



AMBER BRIDGES

INTEGRATING VOCATIONAL REHABILITATION ACROSS EUROPE

NR.2023-2-LV01-KA210-VET-000176183
Erasmus+



Iekļaujošas stratēģijas profesionālajā rehabilitācijā



Līdzfinansē
Eiropas Savienība



AMBER BRIDGES

Autori

Projekta “Amber Bridges” partnerorganizācijas

Redaktori

Projekta “Amber Bridges” partnerorganizācijas

Autortiesības

(C) 2025 Amber Bridges

Projekta “Amber Bridges” partnerorganizācijas

<i>Sociālās integrācijas valsts aģentūra</i>	SIVA	Latvija
<i>Van Gençlik Eğitimi Akademisi</i>	VAGEAD	Turcija
<i>EUPro Consultancy & Training</i>	EUPro	Nīderlande

Projektu līdzfinansē Eiropas Savienība. Tomēr šajā publikācijā paustie uzskati un viedokļi ir tikai autoru uzskati un viedokļi, un tie ne vienmēr atspoguļo Eiropas Savienības vai Valsts izglītības attīstības aģentūras uzskatus un viedokļus. Ne Eiropas Savienību, ne Valsts izglītības attīstības aģentūru nevar saukt pie atbildības par tiem.

Šis darbs ir licencēts ar atvērtas piekļuves licenci Attribution-NonCommercial 4.0 International



Līdzfinansē
Eiropas Savienība



Saturs

Ievads	4
Ievads profesionālajā rehabilitācijā: definīcija un mērķi	5
Profesionālās rehabilitācijas metodes un stratēģijas, tās sastāvdaļas	6
Vispārīgi ieteikumi efektīvam profesionālās rehabilitācijas procesam:	6
Priekšnosacījumi profesionālās pilnveides apmācības un izglītības pakalpojumu sniedzējiem, kas iesaistīti profesionālās pilnveides jomā.	7
Individuāla pieeja profesionālajā rehabilitācijā	10
Individuālais rehabilitācijas plāns (IRP)	10
Individuālā rehabilitācijas plāna vispārīgie principi:	11
Ieteikumi komunikācijai un sadarbībai ar cilvēkiem ar invaliditāti	16
Personas ar kustību traucējumiem	16
Vides pielāgošana	16
Komunikācija	17
Mācību process:	17
Personas ar redzes traucējumiem	17
Vides pielāgošana	17
Komunikācija	18
Mācību process	19
Personas ar garīga rakstura traucējumiem	19
Vides pielāgošana	19
Komunikācija	19
Mācību process	20
Personas ar dzirdes traucējumiem	20
Vides pielāgošana	20
Komunikācija:	21
Mācību process	21
Personas ar autiskā spektra traucējumiem un neirodažādību	22
Vides pielāgošana	22
Komunikācija	22
Mācību process	23
Universāls dizains mācībām	24
Ieteikumi pedagogiem	24
Fiziskā pieejamība	25
Asistīvās tehnoloģijas	25
Izglītošana par funkcionāliem traucējumiem	28
Ieguvumi par informētību par funkcionāliem traucējumiem:	28
Individuāls atbalsts	28
Saziņa un atgriezeniskā saite ar izglītojamiem	29
Daži mīti par personām ar invaliditāti:	29
Daži ieteikumi šķēršļu mazināšanai:	29
Vienaudžu un līdzgaitnieku atbalsts	30
Pieredzes stāsti	32
Noslēgumā	46

Ievads

Šis e-grāmatu sērijas izdevums sniedz padziļinātu ieskatu par iekļaujošām stratēģijām profesionālajā rehabilitācijā – procesā, kas palīdz indivīdiem ar papildu atbalsta vajadzībām pārvarēt šķēršļus izglītības iegūšanai un nodarbinātības saglabāšanai vai atgriešanai tajā. Profesionālā rehabilitācija ir daudzdimensionāla pieeja, kas ietver medicīniskos, sociālos un profesionālos aspektus, lai veicinātu personu ar invaliditāti integrāciju sabiedrībā un darba tirgū.

Šajā e-grāmatu sērijas izdevumā mēs apskatīsim profesionālās rehabilitācijas būtību, mērķus un metodes, uzsverot individuālas pieejas un jaunākās akadēmiskās definīcijas. Šis dokuments kalpos kā resurss profesionāļiem, praktiķiem un visiem, kas iesaistīti profesionālās rehabilitācijas jomā. Mēs aplūkosim efektīva profesionālās rehabilitācijas procesa dažādus aspektus, sākot no iekļaujošas izglītības līdz karjeras vadībai un darba vietas pielāgošanai. Īpašu uzmanību pievēršīsim individuālā rehabilitācijas plāna izstrādei, kas ir profesionālās rehabilitācijas procesa pamats. Mēs sniegsim praktiskus ieteikumus un stratēģijas, kā izveidot plānu, kas atbilst personas unikālajām vajadzībām, spējām un vēlmēm, ņemot vērā viņa sociālo, ģimenes un izglītības kontekstu.

Profesionālās rehabilitācijas konceptuālā daudzveidība valstu līmenī atspoguļojas institucionālajā struktūrā, politikā un praksē. Lai novērstu šīs konceptuālās atšķirības, mūsu mērķis ir sniegt zināšanas un rīkus, lai veicinātu iekļaujošu un atbalstošu vidi, kas ļauj visiem pilnībā piedalīties izglītībā, darba tirgū un sabiedrībā. Turklāt mēs koncentrēsimies uz paraugprakses piemēriem un efektīviem komunikācijas padomiem, lai veicinātu labāku sadarbību starp visām iesaistītajām pusēm un nodrošinātu, ka profesionālās rehabilitācijas process ir veiksmīgs un ilgtspējīgs.

Ievads profesionālajā rehabilitācijā: definīcija un mērķi

Profesionālā rehabilitācija ir daļa no pasākumiem, kas ietverti plašākajā jēdzienā “rehabilitācija”. Kopā ar “rehabilitāciju” lieto arī tādus īpašības vārdus kā “medicīniskā” un “sociāla”, apzīmējot dažādus darbības veidus, mērķus un pasākumu kopumus. Eiropas integrētās sociālās aizsardzības statistikas sistēma (ESSPROS¹) definē “rehabilitāciju” kā konkrētu preču un pakalpojumu sniegšanu (izņemot medicīnisko aprūpi) un profesionālo apmācību, lai veicinātu personu ar invaliditāti profesionālo un sociālo rehabilitāciju.

Viena no “profesionālās rehabilitācijas” akadēmiskajām definīcijām ir “daudzprofesionāla pieeja, kas tiek nodrošināta indivīdiem darbības spējas vecumā ar veselības traucējumiem, ierobežojumiem vai aizliegumiem darba veikšanā, un kuras primārais mērķis ir veicināt līdzdalību darba veikšanā”².

Jaunākā akadēmiskā “profesionālās rehabilitācijas” definīcija skan šādi: “profesionālās rehabilitācijas pakalpojumi ir stratēģija cilvēkiem, kuriem ir ar veselību saistīta darba spēju samazināšanās, lai atgrieztos darbā. Pakalpojumu mērķis var būt vai nu atjaunot darba spējas, lai paliktu esošajā darbā, vai arī reintegrēt indivīdus darba dzīvē pēc bezdarba perioda. Profesionālās rehabilitācijas izpratne un īstenošana starptautiskā mērogā atšķiras, taču pastāv vienprātība, ka tas ir process, kas veicina līdzdalību darba tirgū”³.

Starptautiskās darba organizācijas konvencijā Nr. 159⁴ noteikts, ka profesionālās rehabilitācijas mērķim jābūt “dot iespēju personai ar invaliditāti iegūt, saglabāt un paaugstināt savu kvalifikāciju piemērotā darbā un tādējādi veicināt šīs personas integrāciju vai reintegrāciju sabiedrībā”. Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra (EU-OSHA)⁵ norāda, ka: “Profesionālās (vai arodrehabilitācijas) mērķis ir dot iespēju indivīdiem pārvarēt šķēršļus, kas traucē iegūt, saglabāt vai atgriezties darbā vai citā lietderīgā nodarbē” (2016). Saskaņā ar Ekonomiskās sadarbības un attīstības organizācijas (ESAO)⁶ teikto

¹ European system of integrated social protection statistics – ESSPROS. Manual and user guidelines. 2016 edition. <https://ec.europa.eu/eurostat/documents/3859598/7766647/KS-GQ-16-010-EN-N.pdf> (58.lp)

² Escorpizo, Reuben et al. (2011): A Conceptual Definition of Vocational Rehabilitation Based on the ICF: Building a Shared Global Model. In: Journal of Occupational Rehabilitation, DOI 10.1007/s10926-011-9292-6

³ Sternberg, Annika/Fauser, David/Banaschak, Hannes/Bethge, Matthias (2024): Sequences of vocational rehabilitation services in Germany: a cohort study. In: BMC Health Services Research (2024) 24:74, <https://doi.org/10.1186/s12913-023-10499-3>

⁴ C159 - Vocational Rehabilitation and Employment (Disabled Persons) Convention, 1983 (No. 159) https://normlex.ilo.org/dyn/nrmlx_en/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100_INSTRUMENT_ID:31_2304

⁵ European Agency for Safety and Health at Work. Rehabilitation and return to work <https://osha.europa.eu/en/themes/work-related-diseases/rehabilitation-and-return-work>

⁶ Organisation for Economic Development and Cooperation (OECD) (2013): Mental Health and Work: Denmark https://www.oecd.org/en/publications/mental-health-and-work-denmark_9789264188631-en.html

profesionālās rehabilitācijas mērķis ir “palielināt cilvēku ar invaliditāti produktivitāti, atjaunojot un attīstot viņu prasmes un spējas, lai viņi varētu piedalīties vispārējā darba tirgū”.

Par profesionālās rehabilitācijas konceptuālo daudzveidību valstu līmenī liecina institucionālās struktūras, politikas un prakses dažādība, kas vērojama, piemēram, Igaunijā, Francijā, Vācijā, Nīderlandē un Zviedrijā. Valstīs, kurās sistēma nav orientēta uz medicīnisko dimensiju, profesionālā izglītība un apmācība bieži vien ir profesionālās rehabilitācijas pamatdaļa⁷.

Latvijā profesionālās rehabilitācijas pakalpojumu saprot kā pasākumu kopumu, kas pēc individualizētas funkcionālo traucējumu izvērtēšanas un profesionālās piemērotības noteikšanas personām darbspējīgā vecumā nodrošina jaunas profesijas, profesionālo zināšanu vai prasmju apguvi vai atjaunošanu, tai skaitā profesionālās izglītības programmu apgūšanu pamata un vidējās izglītības pakāpē un multidisciplinārus pakalpojumus integrācijai darba tirgū⁸. Profesionālā rehabilitācija ir pasākumu kopums, kas nodrošina profesijas apgūšanu atbilstoši personas funkcionēšanas traucējumu veidam, smaguma pakāpei un iepriekš iegūtās izglītības un kvalifikācijas līmenim⁹.

Apkopojot vairākas definīcijas, profesionālo rehabilitāciju varētu definēt šādi:

profesionālo rehabilitāciju var raksturot kā procesu, kas palīdz indivīdam ar papildu atbalsta vajadzībām pārvarēt šķēršļus, galvenokārt, lai piekļūtu izglītībai, nodarbinātībai, saglabātu esošo darbu vai atgrieztos tajā. Šis process var ietvert arī atbalstu sociālajai iekļaušanai. Process ietver dažādus pakalpojumus, kas katram indivīdam ir atšķirīgi, un tas var notikt grupā vai individuāli. Profesionālā rehabilitācija var būt paredzēta personām, kas atgriežas darbā pēc hroniskas slimības, nelaimes gadījuma vai iegūtas invaliditātes, tas var būt paredzēts arī indivīdiem ar invaliditāti, kuri vēl nav iesaistījušies darba tirgū.

Profesionālās rehabilitācijas metodes un stratēģijas, tās sastāvdaļas

Vispārīgi ieteikumi efektīvam profesionālās rehabilitācijas procesam:

- Iekļaujoša, atbalstoša izglītība un apmācība, kas atbilst darba tirgus vajadzībām.
- Proaktīva agrīna iejaukšanās.

⁷ European Commission. Guidelines for Effective Vocational Rehabilitation Schemes (2024). https://employment-social-affairs.ec.europa.eu/document/download/3f102797-c8fb-440a-9fa1-4a4bc9286021_en?filename=Guidelines%20for%20Effective%20Vocational%20Rehabilitation%20Schemes.pdf

⁸ Saeima. Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likums. <https://likumi.lv/ta/id/68488-socialo-pakalpojumu-un-socialas-palidzibas-likums>

⁹ Sociālās integrācijas valsts aģentūra. Profesionālā rehabilitācija. <https://www.siva.gov.lv/lv/pakalpojumi/profesionala-rehabilitacija>

- Labi plānota, uz personu vērsta, uz stiprajām pusēm balstīta, holistiska un sistemātiska pieeja, kas koncentrējas uz to, lai dotu indivīdiem iespēju iesaistīties darbā.
- Individuālā plāna izstrāde un īstenošana, pamatojoties uz kopīgu sadarbību multiprofesionālajās komandās.
- Efektīvi koordinācijas un saziņas mehānismi starp iesaistītajām pusēm.
- Karjeras vadība un konsultēšana, tostarp apsverot tādus modeļus kā “ievietot, pēc tam apmācīt” (*place then train*), kā arī “apmācīt, pēc tam ievietot” (*train then place*); nodrošināt agrīnu darba pieredzi un atbalstu darba vietā.
- Darbavietas un darba pielāgošana, kas atvieglo indivīda darbu.
- Regulāra individuālā plāna un nepieciešamā atbalsta pārskatīšana un pielāgošana, jo īpaši pārejas brīžos, piemēram, pārejot uz nodarbinātību.

Priekšnosacījumi profesionālās pilnveides apmācības un izglītības pakalpojumu sniedzējiem, kas iesaistīti profesionālās pilnveides jomā.

Apmācība un izglītība bieži, bet ne vienmēr, ir daļa no profesionālās rehabilitācijas procesa. Tā var notikt mācībām paredzētā vidē, piemēram, koledžā vai arodskolā, darba vietā, kā arī kombinēti.

Izglītības/apmācības pakalpojumu sniedzēji:

- Nodrošināt iekļaujošu organizācijas kultūru / vērtības, kas balstītas uz iekļaujošu izglītību.

Lai spētu nodrošināt iekļaujošu izglītību/apmācību, būtiska ir iekļaujoša organizatoriskā kultūra. Tai jāietver nediskriminācijas principa ievērošana. Pārliecība un skaidra un nepārprotama komunikācija par to, ka izglītojamie ar īpašām vajadzībām vai izglītojamie, kuriem ir atšķirīgas vajadzības vai pieredze (tostarp, piemēram, izglītojamie ar iepriekšēju negatīvu mācību pieredzi), ir laipni gaidīti. Iekļaujoša organizatoriskā kultūra iedrošina interesentus pieteikties mācībām. Lai nodrošinātu efektīvu izglītību/apmācību visiem izglītojamiem neatkarīgi no viņu atbalsta vajadzībām iekļaujošajai izglītībai vienmēr jābūt organizācijas darbības pamatprincipam, un tam jāatspoguļojas tās vērtībās. “Mūsdienu uzskatos iekļaujošā izglītība tiek uzskatīta par “organizācijas principu”, kas ir skolas struktūras un procesu pamatā. Iekļaujošā izglītība visiem izglītojamiem nodrošina vienlīdzīgas mācīšanās iespējas saskaņā ar uz tiesībām balstītu pieeju izglītībai”¹⁰. Ir jāformulē kopīgas vērtības, skaidrs nākotnes redzējums, misija un gaidas, un par tām ir jāinformē viss personāls.

¹⁰ European Agency for Special Needs and Inclusive Education, 2022. <https://www.european-agency.org/resources/publications?>

Ja iekļaujošā izglītība nebūs pamatvērtība un koncepcija, kas ir izglītības iestādes darba pamatā, to būs grūti konsekventi nodrošināt ikdienas darbībā.

- Sniegt viegli saprotamu informāciju par izglītības un profesionālās rehabilitācijas programmām.

Informācijai jābūt pieejamai visiem. Tekstiem, kas apraksta iespējas un kursus, nevajadzētu būt gariem vai sarežģītiem. Var apsvērt viegli lasāmus aprakstus. Skaidri, kodolīgi teksti palīdz potenciālajiem audzēkņiem atšķirt, kas viņiem ir svarīgs. Var būt nepieciešami arī mutiski paskaidrojumi. Ja šī informācija ir pieejama tiešsaistē, tai jābūt nolasāmai ar runas sintēzes programmām personām ar redzes traucējumiem un materiāliem, kuros izmanto audioierakstus, jāietver titri personām ar dzirdes traucējumiem.

Visi izglītības/apmācības sniedzēji:

- Nodrošināt skaidras darbinieku lomas un pienākumus.

Lai nodrošinātu efektīvu darbu un sadarbību, atbalstot izglītojamos, kuri saņem dažādu atbalstu, katram izglītības sniedzēja darbiniekam ir jāzina, kāda ir viņa loma, kur ir sadarbības vietas un kā tiek organizēta informācijas apmaiņa ar citiem darbiniekiem. Izglītības sniedzējam ir skaidri jādefinē izglītības skolotāja, atbalsta speciālista, grupas vadītāja/mentora u. c. pienākumi.

