



Projekts PĀRDOMĀT/ RETHINK

Nr. CB 802

Versija Nr. 8 / 30.04.2020

Zemgales plānošanas reģiona un Linčepingas pašvaldības Pētījumu un Attīstības  
centra izstrādāta

## **ROKASGRĀMATA**

Pieaugušo neformālās izglītības programma

**“Mentoru apmācības programma jauniešu ar garīgās rakstura traucējumu vēsturi  
atbalstam un tās izmēģinājums (pilotēšana)”**

<i>Īstenošanas apjoms un ilgums:</i>	40 stundas (līdz 12 stundas teorētiskās apmācības + ne mazāk kā 28 stundas zināšanu pielietošana praksē (pilotēšana)).
<i>Mentoru iepriekšējās zināšanās, pieredze prasmes:</i>	Izglītība un/ vai pieredze kādā no sekojošām jomām – sociālais darbs, sociālā pedagoģija, pedagoģija, medicīna, psiholoģija, un citas sociālās vai humanitārās zinātnes, motivācija, fiziskā un garīgā veselība, personības briedums, atkarību neesamība, laiks, ko var veltīt jaunietim, hobiji un/vai profesija, kas būtu vērtīgs resurss mērķa grupas jauniešu resocializācijā.
<i>Dokuments:</i>	Apliecinājums par apmācību programmas apguvi 40 stundu apjomā.

## **PROGRAMMAS APRAKSTS**

*Mentoru programmas mērķis:* Aprakstīt mentoringa procesu, lai mentori efektīvi spētu  
sniegt atbalstu jauniešiem ar garīgās attīstības traucējumu vēsturi integrēties  
sabiedrībā, apmācībās un/vai nodarbinātībā.

*Mentoringa procesa rezultātā* būs iespējas apgūt: Izpratni par mentora lomu un uzdevumiem, veicot mentoringa procesu jauniešiem ar garīgās attīstības traucējumu vēsturi, apgūt praktiskas metodes un rīkus plānotā mentoringa veikšanai. Izmēģināt iegūtās zināšanas praksē.

*Sasniedzamie rezultāti:* Apmācīti vismaz 20 mentori (10 no Zemgales reģiona, 10 no Linčepingas pašvaldības) un mentoru sekmīgas darbības rezultātā 90% no 40 jauniešiem ir veiksmīgi integrējušies sabiedrībā, apmācībās un / vai nodarbinātībā.

*Tālākās izglītības vai nodarbinātības iespējas:* citās programmās, kurās ir pieprasījums pēc mentoru pakalpojuma tai pašai vai līdzīgai mērķauditorijai.

## PROGRAMMAS SATURA APRAKSTS

### levads

#### 1) Par projektu RETHINK/ PĀRDOMĀT

**Mērķis:** Izstrādāt un izmēģināt novatorisku un pielietojamu apmācību / atbalsta programmu, kas palīdzētu jauniešiem vecumā no 18 līdz 30 gadiem ar garīgās veselības problēmām, kas nav iesaistīti izglītībā, apmācība vai nodarbinātībā, piekļūt atbalsta pakalpojumiem, personīgai attīstībai, prasmēm un nodarbinātības iespējām, lai risinātu viņu sociālo un ekonomisko atstumtību.

#### Projekta partneri:

- Pētījumu un Attīstības centrs, Linčepingas pašvaldība, ZVIEDRIJA,
- Zemgales plānošanas reģions, LATVIJA.

#### Aktivitātes:

- Pētījuma veikšana, lai identificētu esošās atbalsta, apmācību programmas iespējas un trūkumus jauniešiem vecumā no 18 līdz 30 gadiem ar garīgās veselības problēmām integrācijai darba tirgū.
- Apmācību programmas mentoriem izstrāde un izmēģināšana.
- Atbalsta programmas, kas palīdzētu jauniešiem vecumā no 18 līdz 30 gadiem ar garīgās veselības problēmām, kas nav iesaistīti izglītībā, apmācība vai nodarbinātībā izstrāde un izmēģināšana.
- Reģionālā iesaistīto pušu foruma organizēšana, lai iepazīstinātu un debatētu par pētījuma rezultātiem, izstrādātajām programmām un to pilotēšanas rezultātiem.
- Pieredzes apmaiņa, labās prakses pārnese.

#### Rezultāti:

- Atbalstīti 40 jaunieši - vismaz 90% no tiem uzlabos savas personīgās/ profesionālās iemaņas un tuvināsies darba tirgum un nodarbinātībai.

- Atlasīti un apmācīti vismaz 20 mentori / personīgie treneri no vietējās kopienas, vienaudžu grupas vai profesionāļiem, lai programmā sniegtu atbalstu jauniešiem
- Katra partnera reģionā izveidoti ieinteresēto pušu forumi, kuros iesaistīti pašvaldību, apmācību sniedzēju, darba devēju un reģionu kopienu pārstāvji, panākts situācijas uzlabojums reģionā
- Notikusi pieredzes apmaiņa, labās prakses pārnese.

Projekta īstenošanas laiks: 01.05.2019 – 30.04.2021 (24 mēneši).

Projektu līdzfinansē: Centrālā Baltijas programma 2014.– 2020. gadam.

[www.centralbaltic.eu](http://www.centralbaltic.eu) ; [www.europa.eu](http://www.europa.eu); [www.facebook.com/Zemgale/](https://www.facebook.com/Zemgale/)

## 2) Terminoloģija, programmā iesaistīto personu lomas, atbildības

- **Jaunieši ar garīgo saslimšanu vēsturi (turpmāk arī – mērķa grupas jaunieši)** = jaunieši ar garīgās saslimšanu vēsturi, kuriem nav noteikta invaliditāte, bet kuriem ir viena vai vairākas no garīgo saslimšanu vai attīstības traucējumu pazīmēm, kura/-s iegūta/-s dzīves laikā vai iedzimta/-s, kā arī jaunieši, kuriem ir noteikta III grupas invaliditāte (dažos gadījumos II grupa) un nav ierobežota rīcības spēja, kuri nav iekļauti sabiedrībā, apmācībās vai nodarbinātībā.
- **Mērķa grupas jaunietis** = jaunietis ar garīgās saslimšanas un/ vai garīgās attīstības traucējumu vēsturi, 18 – 30 gadu vecumā.
- **Mentorējamais** = mērķa grupas jaunietis, mentora pieredzes pārņēmējs, projekta dalībnieks, atbalsta saņēmējs (beneficiary).
- **Mentors** = padomdevējs, atbalstītājs, motivētājs, personības attīstītājs – virzītājs, kurš strādā ar jaunieša motivāciju un atrod personīgo pieeju savam mentorējamam, kā arī palīdz sakārtot apkārtējās vides apstākļus un pasaistīt resursus, lai mērķa grupas jaunietis spētu pats risināt problēmas un apmierinātu savas vajadzības.
- **Mentorings** = process, attiecības, kuras var raksturot kā viens pret vienu, kur viens indivīds (mentors) brīvprātīgi vai par samaksu ziedo savu laiku otra indivīda (mērķa grupas jaunieša) atbalstam un uzmundrinājumam. Pieredzes pārņēmējam (mērķa grupas jaunietim) tas parasti ir pārmaiņu laiks un nozīmīgs dzīves periods. Mentorings ir attiecības, kurās valda savstarpēja uzticēšanās un abpusēja cieņa, regulāra iesaistīto pušu mijiedarbība, kas balstītas uz savstarpēju mācīšanos un atbalstu, starp vienu indivīdu, kurš dalās savās zināšanās, pieredzē un gudrībā, un otru indivīdu, kurš ir gatavs un gribošs iegūt no šīs apmaiņas un bagātināt savu profesionalitāti vai personīgo attīstību. Mentoringa attiecību pamatā ir mentora zināšanas un pieredze, kas ļauj pieredzes pārņēmējam apsvērt viņa rīcībā esošās iespējas, resursus un veicināt to izmantošanu konkrētas problēmas risinājumam vai mērķa sasniegšanai.
- **Sociālais mentorings** = mentoringa process un attiecības, kas pamatā ir vērsts mērķa grupu, kas ir indivīdi no minoritāšu vai sociāli nelabvēlīgām grupām, kuriem ir

risks nokļūt vai kuri jau atrodas sociālās atstumtības stāvoklī. Galvenā uzmanība sociālajā mentoringā tiek pievērsta mērķa grupas indivīdu iespēju un pilnvaru uzlabošanai, izmantojot mentoringa attiecības, lai ietekmētu personas statusa maiņu no sociālās un / vai ekonomiskās atstumtības stāvokļa uz iekļaušanu sabiedrībā.

- **Mentoringa programma** = programma, kurā aprakstīts viss mentoringa process no tā uzsākšanai līdz noslēgumam, mentoru rekrutēšana, atlase, mentoru apmācību programma, iegūto zināšanu pilotēšana praksē.
- **Gadījumu vadītājs** (*case manager*) = programmā algota persona, kas piedalās mentoringa un apmācību programmas izstrādē, jauniešu apzināšanā, izvērtēšanā, mentoru rekrutēšanā, organizē mentoru un jauniešu attiecību veidošanu un palīdz sagatavot individuālus atbalsta plānus, palīdz uzsākt intervences posmu un to organizēt, sniedz padomus, atbalsta, konsultē mentoringa procesā, risina, konfliktus, izvērtē sasniegtos rezultātus. Nepieciešamības gadījumā veido saikni, sasaisti ar mentoringa procesu un komunicē ar jauniešu ģimenes locekļiem, vecākiem, aizbildņiem, kā arī ar dažādiem profesionāļiem, kuri strādā ar mērķa grupas jauniešiem, ja to iesaiste nepieciešama mentoringa procesa laikā.
- **Apmācību programmas koordinators** (*training coordinator*) = atbild par visu apmācību programmu kopumā, īpaši par mentoru teorētisko apmācību organizēšanu un koordinēšanu saskaņā ar šo izstrādāto rokasgrāmatu, piedalās mentoru rekrutēšanas procesā, izvērtēšanā, atbild par apmācību vadītāju piesaisti un mācību materiālu sagatavošanu un pieejamību, izvērtē mentoru apmācību programmas rezultātus, asistē gadījuma vadītājam.
- **Mentoringa programmas attīstītājs** (*development officer*) = izstrādā, uzlabo, papildina mentoringa programmas metodiku, organizē metodisko materiālu izstrādi, apmācību programmas materiālu papildināšanu, konsultē un atbalsta apmācību programmas koordinators un gadījumu vadītāju, izvērtē sasniegtos rezultātus saskaņā ar mentoringa programmas definētajiem mērķiem.
- **Projekta vadītājs** (*project manager*) = organizē projekta pieteikumā definēto visu aktivitāšu ieviešanu un koordināciju, sadarbojas ar partneriem kopīgu aktivitāšu ieviešanā, veic projekta ieviešanas personāla (programmas attīstītāja, apmācību koordinators, gadījumu vadītāja, mentoru) atlasī, darba līgumu un amata aprakstu sagatavošanu, veic uzraudzību, identificē riskus, piesaista papildus resursus, veic finanšu pārvaldību un gatavo atskaites, izvērtē rezultātus.
- **Individuālais atbalsta plāns** = dokuments, kas tiek sagatavots, uzsākot mentoringa procesu, un tiek izmantots visā mentoringa procesā. Plāns tiek izstrādāts, izmantojot uz personu vērstās domāšanas un plānošanas metodes, iesaistot pašu mentorējamo. Atbalsta plāns tiek regulāri pārskatīts un papildināts, ja mainās mērķa grupas jauniešu dzīves apstākļi, vai ir sasniegti vai mainās plānā noteiktie mērķi.

