



## Kā palīdzēt palīdzētājam

Publicēts: 07.04.2020.

[Jaunami](#)

Ar atbalstu, cerībām un iedrošinājumu mēs, Labklājības ministrijas ESF projekta “Profesionāla sociālā darba attīstība pašvaldībās” komanda, Sociālo darbinieku biedrības valde, Latvijas Pašvaldību sociālo dienestu vadītāju apvienības valde un Latvijas Supervizoru apvienības valde, vēršamies pie jums šajā sarežģītajā un neskaidrajā situācijā, kas saistīta ar COVID -19 izraisīto globālo veselības krīzi un ar to saistītajām ekonomiskajām sekām. Nenoliedzami tā rada smagas sociālās problēmas, ar kuru agrīnu novēršanu un arī ar nelabvēlīgajiem rezultātiem sociālie darbinieki saskaras ik dienu un, ticamākais, saskarsies vēl ilgāku laiku. Cilvēkos pieaug panika, bailes, vairojas agresija, bezdarba un nabadzības pieauguma draudi kļūst reāli. Saasinoties indivīdu un ģimeņu sociālajām problēmām, palielinās sociālo darbinieku noslodze, sadarbība ar klientiem var kļūt problemātiskāka iespējams, saspringtāka, neprognozējamāka, un sakāpinātās emocijas kļūst klātesošas. Arī pašvaldības ietvaros valda saspringums, un visi sadarbības partneri meklē pielāgošanās risinājumus, kas dažkārt ietver vēlmi ignorēt institucionālās vai sociālo darbinieku profesionālās robežas.

Sociālo dienestu un citu institūciju, kuras sniedz sociālos pakalpojumus un nodrošina atbalstu iedzīvotājiem, darbinieki mums visiem grūtajos apstākļos demonstrē, cik svarīga līdzcilvēkiem, cik nobriedusi ir profesija un cik tā ir resursiem bagāta. Krīzes apstākļos sociālie darbinieki ar savu klātbūtni un pakalpojumiem, informāciju un atbalstu telefoniski vai elektroniski, produktu piegādi līdz durvīm, savu emocionālo pieejamību padara dzīvi dzīvojamu un pat izvilina smaidu saskumušajos un bezcerībā iekļuvušajos līdzcilvēkos.

Veicot emocionāli prasīgu darbu ārkārtējās situācijas apstākļos, pieaug profesionāļu izdegšanas risks. Dažkārt, arī sociālā darba speciālistiem mazinās prasmes lūgt palīdzību un atbalstu, prasmes atzīt savu ievainojamību, dusmas un skumjas. Pietrūkst prasmes pateikt Nē! savam vadītājam pārmērīgas noslodzes apstākļos, tāpat prasmes pateikt Nē! klientam, ja resursi viņa vidē var aizstāt profesionāli sniegto atbalstu. Pietrūkst prasmes pretoties fiziskam un emocionālam izsīkumam, saskaroties ar nepieciešamību krasi mainīt ierasto darba kārtību.

Nevienam no mums nav jāatgādina, ka supervīzija ir viens no efektīviem līdzekļiem pret izdegšanu, kā arī tas, ka palīdzošo profesiju pārstāvjiem īstenot kvalitatīvi savu profesionālo darbību bez regulāras supervīzijas nav iespējams. Ne velti arī Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likumā ir noteikts pienākums pašvaldībai saviem sociālā darba speciālistiem nodrošināt dalību supervīzijā.

Laikā, kad visas profesionālās nozares meklē jaunus veidus un formas kā īstenot savu darbību neierastajā situācijā, supervizoru profesionālā darbība “pārceļas” uz attālinātu formu, tiešsaistē nodrošinot konsultatīvo atbalstu, izmantojot dažādas tehnoloģijas.

Sociālo darbinieku tiesības uz supervīziju ir noteiktas likumā. Supervīzija ir profesionāla darbība, kuru iespējams īstenot attālināti – gan individuāli, gan arī grupu, komandu un organizāciju supervīzijās. Pirmās šādas attālinātās supervīzijas sesijas Latvijā jau ir notikuši, tādēļ ar pārliecību var teikt, ka, ja ir atbilstošs tehnoloģiskais nodrošinājums, tad supervīzija tiešsaistē ir iespējama.

Lai, kaut nedaudz, tomēr izprastu un daļēji prognozētu potenciālo notikumu gaitu, skatāmies pagātnes pieredzē un ar bažām atceramies salīdzinoši neseno 2009.-2011. gada ekonomisko krīzi, kuras rezultātā daudzi profesionāļi, jo īpaši palīdzošo profesiju pārstāvji, pielāgojoties krīzes apstākļiem, strauji iztērēja savus fiziskos, mentālos un emocionālos resursus, kuri, kā zināms, nav tik viegli atjaunojami. Izdegšanas fenomens, tā izcelsme, norise un postošās sekas palīdzošo profesiju pārstāvjiem vairs nav jāpierāda.

Tādēļ vēlamies aicināt valsts un pašvaldību iestāžu, kurās supervīzija jau notiek, vadību turpināt sniegt atbalstu saviem darbiniekiem, supervīzijas neatcelt un nepārcelt, bet turpināt nodrošināt tās attālināti gan individuāli (kas jau tiek praktizēts), gan

arī grupām, komandām un organizācijām (izmantojot dažādās attālinātās grupu tikšanās tehnoloģiskās iespējas, piemēram, zoom, messenger, google hangouts, webex u.c., daudzas no tām ir bezmaksas), kā arī rast iespēju nodrošināt dalību supervīzijā tiem iestādes darbiniekiem, kuriem šāda iespēja līdz šim ir izpalikusi, tieši tagad, kad atbalsta nodrošināšana dažādām sabiedrības grupām ir kļuvusi īpaši svarīga un mūsu darbinieki ir mūsu galvenā vērtība!

Sertificētu supervīzoru saraksts ir publicēts Latvijas Supervīzoru apvienības interneta mājaslapā – <http://www.supervizija.lv/lv/sertificeti-supervizori/>.

Vienlaikus informējam, ka turpmāk projekta “Profesionāla sociālā darba attīstība pašvaldībās” ietvaros būs iespēja saņemt izdevumu kompensāciju arī par attālināti (tiešsaistē) nodrošinātajiem grupas, komandas un organizācijas supervīzijas pakalpojumiem, līdzīgi, kā tas projekta ietvaros ir bijis līdz šim attiecībā uz individuālo supervīziju attālināti tiešsaistē.

<https://www.lm.gov.lv/lv/jaunums/ka-palidzet-palidzetajam>