- Nodrošināt labi apmācītus un sagatavotus mācībspēkus, lai sniegtu atbalstu izglītojamiem.

Skolotājiem jābūt pietiekami labi apmācītiem un ar tādām prasmēm, lai spētu sniegt atbalstu visiem izglītojamiem. Viņiem ir jābūt atbilstoši sagatavotiem un atbalstošiem, lai viņi, savukārt, varētu atbalstīt izglītojamos ar papildu atbalsta vajadzībām. Arī mācību palīgiem jābūt atbilstoši apmācītiem.

Apmācība. Apmācība par to, kā pielāgot mācību metodes, izmantot dažādas pedagoģiskās metodikas un instrumentus/atbalstu, ir būtiska, lai spētu mācīt izglītojamos ar dažādām vajadzībām, atbalstīt viņus gan pedagoģiski, gan emocionāli. Lai nodrošinātu, ka izglītojamiem tiek sniegts pielāgots atbalsts, izglītība/apmācība, kas viņiem ir nepieciešama, ir svarīgi arī apmācīt, lai spētu noteikt papildu vajadzības, kuras, iespējams, netika konstatētas pirms izglītojamā izglītības/apmācības uzsākšanas. Būtu jānodrošina arī apmācība par to, kā apzināties, ka mācību materiāli var nebūt pieejami izglītojamiem ar noteiktiem traucējumiem, un kā skolotāji var pielāgot esošos materiālus, lai tos varētu izmantot pēc iespējas vairāk izglītojamo. Šeit var palīdzēt ārējie eksperti, kas specializējas tādu izglītojamo atbalstam, kam

nepieciešams papildu atbalsts mācībās. Viņi var sniegt *ad hoc* konsultācijas un apmācības¹¹, konsultēt mācītspēkus par mācību metodēm un līdzekļiem, kā arī par mācību vides organizāciju un vispārējo pieeju mācīšanai.

Pieredzes apmaiņas veicināšana. Sniedziet iespēju skolotājiem dalīties pieredzē par to, kā viņi risinājuši dažādas situācijas, ar kādiem izaicinājumiem saskārušies, kas izdevies un kas devis labus rezultātus, jo šāda savstarpēja domu apmaiņa ir efektīvs veids, kā stiprināt skolotāju spējas. To var panākt, veicinot dalību sadarbības tīklos, sniedzot iespēju vērot citu skolotāju stundas un darba ēnošanas iespējas citās izglītības iestādēs. Mācītspēku stiprināšana var nozīmēt arī papildu mācītspēku vai atbalsta personāla nodrošināšanu, kas pavada galveno skolotāju un sniedz atbalstu atsevišķam(-iem) izglītojamam(-iem). Ir skaidri jādefinē atbalsta personāla, piemēram, skolotāju vai mācību palīgu, loma.

- Sniegt atbalstu mācību iestādes iekšienē vai piesaistīt ārējo atbalstu.

Ja visi pakalpojumi nav pieejami “iekšēji”, lai apmierinātu izglītojamo atbalsta vajadzības, tie ir jākoordinē ar attiecīgajiem ārējiem atbalsta pakalpojumu sniedzējiem vai aģentūrām. Šajā sakarā ir svarīgi veidot attiecības ar šīm ieinteresētajām personām un iesaistītajām pusēm.

- Rūpīgi dokumentēt atbalsta procesus.

Sistemātiski jāapraksta, piemēram, tādu informāciju kā agrīna vajadzību noteikšana, izglītojamo finansiālo parādu risināšana, atbalsts, kad izglītojamais atrodas ārējā darba vidē, sociālās problēmas, izglītojamā līdzdarbošanos procesos, motivāciju u. c. svarīgu un saistītu informāciju. Procesu apraksti ir regulāri jāatjaunina, lai nodrošinātu, ka tie atbalsta izglītojamā netraucētu mācīšanos.

- Padarīt pieejamus dažādus mācību līmeņus.

Ja iespējams, būtu jāpiedāvā dažādi līdzīgu priekšmetu apguves līmeņi, lai izglītojamam būtu iespējams pāriet starp dažādiem grūtības līmeņiem, lai viņš varētu pilnībā izmantot savu potenciālu. Ja tas nav iespējams, izglītības pakalpojuma sniedzējam būtu jāsadarbojas ar citiem pakalpojuma sniedzējiem, kas piedāvā dažādus līmeņus, un vajadzības gadījumā būtu jāatbalsta izglītojamais, lai viņš varētu pārcelties uz citu mācību vietu.

- Nodrošināt, lai mācību materiāls būtu pieejams visiem izglītojamiem.

Mācību materiālam ir jābūt pieejamam personām ar invaliditāti, piemēram, vajadzības gadījumā nodrošinot pielāgotus tekstus, piemēram, personām ar intelektuālās attīstības traucējumiem vai neirodažādību. Tiesšaistes materiāliem ir jābūt lasāmiem, izmantojot runas

¹¹ Padomiem un idejām var iepazīties ar saturu, kas publicēts European Agency for Special Needs and Inclusive Education <https://www.inclusive-education-in-action.org/>

sintēzes programmas personām ar redzes traucējumiem un materiāliem, kurā tiek izmantots audio, ir jāietver subtitri personām ar dzirdes traucējumiem.

- Nodrošināt darba tirgus vajadzībām atbilstošu izglītību.

Ir svarīgi, lai izglītības sniedzējam būtu aktuāla izpratne par darba tirgus vajadzībām un topošajām vai nākotnes prasībām pēc kvalifikācijas un prasmēm, lai nodrošinātu, ka mācību saturs sniedz izglītojamam atbilstošas zināšanas un prasmes. Šim nolūkam var būt svarīgi attīstīt izpratni par vietējo vai reģionālo darba tirgu, veidot sadarbību ar karjeras atbalsta speciālistu tīkliem. Tiešu saikni ar darba tirgu palīdz veidot, piemēram, partnerības ar arodbiedrībām un darba devēju organizācijām vai atsevišķiem darba devējiem. Ir vērts apsvērt iespēju kopā ar darba devējiem un sociālajiem partneriem izstrādāt mācību programmas, lai nodrošinātu vēl mērķtiecīgāku pieeju, tādējādi palielinot iespēju izglītojamiem nākotnē atrast darbu.

- Nodrošināt atzītu kvalifikāciju.

Ja izglītības iestādes piedāvātās kvalifikācijas nav darba tirgū atzītas, tās būs mazāk vērtīgas. Šādu kvalifikāciju atzīšanu var veikt kompetentās iestādes, taču efektīvi var būt arī neformālāki ceļi, piemēram, kad darba devēji apstiprina mācību programmas saturu. Mikrokvalifikācijām¹²¹³ var būt svarīga nozīme šajā uzticības veidošanas procesā un darba tirgus virzītu un iekļaujošu apmācību kursu kvalitātes nodrošināšanā.

- Sniegt mentālās veselības atbalstu izglītojamiem, mācībspēkiem un darbiniekiem.

Izglītības iestādēm būtu jāveic pasākumi darbinieku un izglītojamo atbalstam, piemēram, kā saglabāt savu mentālo veselību, kā atpazīt citas personas mentālās veselības problēmas, ko darīt un ko nedarīt, lai darba un mācību vide būtu droša un mentālo veselību atbalstoša. Noderīga ir arī garīgās veselības atbalsta grupu organizēšana.

Individuāla pieeja profesionālajā rehabilitācijā

Individuālais rehabilitācijas plāns (IRP)

Vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs pirms individuālā plāna izstrādes var notikt uzņemšanas un/vai novērtēšanas process⁷. Tomēr būtu lietderīgi, ja indivīds pirms šī posma būtu saņēmis konsultācijas un sagatavots apzinātai profesijas izvēlei. Uzņemšanas posmā ir svarīgi, lai sarunās par uzņemšanu piedalītos vismaz viens atbalsta speciālists – persona, kurai ir pieredze atbalsta sniegšanā personām ar papildu atbalsta vajadzībām. Tas palielina varbūtību, ka papildus indivīda profesionālajai motivācijai tiks identificētas arī potenciālās

¹² EPALE. Kas ir mikrokvalifikācijas? <https://epale.ec.europa.eu/lv/blog/kas-ir-mikrokvalifikācijas>

¹³ Micro-Credentials in a nutshell. <https://microcredentials.eu/>

atbalsta vajadzības. Ja atbalsta speciālists nevar piedalīties, ir jānodrošina, ka intervētāji joprojām spēj efektīvi novērtēt izglītojamo, viņa vajadzības un potenciālu. Sarunai jābalstās uz izglītojamā iesniegtajiem dokumentiem, uzņemšanas pieteikumu un strukturētu papildu informācijas veidlapu, kas palīdz vadīt sarunu. Jāveic pēc iespējas vairāk piezīmju, lai lēmums par uzņemšanu būtu balstīts uz datiem un faktiem. Ja izglītojamais netiek uzņemts vēlamajā mācību programmā, ir jāierosina iespējamie nākamie soļi, lai nodrošinātu, ka persona neizkrīt no potenciālā izglītības iegūšanas procesa. Tas varētu ietvert nosūtīšanu pie atbalsta pakalpojumu sniedzēja.

Individuālā rehabilitācijas plāna vispārīgie principi:

- Jāizstrādā IRP, tiklīdz persona sāk profesionālās rehabilitācijas procesu.
- IRP jāizstrādā kopīgi, iesaistot visus nepieciešamos speciālistus un pakalpojumu sniedzējus. IRP centrā jābūt pašam izglītojamam, viņa vajadzības ir IRP pamatā. Iesaistītie speciālisti parasti ir mācībspēki, izglītības darbinieki, ergoterapeiti, fizioterapeiti, psihiatri, sociālā atbalsta speciālisti, mentori, karjeras konsultanti, ģimene. Situācijā, kad indivīds ir procesā, lai atgrieztos darbā, tie, kas pārstāv darba vietu, iesaista darba drošības un veselības aizsardzības ekspertus, cilvēkresursu vadītājus, tiešos vadītājus vai līdzvērtīgus speciālistus.

Ja personai nepieciešama medicīniskā rehabilitācija, ir svarīgi iesaistīt veselības aprūpes pakalpojumu sniedzējus, lai veicinātu atgriešanos darbā un šim nolūkam nepieciešamos pasākumus.

Ja izglītojamais ir pieaugušais ar papildu atbalsta vajadzībām, atsevišķi jāvienojas par to, vai izglītojamais vēlas, lai viņa ģimene piedalās diskusijās un IRP izstrādē.

- Izstrādē jāņem vērā iepriekšējā izglītība, darba pieredze, kā arī personas sociālais/ģimenes konteksts.
- Jāizmanto holistiska pieeja indivīdam un jāpievēršas sociālajām jeb “mīkstajām” prasmēm un patstāvīgās dzīves prasmēm, kā arī psihosociālajiem faktoriem un garīgajai veselībai.
- IRP īstenošanā un uzraudzībā jāiesaista attiecīgais speciālists – sociālais darbinieks, sociālais rehabilitētājs, gadījuma vadītājs vai cits speciālists.
- Jāņem vērā individuālās vajadzības, spējas, vēlmes un motivācija. Pastāv dažādas metodes un rīki, kas palīdz speciālistam labāk izprast šos aspektus vai arī ļauj indivīdam dziļāk izprast sevi. Pieeja, kas balstās uz stiprajām pusēm, nevis deficītiem, ir motivējošāka un paplašina indivīda redzesloku un ambīcijas.
- IRP regulāri jāpārskata un jāatjaunina vismaz divas reizes gadā, īpaši pārejas brīžos (piemēram, pirms izglītības/apmācības uzsākšanas, darba uzsākšanas).

Ja indivīds vēl nemācās, plāna izstrādes procesā būtu jāņem vērā un attiecīgos gadījumos jāiekļauj:

- Potenciālās nodarbinātības iespējas. Ir svarīgi, lai jau agrīnā posmā apspriestu nodarbinātības vai atgriešanās darbā iespējas, lai nodrošinātu, ka pakalpojumi un apmācība atbalsta personu virzību uz turpmāko karjeru. Karjeras konsultācijas individuālā plāna kontekstā var notikt dažādos profesionālās rehabilitācijas procesa posmos.

Karjeras konsultācijas parasti ietver informāciju par dažādām karjeras iespējām, tostarp par darba veidu un nepieciešamo kvalifikāciju, kā arī praktiskus jautājumus, piemēram, par vakanču meklēšanas iespējām, CV un motivācijas vēstuli rakstīšanu un gatavošanos darba intervijām. Arī citus individuālās plānošanas procesa elementus var uzskatīt par profesionālo orientāciju, piemēram, mērķu izvirzīšanu un turpmākās izglītības vai apmācības noteikšanu. Dažos gadījumos šo atbalstu sniedz karjeras konsultants, bet var sniegt arī cits ar jomu saistīts speciālists. Jebkurā gadījumā ir nepieciešamas padziļinātas zināšanas un izpratne par darba tirgu un potenciālajiem darba devējiem.

- Ievietot, tad apmācīt (angļu *Place then train*) modelis darba vietā¹⁴. Šo pieeju var raksturot šādi: “persona vispirms tiek ievietota piemērotā darba vietā, kas atspoguļo viņas vēlmes, intereses un spējas strādāt, un pēc tam tiek apmācīta par darba prasmēm un plašākām tēmām, piemēram, darba un privātās dzīves pārvaldību. Tāpēc iekārtošana darba vietā netiek uzskatīta par galapunktu, bet gan par galveno pirmo soli veiksmīgā apmācībā”¹⁵. Šis modelis bieži ietver arī iespēju strādāt, lai iegūtu kvalifikāciju darba devēja telpās. Tas ir viens no galvenajiem atbalstītās nodarbinātības modeļa elementiem atbalsta sniegšanai personām ar invaliditāti vai citām nelabvēlīgā situācijā esošām grupām, lai tās varētu piekļūt algotam darbam atvērtā darba tirgū un saglabāt to. Tā pamatkonceptija ir tāda, ka ikviens var tikt nodarbināts, ja viņš vēlas strādāt, un viņam tiek sniegts pietiekams atbalsts. Tā pamatā ir individualitātes, apmaksāta darba, iekļaušanas atvērtajā darba tirgū un pastāvīga atbalsta principi.

Individuāla iekārtošana darbā un atbalsts ir īpašs atbalstītās nodarbinātības tipa modelis¹⁶, kas ietver intensīvu individuālu atbalstu, ātru darba meklēšanu, kam seko iekārtošana

¹⁴ Association for Supported Employment Europe. <https://a4se.eu/>

¹⁵ European Platform for Rehabilitation, 2022. Pathways to Employment. Analysis of policies and practices for pathways to the mainstream labour market. <https://www.epr.eu/wp-content/uploads/Pathways-to-Employment-Analysis-of-policies-practices.pdf>

¹⁶ Individual Placement and Support (IPS) interventions to improve employment outcomes. https://www.euda.europa.eu/best-practice/evidence-summaries/individual-placement-and-support-ips-interventions-improve-employment-outcomes_en

apmaksātā darbā un atbalsts darba devējam un darbiniekam darba vietā uz nenoteiktu laiku. Vēsturiski tas ir vērsts uz atbalstu cilvēkiem ar smagiem garīgās veselības traucējumiem, bet arvien biežāk to izmanto cilvēkiem ar citām atbalsta vajadzībām, piemēram, cilvēkiem ar atkarībām. Šajā modelī ir papildu uzsvars uz nodarbinātības un klīniskā personāla sadarbību¹⁵.

- **Prakse.** Ja tiek secināts, ka vieta, kur izglītojamais sākotnēji vēlās mācīties, nav piemērotākais risinājums, pārrunāji citas izglītības iespējas. Sniedziet konsultācijas un informāciju par profesionālās izglītības un apmācības iespējām, t. sk. par vietām, kur apmācības notiek uzņēmumos. Sniedziet informāciju par konkrētām pieejamām programmām un iespējām. Šajā gadījumā ir jāņem vērā indivīda īpatnības un mācīšanās stils, lai atrastu labāko risinājumu mācību videi.
- **Uzņēmējdarbība.** Atbalsts jāsniedz visā uzņēmējdarbības attīstības procesā, sākot no idejas radīšanas līdz īstenošanai (palīdzot plānot, pārskatīt un pielāgot). Dažās valstīs personām ar invaliditāti tiek piedāvāts īpašs finansējums, lai atvieglotu uzņēmuma izveidi.
- **Profesionālo profilēšanu**¹⁷ var uzskatīt par pieeju personiskajai plānošanai, kas vērsta uz nodarbinātību, ņemot vērā indivīda pieredzi, prasmes, spējas, intereses, vajadzības un tieksmes. Tā “atšķiras no tradicionālā novērtēšanas procesa rehabilitācijas programmās, kad personas tiek novērtētas aizsargātā vidē, ņemot vērā konkrētos profesionālās rehabilitācijas pakalpojumus”¹⁵.
- **Darba izmēģinājumu iespējas.** Apsveriet iespēju indivīdam piedāvāt veikt darba izmēģinājumu, ja tas ir iespējams saskaņā ar valsts tiesību aktiem, lai dotu iespēju labāk izprast savas intereses un spējas. Darba izmēģinājumi var notikt uzņēmumā vai profesionālās izglītības centrā (piemēram, mācību laboratorijās). Izmēģinājumu ilgums var būt no vienas stundas līdz vairākām dienām, un tie būtu rūpīgi jāuzrauga. Tās palīdz izprast izglītojamā uzvedību un sadarbības prasmes ar citiem izglītojamiem/darbiniekiem, spēju darboties komandā, kā arī iespējamās papildu atbalsta vajadzības u. c. Izglītojamam jāsaņem skaidri norādījumi par to, kas no viņa tiek sagaidīts darba izmēģinājumā un kā tas notiks.
- **Specializētas darba vidē balstītas mācības.** Pastāv apmācības “darba vietā” modeļi, kas ir pielāgoti cilvēkiem ar papildu atbalsta vajadzībām, tostarp darba integrācijas sociālie uzņēmumi.