## 1. Mērķa grupas apraksts, profils, piemēri

Mērķa grupas izpēti un vajadzību noteikšana tika veikta RETHINK projekta sākumā, katrā valstī, un tika izstrādāti pētījuma ziņojumi, balstoties uz situācijas izpēti Latvijā

un Zviedrijā, partneru reģionos. Tika veikta gan statistikas un dokumentu analīze, gan mērķa grupas jauniešu intervijas, gan pieejamo pakalpojumu atbilstības mērķa grupas jauniešu vajadzībām izvērtējums. Vairāk par mērķa grupas profilu, vajadzībām un piemēriem skatīt RETHINK projekta ietvaros veiktajos esošās situācijas izpēti ziņojumos par katru valsti un kopīgajā ziņojumā (1., 2 un 3.pielikums).

#### Zemgales reģionā:

Vecums 17 – 29 gadi, ar garīgās attīstības traucējumu vēsturi, vairums ar speciālās pamatskolas izglītību, daļa apguvuši kādu kvalifikāciju, kurā nestrādā, ar III grupas invaliditāti (daži ar II grupas invaliditāti), vai bez noteiktas diagnozes / invaliditātes. Izpēti ietvaros intervēti 24 jaunieši, no kuriem 16 vīrieši un 8 sievietes. Lielākā daļa intervēto jauniešu dzīvo ar ģimeni – vecākiem un citiem radniekiem, kā arī ar likumiskajiem pārstāvjiem (audžuvecākiem). Mērķa grupas jauniešu izpēti un vajadzību noteikšanas laikā tika konstatēts, ka liela daļa šo jauniešu ir pakļauti sociālās atstumtības riskam, kā arī nenotiek šo cilvēku integrācija sabiedrībā, ir ierobežotas brīvas izvēles tiesības. Jauniešiem ir pašapziņas problēmas, grūtības finansiālajā jomā, veselības traucējumi, higiēnas prasību trūkums, nav iesaistīti nodarbinātībā vai apmācībā, taču ir tāda vēlme.

#### Piemēram:

*Meitene, 23 gadi.* Ir aktīva, komunikabla, ieinteresēta apgūt kaut ko jaunu. Ir motivēta darba atrašanās vai apmācībā, ja tas ir savienojams ar bērnu aprūpi. Ļoti vēlas nokārtot autovadītāja apliecību, jo uzskata, kas tas būtu liels atvieglojums, lai varētu bērnus izvadīt uz bērnu dārzu pie ārstiem, uz darbu utt. (dzīves vietā problemātiski ar sabiedrisko transportu). Pēc meitenes vārdiem varētu darīt jebko, kur nav nepieciešamas īpašas prasmes (tādas kādu viņai nav). Varētu strādāt par apkopēju, sētnieci, trauku mazgātāju utt., galvenais, lai ir darbs un var nodrošināt ģimeni.

*Puisis, 26 gadi.* Ļoti komunikabls, atvērts un aktīvs puisis. Labprāt iesaistās dažādās aktivitātēs, ja ir iespējams. Apzinās savas spējas un vēlmes. Saprot, ka bez darba nevar, ir jāstrādā (izsaka frāzi, ka, ja nestrādās, tad jau darba stāžu nesakrās) - tātad domā par nākotni. Ir iepriekšējā darba pieredze. No darba nebaidās, uzskata, ka galvenais, lai viņš spētu un prastu to paveikt/iemācīties. Satrauc tas, kā viņš izskatās citu acīs attiecībā uz to ko viņš prot/neprot. Nepieciešamas atbalsts formālu dokumentu aizpildīšanai, nekautrējas lūgt palīdzību. Brīvi orientējas tuvākajā apkārtnē.

#### Linčepingas pašvaldībā:

Vecuma 18 – 24 gadi, dažos gadījumos līdz 30 gadi. Pazīmes – nav iesaistīti nodarbinātībā un izglītībā, ar zemu vai nepabeigtu izglītību. Galvenās mērķa grupas problēmas ir personiska rakstura un attiecas uz ikdienas dzīves ieradumiem, piemēram, miega traucējumi, fizisko aktivitāšu trūkums, socializēšanās trūkums, veselīgu ēšanas paradumu trūkums.

## 2. Mentora loma, mentoringa apraksts, vērtību, principu apraksts

### Kas ir mentors?

Šīs programmas ietvaros, mentors ir pilngadīga persona, vecāka par 26 gadiem, kura RETHINK projekta ietvaros ir apguvusi mācību programmu un kura sniedz atbalstu mērķa grupas jauniešiem individuālā plāna īstenošanā, lai uzlabotu jauniešu iekļaušanos sabiedrībā, izglītībā un/ vai nodarbinātībā.

Eksperti, apkopojot dažādu valstu pieredzi, kurās attīstījies mentoringa, norāda, ka pastāv divas atšķirīgas izpratnes par mentoringu - tās apzīmē kā 'sponsorēšanas' un 'attīstīšanas' mentoringu:

SPONSORĒŠANAS MENTORINGS (SPONSORSHIP MENTORING)	ATTĪSTĪTĪBAS MENTORINGS (DEVELOPMENTAL MENTORING)
<ul style="list-style-type: none"><li>• Mentors ir priekšnieks</li><li>• Mentors dod, Pieredzes pārņēmējs saņem</li><li>• Mentors aktīvi aizstāv pieredzes pārņēmēja intereses</li><li>• Mentors dalās ar pieredzes pārņēmēju savā gudrībā</li><li>• Primārais mērķis ir panākumu gūšana</li><li>• Būtiskākais ir labs padoms</li><li>• Lojalitāte</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Abpusējs izaugsmes process</li><li>• Mentors palīdz Pieredzes pārņēmējam patstāvīgi darīt lietas</li><li>• Mentors palīdz Pieredzes pārņēmēja kļūt gudrākam</li><li>• Mentors palīdz Pieredzes pārņēmējam pašam izprast lietas un virza viņa attīstību</li><li>• Primārais mērķis ir personības attīstība (panākumi karjerā var izriet no tā)</li><li>• Būtiskākais ir prasme uzdot jautājumus</li><li>• Mācīšanās</li></ul>

Šīs programmas pamatā ir vērtības, kas paredz ņemt vērā mērķa grupas jauniešu individuālās vajadzības un palīdzēt radīt apstākļus šo vajadzību apmierināšanai, vēlmju realizēšanai pašam, uz personu centrēta pieeja, tādēļ **turpmākais programmas apraksts vairāk orientēts uz otro – attīstības mentoringu, kā arī sociālo mentoringu**, kas veicina pašas personas attīstību un lēmumu pieņemšanu, lai gan neizslēdz atsevišķus momentus arī no sponsorējošā mentoringa, īpaši sākuma posmā ar mērķi veicināt sociālo iekļaušanu, **kas arī ietver sociālā mentoringa mērķus.**

### Iespējamās mentora lomas:

MENTORA LOMA	GALVENIE UZDEVUMI
<b>Konsultants</b>	Sniegt konsultācijas un ieteikumus, apmainīties idejām, sniegt atsauksmes, dalīties informācijā, skaidrot un konsultēt; atklāt galvenos problēmjautājumus, kas ietekmē panākumus; palīdzēt pieredzes pārņēmējam noskaidrot galvenos iemeslus, kāpēc pilnveidošanās vispār ir vajadzīga, sniegt atbalstu mērķu izvirzīšanā.
<b>Draugs un padomdevējs</b>	Sniegt padomus jauniešiem, pamatojoties uz viņu unikālajām vajadzībām, un atbalstīt jaunieši personīgajā un profesionālajā izaugsmē.
<b>Iedrošinātājs/ atbalstītājs</b>	Iedrošināt jaunieši realizēt ieceres, sniegt informāciju par mācību un karjeras veidošanas iespējām, atbalstīt personisko jautājumu risināšanā

MENTORA LOMA	GALVENIE UZDEVUMI
	(sociālie jautājumi, veselības jautājumi, u.c), kā arī palīdzēt svarīgu lēmumu pieņemšanā un stratēģiju izstrādē.
<b>Brokeris</b>	Piesaistīt resursus, lai palīdzētu jauniešiem identificēt personīgās attīstības un profesionālās izaugsmes iespējas un tās realizēt; dot padomus par karjeras iespējām un alternatīvām; palīdzēt sameklēt piemērotus līdzekļus, ar kuru palīdzību iespējama pieredzes pārņemēja kvalifikācijas celšana vai sociālās integrācijas iespējas.
<b>Advokāts/aizstāvis</b>	Pārstāvēt un aizstāvēt (nepieciešamības gadījumā) jaunieša intereses; izteikt jautājumus pieredzes pārņemēja vietā tādos gadījumos, kad pats pieredzes pārņēmējs ar tiem nespēj tikt galā (īpaši attiecībā ar dažādām institūcijām, piemēram, NVA, sociālais dienests, SIVA vai cits.
<b>Skolotājs/ treneris</b>	Sniegt informāciju un modelēt jaunieša uzvedību, palīdzēt apgūt kādas konkrētas prasmes privātajā, sociālajā vai nodarbinātās jomā.
<b>Sponsors</b>	Palīdzēt jauniešiem „atvērt durvis” uz citiem, mentoram pazīstamiem resursiem, lai radītu iespējas attīstīt savus talantus.
<b>Līderis</b>	Daloties ar savu dzīves stāstu pozitīvo piemēru, iedvesmot un palīdzēt jauniešiem sasniegt to, ko jauniešis var, un veicināt jaunieša attīstību.
<b>Starpnieks</b>	Palīdzēt pieredzes pārņemējam paplašināt individuālo sakaru tīklu.

