

Vasaras skola sociālajiem darbiniekiem ģimenēm ar bērniem.

## „Būt attiecībās!”

2019.gada 2. – 4.jūlijs

Šī gada vasaras skolas tēma ir *attiecības*. Ar *būšanu* attiecībās (kā pretstats *darīšanai*) sociālajiem darbiniekiem ne vienmēr iet viegli, jo klientu attiecību sistēmas lielākoties ir destruktīvas, disfunkcionālas, rigidas, saplūdušas vai pat atklāti agresīvas. Neskatoties uz grūtībām, attiecību nozīmi sociālā darbā ar ģimenēm un bērniem ir grūti pārvērtēt. Praktiski visas sociālā darba pieejas uzsver attiecību nozīmi sociālajā darbā. Būt spējīgam izveidot attiecības, tās uzturēt un reflektēt ir sociālā darbinieka galvenā pamatprasme.

Attiecības ir kā neredzamas saites, kuras savieno un caurvij divu un vairāku cilvēku pasaules. Attiecības, arī ja tās ir sarežģītas, saistītas ar pretestībām un pārrāvumiem realitātē veidojas pakāpeniski un var turpināties arī, kad reālās attiecības ir pārtrauktas, īpaši gadījumos, kad attiecības ir pārtrūkušas pēkšņi. Attiecību veidošanās un mijiedarbības procesā vienlaicīgi notiek daudzi apzināti un neapzināti procesi, kuri ietekmē visus iesaistītos dalībniekus. Daudzslāņainie mijiedarbības procesi būtiski ietekmē sociālā darba ar ģimenēm un bērniem darba ar gadījumu procesu visos tā etapos. Attiecību veidošanos ar klientu var ietekmēt gan telpa, gan blakus cilvēki, gan darbinieka noskaņojums, pat tas cik klienti tajā dienā jau ir bijuši pieņemti un cik daudz krīzes situācijas ir bijušas jārisina iepriekš, vai cik emocionāli iesaistīti esam bijuši sarunā pirms 15 minūtēm, kādu pirmo vai pēdējo iespaidu uz mani ir atstājis klients utt.

Attiecību mijiedarbība vienmēr notiek daudzos līmeņos, apzināti un neapzināti. Sociālajam darbiniekam ir jāveido attiecības ne tikai ar vienu ģimenes locekli, bet vēl arī citiem, kā arī ar sadarbības partneriem, citiem profesionāļiem, kolēģiem, vadību utt. Visu, kas notiek attiecību mijiedarbības procesos apzināties nebūtu iespējams, bet trenēt pašapzināšanos, dažādu veidu refleksiju un iepazīt sevi dažādajās attiecībās ir ārkārtīgi nozīmīgi, lai spētu būt attiecībās ar klientu, ar citiem un sevi, jo tikai caur attiecību neredzamajām saitēm var palīdzēt ģimenēm un bērniem risināt dzīves grūtības un veidot jaunas dzīves saites.

Vasaras skolā tuvāk iepazīsim: daudzveidīgos attiecību aspektus sociālā darbā ar ģimenēm un bērniem, dažādas attiecību mijiedarbību līmeņus: apzinātās un neapzinātās, transferences un kontratransferences attiecības. Attiecību ietekmējošos faktoros saistībā ar attiecību veidošanās etapiem sociālā darbā ar gadījumu. Sarežģīto attiecību iemeslus un virzienus kā tās padarīt vieglākas jeb kā tajās izdzīvot, ja nevar ietekmēt.

Tāpat arī tiks piedāvātas praktiskas darbnīcas, kurās būs iespēja apgūt vai atkārtot metodes, ko sociālais darbinieks pielieto savā ikdienas darbā ar ģimenēm: komunikācija ar bērniem agrīnā vecumā, genogrammas sastādīšana, mākslas terapijas izmantošana emociju un uzvedības pašregulācijā, apzinātas klausīšanās prasmes un klusuma izmantošana konsultācijā prasmes, pašpiederzes un refleksijas treniņš.