¹⁷ DFN Project SEARCH. Vocational Profiling Tools. <https://asset.nasen.org.uk/6a-%20Vocational%20Profiling%20Tools.pdf>

- Cita pieeja profesionālajai rehabilitācijai ir profesionālā apmācība darba vidē. Šajā modelī personas netiek nodarbinātas, bet tiek apmācītas un saņem atbalstu darba vidē, kas var ietvert darbu sabiedriskā vidē, lai atvieglotu pāreju uz nodarbinātību.
- Funkcionālo spēju novērtēšanas pasākumi. Tie var palīdzēt izprast personu fiziskās spējas, jo tas ir svarīgi potenciālajai izglītībai vai nodarbinātībai nākotnē, un to, kā tās varētu uzlabot.

Individuālajā rehabilitācijas plānā vienmēr jāiekļauj:

- indivīda mērķi (attiecībā uz nodarbinātību, izglītību un apmācību, sociālo iekļaušanos);
- galīgo un starpposma mērķu sasniegšanas grafiku un termiņus;
- to soļu un pasākumu sarakstu, par kuriem abas puses ir vienojušās, lai izmantotu sistemātisku pieeju un novērstu pārpratumus;
- visu nepieciešamo atbalsta pasākumu sarakstu, tostarp saistībā ar garīgo veselību, patstāvīgu dzīvi, sociālajiem vai ģimenes jautājumiem u. c.;
- ja nepieciešams: pirmsnodarbinātības apmācības nepieciešamību, sociālo, "mīksto" un darba meklēšanas prasmju attīstību;
- par atbalstu un izglītību atbildīgo personu sarakstu;
- paša indivīda pienākumi.

Ja indivīds mācās, plānā jāiekļauj informācija par:

- pielāgojumiem, kas nepieciešami mācību vidē, lai sasniegtu izglītības mērķus;
- atbalsta pasākumu efektivitātes novērtēšanas veidiem;
- piemērotas mācību grupas lielumu.

Pirms indivīds uzsāk izglītības procesu

- Sniegt skaidru un konkrētu informāciju. Informācija par mācību gada vai kursa sākumu atvieglo raitu sākumu. Kad un kur ierasties, ko ņemt līdzi, pamatnoteikumi, kas jāievēro mācību vietā, attiecīgā gadījumā informācija par dienesta viesnīcu, iekšējās kārtības noteikumiem, nokļūšanas iespējām, sabiedriskā transporta iespējām un citu svarīgu informāciju.
- Nodrošināt skaidru izpratni par papildu atbalsta vajadzībām. Ir svarīgi skaidri informēt visus iesaistītos (piemēram, skolotājus) par izglītojamo vajadzībām, lai nodrošinātu izglītojamo atbalstu un samazinātu mācību pārtraukšanas risku.
- Nodrošināt, lai atbalsta speciālisti būtu atpazīstami un zināmi izglītojamiem un personālam, un viņiem jābūt viegli pieejamiem. Jābūt galvenajai kontaktpersonai, ar kuru izglītojamais var sazināties, lai vajadzības gadījumā atvieglotu viņam vēršanos pēc atbalsta vai informācijas.

Uzsākot profesionālo izglītību un apmācību

- Atbalstīt indivīda adaptāciju. Ar izglītības iestādes vietu var iepazīstināt ģimenes un citas atbalsta personas, ja nepieciešams, piemēram, apmeklējot to (piemēram, atvērto durvju dienās vai vienojoties par atsevišķu vizīti). Ir svarīgi, lai izglītojamie izprastu procesus un noteikumus ne tikai rakstiski, bet tos vajadzētu arī kopīgi pārrunāt. Sociālās aktivitātes adaptācijas periodā var palīdzēt integrēties un izglītojamam justies ērti jaunajā vidē un ar līdzcilvēkiem.

Izglītības procesa laikā:

- Uzraudzīt un meklēt jaunas atbalsta vajadzības. Ja izaicinājums vai jauna vajadzība tiek atklāta savlaicīgi, atbalsts tās risināšanai ir efektīvāks gan pakalpojuma sniedzējam, gan izglītojamam. Jāizveido iekšējs process ar regulārām sanāksmēm, kurās piedalās gan skolotāji, gan atbalsta personāls, lai apmainītos ar informāciju par izglītojamo progresu un konstatētu problēmas pirms tās kļūst lielākas, un iesaistītu indivīda gadījuma vadītāju/sociālo darbinieku, ja tāds ir. Pušu, tostarp vecāku un citu piederīgo, iesaiste ir atkarīga arī no problēmas smaguma pakāpes. Ja iespējams, indivīda ģimenei vai atbalsta personām jābūt informētiem par to, kas notiek izglītības vietā, lai, ja nepieciešams, iesaistītu problēmu risināšanā. Ir svarīgi, lai par agrīnas atklāšanas procesu būtu atbildīgas visas iesaistītās puses (skolotāji, ēdnīcas personāls, kopmītņu darbinieki, citi izglītojamie u. c.), lai neviens signāls par izglītojamā problēmām nepaliktu nepamanīts.
- Nodrošināt piekļuvi atbalstam. Izglītības iestādes videi ir jānodrošina piekļuve visiem nepieciešamajiem atbalsta pakalpojumiem, kā arī medicīniskajai rehabilitācijai, ja nepieciešams.
- Nodrošiniet agrīnas darba pieredzes iespējas pēc mācībām. Jo agrāk izglītojamam būs kontakts ar darba vietu, jo vieglāk viņam būs iekārtoties nākamajā darbā un justies ērti darba vidē. Ideālā gadījumā būtu jānodrošina iespēja izglītojamam iepazīties ar dažādām darba vietām dažādos uzņēmumos. Šādā veidā izglītojamam kļūst skaidrāks, kas viņu interesē un kurš darbs vai darba veids viņam ir piemērotāks. Veiksmīgai darba pieredzei ir svarīga sadarbība starp izglītojamo (un, ja nepieciešams, arī viņa tuviniekiem), pakalpojuma sniedzēju un uzņēmumu.

Ja persona dzīvo dienesta viesnīcā

- Daži izglītojamie, iespējams, nav dzīvojuši ārpus ģimenes un viņiem var nebūt prasmju, piemēram, socializēties ar citiem, pārvaldīt savas finanses vai veikt ikdienas dzīves aktivitātes.

Šī iemesla dēļ var būt nepieciešams atsevišķs atbalsts.

- Nodrošiniet labu saziņu starp izglītojamā atbalsta personām, ģimeni un mācību vietu. Lai nodrošinātu, ka persona var sekmīgi turpināt izglītību un ka tā saņem visu nepieciešamo atbalstu, iesaistītajam personālam ir nepieciešama skaidra saziņa starp šīm divām vidēm. Tas nodrošinās jebkādu problēmu, kas var rasties, identificēšanu un iespēju tās risināt.

Visiem izglītojamiem:

- IRP regulāri jāpārskata un jāpielāgo kopā ar indivīdu, tostarp ņemot vērā kontekstu, izmaiņas vidē u.c. svarīgus aspektus, ja nepieciešams. Vajadzības gadījumā jāpielāgo atbalsts un pielāgojumi mācību vietā.
- Vajadzības gadījumā var būt jāmaina arī mācību virziens, izglītības programmas līmenis vai pat izglītības iestāde.

Izglītības sniedzējam:

- Nodrošināt karjeras konsultācijas par nodarbinātību vai tālākajām izglītības iespējām.
- Nodrošināt individuālā plāna pielāgošanu pārejai darba tirgū. Šajā posmā plānā var iekļaut informāciju par izglītojamā prasmēm un zināšanām, raksturojot viņu kā darbinieku.
- Jāapspriež katras iesaistītās puses gaidas attiecībā uz nākotnes darbu. Plānā jāiekļauj konkrēti mērķi attiecībā uz darba pieredzi vai darbu.
- Uzturēt un attīstīt partnerattiecības ar darba devējiem. Tas var ietvert informācijas sniegšanu darba devējiem par profesionālās rehabilitācijas iespējām darbiniekiem, kuri ir ilgstošā darbnespējā, un praktikantiem ar papildu atbalsta vajadzībām, invaliditātes un/vai hronisku slimību specifisku atbalstu, iekļaušanu un pieejamību.

Ieteikumi komunikācijai un sadarbībai ar cilvēkiem ar invaliditāti

Personas ar kustību traucējumiem

Vides pielāgošana

Piekļuve. Visām ieejām jābūt aprīkotām ar rampām un automātiskām durvīm, lai nodrošinātu vieglu piekļuvi. Telpām jābūt piekļūstamām cilvēkiem ar kustību traucējumiem (aprīkotām ar liftu) vai plašām kāpnēm ar satveramiem rokturiem.

Telpu plānojums. Mēbeles jānovieto tā, lai būtu pietiekama vieta manevrēšanai. Mēbeļu izvietojums jāplāno, ņemot vērā kustību un orientēšanos telpās.

Labierīcības un atpūtas telpas. Kvalitatīvas piekļuves nodrošināšana sanitārajām telpām un atpūtas zonām, piemēram, ar pielāgotām labierīcībām.

Komunikācija

- **Runājiēt normālā balsī.** Sarunājiēties mierīgā balss tonī, tāpat kā jūs runātu ar jebkuru citu cilvēku, nevis kliezot.
- **Izmantojiēt vienkāršus teikumus.** Veidojiēt skaidrus un vienkāršus teikumus, izvairiēties no sarežģītiēm vārdiēm un vārdu savienojumiēm.
- **Sniedziēt skaidras norādes.** Norādot nākamās darbības, esiēt konkrēts, lai otra persona viegli saprastu, ko darīt tālāk. Pārliecinieties, ka persona ir sapratusi jūsu sniegto informāciju.
- **Komunicējiēt tieši.** Runājiēt ar personām ar kustību traucējumiēm atbilstoši vecumam. Vērsiēties tieši pie viņiēm, nevis pie viņu asistenta, ja tāds ir.
- **Piedāvājiēt palīdzību.** Ja neesat drošs, vai personai ar kustību traucējumiēm nepieciešama palīdzība, jautājiēt tieši.
- **Apsveriet pieejamību.** Sniedzot norādījumiēs par ceļu uz konkrētu vietu, ņemiēt vērā attālumu un to, vai ieteiktais maršruts ir pieejams personām ar kustību traucējumiēm (pārbaudiēt, vai nav šķēršļu, vai ir uzbrauktuves).

Mācību process:

- **Alternatīvu metožu piedāvājums.** Piedāvājiēt tiešsaistes vai hibrīdmācību iespējas, lai izglītojamie varētu mācīties elastīgi un savā tempā.
- **Atbalsta pasākumi.** Nodrošiniēt konsultācijas un atbalstu, izstrādājiēt individuālus mācību plānus izglītojamiēm, ja nepieciešams.
- **Fiziskās aktivitātes.** Integrējiēt nodarbībās vieglas fiziskās aktivitātes, piemēram, kustību terapiju, kas pielāgota katra izglītojamā spējām.

Personas ar redzes traucējumiēm

Vides pielāgošana

Kontrastējošas krāsas. Izmantojiēt kontrastējošus toņus grīdai, sienām un pieguļošām virsmām, lai tās būtu viegli atpazīstamas. Personai ar redzes invaliditāti ne vienmēr ir pilnīgs redzes zudums – viņai var būt samazināts redzes asums, izmainīts redzes lauks, traucēta krāsu uztvere vai grūtības pielāgoties apgaismojumam un tā maiņai.

Marķēšanas sistēmas. Izvieto izteismīgas un taktīlas norādes uz grīdas (piemēram, uzlīmes vai izliektas virsmas), lai palīdzētu orientēties telpās.

Komunikācija

- **Palīdzības piedāvājums.** Vispirms pajautāriet, vai jūsu palīdzība ir nepieciešama.
- **Saziņa un attiecības.** Tikšanās ar neredzīgu vai vājredzīgu cilvēku nenozīmē, ka jums obligāti jāsniedz fiziska palīdzība, bieži vien pietiek ar sarunu.
- **Iepazīstināšana.** Ja runājat ar neredzīgu cilvēku, kurš nepazīst jūs pēc balss, iepazīstiniet ar sevi, nosaucot savu vārdu un īsi paskaidrojiet, kas esat. Neredzīgais cilvēks vēlas zināt, ar ko viņš runā un kas atrodas tuvumā.
- **Informācija par klātbūtni.** Informējiet neredzīgo par to, vai esat telpā vai dodaties prom.
- **Apkārtējās vides apraksts.** Stāstiet par notikumiem apkārt – neredzīgam cilvēkam var būt grūti saprast, kāpēc visi pēkšņi smejas vai no kurienes nāk neparasts troksnis.
- **Uzrunāšana grupā.** Ja vēlaties uzrunāt neredzīgo, kurš ir kopā ar citu personu, runājiet tieši ar viņu, nosaucot vārdā (ja zināt) vai viegli pieskaroties. Tas ļaus neredzīgam cilvēkam saprast, ka tiek uzrunāts tieši viņš.
- **Valodas lietojums.** Neredzīgie izmanto tādas darbības vārdus kā “redzēt” vai tam līdzīgus, lai aprakstītu savu veidu, kā uztvert pasauli – piemēram, just vai taustīt.
- **Nevērtē cilvēka redzes traucējumus saistībā ar viņa intelektuālajām spējām,** tas novērsīs daudzus pārpratumus.
- **Sarunas stils.** Izvairieties no vārda “akls”, jo tas var radīt negatīvas emocijas.
- **Balss tembrs.** Runājot ar neredzīgu cilvēku, nepaaugstiniet balsi.
- **Komunikācija ar personu ar redzes un dzirdes traucējumiem.** Ja personai ir dzirdes traucējumi, pievērsiet viņas uzmanību, viegli pieskaroties rokai. Runājiet skaidri un lēni, nepadot balsi un nekliežot.
- **Pavadīšana un orientēšanās.** Lai palīdzētu neredzīgajam orientēties vidē, sniedziet precīzus norādījumus, piemēram: “Vienu metru pa labi no jums atrodas...”.
- **Ejot kopā** ar personu ar redzes invaliditāti, **informējiet par šķēršļiem** – sliekšņiem, pakāpieniem un ceļa izmaiņām.
- **Fiziskā kontaktēšana.** Ja pavadāt personu ar redzes traucējumiem, satveriet viņa roku virs elkoņa vai uzlieciet roku uz pleca. Negrūdiet cilvēku uz priekšu, lai novērstu kritienus un savainojumus.
- **Galamērķa sasniegšana.** Kad esat nonākuši galamērķī, pastāstiet personai par viņa atrašanās vietu un tuvākajiem objektiem. Informējiet, pie kā vērsties neskaidrību gadījumā. Pajautāriet, vai drīkstat atstāt personu vienu.

Mācību process

- **Digitālie resursi.** Parūpējieties par mācību materiālu pielāgošanu. Prezentācijas un citus tekstus vēlams saglabāt teksta formātos, ko izglītojamais var izlasīt ar runas sintēzes programmām (visbiežāk tie ir Word un pdf teksta formāti). Nodrošiniet piekļuvi audiogrāmatām un citiem digitālajiem resursiem, kas ir pielāgoti cilvēkiem ar redzes traucējumiem. Mūsdienās šādu resursu ir daudz, liels atbalsts ir Latvijas Neredzīgo bibliotēka.
- **Interaktīvas aktivitātes.** Ļaujiet izglītojamiem iepazīt tēmas ar praktisko un sensoro aktivitāšu palīdzību.
- **Taktīli materiāli.** Izveidojiet materiālus ar taktiliem elementiem (piemēram, reljefs, tekstūras) un izmantojiet modeļus, lai palīdzētu izglītojamiem izprast jēdzienus.
- **Praktiskie projekti.** Iniciējiet projektus, kuros izglītojamie var darboties grupās un izmantot savas maņas, ietverot multimediju elementus, kas stimulē redzes, dzirdes un taustes sajūtas.
- **Suns-pavadonis** ir speciāli apmācīts suns, kas palīdz personām ar ļoti smagiem redzes traucējumiem pārvietoties un iekļauties sabiedrībā. Suni-pavadoni var atpazīt pēc speciāliem darba iemauktiem ar sarkanā krusta zīmi un rokturi uz muguras personas vešanai. Sunim-pavadonim ir stingri uzvedības noteikumi, kas nepārtraukti jāievēro gan tā turētājam ar redzes traucējumiem, gan visiem pārējiem. Suni-pavadoni darba iemauktos nedrīkst traucēt, uzrunāt, pajāt, barot, skatīties acīs vai kā citādi novērst suņa-pavadoņa uzmanību no saimnieka.