Saskaņā ar ekspertu ieteikumiem, izšķir divas līdzīgas pieejas – mentoringu un trenēšanu:

MENTORINGS	TRENĒŠANA (COACHING)
<ul style="list-style-type: none"> <li>Vairāk pieredzējis cilvēks sniedz atbalstu, orientēšanos un padomu jaunākam / mazāk pieredzējušam cilvēkam</li> <li>Mērķis ir cilvēka attīstīšana, kas nesīs labumu pašam cilvēkam, sabiedrībai kopumā</li> <li>Palīdz cilvēkam pārvaldīt savu dzīvi un uzlabot prasmes</li> <li>Attīsta spējas un potenciālu</li> <li>Var arī apspriest personīgas dabas jautājumus</li> <li>Ilgtermiņa attiecības</li> <li>Neformālāka struktūra</li> <li>Ir plašāks skatījums uz cilvēku</li> <li>Pieredzes pārņēmējs vada procesu</li> <li>attīstīšana caur apmācībām, mācīšanos un atbalstīšanu;</li> <li>jautāšanas tehniku izmantošana, lai veicinātu domāšanas procesus, kas palīdz saskatīt risinājumus un rīcību, nevis norādoša (direktīva) pieeja;</li> <li>cilvēka kompetences attīstīšana, nevis atkarības radīšana no mentora;</li> <li>vajadzību, motivācijas, vēlmju, prasmju un domāšanas procesu izzināšana, lai atbalstītu patiesu un ilgtspējīgu pārmaiņu sekmēšanu;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pilnveido cilvēka prasmes un zināšanas, lai uzlabotu viņa darba veikumu, šādi veicinot personīgo mērķu sekmēšanu</li> <li>Mērķis ir sekmēt maksimālu veikumu un pilnveidošanos darbā</li> <li>Darbs vērsts uz atsevišķu prasmju attīstīšanu</li> <li>Attīsta veikumu un prasmes</li> <li>Parasti īstermiņa</li> <li>Parasti vairāk strukturēts process ar regulārām tikšanās reizēm</li> <li>Procesu vada treneris</li> </ul>



MENTORINGS	TRENĒŠANA (COACHING)
<ul style="list-style-type: none"> <li>cilvēka atbalstīšana atbilstošu mērķu izvirzīšanai un metožu noteikšanai, ar kurām novērtēt attīstību;</li> <li>novērošana, klausīšanās un jautājumu uzdošana;</li> <li>radošu paņēmieni un tehnikas pielietošana, piemēram, trenēšana, procesa virzīšana, konsultēšana un <i>tīklošanās</i>;</li> <li>nepārtraukta atbalstīšana – novērtēt cilvēku un viņa uzskatus, dzīvesveidu vai tieksmes;</li> <li>pieredzes pārņēmēja iedrošināšana turpināt savu izaugsmi un kompetenču pilnveidi.</li> </ul>	

Šīs programmas mērķu sasniegšanai piemērotāks ir **mentoringa process**.

Tas neizslēdz individuālos gadījumos koncentrēšanos uz vienu konkrētu jomu (piemēram, finanšu joma, (t.sk., budžeta plānošana nedēļai, mēnesim), ikdienas dzīves prasmju apgūšana un attīstība (Higiēnas, komunikācija u.c), kuru mentors kā treneris vienojas ar jauniešu attīstīt.

### 3. Mentoringa procesa pieci posmi

Saskaņā ar ekspertu izstrādāto metodoloģiju, mentoringa procesā var izšķirt sekojošus piecus posmus: (1) attiecību veidošana; (2) mērķu izvirzīšana; (3) darbošanās; (4) nobeigums; (5) virzīšanās uz priekšu. Turpinājumā sniegts katra posma detalizēts teorētiskais apraksts un tā paredzētā īstenošana šīs programmas ietvaros.

#### 3.1. ATTIECĪBU VEIDOŠANA

- Noskaidrot, vai mentors un pieredzes pārņēmējs var sadarboties.
- Vienoties par nolūku un sadarbības formu.
- Precizēt vērtības un intereses.
- Veidot abpusēju respektu.
- Precizēt vēlmes, lomas un uzvedību.
- Noskaidrot personību atšķirības.
- Nolīdzināt svešiniekiem raksturīgas barjeras.
- Veidot verbālu un neverbālu dialogu.

**Faktori, kas var ietekmēt mentora un mērķa grupas jauniešu sadarbību:**

- radniecība;
- dzimums;
- vecums;
- religiskā piederība;
- pozitīva/negatīva iepriekšējās sadarbības pieredze;



- stereotipi vai aizspriedumi;
- stigmatizācijas pieredze;
- pozitīva vai negatīva attieksme vai nepatika pret konkrēto personu;
- pozitīvas/negatīvas ekspektācijas u.c

Mentors pēc dažādiem rādītājiem var būt gan tuvu atbilstīgs mentorējamajam jauniešim, gan atšķirīgs pēc dzimuma un vecuma, pēc etniskās izcelsmes, pēc reliģiskās piederības, pēc sociāli ekonomiskā stāvokļa, pēc invaliditātes statusa esamības/neesamības, pēc studiju vai profesionālās jomas, pēc interesēm un citiem kritērijiem.

Šīs projekta programmas ietvaros tiks tomēr ņemtas vērā dzimumu atšķirības un piemeklēts jauniešim tā paša dzimuma mentors, cik vien tas ir iespējams.

#### **Nosakot mentora/ mentorējamā slodzi, jāņem vērā:**

- jaunieša fiziskā veselība;
- jaunieša garīgā veselība;
- invaliditātes grupas esamība/neesamība;
- prognozējamās invaliditātes iespējamība;
- atkarību esamība/neesamība;
- riska uzvedība (deviance, delinkvence, agresija/vardarbība);
- sodāmības esamība/neesamība;
- atbalsta tīklojuma esamība/neesamība (ģimene, radi, draugi, atbalsta personāls, atbalsta persona);
- jaunieša rīcībā esošie resursi;
- jaunieša motivācija;
- individuālās pasākumu programmas komplicētība u.c.

Šo posmu ZPR gadījumā ir plānots realizēt 3-5 dienu nometnes / vasaras skolas ietvaros, kur mentori ar jauniešiem piedalās kopīgās sporta, brīvā laika aktivitātēs, kā arī nelielās dejas-kustību terapijas grupu nodarbībās, mākslas terapiju nodarbībās, u.c., kur iepazīst viens otru saskarsmē, veidojot tiešu verbālu, neverbālu kontaktu, noskaidrojot vai abu starpā ir iespējama sadarbība, noskaidrojot kopīgo un atšķirīgo, mazināt barjeras un uzsākt dialogu.

- Par šo posmu atbild gadījumu vadītājs, asistē apmācību koordinators, konsultē un metodiski atbalsta programmas attīstītājs, projekta vadītājs pieņem lēmumus, slēdz līgumus un administrē budžetu.

#### **Zviedrijas piemērā jau tas notiek kopš 2020.gada sākuma.**

Tas ietver arī gadījumu vadītāja un apmācību programmas vadītāja iepazīšanos gan ar mentorējamiem, gan mentoriem – viņu stāstiem, motivācijām, vēlmēm, kā arī asistēšanu attiecību veidošanas procesā, zināmā mērā procesa virzīšanu un uzraudzību.

## Attiecību veidošanas starp mentoru un jaunieši process detalizētāk aprakstīts programmas 4.sadaļā.

### 3.2. MĒRĶU IZVIRZĪŠANA

- Apzināties problēmas.
- Precizēt mērķus un risinājumus sasaistē ar ikdienas rīcībām, aktivitātēm.
- Definēt ilgtermiņa mērķus
- Sagatavot individuālos atbalsta plānus.

Šīs programmas ietvaros, šajā posmā notiek individuālo atbalsta plāna sagatavošana.

*Individuālais atbalsta plāns* = ir vienošanās starp jaunieši un mentoru, kurā tiek definēti sadarbības mērķi, sasaistē ar ikdienas rīcībām, lai risinātu esošās jaunieša vajadzības vai problēmas, kā arī attīstītu viņa prasmes un personību un sekmētu iesaisti izglītībā vai nodarbinātībā (individuālā atbalsta plāna veidlapu skat. 4.pielikumā).

Plāns tiek izstrādāts, izmantojot uz personu vērstās domāšanas un plānošanas metodes, iesaistot pašu mentorējamo, ir balstīts paša jaunieša vajadzībās un vēlmēs. Vienošanās par mērķiem un rīcību tiek fiksētas īsā dokumentā (1-3.lpp). Tas tiek sagatavots, uzsākot mentoringa procesu, un tiek izmantots visā mentoringa procesā. Atbalsta plāns tiek regulāri pārskatīts un papildināts, ja mainās mērķa grupas jaunieša dzīves apstākļi, vai ir sasniegti vai mainās plānā noteiktie mērķi.

Formulējot individuālo atbalsta plānu, gadījumu vadītājam un mentoram vēlams izmantot **SMART principu**, proti, mērķim, sasniedzamajam rezultātam un plānotajām aktivitātēm jābūt formulētam tā, lai atbilstu šādiem kritērijiem:

**Specific** (specifisks, konkrēts): konkrēts, precīzs, skaidri definēts, saprotams ikvienam;  
**Measurable** (izmērāms): izmērāms, novērtējams, skaidri saprotams, kas būs, kad rezultātu sasniegs; izmērāms ciparos, kvantitatē, salīdzinājumos;  
**Achievable** (sasniedzams): nav utopisks, bet ir sasniedzams, uz darbību vērst, ir operacionāli veidots ar reāliem un pieejamiem resursiem tā realizēšanai;  
**Realistic** (reālistisks): konkrētajam jauniešim ir reālistiska iespēja to sasniegt, ir iespējams to īstenot, ņemot vērā attiecīgās pašvaldības iespējas; atbilstība situācijai un resursu pieejamībai;  
**Timed** (terminēts): fiksēts laikā, noteikts termiņš.

Lai precīzāk izpētītu jaunieša iespējas apmācībā vai nodarbinātībā, pirms plāna sastādīšanas veicama **mērķa grupas jaunieša izpēte** – mērķa grupas jaunieša situācijas sākotnējā izpēte, kas ietver jaunieša izglītības, nodarbinātības, līdzšinējās sabiedriskās darbības pieredzes, interešu un prasmju attīstības vajadzību apzināšanu, kā arī ierobežojošo un citu faktoru identificēšanu (skatīt 1.-3. pielikumu sākotnējai mērķa grupas jauniešu izpētei).

