



Motivācijas programma Rīgas reģionā sniedza iespēju 55 personām noticēt pārmaiņām un uzlabot savus dzīves apstākļus

Publicēts: 02.06.2020.

[Jaunumi](#)



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Motivācijas programma Rīgas reģionā sniedza iespēju 55 personām noticēt pārmaiņām un uzlabot savus dzīves apstākļus

Biedrība "Latvijas Sarkanais Krusts" (LSK), pamatojoties uz 2019. gada 16.septembrī noslēgto līgumu starp Sabiedrības integrācijas fondu un biedrību "Latvijas Sarkanais Krusts", nodrošināja motivācijas paaugstināšanas un atbalsta pakalpojumu cilvēkiem, kas saskārušies ar šķēršļiem iesaistīties nodarbinātībā vai izglītībā sava dzimuma, tautības, invaliditātes vai vecuma dēļ, Rīgas reģionā.

2020. gada maija beigās Rīgas reģionā noslēdzās motivācijas programma, kuras laikā 55 personas, t.sk. 45 sievietes un 10 vīrieši, kas saskārušās ar dažādiem šķēršļiem iekļauties daba tirgū vai iegūt izglītību, saņēma profesionālu sociālo darbinieku, juristu, psihologu un citu profesionāļu palīdzību. Ar individuālu un grupu konsultāciju, ar atbalsta un pašpalīdzības grupu palīdzību cilvēki tika motivēti pārmaiņām, tika attīstītas prasmes un iemaņas, kas palīdzēs turpmāk iekļauties sabiedrībā – sākt darba meklējumus, iesaistīties nodarbinātībā, tostarp pašnodarbinātībā, izglītībā/ apmācībā vai kvalifikācijas ieguvē. Programmas noslēgumā 35 no 55 personām jeb 64% izdevās palīdzēt iekļauties nodarbinātībā vai izglītībā. Programmas īstenošanas periods Rīgas reģionā: 2019. gada septembris – 2020. gada maijs (8 mēneši).

Motivācijas programmas īstenošana Rīgas reģionā notika izaicinājumu pilnā laikā, kad, pamatojoties uz Ministru kabineta 2020. gada 12. marta rīkojumu Nr. 103 "Par ārkārtējās situācijas izsludināšanu" saistībā ar COVID-19 koronavīrusa izplatību, bija nepieciešams tās realizāciju nodrošināt, ievērojot jaunus sabiedrības veselības aizsardzības un drošības pasākumus. Motivācijas programmas noslēgumā nebija iespējams nodrošināt klātienes apmācību/ kursu apmeklēšanu, tāpēc dalībniekiem tika piedāvāta iespēja piedalīties attālinātās apmācībās tiešsaistē, kas tika aktīvi izmantota.

Aicinām iepazīties ar iedvesmojošiem stāstiem no motivācijas programmas dalībniekiem!

1. situācija

Gandrīz 60 gadus vecā Vijolīte (vārds mainīts), uzsākot dalību programmā, par sevi atstāja maldīgu pirmo iespaidu. Aiz drūmās sejas, kuru pavadīja bailes un satraukums, slēpās labsirdība, sirsnība un neizmērojama enerģija. Programmas īstenošanas laikā tika pamanīts, ka aiz milzīgās enerģijas un darba spēju uzplūduma, viņa slēpa smagu slimību, kurai pati nevēlējās ticēt. Vijolīte programmas darbības laikā atplauka, drūmo sejas izteiksmi nomainīja smails un gandarījums, ka, neskatoties uz vecumu un slimību, viņa spēj būt aktīva un noderīga. Vijolītei liels atklājums bija brīvprātīgais darbs, un viņa ar milzu prieku iepriecināja seniorus aprūpes centrā, pacienājot tos ar pašceptām pankūkām un marinētiem ķirbīšiem.

Vijolīte programmas īstenošanas laikā apmeklēja ķīmijterapijas kursu un kopā ar programmas speciālistiem sekoja savai slimības gaitai. Ar programmas speciālistu atbalstu un iedrošinājumu pēc ilgstošas darba nespējas Vijolīte atsāka strādāt. Darba uzsākšanu

Vijolīte min kā lielāko ieguvumu programmas laikā, jo veselības problēmu un vecuma dēļ, līdz šim viņa vairākkārtīgi bija piedzīvojusi diskrimināciju darba tirgū.