Personas ar garīga rakstura traucējumiem

Vides pielāgošana

Mierīga vide. Izveidojiet vietas, kurās ir mierīgas krāsas, silts apgaismojums un minimāls trokšņa līmenis, lai neradītu stresu.

Skaidras instrukcijas. Sniedziet skaidras, vienkāršas un pakāpeniskas instrukcijas, lai izglītojamie precīzi zinātu darbības plānu.

Komunikācija

- **Neizvairieties no komunikācijas.** Daudziem cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem ir runas un valodas grūtības, kas var izpausties ilgās pauzēs vai nepareizās teikumu konstrukcijās. Tāpēc ir svarīgi nepārslēgties uz citiem izglītojamiem vai pārtraukt sarunu, ja atbildes nav ātras. Pacietība un laiks ir būtiski, lai nodrošinātu efektīvu saziņu.

- **Runājiet tieši ar pašu cilvēku.** Sarunājieties mierīgi un skaidri. Jautājiet, kādas metodes palīdzētu izglītojamam sazināties. Ja nesaprotat, ko izglītojamais saka, atklāti palūdziet atkārtot vai pārformulēt jautājumus vienkāršākā veidā. Izvairieties no abstraktiem vārdiem, runājiet skaidri un vienkāršos teikumos.
- **Uzturiet acu kontaktu.** Sarunājoties, veidojiet acu kontaktu un pievērsiet uzmanību savai sejas izteiksmei. Neitrāla sejas izteiksme ir svarīga, pat ja persona kavējas ar atbildi. Ja persona kļūst agresīva, labāk skatīties uz seju zoda līmenī, lai mazinātu spriedzi.
- **Dodiet cerību un iedrošinājumu.** Esiet pieklājīgs un pacietīgs, nesasteidziniet sarunu. Atbalstiet personu ar pozitīvām frāzēm un vizuālām norādēm. Ja izglītojamam ir valodas grūtības, var izmantot, piemēram, zīmēšanu.
- **Sniedziet informāciju saprotamā veidā.** Mācību procesā vai citās formālās situācijās sniedziet informāciju vienkāršā valodā un skaidri paskaidrojiet mācību vielu un noteikumus. Runājiet lēnāk un, ja nepieciešams, izvairieties no profesionālās terminoloģijas, tā vietā paskaidrojiet jēdzienus saprotamā veidā.

Mācību process

- **Individuālais atbalsts.** Nodrošiniet individuālas tikšanās/konsultācijas ar pedagogu vai atbalsta personālu, lai sniegtu papildu atbalstu un palīdzību.
- **Pielāgojumi mācību plānos.** Piedāvāji elastīgus mācību plānus, pielāgotus uzdevumus un darbus izglītojamā vajadzībām.
- **Sociālās prasmes.** Iekļaujiet mācību tēmas un praktiskos seminārus par sociālām prasmēm un ikdienas mijiedarbības situācijām, izmantojot sociālos stāstus un lomu spēles.
- **Atpazīšanas konteksti.** Izmantojiet mācību materiālus, kas palīdz izglītojamiem atpazīt un reaģēt uz dažādām sociālām situācijām, lai attīstītu prasmes un samazinātu trauksmi.
- **Mācību spēles.** Integrējiet mācību procesā spēles un spēļošanas metodes, kas ir piemērotas un pielāgotas izglītojamo prasmēm, sekmējot pozitīvu mijiedarbību.

Personas ar dzirdes traucējumiem

Vides pielāgošana

Vizuālas sistēmas. Nodrošiniet vizuālas brīdinājuma sistēmas (piemēram, gaismas signalizācija ugunsgrēka brīdinājumiem) un/vai informējiet par skaņas brīdinājuma signāliem vizuāli.

Subtitri. Visiem video vai audio materiāliem jābūt ar subtitriem, lai cilvēks ar dzirdes traucējumiem uztvertu informāciju.

Komunikācija:

- **Sazinieties ar izglītojamo, izmantojot zīmju valodas tulka starpniecību.** Tulks ir komunikācijas palīgs, tādēļ ir svarīgi acu kontaktu veidot tieši ar izglītojamo.
- **Tulka atrašanās vieta mācību telpā.** Vislabāk tulkam atrasties auditorijas priekšā blakus mācībspēkam, lai izglītojamais varētu sekot gan pasniedzēja, gan tulka izteikumiem.
- **Zīmju valoda.** Veiciniet zīmju valodas izmantošanu un nodrošiniet personālu, kas spēj to lietot.
- **Pedagoga stāja un apgaismojums.** Stāviet tieši pretī izglītojamam, tas nodrošina labāku acu kontaktu un iespēju redzēt lūpu kustības.
- **Apgaismojums.** Pārliecinieties, ka telpā apgaismojums ir pietiekams (pedagoga seja, tulka seja un rokas ir labi apgaismotas).
- **Izvēlieties ērtu sēdvietu.** Ļaujiet izglītojamam izvēlēties vietu, kur viņš jūtas visērtāk, lai vieglāk uztvertu informāciju.
- **Runājiet skaidri un lēnām.** Izmantojiet īsas frāzes un skaidri izrunājiet vārdus. Pārāk ātra runa var apgrūtināt informācijas uztveršanu.
- **Nerunājiet skaļi.** Ja izglītojamais izmanto FM sistēmu, nav nepieciešams runāt skaļāk, tas var pat traucēt.
- **Pacietība un atkārtošana.** Ja izglītojamais nesaprot teikto, esiet pacietīgi un atkārtojiet informāciju vienkāršākā veidā. Nezaudējiet pacietību, tas ir būtiski efektīvai komunikācijai.
- **Sociālā iekļaušana.** Iekļaujiet nedzirdīgos izglītojamos diskusijās un aktivitātēs, uzdodot jautājumus un veicinot viņu dalību bez pārmērīgas uzmanības pievēršanas viņiem.
- **FM sistēmas izmantošana.** Šīs ierīces palīdz samazināt fona troksni un nodrošina skaidrāku skaņu tieši dzirdes aparātā.
- **Akustiskās cilpas izmantošana.** Šī ierīce ļauj dzirdēt skaņu tieši no mikrofona, kas var uzlabot klausīšanās pieredzi.

Mācību process

- **Papildiniet mācību nodarbības ar vizuāliem materiāliem.** Izmantojiet vieglo valodu, attēlus, tabulas un diagrammas, lai atvieglotu informācijas uztveri.
- **Virtuālās platformas.** Izmantojiet virtuālās mācību platformas, kas piedāvā video tiešraidi ar subtitriem vai zīmju valodas tulku.

- **Praktiskas nodarbības.** Piedāvāriet praktiska veida uzdevumus un projektus, kas palīdz izprast mācību tēmas.
- **Rakstiskie materiāli.** Sniedziet mācību materiālus drukātā vai elektroniskā formātā, lai izglītojamie varētu tos vieglāk uztvert un saprast.
- **Diskusiju grupas.** Veidojiet diskusiju grupas, kas izmanto zīmju valodu vai rakstiskus ierakstus, veiciniet viedokļu apmaiņu.
- **Papildu laiks.** Iespējams, izglītojamam jādod papildus laiks, iepriekš sagatavots rakstisks materiāls par nodarbības tēmu vai, izmantojot video materiālus, jālieto subtitri. Par šiem risinājumiem jāvienojas ar pašu izglītojamo pirms mācību priekšmeta/moduļa sākuma, lai rastu labāko risinājumu.

Personas ar autiskā spektra traucējumiem un neirodažādību

Vides pielāgošana

Strukturēta vide. Izveidojiet klasēs skaidru struktūru un rutīnu, kas izglītojamiem palīdz saprast gaidāmās darbības.

Drošas zonas. Nodrošiniet telpas vai zonas, kurās izglītojamie var atpūsties un nomierināties, ja jūtas saspringti.

Komunikācija

- **Informācijas pārskatāmība.** Sniedziet izglītojamiem skaidru un strukturētu informāciju par mācību grafiku, telpām un citiem būtiskiem aspektiem. Tas palīdzēs viņiem labāk orientēties un sagatavoties mācībām.
- **Saskaņotība ar citiem avotiem.** Pārliecinieties, ka sniegtā informācija ir saskaņota ar tīmekļa vietnē un bukletos esošo informāciju. Pretrunu novēršana veicina uzticību un sapratni.
- **Vizuāli saprotama informācija.** Pirms nodarbību sākuma izsūtiet vizuāli saprotamu materiālu, piemēram, mācību nodarbību grafikus un telpu attēlus. Tas palīdzēs izglītojamiem vieglāk uztvert nepieciešamo informāciju.
- **Kontakta veidošana.** Neizvairieties no kontakta ar izglītojamiem. Agrīna saruna par mācību kārtību un prasībām atvieglo sadarbību un rada drošības sajūtu.
- **Atbalsta punkts:** Izveidojiet drošu vietu, kur izglītojamie var doties, lai nomierinātos trauksmes gadījumā. Informējiet viņus par šīm iespējām pirms mācību uzsākšanas.
- **Uzticības persona.** Ieteicams, lai par komunikāciju ar izglītojamo būtu atbildīgs viens konkrēts cilvēks. Tas veicina efektīvāku saziņu un palīdz izglītojamam justies drošāk.
- **Mentora pieejamība.** Mācību sākumā nodrošiniet izglītojamam mentoru, kas palīdzēs iejusties mācību procesā. Mentors var sniegt atbalstu un drošības sajūtu.

- **Emociju vadība.** Sekmējiet izglītojamo patstāvību, mācot viņiem trauksmes un emociju vadīšanas tehnikas. Tas prasīs pacietību no darbinieku puses, bet ir būtiski izglītojamā attīstībai.

Mācību process

- **Sensorā jutība.** Izglītojamiem ar AST un neirodažādību var būt paaugstināta jutība pret gaismu, skaņām un citiem stimuliem. Ir svarīgi pielāgot mācību vidi, piemēram, izvēloties telpas ar mazāku troksni un ne pārāk spilgtu apgaismojumu.
- **Dienas kārtība un rutīna.** Izglītojamiem ir nepieciešama skaidra dienas kārtība, jo pēkšņas izmaiņas var radīt trauksmi. Plānojot mācību procesu, ir jāņem vērā iespējamās izmaiņas un jāinformē izglītojamais par tām iepriekš.
- **Papildu laiks.** Rēķinieties ar papildu laiku, kas nepieciešams izglītojamam, lai iepazītu vidi un uzdevumus. Tas var ietvert papildu laiku uzdevumu pabeigšanai vai sagatavošanai pārbaudes darbiem.
- **Skaidra komunikācija.** Komunikācijai jābūt skaidrai un saprotamai. Izvairieties no tēlainiem salīdzinājumiem vai jokiem, kas var radīt neskaidrības. Sniedziet norādījumus īsās un saprotamās frāzēs.
- **Individuālas instrukcijas.** Dažreiz izglītojamam ir nepieciešams saņemt informāciju individuāli, jo auditorijā sniegtā informācija var būt grūti uztverama. Nodrošiniet iespēju diskutēt par uzdevumiem vai pārbaudes darbu pirms to veikšanas.
- **Sociālā integrācija.** Palīdziet izglītojamam attīstīt sociālās prasmes un iesaistīties sociālajā dzīvē. Tas var ietvert grupu aktivitātes vai sadarbību ar citiem izglītojamiem.
- **Informācija par pārbaudes darbiem.** Paziņojiet par pārbaudes darbu datumiem un vietām pēc iespējas agrāk. Sniedziet informāciju par pārbaudes darbu saturu un formu.
- **Vides iepazīšana.** Dodiet izglītojamam iespēju iepazīties ar telpu, kurā notiks pārbaudes darbs, lai mazinātu trauksmi.
- **Trauksmes mazināšana.** Iemāciet izglītojamam relaksācijas tehnikas, ko viņš var izmantot pirms pārbaudes darbiem. Tas var palīdzēt samazināt stresu un uztraukumu.

Vairāk informācijas:

Invalīdu un viņu draugu apvienība "Apeirons", www.apeirons.lv

Latvijas Nedzirdīgo savienība, www.lns.lv

American Psychiatric Association, <https://www.psychiatry.org/>

National Autistic Society, www.autism.org.uk

Latvijas Autisma apvienība, www.autisms.lv

Servisa suņu biedrība "TEODORS", www.teodors.org

Ieteikumi saziņai ar cilvēkiem ar invaliditāti, Labklājības ministrija 2020
https://www.lm.gov.lv/lv/metodiskie-materiali/komunikacija_celvedis.pdf

Universāls dizains mācībām

Universāls dizains mācībām (UDM) ir pieeja, kas nodrošina, ka mācību materiāli un metodes ir pielāgotas visu izglītojamo vajadzībām neatkarīgi no viņu prasmēm vai invaliditātes. Pedagogiem ir jāizmanto daudzveidīgas mācīšanās stratēģijas, lai katrs izglītojamais varētu atrast sev piemērotus veidus, kā apgūt zināšanas. UDM veicina mācību procesa personalizāciju un stiprina izglītojamo iesaisti, izmantojot dažādus resursus, piemēram, vizuālos, audio un praktiskus materiālus. Šāda pieeja ne tikai uzlabo pieejamību, bet arī veicina inovāciju un radošumu mācību procesā, jo tā ļauj izmantot dažādas tehnoloģijas un rīkus. Rezultātā izglītojamie jūtas iesaistīti un motivēti, jo viņu individuālās vajadzības tiek ņemtas vērā. Universālais dizains arī nodrošina vienlīdzības principu mācību mērķu sasniegšanā attiecībā uz visiem izglītojamiem.

Ieteikumi pedagogiem

- **Izvērtējiet pašreizējās aktivitātes un metodes.**

Kādas mācību pasniegšanas metodes jau tiek izmantotas? Nosakiet, kuras no tām ir visefektīvākās un kā tās var tikt uzlabotas, lai atbilstu UDM principiem.

- **Identificējiet izglītojamo vajadzības.** Izpētiet, kuriem izglītojamiem ir vieglāk mācīties un kuriem var rasties grūtības. Tas palīdzēs pielāgot mācību pieeju.

- **Elastība satura prezentēšanā.**

- **Dažādība pasniegšanā.** Nodrošiniem vairākus veidus, kā izglītojamie var saņemt informāciju (piemēram, video, audio, rakstiski materiāli, praktiskas aktivitātes). Tas palīdzēs apmierināt dažādās izglītojamo mācīšanās vajadzības.
- **Izvēles iespēju piedāvāšana.** Atļaujiet izglītojamiem izvēlēties no dažādām uzdevumu tēmām vai pat noteikt, cik procentu no viņu atzīmes būs atkarīgas no konkrētām vērtēšanas iespējām. Tas palielina izglītojamo iesaisti un motivāciju.

- **Mācīšanās un novērtēšanas metodes.**

- **Alternatīvas izteiksmes formas.** Piedāvājiem izglītojamiem dažādus veidus, kā parādīt savu izpratni par mācību saturu (piemēram, video, komiksi vai esejas). Tas veicina radošumu un individuālo izteiksmi.
- **Regulāra atgriezeniskā saite.** Sadarbojaties ar izglītojamiem, lai uzzinātu viņu viedokli par mācību procesu/gaitu. Atgriezeniskā saite ir būtiska uzlabojumiem nākamajā mācību periodā.

- **Pārdomājiet mācību stratēģijas.**

- **Novērtējiet rezultātus.** Pēc mācību noslēguma analizējiet, vai izglītojamie sasniedza mācību moduļa vai priekšmeta apguves rezultātus. Ja nē, veiciet nepieciešamās korekcijas nākamajā mācību periodā.
- **Iesaistiet izglītojamos lēmumu pieņemšanā.** Dodiet izglītojamiem iespēju izteikt savu viedokli par to, kas viņiem šķita noderīgs un ko varētu uzlabot. Šāda pieeja veido piederības sajūtu un veicina sadarbību.
- **Tehnoloģiju izmantošana.**
 - **Izmantojiet tehnoloģiskos rīkus.** Integrējiet tehnoloģijas savās nodarbībās, lai uzlabotu mācību procesu (piemēram, vizuālos palīg līdzekļus vai interaktīvās platformas). Tas var palīdzēt veicināt izglītojamo interesi un padarīt mācības kvalitatīvākas.
 - **Digitālie rīki.** Apziniet tos digitālos risinājumus, kas palīdzēs tieši jūsu konkrētajā gadījumā atvieglot un dažādot mācību procesu. Nebaidieties ieviest jaunus risinājumus.

Fiziskā pieejamība

Fiziskā pieejamība attiecas uz fiziskās vides pielāgošanu, lai nodrošinātu, ka visi izglītojamie, tostarp personas ar invaliditāti vai funkcionēšanas traucējumiem, var ērti piekļūt mācību telpām un resursiem. Fiziskā pieejamība var ietvert tādu elementu ieviešanu kā: pacelāji, platas durvju ailes, pielāgotas ieejas un tualetes, informācijas izvietošana acu līmenī, skaidras un saprotamas norādes, automātiskās durvis u. c. risinājumi, kas ir būtiski, lai izglītojamiem būtu iespēja piedalīties visās aktivitātēs. Arī transporta nodrošināšanas iespējas uz mācību norises vietu. Fiziskā pieejamība ietver arī vizuālo un skaņas signālu nodrošināšanu izglītojamiem ar redzes un dzirdes traucējumiem. Nodrošinot fizisko pieejamību, izglītības iestādes apliecina savu apņemšanos veidot iekļaujošu un atbalstošu vidi.