Tas ietver:

- **Motivējošu intervēšanu**, izmantojot intervēšanai piedāvātos jautājumus (skat. 5.pielikumu); **informatīvās kartes jeb ekokartes izveidošanu**, identificējot resursus un problēmas (skat. 6.pielikumu) un citas metodes.
- **Jauniešu novērojumus**, darbojoties praktiskā darbībā (**ZPR gadījumā** dažādās darbnīcās, sporta aktivitātēs, mākslas terapijas grupās vasaras skolas ietvaros).
- **Linčepingas gadījumā**, izmēģinot **dažādas individuālā atbalsta aktivitātes un intervenci** (aprakstu skat. 7.pielikumā).

**Mērķa grupas jauniešiem piemērota individuālās atbalsta plāna izstrādē jāņem vērā:**

- speciālistu ieteikumi un atzinumi (ja nepieciešams);
- pašvaldības teritoriālie aspekti, infrastruktūras (sabiedriskais transports, internets) specifika;
- pašvaldības rīcībā esošie sociālie un veselības veicināšanas pakalpojumi un citi resursi un iespējas;
- izglītības iespējas pašvaldībā un/vai reģionā;
- nodarbinātības iespējas pašvaldībā un/vai reģionā;
- individuālie, ģimenes, institucionālie, pašvaldības un kopienas līmeņa riski, kas var ietekmēt individuālās pasākumu programmas īstenošanu.

Individuālā atbalsta plāna izstrādē jāvērs uzmanība uz mērķa grupas jauniešiem vidē, šo abu faktoru mijiedarbību, un problēmu risināšana ir jāsaista ar izmaiņu sekmēšanu vairākos līmeņos:

- persona (mērķa grupas jauniešis) – tās pilnveide; paša mērķa grupas jaunieša vēlmes un ieteikumi; profilēšanas rezultātā iegūtā informācija par mērķa grupas jauniešiem, viņu problēmas cēloņiem un to izteiktību.
- personas (mērķa grupas jaunieša) un sistēmas attiecības – pieeja pašvaldības, reģionālajiem, nacionālā līmeņa pakalpojumiem, resursiem, sasaiste ar tiem – izglītības, veselības, sociālie pakalpojumi, nodarbinātības veicināšanas pakalpojumi- pašvaldības teritoriālie aspekti, infrastruktūras (sabiedriskais transports, internets).

Individuālo atbalsta plānu veidošanā, **šī projekta mērķu sasniegšanai** un ņemot vērā mērķauditorijas ierobežotās spējas un īpašās vajadzības, būtiski ietvert **vismaz divus** no UNESCO mācīšanās pīlāriem, kā arī ANO konvencijas par cilvēku ar invaliditāti tiesībām principus:

- Mācīties būt un tiesības uz personības attīstību.
- Mācīties dzīvot kopā un tiesības iekļaušanās sabiedrībā.
- Mācīties darīt (sevi realizēt darbībā).
- Mācīties zināt (mūžizglītība).

- Šajā posmā galvenā atbildība ir gadījumu vadītājam un mentoriem kopā ar jauniešiem sastādot individuālos atbalsta plānus.
- Apmācību koordinators kā asistents, kas organizē kopīgus pasākumus, savukārt programmas attīstītājs kā konsultants, kas sniedz metodisku atbalstu atbalsta plānu sastādīšanā un papildus resursu piesaistē.

### 3.3. DARBOŠANĀS / INTERVENCE

- Abpusēja valdošo uzskatu izaicināšana darbībā.
- Iedziļināšanās jautājumos, kas rada jaunieša problēmas.
- Radoši veidi, kā atbalstīt jauniešus, palīdzēt radīt apstākļus vajadzību apmierināšanai un īstenot individuālo atbalsta plānu.
- Abpusēja mācīšanās no mentoringa procesa
- Laika gaitā jaunieši uzņemas vadošo lomu attiecībās ar mentoru un pats vada procesu.

Šīs programmas ietvaros šis posms paredzēts individuālo atbalsta plānu (skat. mentoringa 2.posms) ieviešanai – gan apgūstot pamatprasmes, iekļaujoties sabiedrībā, gan veicinot mērķa grupas jauniešu iekļaušanos izglītībā vai darba tirgū un balstoties uz sākotnēji veikto pētījumu par mērķa grupas jauniešu vajadzībām.

**Individuālo pasākumu programmā ietveramās atbalsta jomas dalījumā pēc UNESCO mācīšanās pīlāriem:**

MĀCĪŠANĀS PĪLĀRS	APRAKSTS	PIEMĒRI ŠĪ PROJEKTA PROGRAMMAS IETVAROS
<b>1. Mācīties būt (Learning to be)</b>	Attīstīt personību, autonomiju, radošumu, personīgo atbildību	<ul style="list-style-type: none"> <li>• individuālas mentoringa sesijas</li> <li>• mērķu nospraušanas sarunas</li> <li>• sporta (arī tautas sporta) nodarbības</li> <li>• mākslas/ radošās aktivitātes nodarbības</li> <li>• āra dzīves aktivitātes</li> <li>• uzstāšanās grupas priekšā</li> <li>• iesaistīšanās drāmas grupā, improvizācijas teātrī</li> <li>• grāmatu lasīšana</li> <li>• dažādu sabiedrisku pasākumu un vietu apmeklēšana</li> <li>• dažādu speciālistu (psihologu, sociālo darbinieku u.c.) individuālās konsultācijas utt.</li> <li>• atbalsts interešu pārstāvēniecībā un sevis pasargāšanā no vardarbības, ja ir tāda vajadzība</li> <li>• atbalsts sociālo pakalpojumu, sociālās palīdzības un sociālās rehabilitācijas pakalpojumu saņemšanai</li> <li>• pēc nepieciešamības arī personīgās higiēnas, citu pamatprasmju apmācība, kā piemēram, finanšu joma, (t.sk., budžeta plānošana un lēmumu pārvaldīšanas jautājumi): iknedēļas vai ikmēneša budžeta plānošana (atkarībā no mērķa grupas jauniešiem nepieciešamā atbalsta intensitātes); atbalsta sniegšana lēmumu pieņemšanā par nepieciešamajiem pirkumiem; principiem, kādus ņemt vērā, izvēloties nepieciešamo pirkumu vai</li> </ul>

MĀCĪŠANĀS PĪLĀRS	APRAKSTS	PIEMĒRI ŠĪ PROJEKTA PROGRAMMAS IETVAROS
		<p>produktu (īpaši tas attiecas uz lielākiem pirkumiem, kā arī kredītsaistību uzņemšanos) u.c..</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ja nepieciešams atbalstīt piekļuvi Veselības aprūpes jomai (līdz ārsta kabinetam): <ul style="list-style-type: none"> <li>atbalsta sniegšana lēmumu pieņemšanā nepieciešamo medicīnisko pakalpojumu izvēlē un piekļuvē;</li> <li>atbalsta sniegšana lēmumu pieņemšanā, jauniešiem komunicējot ar veselības aprūpes speciālistiem, piemēram, līdzdalība (tikai ar jauniešu un ārsta piekrišanu) ārsta konsultācijas laikā, lai varētu precīzāk izskaidrot ārsta sniegto informāciju, līdzdalība (tikai ar jauniešu un pakalpojuma sniedzēja piekrišanu) veicamo izmeklējumu vai rehabilitācijas pakalpojumu sniegšanas laikā, lai varētu izskaidrot dotās instrukcijas, procedūru nepieciešamību un palīdzētu pieņemt atbilstošu lēmumu, u.c.</li> </ul> </li> </ul>
<b>2. Mācīties būt kopā (Learning to live together)</b>	Mācīties sadarboties ar citiem cilvēkiem, izprast sabiedrības procesus, saņemt atbalstu līdzdalībai.	<ul style="list-style-type: none"> <li>motivācijas grupas</li> <li>atbalsta grupas</li> <li>dienas centru nodarbības</li> <li>praktiskas ilgtermiņa darbības ieradumu veidošanai un nostiprināšanai (laikus ceļšanās no rīta, spēja sadarboties utt.)</li> <li>brīvprātīgs darbs, piemēram, dzīvnieku patversmē vai citur</li> <li>iesaistīšanās drāmas grupā, improvizācijas teātrī</li> <li>dažādu sabiedrisku pasākumu un vietu apmeklēšana (kultūras pasākumi, sporta spēles, dabas objekti, u.c)</li> <li>kopīgi pārgājieni dabā</li> <li>atbalsts lēmumu pieņemšanā, palīdzot attīstīt komunikācijas prasmes, kas ietver: <ul style="list-style-type: none"> <li>atbalstu komunikācijā ar ģimenes locekļiem</li> <li>drošas komunikācijas ar sabiedrību apgūšanu</li> <li>konfliktu risināšanas pamati un prasmju apgūšana</li> <li>atbalsta sniegšana jaunu draugu un paziņu, atbalsta personu meklēšanā</li> </ul> </li> </ul>
<b>3. Mācīties darīt (Learning to do)</b>	Darba tikums, nodarbinātības prasmes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>savu interešu, prasmju un kompetences apzināšanās</li> <li>vizītes pie dažādu arodu meistariem</li> <li>īslaicīgs darbs lauksaimniecībā</li> <li>NVA programmu izmantošana</li> <li>darbs specializētajās darbnīcās, ja tādas ir tuvumā</li> <li>darbs sociālajos uzņēmumos, ja tādi ir tuvumā</li> <li>piedalīšanās meistarklasēs vai paraugdemonstrējumos, izstādēs, gadatirgos, ja tuvumā tie notiek kā skatītājam</li> <li>sava portfolio/ CV sastādīšana</li> </ul>

MĀCĪŠANĀS PĪLĀRS	APRAKSTS	PIEMĒRI ŠĪ PROJEKTA PROGRAMMAS IETVAROS
		<ul style="list-style-type: none"> <li>palīdzība dokumentu kārtošanā saskarē ar darba devēju vai citām iestādēm, atbalstīt patstāvīga lēmuma pieņemšanu</li> </ul>
<b>4. Mācīties zināt (Learning to know)</b>	Apgūt gan paplašinātas, gan konkrētas zināšanas, kas noder sevis realizācijā darba vidē.	<ul style="list-style-type: none"> <li>SIVA programmu piemeklēšana tieši jauniešiem ar garīga rakstura traucējumiem</li> <li>NVA kursu piemeklēšana jauniešiem ar garīga rakstura traucējumiem</li> <li>E-mācīšanās programmas</li> <li>filmu kopīga skatīšanās, analīze</li> <li>grāmatu, žurnālu kopīga lasīšana, analīze</li> </ul>

Mērķa grupas jauniešiem var būt dažādas vajadzības, un līdz ar to arī nepieciešamais mentoringa procesa ilgums būs atšķirīgs, piemēram, būs jaunieši, kuriem atbalsts būs nepieciešams visā izmēģinājuma projekta īstenošanas laikā un arī pēc tam, bet būs jaunieši, kuriem atbalsts nepieciešams tikai konkrētu jautājumu risināšanā.

