Prasmes rast risinājumus situācijās, kad nepieciešamie pakalpojumi nav pieejami, vai rodas šķēršļi pakalpojumu pieejamībā; Informācijas par jauniem pakalpojumiem meklēšanas prasmes; Prasmes aizpildīt bērna lietā iekļaujamo dokumentāciju	Atklātums; Nekritiska attieksme; Elastīgums.	Printeris, kopētājs.		
--	--	---	---	-----------------------------	--	--

3.pienākums. Sniegt atbalstu bērnam uzvedības un atkarību problēmu risināšanā

Nr. p.k.	Uzdevumi	Prasmes	Attieksmes	Resursi	Zināšanas	Kompetences (kvalifikācijas līmenis)
3.1.	Uzturēt regulāru kontaktu ar bērnu, tiekoties ar bērnu klātienē vai attālināti, izmantojot dažādus saziņas līdzekļus un sniegt atbalstu bērnam viņa vajadzību un interešu īstenošanā, dažādu problēmjautājumu risināšanā, ārpusģimenes aprūpes formas maiņas gadījumā, ielodzījuma vietā vai kādā no rehabilitācijas programmām vai ārstniecības iestādē un atbalstīt bērna attīstības iespējas dažādos izglītības, sociālā, un psiholoģiskā atbalsta	Verbālās un neverbālās komunikācijas prasmes atbilstoši bērna vecumposmam, kultūras piederībai, uztveres īpatnībām un īpašām vajadzībām; Prasme būt elastīgam un rast kompromisus; Prasme sniegt konstruktīvu un pozitīvu atgriezenisko saiti; Prasme izmantot dažādus saziņas līdzekļus, t.sk., attālinātai saīņai ar bērnu; Prasmes piemērot labas	Aktīva ieinteresētība; Iejūtība; Mērķtiecīgums; Orientācija uz risinājumu; Atvērtība; Atklātums; Nekritiska attieksme; Elastīgums.	Dators ar interneta pieslēgumu; Kancelejas preces; Printeris, kopētājs.	Komunikācijas process, t.sk., verbālā un neverbālā komunikācija; Konfliktsituāciju vadība, mediācija; Zināšanas par dažādiem saziņas līdzekļiem ar bērnu, t.sk., attālinātu saīņu; Zināšanas par faktoriem, kas ietekmē pārejas procesu un aprūpes formas maiņu; Zināšanas par aprūpes formām un to specifiku; Zināšanas par bērna vajadzībām pārejas un aprūpes formas maiņas	6.LKI

	pasākumos, kā arī brīvā laika pavadīšanas aktivitātēs un turpināt sniegt atbalstu pēc pilngadības sasniegšana, ja bērns izsaka vēlēšanos un viņam ir uzvedības vai atkarību problēmas	pārejas un aprūpes formas maiņas principus darbā ar bērnu; Bērna pārejas un aprūpes formas maiņas plānošanas un īstenošanas prasmes; Mediācijas prasmes; Emocionālās atbalsta prasmes pārejas un aprūpes formas maiņas procesā; Prasmes organizēt prasmju treniņus starp bērnu un viņa likumisko pārstāvi, aprūpētāju; Prasmes veikt bērna situācijas novērtēšanu pirms ieslodzījuma un analizēt bērna iespējas pēc ieslodzījuma; Prasmes plānot bērna atbalstu pēcieslodzījuma			procesā; Zināšanas par bērna iespējamām grūtībām pārejas un aprūpes formas maiņas procesā; Zināšanas par bērna un viņa likumiskā pārstāvja, aprūpētāja funkcionālu attiecību veidošanas principiem un instrumentiem funkcionālu attiecību sekmēšanai; Zināšanas par bērna tiesiskiem statusiem kriminālprocesā, kā arī to ietekmi uz bērna ikdienu, tiesībām un pieejamo atbalstu; Zināšanas par ieslodzījuma vietu organizāciju, izglītības un resocializācijas programmām, veselības aprūpi, sociālo atbalstu, saskarsmes un	
--	--	--	--	--	---	--

		periodam; Prasmes darbā ar bērnu krīzē; Motivāciju veicinošās prasmes.			apmeklējumu kārtību, kā arī par to, kā mainās bērna situācija pēc pilngadības sasniegšanas. Zināšanas par galvenajiem atbalsta virzieniem, ko BAS var sniegt bērnam ieslodzījumā, kā arī atbalsta intensitātes pielāgošanas aspektiem; Zināšanas par bērna vecumposmam atbilstošām vajadzībām; Zināšanas par pāreju uz patstāvīgu dzīvi, par bērnam nepieciešamajām prasmēm, bērnam uzsākot patstāvīgu dzīvi Zināšanas par atbalsta iespējām, bērnam uzsākot patstāvīgu dzīvi.	
--	--	---	--	--	---	--