Asistīvās tehnoloģijas

Asistīvās tehnoloģijas ir rīki un programmatūras, kas tiek izmantoti, lai atbalstītu cilvēkus ar invaliditāti un funkcionēšanas traucējumiem, nodrošinot viņiem piekļuvi mācību materiāliem un uzlabotu mācīšanās procesu. Izglītības iestādēm ir jāizvēlas piemērotas tehnoloģijas, kas atbilst izglītojamo individuālajām vajadzībām, piemēram, Braila displeji un grāmatas, ekrāna lasītāji un specializēti adaptīvie rīki. Šādas tehnoloģijas var palīdzēt izglītojamiem ar mācīšanās grūtībām labāk apgūt mācību priekšmetus un uzlabot viņu akadēmisko sniegumu. Asistīvās tehnoloģijas veicina izglītojamo neatkarību un pašpārlicinātību, jo tās sniedz iespēju efektīvāk komunicēt un piedalīties mācību procesā. Turklāt, apmācot pedagogus par

asistīvo tehnoloģiju izmantošanu, tiek radīta efektīva un atbalstoša vide, kurā izglītojamie var gūt labākus mācību panākumus.

Asistīvo tehnoloģiju piemēri mācību nodarbībās

[Speechify](#) ir [teksta-runas programmatūra](#), kas uztver tekstu un pārvērš to audio formātā. Tas ir īpaši noderīgi mācību grāmatām, PDF lasīšanas uzdevumiem un citiem teksta materiāliem. Programmatūra ir saderīga ar pārlūkprogrammu Chrome, kā arī darbojas iPhone, Mac un Android ierīcēs. Speechify parasti izmanto izglītojamie ar UDHS un disleksiju.

[Kurzweil Education 3000](#) ir lasītprasmes atbalsta sistēma Mac datoriem un dažādām pārlūkprogrammām, kas ir aprīkota ar dažādām palīgtehnoloģijām. Funkcija "Runa" pārvērš tekstu runā un darbojas 13 valodās. Cita starpā palīdz izglītojamiem ar [redzes traucējumiem](#) un UDHS. Tīkmēr izglītojamiem ar disleksiju palīdz programma [OpenDyslexic](#), kas mazina burtu sajaukšanas varbūtību.

[Google Classroom](#) ir kļuvis populārs līdz ar tiešsaistes mācību attīstību un piedāvā virkni izpildfunkciju rīku, tostarp runas pārveidi tekstā, kas uzlabo pieejamību un mācību procesu. Platforma ir saderīga ar Kurzweil 3000, kā arī [Hapara Student Dashboard](#), kas palīdz izglītojamiem sakārtot savus rīkus vienā racionalizētā vietā. Google Classroom tiek integrēts arī ar tādām lietotnēm kā Kahoot!, Figma un Adobe Express.

[3D attēlveidošanas printeris](#) ir pārnēsājamais printeris, ko bieži izmanto izglītības iestādes. Printeris uzkarsē īpašu putu papīru, lai vienas līdz divu minūšu laikā izveidotu Braila rakstā (vai citu 3D attēlu) veidotu informāciju. Printeris ir aprīkots arī ar audio instrukcijām, lai palīdzētu lietotājiem ar redzes traucējumiem.

Microsoft lietotne [Seeing AI](#) ir paredzēta vājredzīgām personām un piedāvā audio atskaņošanu dažādās situācijās. Tas nolasa tekstu tiklīdz tas parādās viedtālruņa kameras priekšā. Piemēram, iepērkoties veikalā, tas identificē produktus pēc svītrkoda un apraksta apkārtējo vidi un tās krāsas. Laika gaitā lietotne mācās [atpazīt lietotāja draugus](#) un paziņas, kā arī aprakstīt viņu sejas izteiksmes.

[Clicker](#) no [Crick Software](#) ir rakstīšanas un lasīšanas platforma, kas aprīkota ar visu palīgfunkciju komplektu. Tā kartēšanas funkcija, piemēram, ļauj pamatskolas vecuma izglītojamiem izveidot "[prāta kartes](#)" un emocijzīmēm līdzīgas piktogrammas vai diagrammas, lai palīdzētu izglītojamiem tikt galā ar lasīšanas un rakstīšanas projektiem un patstāvīgajiem darbiem.

[MathTalk](#) ir runas atpazīšanas programmatūra, kas paredzēta izglītojamiem ar UDHS un fiziskiem traucējumiem, kuriem ir grūtības izmantot tastatūru. Šī programmatūra saprot

tehnisko vārdu krājumu un pārraksta matemātiskās notācijas, kas piemērotas trigonometrijai, algebrā, aprēķiniem un pat doktora līmeņa kursiem.

[Tobii](#) piedāvā acu izsekošanas ierīces, kas cilvēka skatienu pārvērš par brīvroku (bezroku) datorpeli. Lai izmantotu tehnoloģiju, izglītojamiem ar ierobežotām motoriskajām spējām un verbālām grūtībām vienkārši jāskatās uz savu ekrānu, un infrasarkanā staru projektoru, kameru un [mašīnmācīšanās algoritmu](#) kombinācija palīdzēs ar dažādām ikdienas izglītības grūtībām.

[GoTalk 9+](#) ir lielisks piemērs tam, cik efektīvas var būt vienkāršo tehnoloģiju palīdzība. Šī ierīce, ko izstrādājusi [uzņēmums "Attainment"](#), izmanto pogu un ierakstu komplektu, lai palīdzētu cilvēkiem ar runas traucējumiem sazināties. Katru pogu var ieprogrammēt, lai kopīgotu līdz pat pieciem dažādiem ierakstiem, lai lietotāji varētu ātri koplietot pamata ziņojumus ar vecākiem mājās, vienaudžiem, stundās un ar draugiem starpbrīžos.

Elastīga plānošana un temps

Elastīga plānošana un temps ir būtiska pieeja, kas ļauj izglītojamiem mācīties savā tempā un pielāgot mācību grafiku atbilstoši individuālajām vajadzībām un grūtībām. Šāda pieeja novērš spiedienu uz izglītojamiem, kas var rasties, ja viņiem ir noteikts standarta grafiks, un ļauj viņiem veidot procesu, kas ir efektīvs un atbildīgs. Izglītības iestādēm jāsniedz atbalsts izglītojamiem, kuriem var būt grūtības tikt līdzī pārejai grupai, piedāvājot atkārtoti pievērst uzmanību mācāmai vielai, piešķirt papildu laiku vai alternatīvus mācīšanās materiālus. Elastība arī ietver iespējas izmantot tradicionālo klasisko pirms un pēc stundu konsultācijas, tiešsaistes sesijas vai mācīšanas metožu kombinācijas. Šāda pieeja veicina izglītojamo pašpārliecinātību un motivāciju, jo viņi jūtas, ka kontrolē savu izglītības iegūšanas procesu. Rezultātā izglītojamie, kuriem ir iespēja mācīties ar individuālāku un elastīgāku pieeju, var efektīvāk apgūt zināšanas un prasmes.

Iekļaujošas mācību programmas izstrāde

Iekļaujošas mācību programmas izstrāde ir svarīga, lai nodrošinātu, ka visiem izglītojamiem ir pieejams kvalitatīvs un pieejams mācību saturs. Tas ietver programmu izstrādi, kas ņem vērā izglītojamo individuālās vajadzības un mācīšanās stilus, piedāvājot dažādus materiālus un aktivitātes. Izglītības iestādēm ir jāstrādā kopā ar pedagogiem, speciālistiem un audzēkņiem, lai radītu pielāgotus mācību plānus, kas realizē visu izglītojamo potenciālu. Iekļaujošas programmas var ietvert dažādas mācību metodes, kas var palīdzēt izglītojamiem labāk izprast un apgūt zināšanas, kā arī nodrošināt dažādas novērtēšanas iespējas. Šī pieeja veicina izglītojamo aktīvu iesaistīšanos, veicina sociālo mijiedarbību, kā arī palīdz izveidot

pozitīvu un atbalstošu mācību vidi. Tā rezultātā visi izglītojamie var saņemt optimālu atbalstu un ieguvumus no mācību procesa.

Iekļaujošas mācību programmas izstrādē tiek ņemta vērā mācību programmas struktūra, tostarp gan saturs, gan metodes, lai nodrošinātu, ka visiem izglītojamiem tiek nodrošināta vienlīdzīga un atbalstoša mācību pieredze, kas sniedz iespēju gūt panākumus neatkarīgi no viņu pieredzes.

Izglītošana par funkcionāliem traucējumiem

Personāla izglītošana par personām ar funkcionāliem traucējumiem ir kritiski nozīmīga, jo tā palīdz izglītības darbiniekiem saprast un risināt izglītojamo vajadzības. Šāda apmācība ietver izpratni par dažādiem funkcionēšanas traucējumiem un to ietekmi uz mācību procesu. Izglītības iestādēm jānodrošina regulāras mācības, lai personāls tiktu informēts un varētu lietot jaunākās stratēģijas un tehnoloģijas atbalsta sniegšanā. Izglītošana par šiem jautājumiem veicina iekļaujošo kultūru, un palīdz radīt vidi, kurā personas ar invaliditāti piedalās un jūtas pieņemti. Izglītoti darbinieki var nodrošināt atbalstošu vidi, spējīgi saskarties ar izaicinājumiem un sniegt nepieciešamo atbalstu, kas veicina izglītojamo panākumus. Izpratni par invaliditāti un funkcionēšanas traucējumiem izglītības iestādēs ir būtiski veicināt gan izglītības iestādes personālam, gan izglītojamiem, lai visi izglītojamie un personāls justos novērtēti un cienīti.

Ieguvumi par informētību par funkcionāliem traucējumiem:

Personālam – palielināta empātija, attīstītas prasmes, stiprinātas savstarpējās attiecības, veicināta dažādība.

Izglītojamiem – palīdz izprast personas ar funkcionāliem traucējumiem, uzlabo problēmu risināšanas, kritiskās domāšanas un komunikācijas prasmes, izprast grupas kolēģu vajadzības, sagatavo izglītojamus reālākai daudzveidībai darba vietā un sabiedrībā.

Mācībspēkiem – palielina izpratni par izglītojamo vajadzībām un izaicinājumiem, paplašina pedagoģiskās prasmes un zināšanas par iekļaujošām mācīšanas praksēm, iespēja veidot vairāk uz uzticēšanos balstītas attiecības ar saviem izglītojamiem. Pedagogi jūtas kompetentāki grupas pārvaldībā un visu izglītojamo vajadzību apmierināšanā, kas bieži vien rada lielāku apmierinātību ar darbu.

Individuāls atbalsts

Individuāls atbalsts ir būtiska sastāvdaļa mācību procesā, kas sniedz katram izglītojamam personalizētu palīdzību, ņemot vērā viņu individuālās spējas un vajadzības. Tas var ietvert konsultācijas, papildu mācību laiku vai pielāgotus mācību materiālus, kas vieglāk saprotami

un pieejami. Piešķirot individuālu atbalstu, pedagogiem ir jāsadarbojas ar izglītojamiem, lai izstrādātu personalizētus mācību plānus, kas palīdz sasniegt noteiktus mērķus. Tas veicina labāku mācību gaitu un palielina izglītojamo motivāciju. Turklāt regulāra atgriezeniskā saite izglītojamiem par viņu progresu ir svarīga, lai vienmēr pārbaudītu un pielāgotu pieeju. Tā rezultātā izglītojamie jūtas atbalstīti, un viņu potenciāls tiek pilnībā realizēts, jo viņi saņem lielāku uzmanību un resursus, kas nepieciešami viņu izglītības ceļā.

Saziņa un atgriezeniskā saite ar izglītojamiem

Saziņa un atgriezeniskā saite svarīgas, jo veicina mācību procesa efektivitāti un veido uzticību starp izglītojamiem un pedagogiem. Regulāra komunikācija palīdz izglītojamiem izteikt savas domas, jautājumus un bažas, nodrošinot, ka viņi jūtas dzirdēti un saprasti. Atgriezeniskā saite ir nepieciešama, lai novērtētu izglītojamo progresu un sniegtu ieteikumus par veicamajiem uzlabojumiem. Piedāvājot konstruktīvu un pozitīvu atgriezenisko saiti, pedagogi var motivēt izglītojamos un palīdzēt viņiem saprast, kādas prasmes un zināšanas ir nepieciešamas, lai sasniegtu savus mērķus. Saziņai jābūt atklātai un pieejamai, ļaujot izglītojamiem piedalīties aktīvi visā mācību procesā. Šī dinamika veicina iekļaujošu un atbalstošu vidi, kurā ikviens izglītojamais var izpausties un sasniegt savu potenciālu.

Daži mīti par personām ar invaliditāti:

“Bezpalīdzīgais invalīds”, kas var izpausties ar pārmērīgu cieņu, rūpību un aprūpi, piemēram, no pedagogu, personāla un izglītojamā ģimenes puses.

“Varonīgais invalīds” – var nostādīt personu ar invaliditāti uz pjedestāla, apgrūtinot viņu asimilāciju un funkcionēšanu.

“Netaisnīga priekšrocība” nozīmē, ka izglītojamie, kuriem ir piešķirts papildu pārbaudes laiks, saņem negodīgas priekšrocības salīdzinājumā ar citiem.

“Izplatīšanās parādība” vispārinās no viena invaliditātes stāvokļa un pieņem, ka pastāv arī intelektuāli, sociāli vai citi fiziski trūkumi.

Daži ieteikumi šķēršļu mazināšanai:

- Analizējiet savu pieredzi, attieksmi un izpratni saistībā ar personām ar invaliditāti.
- Atzīstiet un pieņemiet izaicinājumus, ar kuriem saskaras izglītojamie.
- Iepazīstot savu mācību grupu, noteikti verbāli, pozitīvi iekļaujiet apgalvojumu, ka iekļaujošas mācību vides izveide ir jūsu prioritāte.
- Izturieties pret personām ar invaliditāti ar tādu pašu cieņu un uzmanību, ar kādu jūs izturaties pret citiem.

Vienaudžu un līdzgaitnieku atbalsts

Vienaudžu un līdzgaitnieku atbalsts ir svarīgs elements, kas veicina izglītojamo sociālās prasmes un veido pozitīvu mācību vidi un kultūru. Tas ietver izglītojamo mijiedarbību un sadarbību, lai kopīgi mācītos un risinātu problēmas, kas rada vēlmi dalīties ar ziņām un apgūt jaunas prasmes. Izglītības iestādēm jāveido iespējas izglītojamiem izveidot draudzīgas attiecības. Vienaudžu un līdzgaitnieku atbalsts veicina izglītojamo spēju pārliecināt sevi par savām spējām un sniedz nepieciešamo emocionālo atbalstu. Ir svarīgi stimulēt sadarbību, kas palīdz izglītojamiem gūt jaunas perspektīvas un izprast cita veidu pieeju ar mācībām. Šāda veida atbalsts ne tikai veicina akadēmiskos panākumus, bet arī uzlabo izglītojamo sociālo integrāciju un emocionālo labklājību, radot aktīvu kopienu, kurā visi izglītojamie jūtas pieņemti un atbalstīti.

Trīs veidi, kā izmantot vienaudžu un līdzgaitnieku atbalstu, lai pilnveidotu izglītojamā ar invaliditāti izglītības un sociālās vajadzības izglītības iestādēs. Katram no šiem modeļiem ir nepieciešama iepriekšēja plānošana, kas ietver pareizu stratēģijas veida izvēli, tās izmantošanu īstajā laikā ar, iespējams, individualizētiem rezultātiem, kas ir saskaņoti ar mācību nodarbības mērķiem.

- Mācīšanās sadarbībā – stratēģija, ko izmanto, lai nostiprinātu pedagoga mācītās prasmes. Šī mācību metode dod laiku praksei, pārskatīšanai un ļauj izglītojamiem izmantot augstāka līmeņa domāšanas prasmes.
- Vairāku vecumu vienaudžu un līdzgaitnieku atbalsts ir vēl viena stratēģija, kas palīdz mācīties izglītības vidē. Šī pieeja parasti ietver vecākus izglītojamos, kuri sniedz mācību atbalstu jaunākiem izglītojamiem.
- Salīdzinošā modelēšana ir vēl viens atbalsts, ko var izmantot, lai palīdzētu izglītojamiem apgūt akadēmiskās zināšanas, procesu un grupas rutīnas. Tas arī nodrošina grupas skolotājam iespējas izmantot vienaudžus un līdzgaitniekus, lai palīdzētu sniegt norādījumus, precizētu norādījumus un sniegtu sociālos atgādinājumus ar nelielu vai bez pārtraukuma stundu ciklā. Tas ir lielisks veids, kā vienaudžiem un līdzgaitniekiem nodrošināt atbilstošus uzvedības modeļus izglītojamiem, kuriem nepieciešams uzlabot savas sociālās prasmes.

Ieguvumi visiem izglītojamiem:

- Veidojas draudzīgas attiecības.
- Paaugstinās individuālo atšķirību novērtēšana un pieņemšana.
- Palielinās izpratne par dažādību un dažādības pieņemšana.