Darbnīcas vadīs – **Ieva Ozola** - Mg soc.d. (SDB),sert. supervisore (LSA), Junga analītiskā psioterapeite (LJAP;LPB), smilšu spēles terapijas metodes praktizētāja (LSST), **Guna Krēgere-Medne**, SocD Mg, Sociālo pakalpojumu aģentūra, Kurzemes reģiona ģimeņu atbalsta centra vadītāja, **Ieva Antonsona** - sociālā darbiniece, sert. supervisore, biedrības „Latvijas Supervizoru apvienības” valdes locekle, šobrīd studē psihodramas terapijas apmācībā, LSK krīzes centra „Burtnieks” vadītāja. **Ize Dreifelde** - sert.psihologe, sert.mākslas terapeite un sert.supervisore, šobrīd studē RSU doktorantūras programmā "Psihologija", biedrības "Latvijas supervizoru apvienība" valdes priekšsēdētāja, RISEBA un RSU pasniedzēja, privātprakse centrā Miervidī. **Diāna Indzere** – sert. sociālā darba supervisore, POA psihoterapeite. Vairāk kā 20 gadus strādājusi, sociālā darba jomās - skolā, bāriņtiesā un pašvaldības sociālajā dienestā. Vadījusi dažādus sociālās integrācijas projektus bērniem un pieaugušajiem ar īpašām vajadzībām. Pašlaik apgūstu eksperta lomu par seksualitāti, seksuālajām tiesībām un vardarbības prevenciju jauniešiem ar garīga rakstura traucējumiem. **Ilze Pastare**- gešaltterapeite, psihologe. Vada gonga skaņu

terapijas grupas. Skaņas un balss terapijas metodes apguvusi starptautiskos semināros un meistarklasēs (Lietuva, Sanktpēterburga, Polija, Vācija, Indija, Krievija, Spānija, ASV). Starptautiskās Skaņu Terapijas Asociācijas (IAST) biedre, skaņu terapeite.

### Programma

<b>1 diena (02.07.2019.)</b>	<b>ATTIECĪBU SĀKUMS</b>
No 10.00 – 12.00	Ierašanās
12.00 – 12.45	Pusdienas
13.00 – 13.10	Atklāšana, LM pārstāvji
13.10 – 14.00	Iepazīšanās/ saliedēšanās Ieva Ozola, Ieva Antonsona
14.00 – 15.30	Ievads tēmā. Attiecības, to aspekti. Attiecību ar klientu sākums. Sarežģītas attiecības. Sociālā percepcija. Attiecību mijiedarbības līmeņi. Komunikācija: neverbālā, verbālā. Teorija+praktiskas aktivitātes ( grupu darbs), mācīšanās caur darbību. Refleksijas. Ieva Ozola, Ieva Antonsona
15.30 – 16.00	Pauze, (kafija, uzkodas)
16.00 – 18.00	Turpinājums. Ieva Ozola, Ieva Antonsona
18.00 – 19.00	Vakariņas
19.30	Kino vakars jeb “mācību kino” par attiecību tēmu dziļāka, plašāka un daudzpusīgāka skatījuma iegūšanai. Priekšvārds. Ieva Ozola
<b>2.diena (03.07.2019.)</b>	<b>ATTIECĪBU PROCESS.</b>
8.00 -9.00	Brokastis
9.00 – 10.30	Refleksija par iepriekšējo dienu. Refleksijas par kino. Izmantojot filmas analīzi tiks apskatīts attiecību process, psihodinamiskie koncepti – transferences un kontratransferences, pretestības, aizsardzības. Ieva Ozola
10.30-11.00	Kafijas pauze
11.00 – 12.30	Turpinājums
12.30 – 13.30	Pusdienas
13.30 – 15.30	Paralēlās meistarklases par attiecību tēmu, dalāties piecās grupās pēc izvēles
13.30 – 15.30	<b>Genogrammas darbnīca. Darbnīcas vadītāja - Ieva Ozola</b> Genogramma ir viena no zināmākajām un izplatītākajām sociālā darba ar ģimenēm metodēm daudzus gadus desmitus visā pasaulē. Tomēr ne vienmēr mācībās vai tālākizglītībā tai izdodas pievērst pietiekošu uzmanību, kā rezultātā sociālā darba praksē ne vienmēr tiek izmantots šīs metodes potenciāls vai sliktākajā gadījumā, tā kļūst par vienu no obligāti pildāmajām veidlapām. Genogramma ir unikāla metode, jo tās pielietošanas iespējas informācijas iegūšanā, struktūrēšanā, izvērtēšanā un novērtēšanā, katras ģimenes unikālās situācijas izprašanā darbā ar klientu ir ļoti bagātīgas. Darbnīcā praktiski darbosimies, pakāpeniski iepazīstoties ar četriem genogrammas izmantošanas līmeņiem: 1. Ģenētisko līmeni. 2. Informatīvo līmeni. 3. Attiecību līmeni. 4. Simbolisko līmeni.