3.2.	Motivēt bērnu sadarboties ar citiem speciālistiem, institūcijām, saņemt viņu sniegto atbalstu un sekmēt bērna pašnoteikšanās iespējas un līdzdalību lēmumu pieņemšanā par savu dzīvi, kā arī veicināt funkcionālu attiecību veidošanos starp bērnu un viņa likumisko pārstāvi, aprūpētāju	Motivāciju veicinošās prasmes; Līdzdalības veicināšanas prasmes Resursu identificēšanas prasmes.	Aktīva ieinteresētība; Iejūtība; Mērķtiecīgums; Orientācija uz risinājumu; Atvērtība; Atklātums; Nekritiska attieksme; Elastīgums.	Dators ar interneta pieslēgumu; Kancelejas preces; Printeris, kopētājs.	Zināšanas par motivāciju veicinošām metodēm un instrumentiem; Zināšanas par līdzdalības veicināšanas metodēm un instrumentiem; Zināšanas par pastāvošajām iespējām bērnu interešu īstenošanā un brīvā laika pavadīšanas aktivitātēs pa vecumposmiem.	6.LKI
4. Pienākums. Īstenot sadarbību ar bērna likumisko pārstāvi, aprūpētāju						
Nr. p.k.	Uzdevumi	Prasmes	Attieksmes	Resursi	Zināšanas	Kompetences (kvalifikācijas līmenis)

4.1.	Sniegt ieteikumus bērna situācijas uzlabošanai un informēt par iespējām saņemt nepieciešamos pakalpojumus un atbalstu, nepieciešamības gadījumā kopā ar bērna likumisko pārstāvi vai aprūpētāju piedalīties starpinstitūciju sanāksmēs.	Komunikācijas prasmes Prasmes efektīvi nodot un iegūt informāciju par bērna vajadzībām un viņam nepieciešamajiem un/vai sniegtajiem pakalpojumiem; Sadarbības prasmes starpinstitūciju sanāksmēs; Prasmes risināt konfliktus, ja tie rodas starpprofesionālā saziņā un sadarbībā.	Aktīva ieinteresētība; Iejūtība; Mērķtiecīgums; Orientācija uz risinājumu; Atvērtība; Atklātums; Nekritiska attieksme; Elastīgums.	Dators ar interneta pieslēgumu; Metodiskie norādījumi ar veidlapām; Kancelejas preces; Printeris, kopētājs; Telefons	Zināšanas par normatīvajiem aktiem un pakalpojumiem bērniem ar uzvedības un atkarības problēmām; Zināšanas par atbalsta pasākumu plānošanu sadarbībā ar bērna likumisko pārstāvi, aprūpētāju; Zināšanas par BAS sadarbības partneriem, viņu galvenajiem pienākumiem un darbu starpprofesionālā komandā; Zināšanas un izpratne par ģimenes sistēmu.	6.LKI
5. Pienākums. Īstenot starpprofesionālo un starpinstitucionālo sadarbību bērna atbalstam						
Nr. p.k.	Uzdevumi	Prasmes	Attieksmes	Resursi	Zināšanas	Kompetences

						(kvalifikācijas līmenis)
5.1.	Veidot un uzturēt sadarbību ar sadarbības partneriem, piedaloties, organizējot vai vadot starpinstitūciju sanāksmes, ziņojot atbildīgajām institūcijām par bērna tiesību pārkāpumiem;	Komunikācijas prasmes; Prasmes veidot uz risinājumu vērstas partnerības attiecības ar kolēģiem, citiem speciālistiem atbalsta plāna īstenošanai; Prasmes skaidri un precīzi formulēt savas domas un secinājumus mutiski un rakstiski, izmantot profesionālu valodu un terminoloģiju; Prasmes veidot un uzturēt profesionālas attiecības ar citiem darbā ar bērnu iesaistītiem speciālistiem un iestādēm; Prasmes efektīvi nodot un iegūt informāciju par	Aktīva ieinteresētība; Iejūtība; Mērķtiecīgums; Orientācija uz risinājumu; Nekritiska attieksme; Elastīgums; Neatlaidība.	Dators ar interneta pieslēgumu; Kancelejas preces; Printeris, kopētājs; Telefons	Zināšanas par starpinstitūciju sadarbības tiesiskajiem aspektiem; Zināšanas par atbildīgo (iesaistīto) institūciju funkcijām un kompetencēm; Zināšanas par profesionālu komandu veidošanu, komandas locekļu lomām un pienākumiem, profesionālo spēju izvērtēšanu un atbilstību veicamajiem pienākumiem; Zināšanas par starpprofesionālu sadarbību pakalpojumu sniegšanā bērniem un ģimenēm, arī ārpusģimenes aprūpē;	6.LKI

		bērna vajadzībām un viņam nepieciešamajiem un/vai sniegtajiem pakalpojumiem; Prasmes iniciēt starpinstitūciju komandu, lai sniegtu bērnam vispusīgu atbalstu; Prasmes pārraudzīt iesaistīto speciālistu ieguldījumu saskaņā ar bērna labākajām interesēm; Prasmes risināt konfliktus, ja tie rodas starpprofesionālā saziņā un sadarbībā.			Zināšanas par konfliktu veidiem, cēloņiem, konfliktu risināšanas stratēģijām un līdzekļiem; Zināšanas par kārtību, kādā sniedzama informācija par bērna tiesību pārkāpumiem; Zināšanas par institūcijām un to funkcijām dažādos bērna tiesību pārkāpumu gadījumos	
--	--	---	--	--	--	--