- Cieņa pret visiem cilvēkiem.
- Visi izglītojamie tiek iekļauti sabiedrībā.
- Iespējas apgūt aktivitātes, praktizējot un mācot citus.
- Paaugstinās akadēmisko rezultātu sasniegumi.
- Visu izglītojamo vajadzības tiek apmierinātas.

Vairāk informācijas:

Rose, DH, Harbour, WA, Johnston, CS, Daley, SG un Abarbanell, L. (2006). Universāls dizains mācībām pēcvidusskolas izglītībā: pārdomas par principiem un to lietojumu. *Journal of Postsecondary Education and Disability*, 19 (2), 135-151.

Cambridge Centre for Teaching and Learning. Inclusive curriculum design. <https://www.cctl.cam.ac.uk/mind-gap-toolkit/what-works/examples/curriculum>

Disability Awareness Activities for Students and Teachers: Enhancing Inclusivity in Education, 2024. <https://top5accessibility.com/blog/disability-awareness-activities-for-students-teachers/>

Communicating with students with disabilities. <https://www.oswego.edu/accessibility-resources/communicating-students-disabilities>

Inclusive Schools Network. Peers Supporting an Inclusive School Climate. <https://inclusiveschools.org/resource/peers-supporting-an-inclusive-school-climate/>

Pieredzes stāsti

Iepriekšējās sadaļās esam apkopojuši iekļaujošas izglītības teorētiskos pamatus un praktiskos rīkus, piemēram, universālo dizainu mācībām, asistīvās tehnoloģijas un individuālo atbalstu, kas var palīdzēt nodrošināt kvalitatīvu izglītību ikvienam audzēknim. Tagad pienācis laiks doties soli tālāk un iedvesmoties no reāliem stāstiem, kas atklāj šo principu ietekmi uz audzēkņu dzīvēm. *Nākamajās lappusēs piedāvājam iepazīties ar izglītojamo un SIVA darbinieku pieredzes stāstus par to, kā viņi saskārās ar dažādiem izaicinājumiem un, pateicoties iekļaujošai pieejai SIVA koledžā, spēja tos pārvarēt un gūt panākumus.* Šie stāsti ir gan par personīgo izaugsmi un iedvesmu, gan arī par reālo situāciju un izaicinājumiem, ar kuriem saskaras audzēkņi un pedagogi. Tas ir atgādinājums par to, cik svarīgi ir turpināt pilnveidot un attīstīt SIVA darbību un izglītības sistēmu kopumā, lai nodrošinātu vienlīdzīgas iespējas ikvienam audzēknim Latvijā, ņemot vērā viņa individuālās vajadzības, intereses un spējas.

SIVA darbinieka pieredzes stāsts (1)

Ja kāds ir lasījis zviedru rakstnieces Astridas Lindgrēnas grāmatu “Lennebergas Emīls” vai redzējis Rīgas kinostudijas uzņemto filmu “Emīla nedarbi”, varbūt atceras epizodi ar mazā puisēna Emīla dzimšanas dienas svinībām. Tajā brīdī mājā jau bija sagatavots lielisks svinību mielasts, un vecāki aizbraukuši pretī smalkajai viesīnai uz pilsētu. Savukārt Emīls tikmēr uzaicinājis visus nabagmājas iemītniekus uz mielastu, uzzinot, cik skarbi pret viņiem izturas jaunā komandante un atņem ēdienu. Par mani ir līdzīgs stāsts. Biju apmēram tajā pašā Emīla vecumā (seši gadi), kad vasarā biju pie savas tantes Alsungā. Launagam bija sagatavotas pankūkas – tādas lielas, gardas, ceptas uz speciālas pannas, līdzīgas kā vafeles, sauktas “bada pankūkas”. Turpat blakus mājai, baznīcas dārzā, sakopšanas darbus veica vietējā pansionāta iemītnieki (gluži kā Emīla draugi no nabagmājas). Man viņi šķita esam tik skumjām acīm un neēduši, ka es dāsni dalījos ar gardajām pankūkām (no pieaugušajiem tobrīd neviens nebija klāt). Nesu ārā vienu pēc otras, un viņi tik labprāt ņēma un ēda pankūkas, ka drīz vien no lielās kaudzes uz šķīvja virtuvē nekas nebija palicis pāri. Par laimi man, tāpat kā Emīlam, šim stāstam bija laimīgas beigas un bez bāriena.

Tā laikam arī ir pirmā apzinātā epizode ar manu empātiju un nespēju pāiet garām vienaldzīgi. Vai tas ir ceļš, kā nonācu pie sociālā darba, nezinu. Sekoja jau daudzas citas dzīves situācijas. Jaunībā darbs bija pavisam citā sfērā. Lai gan 90. gados strādājot plašsaziņas līdzekļos, kolēģi mēdza par mani jokot, ka esmu kā “sociālā darbiniece”. Vai tā bija nejaušība, vai apzināta izvēle, pat nevaru precīzi definēt, bet, papildinot zināšanas, apguvu karitatīvo sociālo darbu. Bet turpināju savu ierasto darbu dažādos plašsaziņas līdzekļos, kā arī izmēģinot spēkus sabiedriskajās attiecībās. Tad 2020. Gadā, atsaucoties uz sludinājumu, pieteicos

darbā par sociālo darbinieci. Nokļuvi lieliskā vidē – Sociālās integrācijas valsts aģentūrā un izmēģināju teorētiskās zināšanas (varbūt arī sirdsbalsi) praksē. No sākuma domāju tikai pamēģināt, bet kolēģi mani iedrošināja. Teica, ka darbs izdodas. Tā jau piekto gadu mana profesija – sociālā darbiniece. Ļoti lepojos ar iestādi, kurā strādāju un savu darbu.

Visvairāk darbā ar audzēkņiem iedvesmo kolēģi un arī audzēkņi paši. Pat neatceros, vai kādreiz dzīvē pirms tam esmu saņēmusi tik daudz uzmanības, sirsnības un labus pateicības vārdus. Tas ir stimulē turpināt vēl un vēl.

Kā sociālā darbinieka loma palīdz audzēkņiem ar invaliditāti justies atbalstītiem un iedrošinātiem mācīties? Par to laikam varētu sarakstīt daudz pētījumu un izdot biezas publikācijas. Situāciju ir ļoti daudz, un katra ir atšķirīga. Viena no svarīgākajām lietām, manuprāt, ir mīlestība pret cilvēku. Ar neviltotu un īstu mīlestību attiekties pret katru. Lai arī cik grūti tas varbūt dažos gadījumos nešķistu. Ne velti vārds “karitatīvs” saistīts ar vārdu “mīlestība”, kā arī ar “caritas”, kas nozīmē “labdarība”. Un mīlestība nedrīkst būt apgrūtināša, kontrolējoša vai kaut ko nežēlīgi pieprasoša, tāpat kā labdarība. Tāda varētu būt karitatīvā sociālā darba būtība – ieraudzīt personību, cilvēku, kuram kādā brīdī nepieciešams atbalsts, spēt to neuzbāzīgi piedāvāt un iedvesmot kaut ko darīt atbilstīgi savām spējām.

Reiz kādā literatūrā atradu secinājumu, ka valsts attīstības un labklājības līmeni ietekmē tas, cik ļoti valsts spēj atraisīt katra indivīda potenciālās spējas. Šeit, SIVA koledžā, esam vistiešāk uz šī ceļa – palīdzēt ikvienam, kas šeit mācās, apjaust savas spējas un tās attīstīt. Tas arī būtu galvenais mērķis, un sociālie darbinieki ir tie, kas var sniegt vajadzīgo atbalstu audzēkņiem. Pamanīt, kad mazinās motivācija, palīdzēt to atjaunot vai palīdzēt saprast, kas traucē dzīvē virzīties uz priekšu.

Grūtības rodas, jo bieži vien atbalsts ir efektīvs tikai tad, ja tiek izmantota sistēmiska pieeja. Labas izmaiņas nevar panākt, koncentrējoties tikai uz audzēkni un ignorējot viņa ģimenes ietekmi. Nereti problēmas ir tieši ģimenē, un tas traucē sasniegt nospraustos mērķus. Vai tā būtu disfunkcionāla ģimene, vai arī vispār pietrūktu ģimeniskās vides, un ikdienas dzīve norit institūcijā. Ne vienmēr ģimenes locekļi ir gatavi sadarboties. Gadījumi ir ļoti dažādi. Nonākot atpakaļ iepriekšējā vidē, audzēkņa situācija atkal var pasliktināties. Veidojas kā apburtais loks. Gandarījumu sagādā brīži, kad izdevies to atrisināt. Reizēm arī palīdzot ģimenes locekļiem paskatīties no cita aspekta uz personu ar invaliditāti.

Strādājot ar audzēkņiem izglītības procesā, svarīgi ir objektīvi izvērtēt, kad nepieciešams likt saņemties un nepamest iesākto un kad nepieciešams uzlabot veselību, lai spētu turpināt. Par panākumiem vēl ir grūti spriest, jo reizēm sociālais darbs pozitīvus augļus var nest pēc vairākiem gadiem. Turklāt tas ir veicams tikai komandā kopā ar pārējiem speciālistiem un kolēģiem. Šobrīd prieks par katru mācību grupu, kad, neskatoties uz dažādām grūtībām un

sarežģījumiem, ir nonākts pie prieka asarām izlaidumā un konkrētiem plāniem par integrāciju darba tirgū.

SIVA sociālā darbiniece

SIVA darbinieka pieredzes stāsts (2)

Kā izvēlēties pedagoga profesiju?

Manas pedagoga gaitas ir pietiekami senas – strādāju skolā kopš 1987. gada. Skolas laikā man ļoti patika eksaktie mācību priekšmeti, bet neiedomājos, ka kļūšu par skolotāju. Taču, kad mūsu mīļotais matemātikas skolotājs smagi saslima, viņš man teica: “Diāna, tu būsi skolotāja!” Es tobrīd domāju, ka tas ir pilnīgi neiespējami. Bet pēc tam, kad viņu apciemoju slimnīcā, viņa vārdi palika man prātā. Beidzot skolu, es izvēlējos studēt Latvijas Universitātes Fizikas matemātikas fakultātē. Pēdējā kursā bija jāpieņem lēmums, vai turpināt zinātnisko karjeru vai strādāt skolā. Iespējas bija līdzvērtīgas, taču, izvērtējot visus “par” un “pret”, es nolēmu, ka darbs skolā būs daudz interesantāks un dinamiskāks. Tā arī sākās mana skolas dzīve.

Pieredze darbā ar izglītojamiem

Strādājot skolā jau vairāk nekā 30 gadu, esmu piedzīvojusi neskaitāmas situācijas. Šis darbs ir ļoti daudzveidīgs, jo katra diena ir citāda, katra klase ir unikāla. Strādājot ar jauniešiem, es vienmēr jūtos jauna. Esmu spiesta sekot līdzi jaunākajām tendencēm, lai saprastu viņu dzīves uztveri un mērķus. Tādējādi saglabāju savu dinamiku un spēju labāk izprast viņus. Lai izglītojamie mani nevērtētu kā “dinozauru”, es regulāri iepazīstu jaunākās tehnoloģijas un radošās pieejas.

Vislielākais gandarījums man ir no mirkļiem, kad izglītojamie izsaka atzinību par to, kā viņi ir apguvuši jaunas prasmes. Tās ir tās īstās uzvaras – brīži, kad es redzu viņu acīs prieku un lepnumu par saviem sasniegumiem. Ja esmu varējusi palīdzēt viņiem atklāt savu potenciālu, tad tas man ir vislielākais gandarījums.

Lielākie izaicinājumi un risinājumi

Darbs ar jauniešiem mūsdienās nav viegls, jo viņi ir pieraduši pie digitāliem rīkiem un ātras informācijas apstrādes. Viņiem ir cits domāšanas veids un uztvere. Viens no lielākajiem izaicinājumiem ir ieinteresēt viņus un radīt stundas, kas būtu ne tikai noderīgas, bet arī radošas un aizraujošas.

Pielāgošanās mācību materiāliem un metodēm

Aizvien vairāk ir izglītojamie ar īpašām vajadzībām, tāpēc ir svarīgi pielāgot mācību materiālus un metodes. Tas var nozīmēt palīgīdzekļu izmantošanu, piemēram, lielāku tekstu vai īpašas

klaviatūras, kā arī uzslavas un uzmundrinājumi, kas palīdz izglītojamiem justies droši un pārliecināti. Pielāgojot mācību materiālus, es cenšos nodrošināt, lai tie būtu pieejami visiem izglītojamiem, tai skaitā tiem, kuriem ir īpašas vajadzības. Tas prasa gan materiālu pielāgošanu, gan individuālu pieeju. Izglītojamiem ar īpašām vajadzībām ir jājūtas iekļautiem, tāpēc esmu vienmēr gatava pielāgot stundas viņu individuālajām vajadzībām. Tomēr vislielākais izaicinājums ir noturēt viņu uzmanību un interesi par mācību procesu.

ledvesma un motivācija

Strādājot koledžā ar studentiem, kuriem ir invaliditāte, man ir bijusi iespēja redzēt, cik liels spēks ir cilvēka gribai un spējai pārvarēt šķēršļus. Mans tētis smagi cieta avārijā un kļuva par pirmās grupas invalīdu, kad es biju vēl maza. Šī pieredze man palīdz saprast, kā jūtas cilvēki, kuriem ir ierobežotas fiziskās iespējas, un es to izmantoju, strādājot ar studentiem. Tas, ka es pati esmu pieredzējusi šos izaicinājumus, man dod spēku un pārliecību, ka mēs visi varam pārvarēt šķēršļus, ja vien ir vēlme un atbalsts.

SIVA pedagogs

SIVA klienta pieredzes stāsts (1)

Man bija 42 gadi, kad pēc vairākām operācijām es biju ilgstoša bezdarbniece, man bija tikko piešķirta invaliditāte, un bezdarbniekiem piedāvāja dažādas apmācības. Es nekad iepriekš nebūtu iedomājusies uzsākt nopietnas studijas, ja ne šis piedāvājums – iziet profesionālās piemērotības noteikšanu SIVA koledžā. Tā es 2008. gadā sāku mācīties “Cilvēkresursu vadības” nepilna laika neklātienes studiju programmā. Datorprasmes man bija ļoti minimālas, matemātika – aizmirsusies, bija daudz kas jāatceras un jāpiespiež sevi atkal mācīties. Ļoti lielu paldies gribu teikt pasniedzējai Solveigai Serkovai, kas gan atsvaidzināja matemātikas zināšanas un iemācīja augstāko matemātiku, gan palīdzēja apgūt visu, kas saistīts ar datoriem un kvalifikācijas darba rakstīšanu. Mēs bijām dažāda vecuma studenti, tāpēc Solveiga matemātiku sāka mācīt ar 7. klases vielu un ātrā tempā lika mums atcerēties visu aizmirsto līdz 12. klases vielai ieskaitot, lai varētu pilnvērtīgi mācīties augstāko matemātiku. Solveigas Serkovas kā talantīgas pasniedzējas darba rezultātā mēs visi spējām apgūt augstākās matemātikas virsotnes. Viennozīmīgi viņa ir mana SKOLOTĀJA ar lielo burtu.

Mācoties SIVA koledžā, paskatījos uz savām problēmām no citas puses, jo kursā mēs bijām tik dažādi gan pēc vecuma, gan pēc veselības stāvokļa. Pēc koledžas absolvēšanas 2011. gadā darbu profesijā neatradu, bet man palīdzēja SIVA koledžā iegūtās zināšanas, un es sāku strādāt bibliotēkā. Pēc tam arī uzsāku studijas Kultūras koledžā un ieguvu bibliotēku informācijas speciālista kvalifikāciju. Šobrīd strādāju profesionālās skolas bibliotēkā par bibliotekāri, bet tas viss varētu nebūt, ja nebūtu šī starta, ko deva SIVA koledža.