Programmas noslēgumā Vijolīte apguva arī attālinātās/ tiešsaistes apmācības "Darba aizsardzība un drošība" un "Saskarsme un lietišķā etiķete".

Motivācijas programmai noslēdzoties, pārmaiņu aģents turpina sazināties ar Vijolīti virtuāli, jo viņai joprojām nepieciešams psiholoģiskais atbalsts. Viņa ļoti gaida tikšanos klātienē pēc ārkārtējās situācijas atcelšanas, kas valstī noteikta saistībā ar COVID-19 koronavīrusa izplatību. Vijolīte ir pateicīga, ka bija iespēja piedalīties Motivācijas programmā. Viņa priecājas par dzīvi un, ja kļūst skumji, palutina sevi ar kādu pašas ceptu kārumu. Vijolīte visiem novēl nebaidīties dzīvot skaisti!

2. situācija

Ar Larisu (vārds mainīts) pārmaiņu aģentei kontakts izveidojās jau pašā pirmajā tikšanās reizē. Viņa atklāti stāstīja par savām problēmām, par to, ka, pateicoties savai meitai, pārvarējusi alkohola atkarību un radies cits skatījums uz dzīvi.

Larissai raksturīga rūpju izrādīšana par līdzcilvēkiem, viņa ir izpalīdzīga, rūpējas par veciem un slimiem cilvēkiem. Lai gan pašai ir lielas veselības problēmas – ir pārcietusi insultu un ir piešķirta invaliditātes grupa, tomēr aktīvi meklē kaut vai gadījuma darbus, lai uzlabotu savus dzīves apstākļus un varētu palīdzēt saviem tuvākajiem. Ar prieku Larisa iesaistījās atbalsta grupu nodarbībās, jo to laikā jutās uzklautā. Larisa daudzkārt uzsvēra labvēlīgo atmosfēru, kas valdīja grupā. Februāra sākumā viņa uzsāka darba attiecības. Pirms tam ilgstoši viņa bija bez pastāvīga darba, bet, pateicoties programmas laikā saņemtam iedrošinājumam, noticeja sev, kļuva drošāka, kā rezultātā arī darba devējs deva iespēju sevi pierādīt praktiskā darbā.

Larisa nebaidās un nekaunas par darba veikšanu, ir optimistiska un saka "Esmu ļoti apmierināta", ar riteni vairākus kilometrus brauc uz darbu, lai koptu telpas. Tas dod laiku domu sakārtošanai, svaiga gaisa elpošanai, kā arī iespēju šādā veidā nodarboties ar sportiskām aktivitātēm. Larissai ir ļoti svarīgi savu darbu padarīt labi, un viņa uzsver, ka ar paveikto darba devējs ir apmierināts. Pateicoties dalībai programmā un atrastajam darbam, Larissai ir atgriezies dzīvesprieks, uzlabojusies veselība un, pats galvenais, radusies sajūta, ka nav ne no viena atkarīga un jūtas novērtēta. Larisa atzīst, ka, viņasprāt, galvenais nav ieņemamais statuss un nauda, bet gan cilvēka sirds un tās atvērtība pārmaiņām, t.sk. labām lietām dzīvē.

Programmas noslēgumā Larisa apguva arī attālinātās/ tiešsaistes apmācības "Darba aizsardzība un drošība" un "Saskarsme un lietišķā etiķete".

3. situācija

31 gadus veca kliente Laura (vārds mainīts) vairāk kā divus gadus pirms dalības Motivācijas programmā bija pilnībā sarāvusi saites ar ģimenes locekļiem atkarību izraisošo vielu lietošanas dēļ. Pagātnē pieļauto kļūdu un sava izvēlētā dzīves veida dēļ, Laura, esot grūtniecības 8. mēnesī, nokļuva Krīzes centrā.

Neilgi pēc iesaistīšanās Motivācijas programmā, viņa zaudēja tikko dzimušo bērnu. Tam sekoja sēru periods, kura laikā Motivācijas programmas speciālisti viņai sniedza psiholoģisku un praktisku atbalstu.