**Izmēģinājuma projekta ietvaros**, ņemot vērā atbalstāmo jomu daudzumu, katra mērķa grupas jaunieša atbalsta intensitātes līmenis tiks noteikts individuālā atbalsta plānā, taču tas var būt vienai personai līdz 14 stundām visas programmas izmēģināšanas laikā, ņemot vērā programmas ierobežojumus.

- Šajā posmā mentori veic visus galvenos atbalsta uzdevumus, mērķa grupas jaunieši un mentori ir galvenie mentoringa procesa, intervences virzītāji.
- Šajā posmā gadījumu vadītājs projekta ietvaros reizi divās nedēļās vai reizi mēnesī vada neformālas atbalsta tikšanās ar mentoru grupu, lai mentori dalītos pieredzē savā starpā. Gadījumu vadītājs identificē riskus un iespējamus konfliktus, grūtības mentoru un mentorējamo starpā, organizē traucējumu novēršanu vai ziņo par vajadzību vai iespēju pārtraukt attiecības starp mentoru un mentorējamo.
- Apmācību koordinators darbojas kā asistents gadījumu vadītājam palīdzot organizēt grupu tikšanās, informēšanu, u.c.
- Šajā posmā mentoringa programmas attīstītājs piedalās atbalsta tikšanās ar mentoru grupu kā novērotājs, kontaktējas ar gadījumu vadītāju un sniedz savus padomus vai metodisku atbalstu risku identificēšanā, papildus resursu piesaistei, rezultātu sasniegšanā.

### 3.4. NOSLĒGUMS

- Mērķa grupas jaunietis (pieredzes pārņēmējs) ir sasniedzis lielu daļu savu mērķu.
- Pieredzes pārņēmējs ir pārliecināts par sevi.
- Pieredzes pārņēmējam ir plāns un ieskats, kā turpināt savu izaugsmi.
- Procesa, rezultātu un panākumu izvērtēšana un atzīmēšana, noslēguma pasākuma plānošana (nevis procesa beigu izstiepšana).

Šī projekta ietvaros paredzēts, ka 90% no 20 mērķa grupas jauniešiem katrā valstī – Zemgales plānošanas reģionā Latvijā un Linčepingas pašvaldībā Zviedrijā (kopā 40) ir uzlabojuši savu personīgo situāciju, integrējušies sabiedrībā vai apmācībā vai nodarbinātībā.

Paredzētie mentoringa noslēguma rezultāti:

- Jaunieši ir saņēmuši konkrētu atbalstu un trenējuši spējas iekļauties sabiedrībā, apmācībā vai nodarbinātībā, spēj paši spert turpmākos soļus, ir apzināts un iepazīts atbalsta tīkls, kas var būt jauniešiem noderīgs.
  - 20 mentori no abām valstīm ir ieguvuši gan apmācības, gan pieredzi mentoringa pakalpojuma sniegšanā jauniešiem ar garīgās veselības traucējumu vēsturi. Spēj iegūtās zināšanas un prasmes pielietot praksē.
  - Ir radīta un izmēģināta (pilotēta) atbalsta programma jauniešiem ar mentoru iesaisti, ir radīta un izmēģināta mentoru apmācību programma.
  - Noticis rezultātu izvērtēšanas un prezentēšanas pasākums.
- Mentoringa programmas attīstītājs, apmācību koordinators, kopā ar gadījumu vadītāju sagatavo gala izvērtējumu un ziņojumu par sasniegtajiem rezultātiem, identificētajām grūtībām un ieteikumiem mentoringa programmas uzlabošanai.
- Gadījumu vadītājs, apmācību koordinators un projekta vadītājs atbild par gala pasākuma organizēšanu.

### 3.5. VIRZĪŠANĀS UN PRIEKŠU

- Pārveidot mentoringa attiecības draudzībā, ja abas puses to vēlas.
- Turpināt savstarpējo sadarbību, ideju pārbaudīšanai un tīklošanās nolūkiem.

Šī projekta ietvaros nav paredzēta formālu kontaktu uzturēšanu pēc projekta beigām, bet nav izslēgta neformālu kontaktu uzturēšana vai cita veida attiecību veidošana starp mērķa grupas jauniešiem un mentoriem.

## 4. Mentoru pazīmes, rekrutēšana, atlase un pāru veidošana

- “Ideālais” mentors – kāds ir mentora “profils”: pazīmes, prasmes, zināšanas / pieredze, īpašības?
- Rekrutēšana – kā piesaistīt un dabūt mentorus?
- Atlase – kā atlasīt un izvēlēties mentorus?
- Pāru izveide – kā atlases sastāvdaļa un noslēgums; mentora-mentorējamā mērķa grupas jaunieša attiecību veidošanas sākums.

### 4.1. “IDEĀLAIS MENTORS”

“Ideālais” mentors ir tāds, kuram piemīt:



- Kompetence.
- Pieredze.
- Motivācija.
- Fiziskā un garīgā veselība.
- Personības briedums.
- Komunikācijas prasmes
- Atkarību neesamība.
- Laiks, ko var veltīt jaunietim.
- Hobiji un/vai profesija, kas būtu vērtīgs resurss mērķa grupas jauniešu resocializācijā.

Ņemot vērā šīs programmas mērķa grupas jauniešu dažādību un individuālās pieejas nepieciešamību, nav iespējams definēt vienu ideālu mentora tipu, var izdalīt grupas pēc vecuma un dzimuma, etniskās piederības.

**Teorētiski šajā programmā var būt trīs mentoru varianti / grupas:**

- Jaunietis – jaunietim:** mentors līdzīgā vecumā kā mērķa grupas jaunietis (vismaz 3 gadus vecāks par konkrēto jauniešu), iespējams ar līdzīgu pieredzi, vai tādām prasmēm un īpašībām, kas atbilst mērķa grupas jauniešu interesēm un vajadzībām. Grupā var izdalīt apakšgrupas pēc dzimuma – jauniešus un jauniertes, piemēram, LV- latviski/ krieviski runājošus.
- Pieaugušais – jaunietim:** mentors mērķa grupas jauniešu vecāku vecumā (~35-55 gadi), kuram ir lielāka dzīves pieredze un profesionālas zināšanas, kuras izmantot mentoringa procesā. Grupā var izdalīt apakšgrupas pēc dzimuma – vīriešus un sievietes, piemēram, LV- latviski/ krieviski runājošus.
- Seniors – jaunietim:** mentors mērķa grupas jauniešu vecvecāku vecumā (~55 – 65 gadi), kuram ir dzīves pieredze, pieredze darbā ar bērniem, jauniešiem, iespējams, sociālās vai izglītības jomas darba pieredze (piem., bijis soc. darbinieks) un šobrīd nestrādā, ir daudz laika resursu, ko veltīt mentoringam, Grupā var izdalīt apakšgrupas pēc dzimuma – vīriešus, sievietes, piemēram, LV- latviski/ krieviski runājošus.

Mentora “profils” RETHINK programmā – obligātās/primārās un vēlamās/sekundārās pazīmes:

MENTORS	PRASMES	ZINĀŠANAS, PIEREDZE	ĪPAŠĪBAS
Obligātās / primārās	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Labas komunikācijas/saskarsmes spējas (jautājumu uzdošanas un klausīšanās prasmes), spēja saprasties ar mērķa grupas jauniešiem;</li> <li>• Prasme klausīties, sniegt atgriezenisko saiti, uzmundrināt, kritiski vērtēt, motivēt un atbalstīt;</li> <li>• Prasme savu pieredzi, zināšanas un/vai prasmes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Izglītība, iepriekšējā pieredze – sociālā, izglītības joma, soc. zinātnes;</li> <li>• Izpratne par cilvēku dažādību, cilvēku vienlīdzīgām iespējām neatkarīgi no spējām un veselības stāvokļa;</li> <li>• Zināšanas par sociālo pakalpojumu jomu un atbalsta veidiem personām ar GRT Latvijā.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivācija, vēlme būt par mentoru jaunietim ar GRT;</li> <li>• Atbildības uzņemšanās par mentora lomu, pienākumiem;</li> <li>• Atvērtība, atklātība, ieinteresētība, empātija, vienlīdzības izjūta;</li> <li>• Fiziskā un garīgā veselība, psiholoģiskā stabilitāte un noturība;</li> <li>• Profesionalitāte.</li> </ul>

MENTORS	PRASMES	ZINĀŠANAS, PIEREDZE	ĪPAŠĪBAS
	nodot mērķa grupas jauniešiem; • Risku menedžmenta prasmes. • Gatavība veltīt laiku mentoringam		
Vēlamās / sekundārās	• Spēja būt elastīgam, sniegtot individuālu atbalstu mērķa grupas jauniešiem; • Spēja domāt nestandartizēti, radoši, meklēt individuālu pieeju darbam ar mērķa grupas jauniešiem; • Spēja sadarboties ar citiem profesionāļiem; • Izaugsmes veicināšanas prasmes; • Plānošanas prasmes, spēja būt kārtīgam un organizētam; • Spēja veidot uzticamas un vienlīdzīgas attiecības; • Spēja sadarboties ar jauniešiem.	• Mentora, brīvprātīgā darba, atbalsta personas pieredze; • Asistenta personai ar invaliditāti vai ģimenes asistenta darba pieredze; • Pieredze darbā ar jauniešiem, t.sk. ar sociālās atstumtības riska grupu jauniešiem; • Hobiji un/vai profesija, kas būtu vērtīgs resurss mērķa grupas jauniešu resocializācijā	• Personības briedums; • Atkarību neesamība; • Prasme uzmundrināt, motivēt un atbalstīt; • U.c.

**Mentoram nepieciešamās zināšanas un prasmes iespējams apgūt un attīstīt programmas ietvaros paredzētajās apmācībās.**

#### 4.2. MENTORU REKRUTĒŠANA

Kad noteikts “ideālā” mentora “profils”, zināmi programmas mērķi, ilgums, sasniedzamie rezultāti u.c. specifiskie jautājumi, var veikt mentoru rekrutēšanas jeb piesaistes pasākumus. Lai to paveiktu pēc iespējas veiksmīgāk, ir labi zināt, kādi aspekti ir būtiski pieaugušajiem, lai vēlētos kļūt par mentoriem, kā arī saplānot praktiskos rekrutēšanas procesa soļus.

