****

**Projekts PuMPuRS aicina klātienes konsultācijās skolēniem sniegt emocionālo atbalstu**

2021. gada 5. februāris

No 8. februāra skolēniem būs iespēja saņemt konsultatīvo atbalstu klātienē arī projekta PumPuRS[[1]](#footnote-1), ietvaros. Šādu lēmumu 5. februārī apstiprinājusi valdība[[2]](#footnote-2). Īpaši svarīgi šobrīd ir uzrunāt tos skolēnus, kuriem ir nepieciešams psihoemocionāls atbalsts un sniegt viņiem palīdzību, lai mazinātu gan priekšlaicīgus mācību pārtraukšanas riskus, gan mazinātu attālināto mācību negatīvo ietekmi uz skolēnu mentālo veselību, grūtībām mācīties, šobrīd esošo nomāktību un depresiju, vientulības un pamestības sajūtu, bezmiegu, trauksmi un panikas lēkmes.

Atsaucoties uz [Pusaudžu un jauniešu psihoterapijas centra veikto pētījumu](https://www.pusaudzis.lv/p%C4%93t%C4%ABjums) par Covid-19 pandēmijas ierobežojumu ietekmi uz Latvijas pusaudžiem, kurā piedalījās 1660 pusaudžu un jauniešu vecumā no 12 līdz 19 gadiem, skaitļi (rādītāji salīdzināti ar rādītājiem, kas tika fiksēti Covid-19 pirmā viļņa laikā): 54,5% pusaudžu atzīst, ka viņu mentālā veselība ir pasliktinājusies, 19,8% – ļoti pasliktinājusies. 70,4% atzīst, ka pēdējā laikā ir piedzīvojuši nomāktību, depresiju, 79,2% sastopas ar grūtībām mācīties, vairāk nekā 60% piedzīvo uzmācīgas domas vai ir ļoti viegli aizkaitināmi. Piektā daļa aptaujāto atzīst, ka skolā sastopas ar psihoemocionālām grūtībām. Pirmajā vilnī mentālo veselību jaunieši vērtēja lielākoties kā labu (38,1%) vai pieņemamu (24,3%), bet otrajā vilnī jau dominē vērtējums "pieņemami" (31,6%) un "slikti" (29,8%). Krasi samazinās to skaits, kuri pandēmijā jūtas ļoti labi (no 19,5% 1. vilnī uz 7,6% 2. vilnī), bet to skaits, kuri jūtas kritiski un slikti, palielinās (no 4,6% 1. vilnī uz 7,8% 2. vilnī). Pētījuma rezultāti liecina par situāciju, kas vērtējama kā sliktāka nekā citās valstīs, kur veikti līdzīgi pētījumi.

Kā uzsver projekta PuMPuRS vadītāja Inese Vilāne, PuMPuRS šobrīd tiek īstenots 527 izglītības iestādēs un ikvienam skolēnam ir iespēja saņemt visa veida konsultācijas, tāpēc ir īpaši būtiski pārskatīt šobrīd notiekošo mācību procesu un koncentrēties ne tikai uz mācību priekšmetu konsultācijām, bet meklēt iespējas un atbalstīt skolēnus arī emocionāli. Projekta vadītāja skaidrojot šo iespēju precizē: ”Skola drīkst piesaistīt pedagogus uz atbalsta konsultācijām skolēniem. Ja skolai nav iespējams nodrošināt psihologu, piedāvājam konsultatīvo atbalsts, kuru var veikt jebkurš pedagogs. Pilnīgi jebkurš pedagogs, kuram bērns uzticas, var ar bērnu sazināties un atzīmēt to plānā kā sniegtu konsultatīvo atbalstu.”

Konsultācijas pieejamas arī to grupu, klašu vai kursu izglītojamiem, kam 2021. gada pirmajā pusgadā jākārto pārbaudījumi, jānoslēdz izglītības ieguve 12. klasē vai attiecīgi jāiegūst profesionālā izglītība un kvalifikācija pamata vai vidējās izglītības pakāpē, tajā pašā laikā uzsverot, ka mācību priekšmetu konsultācijas joprojām ir iespēja īstenot arī attālināti.