5.2.	Veicināt procesa virzību bērna atbalsta īstenošanā un sniegt priekšlikumus bērna atbalsta sistēmas pilnveidei, kā arī sniegt atbalstu un ieteikumus sadarbības partneriem par bērna vajadzībām un interesēm atbilstošākajiem pakalpojumiem.	Prasmes veidot uz risinājumu vērstas partnerības attiecības ar kolēģiem, citiem speciālistiem atbalsta plāna īstenošanai; Prasmes skaidri un precīzi formulēt savas domas un secinājumus mutiski un rakstiski, izmantot profesionālu valodu un terminoloģiju; Prasmes veidot un uzturēt profesionālas attiecības ar citiem darbā ar bērnu iesaistītiem speciālistiem un iestādēm; Prasmes efektīvi nodot un iegūt informāciju par bērna vajadzībām un viņam nepieciešamajiem un/vai sniegtajiem pakalpojumiem;	Aktīva ieinteresētība; Iejūtība; Mērķtiecīgums; Orientācija uz risinājumu; Nekritiska attieksme; Elastīgums; Neatlaidība.	Dators ar interneta pieslēgumu; Metodiskie norādījumi ar veidlapām; Kancelejas preces; Printeris, kopētājs; Telefons	Zināšanas par atbalsta plāna izstrādi; Zināšanas par atbildīgo (iesaistīto) institūciju funkcijām un kompetencēm.	6.LKI
------	---	--	--	---	---	-------

		Komunikācijas prasmes.				
6. Pienākums. Veidot un uzturēt aktuālu bērna lietu						
Nr. p.k.	Uzdevumi	Prasmes	Attieksmes	Resursi	Zināšanas	Kompetences (kvalifikācijas līmenis)
6.1.	Veidot, aktualizēt un uzturēt informācijas avotu un dokumentu kopumu attiecībā uz iesniegumu par BAS pakalpojumu, vienošanos par BAS sadarbību, bērna vajadzību izvērtējumu, bērna atbalsta plānu, bērna dzīves gaitas	Prasmes precīzi un detalizēti apkopot, dokumentēt un uzglabāt atbalsta sniegšanā esošos dokumentus	Precizitāte; Atbildīgums.	Dators ar interneta pieslēgumu; Metodiskie norādījumi ar veidlapām; Kancelejas preces; Printeris, kopētājs;	Zināšanas par bērna lietā iekļaujamajiem dokumentiem, to pielietojumu; Zināšanas par Centra lietu nomenklatūru.	6.LKI

	aprakstu, protokolu BAS pakalpojuma noslēgšanai u.c.					
7. Pienākums. Izbeigt BAS pakalpojuma nodrošināšanu bērnam						
Nr. p.k.	Uzdevumi	Prasmes	Attieksmes	Resursi	Zināšanas	Kompetences (kvalifikācijas līmenis)
7.1.	Veikt bērna situācijas noslēdzošo izvērtējumu un sagatavot protokolu par BAS pakalpojuma noslēgšanu, rekomendācijas bērna likumiskajam pārstāvim turpmākajam atbalstam un organizēt un īstenot noslēguma sarunu ar bērnu, likumisko pārstāvi, aprūpētāju.	Prasmes veikt noslēdzošo bērna situācijas izvērtēšanu un sniegt rekomendācijas turpmākajam bērna dzīves posmam; Bērna motivēšanas prasmes; Komunikācijas prasmes	Aktīva ieinteresētība; Iejūtība; Mērķtiecīgums; Orientācija uz risinājumu	Dators ar interneta pieslēgumu; Metodiskie norādījumi ar veidlapām; Kancelejas preces; Printeris, kopētājs.	Zināšanas par bērna situācijas noslēdzošās izvērtēšanas procesiem; Zināšanas par darba ar bērnu noslēgšanas procesiem un veidlapām.	6.LKI

Priekšlikums Nr.3: Kad BAS profesija iekļauta profesiju klasifikatorā, iesniegt iesniegumu Valsts izglītības satura centram (Vaļņu ielā 2, Rīgā, LV-1050) “Par izmaiņām nozares kvalifikāciju struktūrā”, pievienojot informāciju par nozares kvalifikāciju struktūras izstrādes vai aktualizācijas nepieciešamību un lietderību.¹⁹⁸

¹⁹⁸ Metodiskie materiāli. (2025). Pieejams: <https://www.visc.gov.lv/lv/metodiskie-materiali-4>