	Dalībniekiem būs pieejami izdales materiāli par genogrammas izmantošanu.
13.30 – 15.30	<p><b>Darbnīca "Attiecības. Mākslas terapija. Emociju un uzvedības pašregulācijas prasmes sociālā darbinieka un klienta attiecību mijiedarbībā". Vada Ilze Dreifelde.</b></p> <p>Sabiedrībā arvien lielāku rezonansi gūst izpratne, ka veiksmīgākai funkcionēšanai ir jāattīsta ne tikai profesionālās prasmes (<i>hard skills</i>), bet arī personības prasmes (<i>soft skills</i>) un pašregulācijas prasmes. Pieaug pieprasījums attīstīt dažādas domāšanas, emociju un uzvedības pašregulācijas prasmes. Piemēram, prasme padomāt pirms runāt vai darīt, regulēt stresa reakcijas, nomierināties vai aktivizēt sevi, pretoties kārdinājumam, sniegt apdomātu nevis impulsīvu atbildi, neizrādīt pretestību ar rupjību, izturēt nenoteiktību, neļauties prokrastinācijai, u.tml. Tās kļūst arvien aktuālākas arī sociālo darbinieku un viņu klientu attiecībās.</p> <p>Darbnīcā būs neliels ieskats un iespēja pamēģināt - kā mākslas metodes un tehnikas var izmantot pašregulācijas prasmju attīstīšanai un attiecību ar klientu veidošanas procesā.</p>
13.30 – 15.30	<p><b>Darbnīca „Agrīnā intervence (AI)”. Darbnīcu vada Guna Krēgere Medne.</b></p> <p>Attiecību pamatpiederze (piesaiste) veidojas un nostiprinās bērnībā. Problēma - zīdāinis/ mazulis, kurš vēl neapmeklē bērnudārzu, bet kura vecākiem ir grūtības ar bērnu aprūpi ir sabiedrībai diezgan "neredzams", zīdāinis/mazulis nevar vēl pastāstīt, nevar pasaukt palīgā, nevar izkāpt no gultiņas. Nākas paļauties uz vecāku atbildību,vecāku spējām. Darbnīcā piedāvāšu ieskatu Agrīnās intervences programmas (AI)* veidošanā, kas veicina mātes/tēva un mazuļa piesaisti, veicina attiecību nostiprināšanos, ir labs veids vardarbības prevencei, ir brīnišķīga platforma kā veidot sociālā darbinieka un mātes/tēva ar bērnu pozitīvas, uz resursiem balstītas attiecības. Runāsim par AI pamatprincipiem, mērķi, uzdevumiem, attiecību veidošanas principiem, novērojumu nozīmi, AI darba tehnikām.</p>
13.30 – 15.30	<p><b>Darbnīca „ Apzinātas klausīšanās prasmes un klusuma izmantošana konsultācijā.” Vada Diāna Indzere.</b></p> <p>Svarīgākais komunikācijā ir dzirdēt to, kas paliek nepateikts. Šo prasmi labākie trenē gadiem un spodrina visu mūžu. Kāpēc nesākt jau šodien? Ne vienmēr personiskajā vai lietišķajā saskarsmē ir iespējams palīdzēt atrisināt konkrēto problēmu, sniegt taustāmu palīdzību. Taču vienmēr ir iespējams sniegt tādu pakalpojumu, kuru sauc par <b>uzklausīšanu</b>. Tā ir jebkura cilvēka nozīmīga sociālā un psiholoģiska <b>vajadzība</b>. Tā veido <b>pozitīvas attiecības</b>, saglabā tās arī tad, ja lietišķs kontakts vai apmaiņa ar viedokļiem beigusies bez konkrēta rezultāta.</p> <p>Nodarbība sastāv no teorētiskās, praktiskās un pārrunu daļas. Apgūsim, trenēsim un attīstīsim savas komunikācijas un klausīšanās prasmes.</p>
13.30 – 15.30	<p><b>Darbnīca „Reflektīvā prakse un pašrefleksija”. Vada Ieva Antonsonē</b></p> <p>Nav iedomājams sociālais darbs ar klientiem bez uz attiecībām bāzētas prakses, kas sevī pamatā ietver reflektīvas savtarpējās attiecības nevien verbāli, bet arī neverbāli.</p> <p>Kā piedzīvot saikni ar klientu? Kā sajūst otru? Kā mana dzīve un es pats varu ietekmēt attiecības ar otru („use of self”)?</p> <p>Nodarbībā iegūsim ieskatu teorijā par reflektīvos praksi un praktiskos uzdevumos trenēsim savu vērīgumu un klātbūtni, sevis apzināšanos un pašrefleksiju caur emocijām, sajūtām un uzvedību.</p>
15.30 – 16.00	Kafijas pauze. Grupu maiņa.
16.00 – 18.00	<b>Genogrammas darbnīca 2. Vada Ieva Ozola</b>