Individuālas konsultācijas klātienē ir iespējamas, ievērojot visus iespējamos piesardzības pasākumus – distancēšanās, roku higiēna, mutes un deguna aizsegu lietošana, pastiprinātā vēdināšana, ierobežots norises laiks. Šāda konsultācija būtu pieejama izglītojamam tikai pēc pedagoga ieskata par konkrēto situāciju un pēc attiecīga uzaicinājuma. Konsultācija klātienē notiek atbilstoši izglītības iestādē noteiktajai kārtībai par to, kā tas veicams, iesaistīto rīcību un pienākumus, nosakot pieļaujamo konsultāciju skaitu vienam pedagogam, nepārsniedzot 10 konsultācijas nedēļā, un atbalsta personālam pēc vajadzības, ievērojot spēkā esošo regulējumu. Atbalstu organizē, nodrošinot, ka izglītojamais nenonāk saskarsmē ar citiem izglītojamiem, ierodoties izglītības iestādē uz konsultāciju un dodoties prom. Tādējādi neveidojas nekāda izglītojamo pašplūsma, nedz arī būtiska personu plūsma vispār, jo attālināto mācību laikā notiek mācību process un fiziski nav laika procesā iesaistītājiem pārvietoties tā norišu laikā.

**Lai īstenotu individuālās konsultācijas klātienē projektā PuMPuRS:**

* Konsultācijas sniedz tikai tiem izglītojamiem, kam ir sagatavots individuālais atbalsta plāns projekta SAM 8.3.4. ietvaros.
* Konsultāciju norise tiek plānota atbilstoši izglītības iestādes direktora rīkojumam, kurā norāda:
	+ izglītojamo, kam tiek sniegtas konsultācijas klātienē,
	+ pedagogu, kas sniedz konsultācijas,
	+ konsultāciju grafiku (norāda dienas, kad notiek, piemēram, otrdiena, piektdiena).

**Individuālo klātienes konsultāciju laikā stingri jāievēro valstī noteiktie drošības nosacījumi:**

* konsultācija, ne ilgāk par 40 minūtēm,
* priekšmeta skolotāji rīko līdz 10 klātienes konsultācijām nedēļā,
* atbalsta personāls klātienes konsultācijas rīko pēc vajadzības,
* izglītojamais un pedagogs konsultācijas laikā (arī pirms un pēc konsultācijas, kamēr atrodas iekštelpās) valkā mutes un deguna aizsegu,
* konsultāciju telpā drīkst atrasties tikai skolēns un pedagogs, ievērojot divu metru distanci,
* telpa jāvēdina pēc katras konsultācijas.

Ārkārtējā situācija Latvijā pagarināta vēl līdz 6. aprīlim.

**Turpināsim PAMANĪT, IEKLAUSĪTIES un ATBALSTĪT!**

**

**Informāciju sagatavoja:**

Liene Bērziņa

**E-pasta adrese**: liene.berzina@834.ikvd.gov.lv

**Mob. tālr. nr**.: 28670057

[www.pumpurs.lv](http://www.pumpurs.lv)

<https://www.facebook.com/pumpurs.lv/>

1. ***PuMPuRS*** *– Izglītības kvalitātes valsts dienesta īstenotais Eiropas Sociālā fonda projekts Nr.8.3.4.0/16/I/001 “Atbalsts priekšlaicīgas mācību pārtraukšanas samazināšanai”. Projekta īstenošana notiek visos Latvijas reģionos laika posmā no 2017. gada 15. marta līdz 2022. gada 31. decembrim, ar mērķi samazināt priekšlaicīgu mācību pārtraukšanu, īstenojot preventīvus un intervences pasākumus.*  [↑](#footnote-ref-1)
2. https://likumi.lv/ta/id/318517-par-arkartejas-situacijas-izsludinasanu [↑](#footnote-ref-2)