**Motivācija kļūt par mentoru** – viens vai vairāki no šiem iemesliem, kas raksturīgi arī jebkuram brīvprātīgam, altruistiskam darbam, saskaņā ar pētījumiem:

- Vērtības – pārbaudīt savas vērtības darbībā (balstoties uz savām vērtībām, es esmu norūpējies par šo problēmu, grupu, kurai gatavojos veltīt savu laiku).
- Darba/ karjeras iespējas – atklāt jaunas karjeras iespējas (izmēģināt praksē savu spēju paplašinājumu, interesi par jauniešu atbalstu, sociālo mentoru citām grupām).
- Izpratne – iegūt lielāku izpratni par pasauli un cilvēkiem tajā (ieskaitot savus bērnus, brāļus, māsas u.c.) un arī pašam sevi (mentoringa sniedz man iespēju iegūt jaunu skatījumu par procesiem, cilvēkiem, atbrīvoties no ilūzijām pašam par sevi un citiem).

- Uzlabot pašvērtību – justies svarīgākam, veidot jaunas attiecības, pacelt savu pašvērtību (būt vajadzīgam, piederīgam).
- Būt pasargātam – novērst uzmanību no rutīnas darba vai paša problēmām (mentoringa atbrīvo mani no vainas sajūtas, ka esmu veiksmīgāks par citiem, vai situācijām, kad neesmu palīdzējis kādām līdzīgā situācijā).
- Sociāli iesaistītam – apmierināt kāda man svarīga cilvēka gaidas no manis – drauga, sievas/ vīra, brāļa/ māsas, vecāku, kuri augsti vērtē šīs mentoringa iespējas.
- Piederība vietējai sabiedrībai (kopienai) – es kļūstu par mentoru, jo tā es izpildu pienākumu pret vietējo sabiedrību.

### **Praktiski ieteikumi rekrutēšanas plānošanai un organizēšanai:**

1.solis – apzināt un sastādīt sarakstu ar esošajiem sociālajiem tīkliem, lai aicinātu kļūtu par mentoriem – apzināt esošos mentorus, bijušos mentorus, līdzīgu profesiju pārstāvjus, kas vēlas uzlabot kvalifikāciju, mērķa grupas jauniešu radniekus, kuri var nodot savu pieredzi citiem jauniešiem, pensionētos profesionāļus, kuru vēlas mācīties kaut ko jaunu, pazīstamus cilvēkus, kurus varam iedomāties kā mentorus.

2.solis – sagatavot rekrutēšanas vēstījumu – ziņu, ar lipīgu virsrakstu, kurā piemin potenciālo mentoru iespējamo motivāciju pieteikties TOP 5, skaidri definē labumus, kurus mentori gūs no šīs programmas, pieminot gan grūtības, gan potenciālo atbalstu, kuru programma piedāvā, piedomāt pie vizuālā risinājuma un kontaktinformācijas, kur var uzdot jautājumus.

3.solis – piedāvāt un informēt par mentoru apmācību un atbalsta programmu, kas sniedz iespēju apgūt jaunas, padziļinātas zināšanas un prasmes, kas palīdz atklāt kaut ko vairāk par sevi, atbildību un pienākumiem kā mentoram, dod iespēju un laiku izlemt, vai esi piemērots mentoringam.

- **Šīs programmas ietvaros** potenciālie mentoriem tiek piedāvātas apmācību iespējas, kurās tiek savienota gan zināšanu apguve par mentoringu kā tādu, mentoringu jauniešiem ar garīga rakstura traucējumu vēsturi, kā arī prakses iespēja, kas var noderēt turpmāk gan profesionālajā, gan privātajā dzīvē, gan brīvprātīgajā darbā.

4. solis - pārliecināties, ka visi praktiskie mentoringa procesa soļi ir skaidri definēti un pārskatāmi, sasniegtie rezultāti ir definēti, atbildības ir sadalītas, precīzi norādīt, cik laika tas prasīs no mentoriem, cik ilgā laika periodā.

- **Šī projekta ietvaros** – programmas apraksts

5.solis – pārliecināties, vai ir skaidra pieteikšanās kārtībā – kur, kā, kad var pieteikties mentoru atlasei.

- **Šī projekta ietvaros** – *Google forms* reģistrācija, norādot vārdu, uzvārdu, kontaktus, kā uzzinājat, galvenā motivācija būt par mentoru?

5. solis – apzināt atbilstošos informācijas kanālus, kādā veidā var aicināt potenciālos mentorus pieteikties atlasei (soc tīkli, no mutes mutē, kopīgi e-pasti, u.c), kā arī tieši uzrunāt kādu, kurš jau ir padomā.

- Par šo procesu šajā projektā atbild apmācību koordinators un gadījumu vadītājs, konsultē mentoringa programmas attīstītājs.

### 5.1. MENTORU ATLASE

Ņemot vērā, ka šīs programmas mērķa grupas jaunieši ir ar garīga rakstura traucējumu vēsturi, pastāv iespēja, ka:

- mentorējamais – mērķa grupas jaunieši – ir cietis no fiziskas, emocionālas vai seksuālas vardarbības;
- jaunieši ir bijis cilvēktirdzniecības upuris;
- jauniešiem ir atkarības problēmas;
- jaunieši ir ar deviantu uzvedību.

Tādēļ mentoru atlasei tiek pievērsta īpaša uzmanība, lai atlasītu mentorus ar vismazāko riska potenciālu. Tā kā projekta mērķa grupas jaunieši ir specifiska mērķauditorija, jo pastāv dažādi riski saskarē ar jauniešiem ar garīgās veselības traucējumiem vai vēsturi, viņu iekļaušanos sabiedrībā, jaunieši ir viegli ievainojami, var būt veselības, ģimenes apstākļu, atkarību, pašapziņas u.c. problēmas, tad mentoru atlases procesā ir **ļoti svarīgi izvēlēties tādus mentorus, kas atbildīs mērķa grupas specifikai, spēs iedziļināties un risināt jauniešu vajadzības, izvēlēties piemērotākos veidus jauniešu individuālā plāna īstenošanai**. Svarīga mentora atbilstība gan no drošības, gan piemērotības viedokļa – lai neradītu iespēju, ka jauniešiem tiks nodarīts pāri.

Mentoru atlasei šajā programmā paredzētas 6 pakāpes:

PAKĀPES	APRAKSTS / RETHINK SPECIFIKA	ATBILDĪGAIS
<b>1. Mentoru pieteikšanās anketa</b>	Pieteikuma forma (piemēram, <i>Google forms</i> ) – kur norādīt kontaktinformāciju, izglītību un pieredzi, un īsu motivāciju – kāpēc gribu būt mentors? (skat. 8. pielikumu)	Apmācību koordinators apkopo datus un kopā ar gadījumu vadītāju, projektu vadītāju, u.c. izvērtē anketas un atlasa piemērotākos pretendentes, nosūta aptaujas anketas.
<b>2. Aptauja (prasmju, īpašību, apmācību vajadzību precizēšanai)</b>	Elektroniska aptauja, kur mentorī atzīmē sev piemērošās prasmes, īpašības, zināšanas utt., novērtē pašreizējās zināšanas un norāda uz vajadzībām, ko apgūt apmācībā (skat. 9.pielikumu).  Anketā iekļauti jautājumi par mentora līdzšinējo pieredzi un zināšanām, ņemot vērā izstrādāto mentora "profilu", kā arī pašvērtējums par zināšanām un prasmēm mentoringā – atbilstoši	Apmācību koordinators apkopo datus un kopā ar gadījumu vadītāju, projektu vadītāju, u.c. izvērtē anketas un atlasa piemērotākos pretendentes izvirzīšanai apmācību programmai. Informē pretendentes par rezultātiem.

PAKĀPES	APRAKSTS / RETHINK SPECIFIKA	ATBILDĪGAIS
	apmācību programmai, lai precizētu un pielāgotu apmācības konkrētai mentoru grupai. Anketā arī jautājumi par profesionālo jomu, kur mentors darbojas/ir darbojies un kontaktu tīklu, kuru mentors varētu izmantot mentoringa laikā.	
<b>3. Intervijas</b>	<p>Skype / telefoniskas / klātienes intervijas ar tiem mentoriem, kuri pēc aptaujas izvēlēti kā piemēroti RETHINK projektam.</p> <p>Intervijas mērķis ir izveidot kontaktu ar potenciālajiem mentoriem, pārrunāt detalizētāk aptaujā norādīto informāciju, precizēt to, arī kā iespējam mentoram uzdot jautājumus programmas koordinātoram u.c. par sagaidāmo.</p>	Intervē projekta vadītājs un / vai gadījumu vadītājs.
<b>4. Atlase, informācijas pārbaude</b>	Interviju laikā un paralēli tām – pārbaudīt mentoru atbilstību un drošības kritērijus (nav sodīts, atkarību neesamība, atsauksmes vai citi kritēriji)	Apmācību koordinators un / vai gadījumu vadītājs.
<b>5. Apmācības</b>	<p>Izvirzītos pretendētus informē par apmācību programmas sākumu, formu (<a href="#">RETHINK līdz 12 stundas teorijas + ne mazāk kā 28 stundas prakses</a>). Apmācību programmas teorētiskais saturs piedāvā apzināties gan motivāciju, gan pieredzi, gan savas prasmes, gan savus resursus un robežas. Teorētiskā apmācībai ir arī sava veida atlases raksturs, jo pieļaujams, ka apmācību rezultātā cilvēks pats apzinās savu piemērotību mentora lomai, vai arī apmācību moderators, programmas koordinators vērojot procesu un rezultātus, kādu mentora kandidātu atzīst par nepiemērotu. Taču kopumā teorētiskajam mācību procesam vajadzētu identificēt katra vājās vietas, kuras ir uzlabojamas, supervīzējamas.</p> <p>Apmācību noslēgumā – tiek jau indikatīvi noteikts katram mentoram atbilstošākais/-ie mentorējamie mērķa grupas jaunieši (pre-matching).</p>	Apmācību koordinators.
<b>6. Pāru izveide (matching)</b>	Pāru izveides procesā – praktiskā mentoringa 1.posmā ( <a href="#">ZPR gadījumā nometnē</a> ) – savstarpējā saderība dažādu praktisku darbību rezultātā (sporta aktivitātes, mākslas terapijas grupa, dejas-kustību terapija, u.c).	Gadījumu vadītājs un apmācību koordinators.