16.00 – 18.00	<i>Darbnīca „Agrīnā intervence (AI)” 2. Darbnīcu vada Guna Krēgere Medne</i>
16.00 – 18.00	<i>Darbnīca "Attiecības. Mākslas terapija. Emociju un uzvedības pašregulācijas prasmes sociālā darbinieka un klienta attiecību mijiedarbībā" 2. Vada Ilze Dreifelde.</i>
16.00 – 18.00	<i>Darbnīca „ Apzinātas klausīšanās prasmes un klusuma izmantošana konsultācijā.” 2. Vada Diāna Indzere.</i>
16.00 – 18.00	<i>Darbnīca „Reflektīvā prakse un pašrefleksija” 2. Vada Ieva Antonsonsone</i>
18.00 – 19.00	Vakariņas
No 20.00	<p><b>Relaksācija Gongu skaņās. Nodarbību vada Ilze Pastare</b></p> <p>Tā ir kā tikšanās ar sevi šeit un tagad, kā saruna ar savu sirdsbalsi, klusums, kurā dzimst atbildes uz jautājumiem, ko uzdodam paši sev. Klausīšanās jeb iegremdēšanās gongu skaņās vienlaicīgi ir dziļa relaksācija, meditācija un terapija. Gongā meditācija ir iekšējs piedzīvojums, ko iepazīstam katrs savā unikālajā veidā. Skaņu seansa laikā skan gongi, Himalaju un kristāla dziedošie trauki, sansulas, koši vēja stabules, šruti un citi instrumenti. Trauku dziedājums pakāpeniski pārņem cilvēka prātu un notiek dziļa dziedinoša relaksācija. Saplūšana ar Tibetas dziedošo trauku un gongu skaņām ir meditācija, kas pieejama katram. Ir tikai jāapguļas un jāļauj sev piedzīvot un izjust skaņu!</p> <p>Gonga skaņu iedarbība:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Gonga skaņa harmonizē, sakārto, atjauno un dod spēku.</li> <li>-Gonga skaņai piemīt ne tikai relaksējošs, bet arī terapeitisks efekts, tā ir kā masāža veģetatīvajai nervu sistēmai.</li> <li>-Gonga skaņas spēles laikā impulsi pārvietojas ar autonomās nervu sistēmas palīdzību, radot efektu, kas sajūtās līdzīgas masāžai.</li> <li>– Veicina relaksāciju, ļaujot nonākt mierīgā atpūtas stāvoklī, palīdz mazināt stresu.</li> </ul> <p>Līdzī jāpaņem paklājiņš, pleds, zeķītes.</p>
<b>3.diena</b> (04.07.2019.)	<b>ATVADAS. ATTIECĪBU NOSLĒGUMS.</b>
8.00 – 9.00	Brokastis
9.00 – 10.30	<p><b>Mošanās ar Tibetas dziedošajiem traukiem " Tuvāk Sev" . Nodarbību vada Ilze Pastare.</b></p> <p>To iedarbība:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- maigi noņem stresu un palielina endorfīnu izdalīšanās daudzumu;</li> <li>- samazina hronisku nogurumu;</li> <li>- palielina ķermeņa pašatjaunošanās spējas.Šī ir relaksācija, kas pieejama katram - ir tikai jāapguļas un jāļauj piedzīvot sevi un izjust skaņā!</li> </ul> <p>Paklājiņš</p>
10.30 – 11.00	Pauze
11.00 – 13.00	Attiecību noslēgums. Ieva Ozola, Ieva Antonsonsone
13:00 - 14.00	Pusdienas
14.00 – 15.00	Vasaras skolas noslēgums, pieredzes apkopošana
15.00	Noslēgums