SIVA klienta pieredzes stāsts (2)

Esmu piecu bērnu māte un divu mazbērnu vecmāmiņa. No 2014. gada man ir 3. grupas invaliditāte. Brīvo laiku es lielākoties pavadu kopā ar bērniem un mīļoto vīrieti, bet, kad es palieku viena, man patīk pastaigāties ar nūjām (vai bez) gar jūru vai pa mežu. Vēl man patīk mācīties, apgūt kaut ko jaunu, lasīt grāmatas, zīmēt, veidot dažādas dāvanīņas draugiem un radiem, palīdzēt citiem. Šobrīd man ir divi hobiji – floristika un ezoterika. Ļoti vēlētos iemācīties angļu valodu un apgūt dāvanu saiņošanu, darbu ar kases aparātu un apdruku. Savulaik mācījos Elejas vidusskolā, pēc 8. klases aizgāju mācīties uz Rīgas 2. pārtikas rūpniecības skolu par atkaulotāju– desu formētājs, bet nepabeidzu, jo mammai bija slikta veselība. Pēc tam atgriezos atpakaļ, tikai tagad Elejas vakarskolā, un pabeidzu 11. klasi. Strādāju divus gadus par pavāra palīgu. 1994. gadā pabeidzu frizieru kursus SIA “Feniks” kā vīriešu friziere. 2005. gadā izgāju skaistumkopšanas kursus “Sejas un ķermeņa ādas kopšana”, tajā pašā gadā izgāju kursu “Floristikas pamati” un “Ziemas floristika”. 2006. gadā pabeidzu Jelgavas Amatu vidusskolu profesijā maiznieka palīgs-konditors. 2012. gadā “Datorzinības” (bez priekšzināšanām). No 2019. līdz 2020. gadam strādāju par asistenti personām ar invaliditāti. 2020. gadā mācījos “Starptautiskajā Taro skolā” un apguvu lasīt taro kārtis. 2021. gadā šajā skolā izgāju kursu “Praktiskā maģija”, tajā pašā gadā “Dekoratīvu, rituālu, ezoterisku sveču liešana un izgatavošana”. 2022. gadā sāku mācīties Jūrmalas profesionālajā vidusskolā SIVA, izvēloties florista profesiju. Man patika mācīties SIVA. Profesionāli pedagogi, atsaucīgi darbinieki, mīļas audzinātājas. Ļoti draudzīga un ģimeniska atmosfēra skolā. Vislielākās grūtības man bija vienai iziet no mājām un atbraukt līdz skolai. Kad es to pārvarēju, es sapratu to, ka tā, kā bija vairs nebūs. Mana dzīve pilnībā mainīsies un mainījās ļoti strauji. Mācību laikā man vissvarīgākās bija zināšanas un attīstība visās jomās. Es mācījos, aktīvi piedalījos skolas dzīvē un kopā ar citiem organizēju pasākumus. Tas viss man sagādāja lielas grūtības, taču man vienmēr blakus bija cilvēki, kuri uzmundrināja, atbalstīja un ticēja, ka man izdosies. Protams, bija arī savi izaicinājumi – pierast pie režīma, iejusties jaunā sociālajā vidē. Bija grūti nosēdēt visu dienu no 9.00 līdz 21.00, it īpaši, ja pēc mācībām vēl bija jāiet uz autoskolu. Nākamajā dienā stundās bija grūti koncentrēties, jo ļoti gribējās gulēt – tās dienas bija īpaši nogurdinošas. Kad sākās praktiskās braukšanas nodarbības, nācās izlaist stundas, un man tas nepatika. Protams, bija arī citas grūtības un nepatīkamas situācijas, taču tās visas bija daļa no pieredzes.

Liels paldies mūsu skolotājai Ilzei un audzinātājai Aigai par atbalstu un uzmundrinājumu! Īpašu pateicību vēlos veltīt mūsu sociālajai darbiniecei Inesītei: “Liels Tev paldies par atbalstu, uzmundrinājumu un to, ka vienmēr un visur biju mums blakus – aizstāvēji, iedvesmoji un vienmēr sniedzi labus padomus (un reizēm arī pelnītu pērienu). Paldies, ka motivēji mani

nepamest iesākto un pabeigt skolu, lai saņemtu diplomu, pat tad, kad šķita, ka spēka turpināt vairs nav.”

Mācības un dzīve SIVA nebija tik viegla, kā varētu šķist no malas. Tu pēkšņi esi izrauts no savas ierastās vides, tālu no mājām un ģimenes, un nepārtraukti domā un uztraucies: *Kā viņiem tur klājas?* Mēģini būt divās vietās vienlaikus, bet tas ir grūti...

Taču bija arī daudz skaistu, priecīgu un aizraujošu mirkļu – pasākumi, ballītes, ekskursijas, sporta sacensības un vēl daudz kas cits. Sliktais ātri aizmirstas, bet labais paliek atmiņā uz visiem laikiem. SIVA vienmēr būs vieta, kas paliks manā sirdī, jo tur es ieguvu jaunus draugus, augu un attīstījos gan personīgi, gan profesionāli, apgūstot jaunu profesiju.

Tagad es nodarbojos ar floristiku – veidoju pušķus, vainagus, dekorus un dažādas kompozīcijas pēc pasūtījuma. Viens no spilgtākajiem notikumiem sākās vēl skolas laikā, prakses periodā – tieši tad es satiku savu dzīvesbiedru. Pēc izlaiduma, oktobra beigās, jau sēdēju lidmašīnā uz Tenerifi. Teikt, ka man bija bail lidot, nozīmē nepateikt neko... Bet vēlme satikt savu otro pusīti bija stiprāka. Tā bija lieliska divu nedēļu ekskursija pa visu salu, un tur es dabā redzēju visus tos augus, kurus iepriekš biju redzējusi tikai botāniskajā dārzā – tas bija burvīgi!

Atgriežoties mājās, pabeidzu latviešu valodas kursus un sāku studēt likumdošanu pie privātskolotāja. Apguvu arī metināšanu un cauruļu griešanu, bet brīvajā laikā palīdzēju draugam vilkt ventilāciju un likt siltās grīdas. Nekad nebūtu domājusi, ka spēšu darīt kaut ko tādu!

Paldies SIVA, ka palīdzēja man atklāt tik daudz un dažādas spējas! Mans lielākais sapnis ir atvērt nelielu ziedu veikalu-darbnīcu, kur cilvēki ar invaliditāti varētu ne tikai strādāt, bet arī apgūt profesiju un realizēt savus darbus. Es lepojos ar katru soli, ko spēru uz priekšu – katrs no tiem pietuvina mani manam mērķim.

SIVA klienta pieredzes stāsts, intervija (3)

Pastāstiet, lūdzu, nedaudz par sevi – kādas ir jūsu intereses un kādi ir Jūsu spilgtākie notikumi pēdējā laikā?

Esmu 34 gadus vecs jūrmalnieks. Manas intereses ir psiholoģija, zinātne un uzņēmējdarbība. Pēdējais spilgtākais moments bija iespēja paceļot pa Franciju, Spāniju un Itāliju.

Kādas ir Jūsu aizraušanās, vai ir kādi hobijs, kā pavadāt brīvo laiku? Ko/kādas prasmes gribētu attīstīt sevī, ko gribētu iemācīties?

Mani hobiji ir datorsistēmas un programmēšana. Brīvajā laikā meklēju jaunu informāciju par man interesējošām tēmām, apgūstu jaunas prasmes un nodarbojos ar sportu. Vēlos attīstīt savas komunikācijas prasmes, iemācīties sevi pārliecinoši pasniegt un kļūt drošāks par sevi.

Ko un kurās mācību iestādēs mācījāties pirms SIVA? Ko mācījāties SIVA? Kas vislabāk patika un nepatika mācību laikā SIVA? Ko vislabāk atceraties no skolas dzīves SIVA? Kas Jums ir bijis vissvarīgākais SIVA mācību laikā? Kādas bija Jūsu lielākās grūtības SIVA, un kā Jūs tās pārvarējāt? Vai kāds palīdzēja un atbalstīja, lai tiktu galā ar grūtībām?

Pirms mācībām SIVA biju ieguvis vispārējo vidējo izglītību. SIVA apguvu divas mācību programmas. 2021. gadā ieguvu datorsistēmu tehniķa profesiju, šo programmu izvēlējos, jo tā bija ātri apgūstama un man patīk pašam komplektēt datorus.

2024. gadā ieguvu pirmā līmeņa augstāko izglītību ar programmētāja kvalifikāciju.

Mācību laikā visvairāk novērtēju iespēju mācīties attālināti, kas palīdzēja veiksmīgi iegūt augstāko izglītību. Novērtēju skolotāju pozitīvo attieksmi un iespēju saņemt nepieciešamo atbalstu. Tomēr bija arī grūtības – īpaši neskaidrība par mācību programmu. Līdz pat pēdējam brīdim nebija zināms, cik ilgi programma turpināsies [aut. piebilde – tobrīd programmai bija nepieciešama akreditācija, kuras rezultātā mainījās programmas kredītpunktu apjoms, līdz ar to arī ilgums], kad būs noslēgums. Būtu vēlējies lielāku atbalstu no programmas vadītāja kvalifikācijas darba izstrādē.

Svarīgākais mācību procesā bija saprotoša un pretimnākoša attieksme no iestādes darbiniekiem. Palīdzēja karjeras konsultanta konsultācijas un atbalsts prakses vietu atrašanā.

Manas lielākās grūtības ir publiskā uzstāšanās un jaunu kontaktu veidošana. Esmu centies un joprojām cenšos tās pārvarēt, pateicoties skolas psihologa atbalstam. Viņš man palīdzēja mainīt attieksmi un uztveri par daudzām situācijām. Psihologa apmeklējumi reizi nedēļā man ļoti palīdzēja ne tikai mācību laikā, bet arī pēc programmas absolvēšanas.

Kas Jūs motivēja turpināt izglītību, lai pabeigtu mācības un iegūtu diplomu?

Pēc datorsistēmu tehniķa profesijas iegūšanas un darba piedāvājumu izpētes sapratu, ka nevēlos strādāt ar pastāvīgu klientu apkalpošanu, kas bieži tika prasīta šajā jomā. Turklāt man trūka krievu valodas prasmes, kas daudzos sludinājumos bija norādīta kā nepieciešama. Mani motivēja interese par programmēšanu, vēlme iegūt augstāko izglītību un cerība, ka tas palīdzēs nākotnē sasniegt manas ieceres un mērķus.

Vai bija kāds pedagogs vai cilvēks, kas Jūs īpaši atbalstīja un iedvesmoja mācību procesā? Kādā veidā, kā palīdzēja?

Visi skolotāji un SIVA darbinieki bija atbalstoši un kompetenti savās jomās. Vislielākais personīgais kontakts man izveidojās ar skolas psihologu, kurš palīdzēja man labāk izprast sevi un iemācīja veiksmīgi pārvarēt psiholoģiskās grūtības.

Vai un kā SIVA vide palīdzēja Jums attīstīties un sasniegt savus mērķus?

SIVA man palīdzēja ne tikai iegūt jaunas tehniskās iemaņas, bet arī attīstīt sociālās prasmes un daļēji spēju pārvarēt grūtības. Tas viss ļāva man veiksmīgi pabeigt augstākās izglītības programmu.

Ar ko šobrīd nodarbojaties profesionālajā jomā – vai un kur strādājat?

Ņemot vērā darba tirgus krīzi IT jomā un to, ka lielākajā daļā darba piedāvājumu tiek prasīta vismaz divu gadu pieredze, šobrīd periodiski strādāju ārpus savas iegūtās izglītības jomas – kā kravas mašīnas vadītājs.

Kādi ir Jūsu nākotnes sapņi un mērķi? Ar ko Jūs visvairāk lepojaties, ko esat sasniedzis savā izglītības ceļā?

Nākotnē plānoju uzsākt savu uzņēmējdarbību, kurā varētu izmantot iegūtās zināšanas programmēšanā. Daudz esmu ieguvis informāciju par uzņēmējdarbību un psiholoģiju pašmācības ceļā.

Jebkādi komentāri par šī brīža profesiju un mācībām SIVA.

Iesaku izmantot iespējas bez maksas apgūt profesiju SIVA!

SIVA klienta pieredzes stāsts (4)

Pastāstiet, lūdzu, par sevi, interesēm, spilgtāko notikumu!

Visu dzīvi esmu tiekusies pēc zināšanām un nemitīgi apgūstu ko jaunu – nespēju vienkārši nosēdēt mierā, man vienmēr jābūt kustībā. Man ir suns, kuru vedu laukā trīs reizes dienā, un neatkarīgi no laikapstākļiem tas nodrošina regulāru fizisko aktivitāti. Šobrīd esmu brīvprātīgā Liepājas Neredzīgo biedrībā, kur kā skolotāja vadu nodarbības gan bērniem, gan pieaugušajiem ar invaliditāti.

Man piedāvāja arī stipendiāta darbu, bet es atteicos, jo ir ļoti zema samaksa. Izvēlējos brīvprātīgā darbu, jo tad pati varu iet papildus uz pīšanas nodarbībām, pinu grozus. Un, kad ir vajadzība, eju uz Dienas centru.

Pagājušajā gadā es pārcēlos no Liepājas uz Valku un sāku darbu Sarkanajā Krustā, kā arī Dienas centrā, kur strādāju ar cilvēkiem, kuriem ir garīga rakstura traucējumi, tostarp šizofrēnija.

Mans galvenais uzdevums bija vadīt rīta apli, kura mērķis bija rosināt domāšanu, kustības, veicināt veselību, drosmi un atvērtību. Katru dienu es izstrādāju konkrētu tēmu, un mēs apspriedām aktuālus jautājumus. Sākumā cilvēki nebija pieraduši izteikties un pretojās dalībai, taču ar laiku viņi paši sāka jautāt: "Kur ir aplis?"

Rīta apli es vienmēr noslēdzu ar vingrošanu, īpašu uzmanību pievēršot pirkstu vingrinājumiem, lai aktivizētu abas smadzeņu puslodes. Mēs arī daudz staigājām, taču dažiem tas sagādāja grūtības, jo viņu prioritāte bija ēdiens, un viņus pierunāt doties ārā nebija viegli.

Papildus tam es mācīju pārļošanu, kas daudziem bija sarežģīta, jo ne visi prata skaitīt. Tomēr es veidoju individuālu pieeju katram, jo uzskatu, ka cilvēki ir jājūt – katram nepieciešama sava pieeja. Kopā mēs arī filcējām, veidojām gleznas un dzīvnieku figūriņas.

Pagājušajā gadā es papildus apguvu ciparu psiholoģiju un uzzināju, ka mans skaitlis ir 2. Divnieki ir cilvēki, kuri jūt ar visu ķermeni, dziļi uztver lietas un ir dabiski diplomāti un psihologi. Iespējams, tieši tāpēc man bija vieglāk strādāt ar cilvēkiem, kuriem ir garīga rakstura traucējumi.

Pastāstiet par savu izglītību, kur esat mācījusies?

Ilgus gadus strādāju bērnudārzā par saimniecības daļas vadītāju, un man bija darbs ar datoru. Kad man pasliktinājās redze, pārkvalificējos un sāku strādāt par masieri. Mācījos Stradiņos divus gadus, apguvu masāžas tehniku un izgāju praksi Rīgā slimnīcās un rehabilitācijas centros, kur biju ļoti labi sagatavota darbam.

Šobrīd esmu atstājusi masieres darbu, jo tas negatīvi ietekmē manu redzi. Tomēr masāžas darbs man ļoti patika – es masēju arī bērnus un zīdaiņus, strādāju poliklīnikā. Mans dzīvesveids ir mainīgs, un es nepalieku vienā vietā, vienmēr meklēju jaunas iespējas un izaicinājumus.

Kā Jums pagāja laiks SIVā, vai bija vērtīgi, ko ieguvāt?

Vērtīgi bija, ka vispār uzzināju par šo iespēju. Man ir žēl, ka drīz būs pensija, un es vairs nevarēšu apmeklēt SIVu. Es uz SIVu gāju nevis ar mērķi iemācīties konkrētas prasmes, bet lai piedzīvotu pārmaiņas un iegūtu kaut ko vērtīgu. Profesionālās piemērotības laikā cilvēki bija ļoti atsaucīgi, taču bija pedagogi, kuri neuzticējās.

Ja ir divi cilvēki ar redzes invaliditāti, katrs no viņiem būs pilnīgi atšķirīgs cilvēks. Tāpat ir arī ar citām saslimšanām – nav pareizi visus ielikt vienā kategorijā, sakot, ka viņi nespēj. Es gribēju mācīties par floristi, taču man neļāva to darīt. Tomēr vēlāk ar savu prātu sapratu, ka tas nebūtu iespējams, jo floristikā jāspēj saskaņot krāsas un veidot pušķus, kas man sagādātu grūtības. Tādēļ es izvēlējos mācīties dāvanu saiņošanu.

No sākuma man bija ļoti grūti ieiet mācību procesā, jo nezināju apkārtni. Taču skolotāja Raimonda man palīdzēja, noorganizējot, kā tikt uz veikalu. Pirmais mēnesis bija grūts, kamēr iepazinu vidi, bet beigās es pat negribēju braukt projām. Skolotāja Bāne arī mums pasniedza [red. piezīme: floristikas skolotāja], un man par viņu ir ļoti, ļoti laba atsauksme, viņa ļoti cītīgi ar mani strādāja, pieņēma mani, kāda esmu, domāju, ka viņa redzēja manu centību, neskatoties uz to, kā es redzu, es krāsoju un cenšos. Man ļoti patika Ilzes Bānes stundas – viss bija labi saplānots, nebija nekādas kavēšanās, laiks netika tērēts veltīgi. Gribējās garāku programmu [red. piezīme: programmas garums ir 818 stundas], tikko tu esi sācis kaut ko, jau viss cauri.

Mācību laikā man bija liela uzmanība no visām pusēm, un es domāju, ka tam palīdzēja arī tas, ka man bija līdz suns Sebastians. Ļoti palīdzēja arī aprūpētājas. SIVA atrodas ļoti skaistā vietā, skaistā dabā, un tas jau ir milzīgs pluss – cilvēkam nav jāuztraucas par ēdienu vai citām ikdienas vajadzībām, jāņem vienkārši pretī tas, ko tev dod, un jānovērtē tas.

No mācībām brīvajā laikā dziedāju vokālajā ansamblī [red. piezīme: SIVA vokālais ansamblis “Spārni”], tas man ļoti patika. Sākotnēji man atteica baseinu, taču, kad mācības tuvojās noslēgumam, es beidzot izcīnīju iespēju izmantot baseinu.