Programmas laikā bija iespējams novērot Lauras emocionālā stāvokļa pakāpenisku stabilizēšanos. Kad Laura bija pārdzīvojusi sēru periodu, ar programmas speciālistu palīdzību pamazām atjaunoja attiecības ar ģimenes locekļiem. Tieši šo attiecību atjaunošana viņai sniedza iekšējo mieru un vēlmi dzīvot tālāk. Tāpat attiecību sakārtošana ar ģimenes locekļiem sniedza Laurai iespēju atgriezties dzīvot pie vecmāmiņas, pārtraukt destruktīvās attiecības ar dzīvesdraugu, uzsākt darba attiecības, pārskatīt iespēju pabeigt izglītību, kuru bija pārtraukusi pirms vairākiem gadiem. Laura atzīst, ka bez speciālistu palīdzības un atbalsta viņa nebūtu izkļuvusi no "problēmu loka", jo sākt to risināšanu ir ļoti smags darbs.

Laura ir nolēmusi nākotnē apgūt šuvējas –modelētājas profesiju, lai varētu sevi apliecināt, darīnot skaistas, pašdarinātas lietas.

Programmas noslēgumā Laura apguva attālinātās/tiešsaistes apmācības "Darba aizsardzība un drošība" un "Saskarsme un lietišķā etiķete".

Laura ir ļoti pateicīga programmas speciālistiem, kas viņai ļāva noticēt labām izmaiņām un sniedza emocionālu atbalstu smagā dzīves brīdī.

4. situācija

61 gadus vecā Jekaterina (vārds mainīts) programmas speciālistu uzmanību pievērsa, lūdzot naudu lielveikala stāvvietā medikamentu iegādei.

Uzsākot dalību programmā, tika noskaidrots, ka Jekaterinai ir nozīmīgas parādsaistības, kuru dēļ viņa patstāvīgi tiek meklēta no pārādpiedzīņas kompānijām, un pastāv risks zaudēt vienīgo mājokli, par kuru iekrājušies komunālo maksājumu parādi. Tāpat viņai tika novērota smaga medikamentozā atkarība, ar kuru viņa mazināja satraukumu un bailes. Jekaterinai medikamentu izraisītais miera stāvoklis mijās ar depresijas un panikas lēkmēm.

Sadarbojoties programmas speciālistiem, Jekaterinai tika sniegts atbalsts emocionālās un sociālās situācijas uzlabošanai – piesaistot atkarības profilakses speciālistu, psihologu un ģimenes ārstu, tika nozīmēts samazināt medikamentu lietošanas apjomu, savukārt ar jurista atbalstu tika sakārtoti jautājumi, kas sniedz klientei drošību saistībā ar mājokli.

Pateicoties dalībai Motivācijas programmā, Jekaterina atjaunoja attiecības ar dēlu, uzsāka risināt parādsaistību jautājumus, kļuva drošāka atbalsta meklēšanai attiecīgajās valsts un pašvaldību iestādēs (tostarp Rīgas Sociālajā dienestā) un, ar speciālistu palīdzību, uzsāka meklēt sev piemērotu darbu. Dēls ir apņēmies māti atbalstīt arī pēc programmas beigām.

Programmas pēdējā mēnesī Jekaterina uzdrošinājās izmēģināt savas spējas nodarbinātībā dažas stundas nedēļā, pieskatot pansionātā ievietotu vīrieti (neredzīgs, kuram nepieciešama papildus palīdzība pamatvajadzību nodrošināšanai, atrodoties pansionātā).

5. situācija

Uzsākot dalību projektā, 36 gadus vecais rīdiniēks Kārlis (vārds mainīts) bija apjucis un depresīvs, jo viņa ģimenē valdīja nesaskaņas. Kārlis cieta no sievas emocionālās vardarbības, draudiem un šantāžas saistībā ar bērna aprūpes un aizgādības jautājumiem. Viņam bija grūti pieņemt lēmumu par šķiršanos, jo ģimenē aug mazgadīgs dēls, kurš Kārlim ir ļoti svarīgs. Lai arī Kārlis saprata, ka emocionāli vardarbīgās attiecības ģimenē kaitē bērna veselīgai attīstībai, tomēr lēmumu šķirties vai dzīvot atsevišķi no sievas viņš nebija gatavs pieņemt.