Tomēr, veicot atlasi, ir jā saglabā līdzsvars starp izvērtēšanu, atlasi (screening) un pozitīvu motivāciju kļūt par labu mentoru.

## 5.2. MENTORU UN MĒRĶA GRUPAS JAUNIEŠU PĀRU VEIDOŠANA (MATCHING)

Saskaņojot mērķauditorijas jaunieša un mentoru saderību svarīgi ņemt vērā šādus KRITĒRIJUS:

- Līdzīga piederība (rase, etniskā, kultūras, valodas identitāte)
- Valodas barjera nepastāv
- Ģeogrāfiskais attālums
- Pieejamība/ laika grafiks
- Kopīgas vai saderīgas intereses
- Mērķa grupas jaunieša vajadzības/ intereses
- Mentora vajadzības un intereses
- Mentora prasmes un spēcīgās puses
- Dzīves pieredze
- Līdzīgas vērtības
- Temperamentu saderība
- Personības iezīmes
- Mentora – jaunieša savstarpējais akcepts, vecāki/ aizbildņi arī akceptē
- Mentoram jābūt vismaz 3 gadus vecākam par jauniešu.

### Mentoru – mērķa grupas jauniešu pāru veidošanas soļi:

1.solis – uzsākt organizatoriskos darbus pasākumam, kurā potenciālie mentori un mērķauditorijas jaunieši var satikties, kurā var notikt “dabiskā attiecību ķīmija”.

- ZPR gadījumā: tā ir 3-5 dienu nometne – vasaras skola
- Linčepingas gadījumā: ...

2.solis – sagatavot savus priekšlikumus mentoriem un mentorējamiem, izejot no anketām, abpusējas priekšizpētes (par mentoru un jauniešu vajadzībām, prasmēm, īpašībām utt.).

3.solis – iepazīstināt jauniešus/ mentorus un vecākus, aizbildņus ar programmas noteikumiem, soļiem utt.

4.solis – organizēt mentoringa uzsākšanas pasākumu (kick-off), kurā iekļaut sekojošus elementus:

- iepazīšanās jautājumus,
- “Dzīves ceļa kartes” vingrinājumus, lai izzinātu, kur katrs ir bijis un kur vēlas nokļūt,

- sporta spēļu kopīga spēlēšana vai citas fiziskas aktivitātes, kas nav “sēdēt un runāt”, lai labāk viens otru iepazītu.

**ZPR gadījumā** 3-5 dienu vasaras skolas ietvaros notiktu visas iepriekš ieteiktās aktivitātes gan iepazīšanās vingrinājumi, gan “dzīves ceļa kartes” sastādīšana un prezentēšana, gan sporta spēles grupā, pa pāriem, nelielās komandās kopā ar mentoriem, gan dejas un kustību terapijas nodarbības, terapeita vadībā, gan vizuāli plastiskās mākslas nodarbības, gan kokapstrādes darbnīcas darbs, darbs virtuvē kopīgi cepot kūku, u.c.

Pēc pāru izveides, ar katru mentoru tiks noslēgta vienošanās / līgums par mentora darbu, kurā norādīts – veicamie darbi, pienākumi, tiesības, mentoringa procesa termiņš/mentora iesaistes biežums, izdevumu apmaksa u.tml., kā arī tiesības pārtraukt sadarbību un mentoringa procesu, atrunāts pārtraukšanas process (līgumu paraugus skat. 10.pielikumā).

## **6. Mentoru apmācība**

Skatīt 11.pielikumu – apmācību programmas un moduļu apraksts (Toms Urdze).

## **7. Mentoru un jauniešu tiesības un pienākumi, mentoringa attiecību pārtraukšana**

Balstoties uz citu, līdzīgu projektu pieredzi un ekspertu ieteikumiem, izstrādāti galvenie principi programmai attiecībā uz mērķa grupas jauniešu un mentoru tiesībām un pienākumiem, mentoringa procesa laikā, kā arī noteikta kārtība, kur katrai pusei pie noteiktiem apstākļiem ir tiesības pārtraukt mentoringa procesu un atkāpties no šīm attiecībām, par to iepriekš informējot gadījumu vadītāju. Noteikti arī iespējamie riski, pie kuriem gadījumu vadītājam ieteicams mainīt konkrēto mentoru, kā arī konfliktu risināšanas u.c. iespējas, kuras gadījumu vadītājam kopā ar mentoru ir jāizvērtē, ja tas ir nepieciešams un iespējams.

### **7.1. MENTORU UN JAUNIEŠU TIESĪBAS UN PIENĀKUMI, SADARBĪBAS PRINCIPI, IESPĒJAMIE RISKI**

#### **Mērķa grupas jauniešu tiesības:**

- saņemt atbalstu, lai risinātu sociālās iekļaušanas u.c. vajadzības;
- saņemt informāciju, kas nepieciešama lēmumu pieņemšanai, sev saprotamā veidā un valodā;
- patstāvīgi pieņemt lēmumu, tajā skaitā tādu lēmumu, kuram citi nepiekrīt;
- mainīt savu pieņemto lēmumu jebkurā brīdī;
- uz vēlmi un izdarīto izvēļu respektēšanu;
- atteikties no mentora atbalsta saņemšanas.

#### **Mērķa grupas jauniešu pienākumi:**



- sadarboties ar mentoru un gadījumu vadītāju;
- izturēties pret mentoru un citiem iesaistītajiem ar cieņu;
- neapdraudēt mentora veselību vai dzīvību.

### **Mentora tiesības:**

- pārtraukt mentora atbalsta sniegšanu:
  - ja jauniešs izturas pret mentoru necienīgi vai aizskaroši;
  - apdraud mentora veselību vai dzīvību;
  - veic noziedzīgas darbības.

### **Mentora pienākumi:**

- noskaidrot mērķa grupas jaunieša vajadzības un vēlmes;
- nodrošināt lēmumu pieņemšanai nepieciešamo informāciju un sniegt to jauniešim saprotamā veidā un valodā;
- sniegt nepieciešamo atbalstu, lai jauniešs varētu paust savu gribu un izdarīt patstāvīgu izvēli;
- censties nodrošināt, ka jaunieša izvēle tiek īstenota;
- ievērot konfidencialitāti un personas datu (arī sensitīvo datu) aizsardzības principus, sniedzot informāciju trešajām personām, tajā skaitā, bet ne tikai - valsts un pašvaldību iestādēm, tiesībsargājošām iestādēm, medicīnas iestādēm, jaunieša tuviniekiem un citām personām;
- ievērot jaunieša autonomiju lēmumu pieņemšanā;
- respektēt jaunieša vēlmes un izdarītās izvēles;
- informēt gadījumu vadītāju un projekta vadītāju:
  - ja starp mentoru un jauniešu pastāv interešu konflikts;
  - ja atbalsta sniegšana kļuvusi neiespējama;
  - ja mentorējamais jauniešs nav sasniedzams.

### **Vērtības un pamatprincipi darbā ar mērķa grupas jauniešiem:**

Atbalsta un palīdzības procesos ir jāņem vērā divas galvenās pamatvērtības – **cienā pret indivīdu** un viņa unikalitātes respektēšana, kā arī **indivīda pašnoteikšanās**.

#### Cienā pret indivīdu nozīmē:

- saskatīt cilvēkā labo;
- atšķirības pieņemšanu, indivīda iespēju, robežu, nepieciešamā laika un tempa akceptēšanu;
- uzticēties indivīda potenciāla attīstībai attiecībā uz viņa labklājību, veicināt pašcieņu un pieņemt viņu bez nosodījuma. Cienā saistās ar netiesājošu un nestigmatizējošu attieksmi. Jāsaprot citu atšķirības un atšķirīgās vērtības.

#### Indivīdu respektēšana praktiskajā darbībā izpaužas kā:

- apiešanās ar cilvēkiem kā individuālām būtnēm un izvairīšanās no viņu klasificēšanas;

- iesaistīšana savu problēmu risināšanā, piedalīšanās sekmēšana (jāstrādā ar mērķa grupas jauniešu nevis viņa vietā);
- individuālo spēju atklāšana;
- attieksme pret cilvēkiem kā atbildīgām būtnēm, tādām, kas spēj pieņemt lēmumus un atbildēt gan par saviem lēmumiem, gan rīcību un tās sekām.

Pašnoteikšanās - mērķa grupas jauniešu vērtībām ir jābūt prioritārām lēmumu pieņemšanā. Mentora loma ir skatīties uz situāciju no mērķa grupas jauniešu skatupunkta un „palīdzēt viņam pieņemt vislabākos iespējamus lēmumus, kas balstās uz viņa vērtībām un pārliecību”. Pašnoteikšanās tiesības jārespektē tiktāl, kamēr tās nerada nozīmīgus, paredzamus un neizbēgamus draudus apkārtējiem vai individuālam pašam.

#### **Riski/situācijas, kad gadījumu vadītājam būtu ieteicams mainīt mentoru:**

- mentora un jauniešu savstarpēja neatbilstība un sadarbības attiecību neizveidošanās (vērtības, uzskati, izpratne, rakstura/temperamenta nesakritība u.c.);
- robežu neievērošana/pārkāpšana (tolerances trūkums, alkohola un citu atkarības izraisīto vielu kopīga lietošana, seksuālas attiecības u.c. nepieļaujami gadījumi);
- tiek apdraudēta jauniešu vai mentora drošība (vardarbība);
- konfidencialitātes neievērošana;
- nekompetence par konkrēto jauniešu, kas izpaužas kā jauniešu specifisko vajadzību neizpratne un neiedziļināšanās jauniešu situācijā;
- mentora grūtības sabalansēt savu darbu, dzīvesveidu ar mentora pienākumu pildīšanu, pārāk maz laika atbalsta sniegšanai jauniešiem;
- jauniešu atstāšana novārtā, mentora pienākumu un saistību nepildīšana;
- individuālajā pasākumu programmā pretrunīgu, konfliktējošu un neatbilstošu padomu sniegšana un jauniešu neadekvāta virzīšana, negatīvās pieredzes atreaģēšana;
- ļaunprātīga personīgā labuma gūšana;
- piesaistītā mentora ilgstoša prombūtne slimības, emigrācijas u.tml. iemeslu dēļ.

#### **Mentoringa attiecību izbeigšana**

Mentoringa procesu un attiecības var izbeigt pēc mērķa grupas jauniešu vai mentora vēlēšanās (ņemot vērā situāciju un apstākļus, kuros rodas konflikts vai netiek ievērotas vienas vai otras puses tiesības un pienākumi) vai pamatojoties uz projekta vadītāja un gadījumu vadītāja lēmumu (izvērtējot riskus, ja netiek ievērotas tiesības un pienākumi).