Vēl man SIVā ļoti patika psihologs Edvarts, tas bija patiešām vērtīgi. Es izmantoju šo iespēju, un viņš man ļoti palīdzēja tikt galā ar bailēm un nedrošību, īpaši saistībā ar pārvietošanos.

Kādi ir Jūsu nākotnes mērķi, nākamā kustība?

Man vakar piezvanīja [red. piezīme: saruna notika 2025. gada februārī] un piedāvāja darbu Valkā, Sarkanajā krustā, ar vēl lielāku algu. Tagad esmu saskārusies ar vilinājumu, jo līdz 1. martam ir jāizlemj, ko darīšu. Liepājā ir grūti ar iespējām, un man šķiet, ka diagnoze bieži “iet pa priekšu” cilvēkam. Pirmais jautājums ir – vai tiešām cilvēks var kaut ko darīt? Ir divi cilvēki ar vienu un to pašu diagnozi – viens to var izdarīt, bet otrs nevar.

Ir vājredzīgi un neredzīgi cilvēki, kuri vispār neiznāk no mājām, jo baidās, ka netiks pieņemti vai nezina, kā nokļūt no vietas A uz vietu B. Cilvēkam ir jāatrod domubiedri sev līdzīgi cilvēki, kas palīdz viņam iekustēties, kaut vai iziet laukā un apmest līkumu. Man visu laiku ir apkārt cilvēki – draugi, radnieki. Es domāju, ka, ja es būtu aizvērusies sevī, īgna un neko negribētu, tad arī man neviens negribētu tikties. Svarīgi ir tas, kāds cilvēks ir pats, cik atvērts un gatavs būt attiecībās ar citiem.

Ar ko Jūs visvairāk lepojaties, ar kādiem sasniegumiem?

Jaunībā par mani bieži izlēma citi – kur man mācīties, kas man der un kas ne. Ja es sāktu no jauna, es noteikti izvēlētos studēt augstskolā kādā programmā, kas saistīta ar darbu ar cilvēkiem.

Visvairāk es lepojos ar saviem bērniem. Visi trīs ir veiksmīgās ģimenēs, viņiem ir bērni, man ir mazbērni, viņiem ir laba izglītība – ko mamma var vēlēties vairāk? Tas tiešām ir skaisti.

Kāds Jums ir ieteikums, vēlējums?

Tas ir ļoti grūti, bet mēs nedrīkstam šķirot cilvēkus, nedalīt viņus. Pedagogiem un darbiniekiem ir jābūt empātiskiem, jājūt cilvēki, jāstrādā ar pilnu atdevi un jāsniedz maksimālais atbalsts tam, kas ir pretī.

SIVA klienta pieredzes stāsts (5)

Pastāstiet, lūdzu, nedaudz par sevi – kādas ir jūsu intereses un kādi ir Jūsu spilgtākie notikumi pēdējā laikā?

Esmu cilvēks ar kustību traucējumiem kopš bērnības. Esmu ar mākslinieku radošu un jūtīgu dvēseli - pierakstu dvēseles zibšņus, tā saucu savus dzejoļus; spēlējos ar krāsām uz audekla un stikla flīzītēm, veidojot mozaīkas glezniņas. Esmu arī ar vilkmi izzināt visu jauno tehnoloģijās, kas atvieglo ikdienas lietas man kā cilvēkam ar kustību traucējumiem. Pazūd laiks, kad datorā ir jānoformē apjomīgs teksts.

Pēdējā laika spilgtākie notikumi ir divi pretstati:

gandarījums par 57 gadu vecumā iegūto programmētāja diplomu SIVA koledžā. Ar to paplašinot radošuma izpausmes iespējas.

strupceļa, bezspēcības un vilšanās sajūta par kaimiņu rīcību, likvidējot, man jau ierīkoto invalīdu autostāvvietu pie daudzstāvu dzīvojamās mājas. Vilšanās, ka cilvēks ar kustību traucējumiem invalīdu autostāvvietas ierīkošanai ir atkarīgs no kaimiņu ne-labvēlības. Kopā ar atbalstītājiem cīnos, lai šo netaisnību mainītu.

Kādas ir Jūsu aizraušanās, vai ir kādi hobiji, kā pavadāt brīvo laiku? Ko /kādas prasmes gribētu attīstīt sevī, ko gribētu iemācīties?

Hobiji mainās, aizraujos izzināt to, ko vēl nezinu, neprotu, bet dzīve 'piespēlē', vai piespiež apgūt. Tā kā pamatizglītība man ir valodniecība, piesaista latviešu valodas un citu valodu vārdu rakstības sakritība ar atšķirīgu, pat pretēju nozīmi. Šobrīd saistoša ir turku valoda. Labprāt to apgūtu vismaz sarunvalodas līmenī, lai var sarunāties ar krustmeitas vīru un radiem. Arī programmēšana ir valoda, kurai ir sintakse, morfoloģija u.c. ar valodniecību līdzīgi elementi. Jāturpina apgūt!

Ko un kurās mācību iestādēs mācījāties pirms SIVA? Ko mācījāties SIVA? Kas vislabāk patika un nepatika mācību laikā SIVA? Ko vislabāk atceraties no skolas dzīves SIVA? Kas Jums ir

bijis vissvarīgākais SIVA mācību lakā? Kādas bija Jūsu lielākās grūtības SIVA, un kā Jūs tās pārvarējāt? Vai kāds palīdzēja un atbalstīja, lai tiktu galā ar grūtībām?

Pirms mācībām SIVA ir iegūts maģistra grāds valodniecībā un iegūta literārā redaktora specialitāte. SIVA JPV ir iegūta rūpniecības komercdarbinieka specialitātē, savukārt SIVA koledžā, izmantojot Covid-19 pandēmijas laika attālinātās studijas, ir iegūts programmētāja specialitātes diploms.

Patīk SIVA skolas atrašanās vieta - priežu meža ielokā un jūras tuvums, lai gan dzimtajā pilsētā Liepājā arī ir jūra, bet infrastruktūra un piekļūšana līdz jūrai cilvēkam ar kustību traucējumiem savā automašīnā ērtāka ir Jūrmalas pilsētā. Iepriecina celiņi līdz jūrai un invalīdu autostāvvietas tuvu jūrai. Patīk SIVA ēkas, to skaitā arī sanatorijas ēka un iekšējais telpu izkārtojums, īpaši SIVA JPV, kur viss ir vienā ēkā - kopmītnes, mācību telpas, ēdnīca un viss pārējais, kas vajadzīgs studijām un ikdienas sadzīvei cilvēkam ar kustību traucējumiem. Sarūgtina, ka ārstniecības procedūru saņemšanai SIVA sanatorijas korpusā, īpaši baseina apmeklējumiem no skolas puses netiek nodrošināts asistents cilvēkiem, kuriem pašiem ir grūtības tur nokļūt, noģērbties un apģērbties pēc procedūrām. Mācoties SIVA JPV, man vissakarīgākais bija, ka viss bija vienā ēkā. Lielākās grūtības bija tieši baseina apmeklējums - noģērbšanās, apģērbšanās, jo pašai tas ir grūti un sanatorijas darbiniekiem prioritāte ir sanatorijas klienti. Palīdzību lūdzu citām baseina apmeklētājām.

Kas Jūs motivēja turpināt izglītību, lai pabeigtu mācības un iegūtu diplomu?

Ģimenes, veselības u.c. personisku iemeslu dēļ studēt klātienē nevarēju. Man palaimējās, ka programmēšanas kursa studijas SIVA koledžā, pateicoties Covid-19 pandēmijas laikam, notika attālināti. Bija ļoti grūti apgūt speciālās mācību tēmas patstāvīgi. Bija jāapgūst jauns mācību veids - lekcijas attālināti, izmantojot attālinātu sapulču programmas un lietotnes. Pie visām grūtībām bieži nolaidās rokas, gribējās visu pamest, kā ir, jo augstskolas maģistra grāds, literārā redaktora specialitātē diploms un citu kursu sertifikāti jau bija iegūti. Bija slinkums uzrakstīt iesniegumu par studiju pamešanu, ļāvu visam ritēt savu gaitu..

Turpināt studijas motivēja vēlme iegūt, izzināt vairāk programmēšanas noslēpumus SIVA koledžas lielisko lektoru vadībā, vēlme pabeigt, kauns pamest pusē iesākto. Padoties neļāva arī koledžas studentu 'mamma' sociālā darbiniece Inese Uzule, kura katram studentam prot atrast individuālo motivācijas argumentu. Manā gadījumā tie bija vardi: "Tu vari, mēs ticam, ka Tu pabeigsi un studijas varēsi turpināt attālināti!" Mans pienākums bija attaisnot ticību manam gribasspēkam un koledžas vadības ieguldītās pūlēs, lai studijas varu turpināt attālināti.

Izlaiduma dienā pēc diploma saņemšanas SIVA koledžas direktore uz manu izteikumu par slinkumu uzrakstīt iesniegumu, lai pamestu studijas, atbildēja: "Toties nebijāt par slinku uzrakstīt kvalifikācijas darbu un to aizstāvēt ar atzīmi 'izcili'!" Atliek tikai piekrist!

Vai bija kāds pedagogs vai cilvēks, kas Jūs īpaši atbalstīja un iedvesmoja mācību procesā? Kādā veidā, kā palīdzēja?

Jā, primāri, kā jau minēju, arī man palīdzēja SIVA koledžas studentu 'mamma' - sociālā darbiniece Inese Uzule. Cilvēks ar talantu un īstajā vietā, palīdzot, atbalstot un motivējot visus koledžas studentus. Ar pateicību atceros daudzus SIVA darbiniekus gan sanatorijā, gan JPV, gan koledžā. No sanatorijas darbiniekiem īpašs paldies ir ergoterapeitei Diānai Čunčulei, baseina darbiniecēm, sociālām darbiniecēm Ilzei Briedei un Dacei Safronovai, un visam pārējam medicīnas procedūru apkalpošanas personālam, jo izprata manu situāciju un sniedza man atbilstošu profesionālo un cilvēcības faktora atbalstu un palīdzību.

JPV studiju laikā atceros tolaik matemātikas pasniedzēju Jeļenu Artemjevu par matemātikas loģisku pasniegšanu; Intu Dobeli par nestandarta, saistošu mācību vielas pasniegšanu; informātikas vieslektoru Ivaru (uzvārdu neatceros) arī par nestandarta praktisku pieredzi datora lietošanas 'knifiņiem'. Savukārt Inese Kalnmeiere man bija pasniedzēja gan JPV, gan koledžā. Viņu kā prakses vadītāju izvēlējos gan JPV, gan koledžā. Arī programmēšanas studiju kursā Inese Kalnmeiere bija mana kvalifikācijas darba vadītāja. Kāpēc tieši viņa?! Viņa daudzu studentu vidū ir ieguvusi cieņu ne tikai kā profesionāla, gudra, interesanta pasniedzēja ar savu, pieredzē izstrādātu, mācību vielas pasniegšanas stilu, bet arī ar savu personīgo harizmu kā cilvēks - ar iekšējo mieru un pamatotām prasībām mācību vielas vērtēšanā. Līdzvērtīgi vārdi man ir jāsaka arī par Aivaru Bērziņu - pasniedzēju koledžā. Pateicoties tieši viņa pasniegšanas metodikai es sapratu programmēšanas pamatu būtību.

Vai un kā SIVA vide palīdzēja Jums attīstīties un sasniegt savus mērķus?

Studējot SIVA JPV rūpniecības komerddarbinieks specialitāti, palīdzēja iekšējais telpu izkārtojums, kur viss ir vienā ēkā - kopmītnes, mācību telpas, ēdnīca un viss pārējais, kas vajadzīgs studijām un ikdienas sadzīvei cilvēkam ar kustību traucējumiem. Tādējādi visus spēkus un laiku koncentrējot galvenajam uzdevumam - mācībām. Tā kā koledža ir citā ēkā, ņemot vērā manu veselības stāvokli, tas apgrūtinātu manu ikdienu un mācības, šaubos, vai tiktu līdz diplomam. Man paveicās - SIVA koledžas Lietišķo sistēmu programmēšanas studijas man iekrita Covid-19 pandēmijas laikā, mācības notika attālināti, ar SIVA vidi ne saskāros. Savā ierastajā mājas vidē varēju pilnvērtīgi visu laiku un spēku veltīt studijām un tās pabeigt.

Ar ko šobrīd nodarbojaties profesionālajā jomā – vai un kur strādājat?

Šobrīd sanāk apvienot visas profesionālās jomas kopā, atdodu parādu biedrībām, no kurām saņēmu lielu atbalstu pēc studijām, kad likvidēja invalīdu autostāvvietu pie daudzstāvu dzīvojamās mājas, kurā dzīvoju. Strādāju brīvprātīgā darbu, izveidoju Liepājas ratiņnieku un skūteristu biedrības sociālo tīklu kontu, to uzturu un kopā ar citas biedrības pārstāvi aktualizēju biedrības biedriem svarīgu informāciju. Kopā cīnāmies par vides pieejamību un citiem

aktuāliem jautājumiem, to skaitā arī invalīdu autostāvvietu ierīkošanu. Konsultēju tehnoloģiju jautājumos, uzklausu vēlmes jaunām idejām. Turpinu uzlabot studiju laikā iesāktos projektus. Šobrīd prioritāte ir veselība un atgūt invalīdu autostāvvietu pie manas mājas, kas cilvēkam ar kustību traucējumiem ir nepieciešamība, lai piedalītos aktivitātēs ārpus mājas, to skaitā arī strādāt algotu darbu.

Kādi ir Jūsu nākotnes sapņi un mērķi? Ar ko Jūs visvairāk lepojaties, ko esat sasniedzis savā izglītības ceļā?

Izglītības ceļā lepojos ar to, ka viss iesāktais - profesionālās skolas, kursi, augstskolas akadēmiskās studijas ir pabeigtas un ir saņemti arī diplomu. Tomēr vislielākais gandarījums ir SIVA koledžā iegūtais programmēšanas diploms. Sapņots no bērnības, stāvot klāt tēva remontētajām pirms datora laikmeta tehnikām (rēķinmašīnas, rakstāmmašīnas, kopēšanas aparāti u.c.), 'ložņājot' pa pirmo datoru iespējām, sēžot vienā kabinetā ar datorpuišiem programmētājiem un, pieņemot dzīves izaicinājuma Covid-19 laika pandēmijas attālināto studiju iespējas, īstenots tuvu 58 gadiem. Ne reizi vien esmu vēlējies piedzimt kādus 25 gadus vēlāk, lai spētu daudz pilnīgāk izmantot šī laikmeta iespējas arī citās jomās. Neskatoties uz gadu skaitu, ir nodomi, kurus vēl vēlos īstenot.

CMT grāmatas tulkojums.

Vēlos uztaisīt dāvanu abām krustmeitas meitām (arī citiem bērniem) mobilo lietotni, kurā ir mana pasaka par viņām, un apkopot arī citi mani literārie darbi. Kā valodniece vēlos apgūt turku valodu, vismaz saprast gramatikas pamatus un salīdzināt to ar latviešu valodu.

Jebkādi komentāri par šā brīža profesiju un mācībām SIVA

Ņemot vērā studentu atbirumu programmēšanas studijās, jāsecina, ka studijas šajā programmā ir grūtas cilvēkam ar veselības problēmām, pie lielās slodzes, tās saasinās. Manā skatījumā, ja atjaunos šo studiju programmu, tad sadalīt to divos posmos:

pirmajā gadā iepazīstināt ar vispārēju priekšstatu par programmēšanas pielietojumu, izstrādājot mazas, elementāras programmas, piemēram, vienkāršu spēli, kalkulatoru. Šajā posmā students saprastu, turpināt programmēšanas studijas, vai turpināt sistēmu administrēšanas studijas, vai pavisam ko citu;

otrajā un trešajā gadā apgūt padziļināti programmēšanas valodas, teoriju un citus speciālos priekšmetus.

Kvalifikācijas darba tēmām virzīt jau no pirmā kursa.

Noslēgumā

Šī e-grāmata “Iekļaujošas stratēģijas profesionālajā rehabilitācijā” ir izstrādāta, lai kalpotu kā praktisks un informatīvs resurss, kas palīdzētu veicināt iekļaujošu pieeju profesionālajā rehabilitācijā. Ceram, ka šajā materiālā, kas aptver gan teorētiskus pamatus, gan praktiskus ieteikumus, atradīsiet noderīgas idejas un metodes, lai atbalstītu indivīdus ar papildu atbalsta vajadzībām iekļauties darba tirgū un sabiedrībā.

Mēs vēlamies izteikt patiesu pateicību visiem izglītojamiem, pedagogiem un darbiniekiem, kuri dalījās ar saviem pieredzes stāstiem. Jūsu atklātība, viedokļi un reālie dzīves piemēri sniedz nenovērtējamu ieskatu par profesionālās rehabilitācijas procesa izaicinājumiem un panākumiem. Tie kalpo kā spēcīgs pierādījums tam, cik svarīga ir iekļaujoša prakse un individuāla pieeja.

Paldies arī visiem, kas piedalījās šīs e-grāmatas izstrādē un projekta īstenošanā. Ceram, ka šis materiāls būs noderīgs resurss ikvienam, kas strādā izglītības jomā, un palīdzēs veidot iekļaujošu un atbalstošu sabiedrību, kurā katrs indivīds var pilnvērtīgi realizēt savu potenciālu.