Programmas laikā, pēc kārtējā ģimenes konflikta, Kārlis pieņēma lēmumu, ka vēlas pārtraukt attiecības ar sievu un uzsāka šķiršanās procesu. Viņš atzīst, ka šo sarežģīto lēmumu pieņemt palīdzēja programmas speciālistu konsultācijas un atbalsts, īpaši uzsverot pārmaiņu aģenta un psihologa kopdarbu klienta motivēšanā uz pārmaiņām.

Programmas noslēgumā Kārlis ir šķīris laulību, sakārtojis bērnu aprūpes tiesību jautājumu un uzsācis mācības arodskolā. Kārlis pats atzīst, ka esot sarežģītās attiecībās ar sievu, viņam nebūtu izdevies panākt pozitīvas izmaiņas savā dzīvē, jo visa viņa enerģija un laiks tika tērēts vardarbīgu attiecību seku mazināšanai.

LSK ģenerālsekretāra Ulda Likopa viedoklis par programmas realizāciju:

LSK jau vairāk kā 100 gadus sniedz atbalstu cilvēkiem, kuriem tas nepieciešams visvairāk. Motivācijas programmas realizācija sniedz papildus resursus, kā atbalstīt iedzīvotājus un sekmēt viņu dzīves apstākļu uzlabošanu, papildus piesaistot kvalificētus speciālistus - psihologu, juristu un karjeras speciālistu situācijas kompleksai apzināšanai un risināšanai. Turklāt, tas veikts veiksmīgā sadarbībā ar pašvaldības sociālā atbalsta sniedzējiem, kas nodrošina sniegtā atbalsta ilgtspēju.

LSK Motivācijas programmas koordinatores Aijas Strazdas viedoklis par programmas realizāciju:

LSK īsteno Motivācijas programmu, sākot no 2018. gada februāra. Programmas īstenošana sniedz iespēju apzināt diskriminācijas riskam pakļautās personas, kurām bieži vien nav cita veida atbalsta no valsts un pašvaldības iestādēm vai arī ir zaudēta uzticība pašvaldības sociālā atbalsta institūcijām. Motivācijas programmas speciālisti ir kā "universālie kareivji", kuri dalībniekiem sniedz

zināšanas un atbalstu dažādu problēmu risināšanai un virza tos uz pozitīvām pārmaiņām dzīvē.

Aptaujājot Motivācijas programmas dalībniekus par nozīmīgākiem ieguvumiem, visbiežāk sniegtās atbildes ir atbalsta un iedrošinājuma saņemšana, ieilgušu problēmu risināšana, pašapziņas paaugstināšana un iespēja apgūt jaunas prasmes un zināšanas, kas veicina iekļaušanos nodarbinātībā vai izglītībā. Tas gan nenozīmē, ka vienmēr izmaiņas dalībnieku dzīvē notiek programmas laikā, dažkārt ir jāpaiet ilgākam laikam, lai tie apzinātos savus resursus un būtu gatavi pārmaiņām, t.sk. arī uzlabot savu sociālekonomisko situāciju.

Detalizētu informāciju par Motivācijas paaugstināšanas un atbalsta pakalpojumu saņemšanu var saņemt, zvanot pa tālruni 67336653 vai rakstot e-pastu uz adresi: aija.strazda@redcross.lv

Motivācijas programmas pakalpojumu nodrošināšana tiek veikta Sabiedrības integrācijas fonda īstenotā Eiropas Sociālā fonda projekta "Dažādības veicināšana" (Nr. 9.1.4.4./16/1/001) ietvaros. Finansējums tika piešķirts no Eiropas Sociālā fonda un Latvijas valsts budžeta.

<https://www.sif.gov.lv/lv/jaunums/motivacijas-programma-rigas-regiona-sniedza-iespeju-55-personam-noticet-parmainam-un-uzlabot-savus-dzives-apstaklus>