### **7.2. MENTORINGA PROCESA IZBEIGŠANA PĒC JAUNIEŠA VAI MENTORA VĒLĒŠANĀS**

Ja jauniešs ir informējis mentoru par vēlmi izbeigt mentoringa attiecības, vai pats mentors izsaka šādu vēlmi, mentors nekavējoties par to informē gadījumu vadītāju,

kas sazinās ar jauniešu un mentoru, lai noskaidrotu iemeslus, kāpēc jauniešu vēlas izbeigt procesu.

- ➔ Ja iemesls procesa izbeigšanai ir konfliktsituācija starp jauniešu un mentoru, gadījumu vadītājs cenšas atrisināt konfliktsituāciju. Pozitīva risinājuma gadījumā mentors var turpināt sniegt mentoringa pakalpojumu, bet negatīva risinājuma gadījumā gadījumu vadītājs var jauniešiem piedāvāt citu mentoru un, ja jauniešs piekrīt, un ir pieejams atbilstošs mentors, mentoringa process tiek turpināts ar citu mentoru.
- ➔ Ja jauniešs tomēr vēlas pārtraukt mentoringu, viņš un mentors par to informē gan gadījumu vadītāju, gan projektu vadītāju un tiek pieņemts lēmums par jaunieša dalības pārtraukšanu projektā. Ja mentors vēlas turpināt dalību pilotprojektā, gadījumu vadītājs izvērtē mentora piemērotību un risina situāciju pēc iespējām.
- ➔ Jauniešs var vēlēt izbeigt mentoringa attiecības, ja atbalsta saturs neatbilst jaunieša vēlmēm un vajadzībām, piemēram, atbalsts netiek nodrošināts vajadzīgajās jomās, atbalsta apjoms nav pietiekams. Ja gadījumu vadītājs konstatē, ka nepieciešamas izmaiņas, jauniešiem tiek piedāvāts izveidot jaunu individuālo atbalsta plānu. Ja jauniešs tam piekrīt, tiek izveidots jauns atbalsta plāns un projekta vadītājs tiek informēts par nepieciešamību pieņemt jaunu lēmumu par atbalsta jomām, apjomu un intensitātes līmeni, attiecīgi iesaistot mentoru un kopā ar gadījumu vadītāju risinot iespēju sniegt jauniešiem konkrēto atbalstu.
- ➔ Un citi gadījumi, atbilstoši iesaistīto pušu identificētajiem riskiem.

### **7.3. MENTORINGA PROCESA PAKALPOJUMA IZBEIGŠANA PĒC PROJEKTA VADĪTĀJA UN GADĪJUMU VADĪTĀJA INICIATĪVAS**

Mentora atbalsta sniegšana jauniešiem var tikt izbeigta, pamatojoties uz projektu vadītāja un/vai gadījumu vadītāja lēmumu, ja ir sasniegti individuālajā plānā izvirzītie jaunieša mērķi un jauniešs piekrīt procesa vai ja, jaunieša attieksmes vai rīcības dēļ ir radies pamats vienpusējai attiecību izbeigšanai.

- ➔ Ja mentors kopīgi ar gadījumu vadītāju konstatē, ka ir sasniegti individuālajā atbalsta plānā norādītie mērķi, tad mentors uzaicina atbalstāmo personu uz sarunu un par sarunas rezultātiem informē gadījumu vadītāju. Gadījumu vadītājs sazinās ar jauniešu, lai noskaidrotu jaunieša viedokli. Ja gadījumu vadītājs konstatē, ka jauniešs vēlas turpināt saņemt mentora atbalstu, bet būtu jāmaina atbalsta saturs (individuālais plāns, mērķi, apjoms vai intensitāte), tad tiek veikta jauna novērtēšana, aktualizēts individuālais atbalsta plāns un informēts projekta vadītājs par nepieciešamību turpināt procesu, vai mainīt mentoru vai citiem risinājumiem.
- ➔ Ja gadījumu vadītājs un mentors konstatē, ka visi individuālā atbalsta plāna mērķi ir sasniegti un jauniešs piekrīt izbeigt mentoringa procesu, tad gadījumu vadītājs informē par to projekta vadītāju, kurš pieņem lēmumu par mentoringa pakalpojuma izbeigšanu.

➔ Ja sarunā ar jauniešu tiek konstatēts, ka jauniešs vēlas saglabāt attiecības ar mentoru, jo jūtas vientuļš vai izolēts, gadījumu vadītājs kopā ar mentoru var piedāvāt jauniešim:

- palīdzību atbalsta loka veidošanā. Attiecīgi tiek pārstrādāts esošais individuālais atbalsta plāns, un projekta vadītājs, pamatojoties uz pārstrādāto atbalsta plānu, pieņem jaunu lēmumu par atbalsta jomām, apjomu un intensitātes līmeni.
- atrast veidus, ka saglabāt attiecības ar jauniešu, piemēram, mentors var piedāvāt aicināt atbalstāmo personu uz dažādiem reģionā notiekošiem pasākumiem, vai piedāvāt turpināt attīstību, darbojoties vietējā kopienā, dažādu sociālo pakalpojumu sniegtajās iespējās (piemēram, dienas centrs, specializētās darbnīcas u.c.).

RETHINK projekta vadītājs un gadījumu vadītājs var pieņemt lēmumu par mentoringa pārtraukšanu ja:

- jauniešs vai mentors izturas viens pret otru necienīgi un aizskaroši;
- jauniešs apdraud mentora veselību vai dzīvību, vai otrādi;
- jauniešs veic noziedzīgas darbības.

Ieva Zeiferte, Mg.soc.sc.

Anita Baltace, Mg. hum.sc.

## IZMANTOTIE AVOTI

1. METODOLOĢISKĀS VADLĪNIJAS DARBAM AR MĒRĶA GRUPAS JAUNIEŠIEM PROJEKTĀ „PROTI un DARI!” 2.variants, 2015. Pieejams: [http://jaunatne.gov.lv/sites/default/files/web/Jauniesu\\_garantija/dokumenti/metodologiskas\\_vadlinijas\\_darbam\\_ar\\_merka\\_grupas\\_jauniesiem\\_projekta\\_pr\\_2.v.r.pdf](http://jaunatne.gov.lv/sites/default/files/web/Jauniesu_garantija/dokumenti/metodologiskas_vadlinijas_darbam_ar_merka_grupas_jauniesiem_projekta_pr_2.v.r.pdf)
2. METODOLOĢISKĀS VADLĪNIJAS DARBAM AR MĒRĶA GRUPAS JAUNIEŠIEM PROJEKTĀ „PROTI un DARI!”, 2020. (Aktualizēts izdevums saskaņā ar MK noteikumu Nr.385 grozījumiem 09.07.2019. un 10.03.2020.) Pieejams: [http://jaunatne.gov.lv/sites/default/files/web/metodologiskas\\_vadlinijas\\_01.04.2020.pdf](http://jaunatne.gov.lv/sites/default/files/web/metodologiskas_vadlinijas_01.04.2020.pdf)
3. Metodes.lv, materiāli par mentoringu. Pieejams: <https://www.metodes.lv/raksti/mentorings>
4. Rokasgrāmata atbalsta personas pakalpojuma sniedzējiem (neaprobētā versija), Biedrība “Resursu centrs cilvēkiem ar garīgiem traucējumiem ”ZELDA””. Autori: Ieva Leimane-Veldmeijere, Annija Mazapša, Aleksandra Pavlovskā, Ingūna Krātiņa, Sanita Vanaga. 2017. Pieejams: <https://zelda.org.lv/wp-content/uploads/file/rokasgramata.pdf>
5. The International Commission on Education for the Twenty-First Century, UNESCO 1996 (Delors Report). Pieejams: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590>
6. From Intention To Action: Strategies For Recruiting And Retaining Today's Volunteers, Dr. Jean Rhodes, University of Massachusetts – Boston, April 2006. Pieejams: <https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2016/01/From-Intention-To-Action-Strategies-For-Recruiting-And-Retaining-Todays-Volunteers.pdf>
7. Recruiting and Sustaining Volunteer Mentors. Arthur A. Stukas and Chris Tanti. La Trobe University, 2005. Pieejams: [https://www.researchgate.net/publication/257076242\\_Recruiting\\_and\\_sustaining\\_volunteer\\_mentors](https://www.researchgate.net/publication/257076242_Recruiting_and_sustaining_volunteer_mentors)
8. <https://www.mentoring.org/program-resources/starting-youth-mentoring-program/recruitment/#1490044875434-4ca4bd8a-ef40>
9. How to Recruit People for Your Mentoring Program, Rene Petrin, 2014. Pieejams: <https://www.td.org/insights/how-to-recruit-people-for-your-mentoring-program>
10. Brīvprātīgā darba organizēšanas rokasgrāmata, Dace Mauliņa, Ilze Grīntāle. Pieejams: [http://jaunatneslietas.lv/sites/default/files/editor/Rokasgramata\\_BD\\_brivpratigais-lv.pdf](http://jaunatneslietas.lv/sites/default/files/editor/Rokasgramata_BD_brivpratigais-lv.pdf)
11. <https://www.mentoring.org/matching-curriculum/#1490237664631-e595cede-ea8c>

## PIELIKUMI

1. Pētījums "Esošās situācijas izpēte Zemgales reģionā un atbalsta sistēmas trūkumu identificēšana jauniešu ar garīga rakstura traucējumiem integrācijai darba tirgū/ sabiedrībā". Zemgales plānošanas reģions, pētniece Anita Baltace, 2019.
2. RETHINK "Baseline Study Sweden". Linköping university/ Research and Development centre, the Municipality of Linköping, John Boman (PhD, Associate Professor), Ulrik Lögdlund (PhD, Associate Professor), 2019.
3. "NEETS and NEEDS - A Baseline study in the RETHINK project". Research and Development centre, the Municipality of Linköping, John Boman (PhD, Associate Professor), Ulrik Lögdlund (PhD, Associate Professor), 2020.
4. Individuālā atbalsta plāna veidlapa.
5. Motivējošas intervēšanas jautājumi.
6. Ekokartes metode.
7. Zviedrijas partneru izmantotās individuālās atbalsta aktivitātes un intervence.
8. Mentoru pieteikuma forma.
9. Mentoru atlases aptaujas anketa.
10. Mentora līguma paraugs.
11. Mentoru apmācību programmas apraksts. Toms Urdze (metodes.lv), 2020.